

«Согласовано»

Директор ГБОУ «Маскаринская

школа-интернат»

/Сабитов Ш.Н./



Примерное четырнадцатидневное меню для организации питания обучающихся ГБОУ «Маскаринская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья»

1- ый день

| Наименование блюда | Масса порции | Пищевые в-ва (г.) | | | Энергетич. ценность | Витамины (мг.) | | | | Минеральные в-ва | | |
|----------------------------|--------------|-------------------|---------------|--------------|---------------------|----------------|---------------|--------------|--------------|------------------|---------------|--------------|
| | | Б | Ж | У | | В | С | А | Е | Ca | P | Mg |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | |
| Геркулес мол. | 200/10 | 9,7 | 8,3 | 36,8 | 212 | 0,1 | 0,6 | 0 | 0,9 | 124,7 | 150,5 | 41,7 |
| Овсяно с мол. | 200 | 4,62 | 4,02 | 43,8 | 177,56 | 0,05 | 2,06 | 0,01 | 0,17 | 158,7 | 126,2 | 15,2 |
| Хлеб пшеничный | 120 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 0,1 | 0 | 0 | 0,8 | 9,2 | 33,6 | 13,2 |
| Масло сливочное | 10 | 0,4 | 62,5 | 0,8 | 700 | 0 | 0 | 0,59 | 21 | 12 | 19 | 0,4 |
| Сыр сливочный | 100 | 1,4 | 0,3 | 8,1 | 34,2 | 0,1 | 37 | 9,8 | 0,3 | 47,2 | 31,9 | 18 |
| ИТОГО ЗАВТРАК: | 430 | 19,22 | 75,32 | 109,6 | 1218,46 | 0,35 | 39,66 | 10,4 | 23,17 | 351,8 | 361,2 | 88,5 |
| 2-ОЙ ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | |
| Сметана из смеси с/ф | 200 | 4 | 0,06 | 35,2 | 110 | 0,07 | 19,35 | 0,12 | 1,68 | 28,7 | 52,6 | 19,6 |
| Хлеб пшеничный | 160 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 0,1 | 0 | 0 | 0,8 | 9,2 | 33,6 | 13,2 |
| Сыр сливочный | 100 | 1,4 | 0,3 | 12,1 | 64,2 | 0,1 | 37 | 9,8 | 0,3 | 47,2 | 31,9 | 18 |
| Сметана домашняя | 80 | 2,9 | 6 | 20,1 | 99,8 | 0,1 | 0 | 0 | 3,1 | 7,4 | 14,3 | 6,3 |
| ИТОГО 2-ОЙ ЗАВТРАК: | | 11,4 | 6,56 | 87,5 | 368,7 | 0,37 | 56,35 | 9,92 | 5,88 | 92,5 | 132,4 | 57,1 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | |
| Суп горох к/м | 250 | 9,2 | 7,7 | 16,3 | 130,2 | 0,3 | 5,8 | 0,4 | 4,4 | 55,9 | 141,4 | 44,9 |
| Суп картофельное пюре | 200/10 | 4,9 | 7,2 | 34 | 207 | 0,2 | 16,7 | 0,1 | 0,4 | 56,5 | 131,5 | 46,4 |
| Стейк из говядины | 100 | 10 | 15,3 | 5,5 | 132,4 | 0 | 0,8 | 0 | 4,4 | 19,4 | 176 | 23 |
| Салат из свеклы | 100 | 1,8 | 10 | 10 | 64,2 | 0 | 4,6 | 0 | 4,4 | 38,2 | 44,6 | 22,6 |
| Салат овощной | 200 | 0,8 | 0 | 23 | 94 | 0,02 | 2 | 0 | 0 | 42 | 32 | 22 |
| Хлеб "Дарницкий" | 80 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 | 0,1 | 0 | 0 | 0,9 | 7,2 | 34,8 | 7,6 |
| ИТОГО ОБЕД: | | 29,3 | 40,6 | 105,8 | 709,4 | 0,62 | 29,9 | 0,5 | 14,5 | 162,7 | 560,3 | 166,5 |
| УЖИН | | | | | | | | | | | | |
| Хлеб "Дарницкий" | 80 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 | 0,1 | 0 | 0 | 0,9 | 7,2 | 34,8 | 7,6 |
| Масло сливочное | 10 | 0,4 | 62,5 | 0,8 | 700 | 0 | 0 | 0,59 | 21 | 12 | 19 | 0,4 |
| Сырные котлеты | 100 | 13,7 | 6,2 | 4,4 | 97,1 | 0,2 | 0,7 | 0 | 1,7 | 43,4 | 176,9 | 28,6 |
| Суп на рис. мол. | 200 | 5,8 | 9,2 | 42,6 | 277,5 | 0 | 0,5 | 0,1 | 0,4 | 113,8 | 134,3 | 32,2 |
| Сладкое | 200 | 0,1 | 0 | 9,9 | 39,9 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2,5 | 3,7 | 2 |
| ИТОГО УЖИН: | | 22,6 | 78,3 | 74,7 | 1196,1 | 0,3 | 1,2 | 0,69 | 24 | 178,9 | 368,7 | 70,8 |
| ЛЕГКИЙ УЖИН | | | | | | | | | | | | |
| Сметанка | 200 | 12 | 2 | 8,4 | 80 | 0,05 | 1 | 0 | 0 | 248 | 184 | 28 |
| Сметанки св. | 100 | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,6 | 0 | 6 | 6 | 0,9 | 21,7 | 14,9 | 10,8 |
| ИТОГО ЛЕГКИЙ УЖИН: | | 12,6 | 2,6 | 22,7 | 148,6 | 0,05 | 7 | 6 | 0,9 | 269,7 | 198,9 | 38,8 |
| ИТОГО: | | 95,12 | 203,38 | 400,3 | 3641,26 | 1,69 | 134,11 | 27,51 | 68,45 | 1055,6 | 1621,5 | 421,7 |

Директор:



Соборнов И. И.

2- ОЙ ДЕНЬ

| Наименование блюда | Масса порции | Пищевые в-ва (г.) | | | Энергетич. ценность | Витамины (мг.) | | | | Минеральные в-ва | | |
|------------------------------|--------------|-------------------|--------|--------|---------------------|----------------|--------|-------|-------|------------------|--------|--------|
| | | Б | Ж | У | | В | С | А | Е | Ca | P | Mg |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | |
| Пшеничный | 120 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 0,1 | 0 | 0 | 0,8 | 9,2 | 33,6 | 13,2 |
| О слив. | 10 | 0,4 | 62,5 | 0,8 | 700 | 0 | 0 | 0,59 | 21 | 12 | 19 | 0,4 |
| | 24 | 4,3 | 5,4 | 0 | 67,4 | 0 | 0 | 0,1 | 0,1 | 142,8 | 76,4 | 5,4 |
| Бисин | 100 | 1,4 | 0,3 | 8,1 | 34,2 | 0,1 | 37 | 9,8 | 0,3 | 47,2 | 31,9 | 18 |
| Слад. | 200 | 0,1 | 0 | 9,9 | 39,9 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2,5 | 3,7 | 2 |
| Манная мол. | 200/10 | 6 | 5 | 30,8 | 200 | 0,1 | 0,5 | 0,1 | 1,3 | 118,2 | 107,7 | 19,1 |
| О завтрак: | | 15,3 | 10,9 | 69,7 | 1136,2 | 0,3 | 37,5 | 10,59 | 23,5 | 331,9 | 272,3 | 58,1 |
| 2-ОИ ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | |
| Сладкий напиток из цикория с | 200 | 4,32 | 4,6 | 9,6 | 129,94 | 0,038 | 2,9 | 0,02 | 0 | 159 | 118,4 | 18,2 |
| Сметане | 30 | 3 | 1,9 | 20,8 | 166,8 | 0 | 0 | 4,4 | 0 | 11,6 | 36 | 8 |
| Свареное | 1 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 | 0,03 | 0 | 0,1 | 0,2 | 22 | 77 | 5 |
| Сладкий | 100 | 1,4 | 0,3 | 12,1 | 64,2 | 0,1 | 37 | 9,8 | 0,3 | 47,2 | 31,9 | 18 |
| Пшеничный | 160 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 0,1 | 0 | 0 | 0,8 | 9,2 | 33,6 | 13,2 |
| О 2-ой завтрак: | | 16,92 | 11,6 | 62,9 | 518,64 | 0,268 | 39,9 | 14,32 | 1,3 | 249 | 296,9 | 62,4 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | |
| Панаша домашняя к/м | 250 | 4,22 | 3,95 | 22,66 | 152 | 0,1 | 5,52 | 0,02 | 0,3 | 24,64 | 76,3 | 26,79 |
| Супное рагу с мясом говяд. | 200/5 | 3,46 | 6,26 | 9,98 | 102,5 | 0,1 | 12,52 | 0 | 3,96 | 42,84 | 90,14 | 38,56 |
| Суп из с/ф | 200 | 4 | 0,06 | 35,2 | 110 | 0,07 | 19,35 | 0,12 | 1,68 | 28,7 | 52,6 | 19,6 |
| "Дарницкий" | 80 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 | 0,1 | 0 | 0 | 0,9 | 7,2 | 34,8 | 7,6 |
| О обед: | | 14,28 | 10,67 | 84,84 | 446,1 | 0,37 | 37,39 | 0,14 | 6,84 | 103,38 | 253,84 | 92,55 |
| УЖИН | | | | | | | | | | | | |
| "Дарницкий" | 80 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 | 0,1 | 0 | 0 | 0,9 | 7,2 | 34,8 | 7,6 |
| Суп гречневый рассып | 200/20 | 7 | 5,1 | 34,1 | 200 | 0,07 | 0 | 0 | 4,1 | 19,2 | 160,8 | 108,2 |
| Сырные тефтели | 50/50 | 12,7 | 5,2 | 4,4 | 95,1 | 0,2 | 0,7 | 0 | 1,7 | 41,4 | 174,9 | 25,6 |
| Суп с мол. | 200 | 1,64 | 1,64 | 2,38 | 30 | 0,1 | 5,06 | 0 | 0 | 10,66 | 5,76 | 4,68 |
| О слив. | 15 | 0,4 | 62,5 | 0,8 | 700 | 0 | 0 | 0,59 | 21 | 12 | 19 | 0,4 |
| О ужин: | | 24,34 | 74,84 | 58,68 | 1106,7 | 0,47 | 5,76 | 0,59 | 27,7 | 90,46 | 395,26 | 146,48 |
| ЛЕГКИЙ УЖИН | | | | | | | | | | | | |
| Салат | 200 | 12 | 2 | 8,4 | 80 | 0,05 | 1 | 0 | 0 | 248 | 184 | 28 |
| Суп со св. | 100 | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,6 | 0 | 6 | 6 | 0,9 | 21,7 | 14,9 | 10,8 |
| О легкий ужин: | | 12,6 | 2,6 | 22,7 | 148,6 | 0,05 | 7 | 6 | 0,9 | 269,7 | 198,9 | 38,8 |
| ИТОГО: | | 83,44 | 110,61 | 298,82 | 3356,24 | 1,458 | 127,55 | 31,64 | 60,24 | 1044,44 | 1417,2 | 398,33 |

Директор



Сложа

/Сабитов М

3-ИЙ ДЕНЬ

| Наименование блюда | Масса порции | Пищевые в-ва (г.) | | | Энергетич. ценность | Витамины (мг.) | | | | Минеральные в-ва | | | |
|-------------------------|--------------|-------------------|-------|--------|---------------------|----------------|--------|-------|-------|------------------|---------|--------|------|
| | | Б | Ж | У | | В | С | А | Е | Ca | P | Mg | Fe |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | |
| Пшеничный | 120 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 0,1 | 0 | 0 | 0,8 | 9,2 | 33,6 | 13,2 | 0,8 |
| с слив. | 15 | 0,4 | 62,5 | 0,8 | 700 | 0 | 0 | 0,59 | 21 | 12 | 19 | 0,4 | 0,2 |
| | 200/5 | 16,6 | 18,24 | 2,88 | 200 | 0,1 | 3 | 0 | 0 | 0,96 | 1,2 | 0 | 0 |
| с мол. | 200 | 4,62 | 4,02 | 43,8 | 177,56 | 0,05 | 2,06 | 0,01 | 0,17 | 158,7 | 126,2 | 15,2 | 0,6 |
| син | 100 | 1,4 | 0,3 | 8,1 | 34,2 | 0,1 | 37 | 9,8 | 0,3 | 47,2 | 31,9 | 18 | 0,5 |
| завтрак: | | 26,12 | 85,26 | 75,68 | 1206,46 | 0,35 | 42,06 | 10,4 | 22,27 | 228,06 | 211,9 | 46,8 | 2,1 |
| 2-ОЙ ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | |
| Пшеничный | 160 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 0,1 | 0 | 0 | 0,8 | 9,2 | 33,6 | 13,2 | 0,8 |
| от из с/ф | 200 | 4 | 0,06 | 35,2 | 110 | 0,07 | 19,35 | 0,12 | 1,68 | 28,7 | 52,6 | 19,6 | 0,9 |
| | 100 | 1,4 | 0,3 | 12,1 | 64,2 | 0,1 | 37 | 9,8 | 0,3 | 47,2 | 31,9 | 18 | 0,5 |
| ольник | 80 | 6,23 | 5,38 | 38,25 | 150 | 0,13 | 6,85 | 0,02 | 0,67 | 38,92 | 86,62 | 18,33 | 1,0 |
| 2-ой завтрак: | | 14,73 | 5,94 | 105,65 | 418,9 | 0,4 | 63,2 | 9,94 | 3,45 | 124,02 | 204,72 | 69,13 | 3,2 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | |
| к/м со сметаной | 250/15 | 8,4 | 10,3 | 13,7 | 105,2 | 0,1 | 12,3 | 0,2 | 2,4 | 52,1 | 109,8 | 34,5 | 2,3 |
| яичневая с мяс говядины | 200/10 | 11,2 | 16,3 | 5,9 | 445,6 | 0,2 | 0,7 | 0,6 | 0,3 | 205 | 330 | 50 | 1,6 |
| морковный | 100 | 1,16 | 8,3 | 14,6 | 98,8 | 0 | 2 | 1,8 | 4,2 | 44,3 | 48 | 33 | 0,8 |
| | 200 | 0,8 | 0 | 23 | 94 | 0,02 | 2 | 0 | 0 | 42 | 32 | 22 | 2,2 |
| "Дарницкий" | 80 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 | 0,1 | 0 | 0 | 0,9 | 7,2 | 34,8 | 7,6 | 1,6 |
| обед: | | 24,16 | 35,3 | 74,2 | 825,2 | 0,42 | 16,3 | 2,6 | 7,8 | 350,6 | 554,6 | 147,1 | 8,5 |
| УЖИН | | | | | | | | | | | | | |
| "Дарницкий" | 80 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 | 0,1 | 0 | 0 | 0,9 | 7,2 | 34,8 | 7,6 | 1,6 |
| о слив. | 15 | 0,4 | 62,5 | 0,8 | 700 | 0 | 0 | 0,59 | 21 | 12 | 19 | 0,4 | 0,2 |
| молочный рожки | 200/5 | 8 | 9 | 25,2 | 214,8 | 0,1 | 2,5 | 0,03 | 0,03 | 247 | 20,6 | 3,3 | 3,3 |
| ог со сметаной | 200/10 | 18 | 9 | 3 | 164,3 | 0,04 | 0,5 | 0,08 | 0 | 164 | 95 | 23,3 | 0,4 |
| лад. | 200 | 0,1 | 0 | 9,9 | 39,9 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2,5 | 3,7 | 2 | 0,4 |
| о ужин: | | 29,1 | 80,9 | 55,9 | 1200,6 | 0,24 | 3 | 0,7 | 21,93 | 432,7 | 173,1 | 36,6 | 5,9 |
| ЛЕГКИЙ УЖИН: | | | | | | | | | | | | | |
| нка | 200 | 12 | 2 | 8,4 | 80 | 0,05 | 1 | 0 | 0 | 248 | 184 | 28 | 0 |
| ки св. | 100 | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,6 | 0,21607754 | 6 | 6 | 0,9 | 21,7 | 14,9 | 10,8 | 3 |
| о легкий ужин: | | 12,6 | 2,6 | 22,7 | 148,6 | 0,05 | 7 | 6 | 0,9 | 269,7 | 198,9 | 38,8 | 3 |
| О: | | 106,71 | 210 | 334,13 | 3799,76 | 1,46 | 131,56 | 29,64 | 56,35 | 1405,08 | 1343,22 | 338,43 | 22,2 |

Директор



[Handwritten signature]

/ Сабитов

4-ЫЙ ДЕНЬ

| Наименование блюда | Масса порции | Пищевые в-ва (г.) | | | Энергетич. ценность | Витамины (мг.) | | | | Минеральные в-ва | | |
|--------------------------|--------------|-------------------|--------|--------|---------------------|----------------|-------|-------|-------|------------------|---------|--------|
| | | Б | Ж | У | | В | С | А | Е | Са | Р | Мg |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | |
| пшеничный | 120 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 0,1 | 0 | 0 | 0,8 | 9,2 | 33,6 | 13,2 |
| ю слив. | 15 | 0,4 | 62,5 | 0,8 | 700 | 0 | 0 | 0,59 | 21 | 12 | 19 | 0,4 |
| а геркулес молочный | 200/10 | 9,7 | 8,3 | 36,8 | 212 | 0,1 | 0,6 | 0 | 0,9 | 124,7 | 150,5 | 41,7 |
| | 24 | 4,3 | 5,4 | 0 | 67,4 | 0 | 0 | 0,1 | 0,1 | 142,8 | 76,4 | 5,4 |
| льсин | 100 | 1,4 | 0,3 | 8,1 | 34,2 | 0,1 | 37 | 9,8 | 0,3 | 47,2 | 31,9 | 18 |
| ейный напиток из цикория | 200 | 4,32 | 4,6 | 9,6 | 129,94 | 0,038 | 2,9 | 0,02 | 0 | 159 | 118,4 | 18,2 |
| о завтрак: | | 23,22 | 81,3 | 17,6 | 1238,24 | 0,338 | 40,5 | 10,51 | 23,1 | 494,9 | 429,8 | 96,9 |
| 2-й ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | |
| | 200 | 0,8 | 0 | 23 | 94 | 0,02 | 2 | 0 | 0 | 42 | 32 | 22 |
| пшеничный | 160 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 0,1 | 0 | 0 | 0,8 | 9,2 | 33,6 | 13,2 |
| н | 100 | 1,4 | 0,3 | 12,1 | 64,2 | 0,1 | 37 | 9,8 | 0,3 | 47,2 | 31,9 | 18 |
| и | 30 | 1 | 8,8 | 18,8 | 154,2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2,2 | 8,9 | 0,5 |
| о 2-ой завтрак: | | 6,3 | 9,3 | 74 | 407,1 | 0,22 | 39 | 9,8 | 1,1 | 100,6 | 106,4 | 53,7 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | |
| ольник к/м с перл. | 250 | 4,65 | 10,01 | 10,08 | 132,3 | 0,12 | 7,7 | 0,03 | 0,3 | 30,4 | 154,6 | 35,2 |
| офельное пюре | 200/10 | 4,9 | 7,2 | 34 | 207 | 0,2 | 16,7 | 0,1 | 0,4 | 56,5 | 131,5 | 46,4 |
| леты из говядины | 100 | 21 | 22,2 | 15 | 217,2 | 0 | 1,8 | 0 | 5,80 | 69,4 | 273 | 43 |
| гт из белокач капусты | 100 | 2,1 | 8,5 | 10,5 | 105,5 | 0 | 19,3 | 0,3 | 3,5 | 55,8 | 35,8 | 19,5 |
| лот из смеси сухофруктов | 200 | 4 | 0,06 | 35,2 | 110 | 0,07 | 19,35 | 0,12 | 1,68 | 28,7 | 52,6 | 19,6 |
| 5 "Дарницкий" | 80 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 | 0,1 | 0 | 0 | 0,9 | 7,2 | 34,8 | 7,6 |
| о обед : | | 39,25 | 48,37 | 121,78 | 853,6 | 0,49 | 64,85 | 0,55 | 12,58 | 191,5 | 682,3 | 171,3 |
| УЖИН | | | | | | | | | | | | |
| 5 "Дарницкий" | 80 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 | 0,1 | 0 | 0 | 0,9 | 7,2 | 34,8 | 7,6 |
| ю слив. | 15 | 0,4 | 62,5 | 0,8 | 700 | 0 | 0 | 0,59 | 21 | 12 | 19 | 0,4 |
| с мол. | 200 | 1,64 | 1,64 | 2,38 | 30 | 0,1 | 5,06 | 0 | 0 | 10,66 | 5,76 | 4,68 |
| в с говядиной | 200 | 18,8 | 15,6 | 18,6 | 215,7 | 0,2 | 0,89 | 0,73 | 2,5 | 30,1 | 273,6 | 49,17 |
| о ужин : | | 23,44 | 80,14 | 38,78 | 1027,3 | 0,4 | 5,95 | 0,59 | 24,4 | 59,96 | 333,16 | 61,85 |
| ЛЕГКИЙ УЖИН: | | | | | | | | | | | | |
| енка | 200 | 12 | 2 | 8,4 | 80 | 0,05 | 7,75 | 1 | 0 | 248 | 184 | 28 |
| оки св. | 100 | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,6 | 0,05 | 6 | 6 | 0,9 | 21,7 | 14,9 | 10,8 |
| о легкий ужин: | | 12,6 | 2,6 | 22,7 | 148,6 | 0,05 | 7,4 | 6 | 0,9 | 269,7 | 198,9 | 38,8 |
| ОГО: | | 104,81 | 221,71 | 274,86 | 3674,84 | 1,498 | 157,3 | 27,45 | 62,08 | 1116,66 | 1750,56 | 422,55 |

Директор



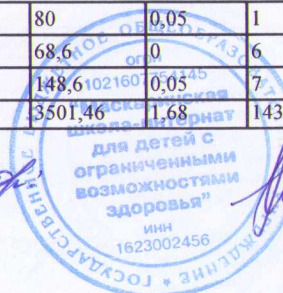
М.И. Сабитов

/ Сабитов

5-ый день

| Наименование блюда | Масса порции | Пищевые в-ва (г.) | | | Энергетич. ценность | Витамины (мг.) | | | | Минеральные в-ва | | |
|----------------------------|--------------|-------------------|--------|--------|---------------------|----------------|-------|-------|-------|------------------|---------|-------|
| | | Б | Ж | У | | В | С | А | Е | Са | Р | Мг |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | |
| Пшеничный | 120 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 0,1 | 0 | 0 | 0,8 | 9,2 | 33,6 | 13,3 |
| Слив. | 15 | 0,4 | 62,5 | 0,8 | 700 | 0 | 0 | 0,59 | 21 | 12 | 19 | 0,4 |
| Сметанная мол. | 200/10 | 6 | 5 | 30,8 | 200 | 0,1 | 0,5 | 0,1 | 1,3 | 118,2 | 107,7 | 19,3 |
| Мол. | 200 | 0,1 | 0 | 9,9 | 39,9 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2,5 | 3,7 | 2 |
| Яйцо | 100 | 1,4 | 0,3 | 8,1 | 34,2 | 0,1 | 37 | 9,8 | 0,3 | 47,2 | 31,9 | 18,3 |
| Завтрак: | | 11 | 68 | 69,7 | 1068,8 | 0,3 | 37,5 | 10,49 | 23,4 | 189,1 | 195,9 | 52,3 |
| 2-ой завтрак | | | | | | | | | | | | |
| Хлеб из с/ф | 200 | 4 | 0,06 | 35,2 | 110 | 0,07 | 19,35 | 0,12 | 1,68 | 28,7 | 52,6 | 19,3 |
| Сырная творожная | 150/15 | 20,44 | 20 | 29,6 | 325 | 0,08 | 0,8 | 0,12 | 0,4 | 266,1 | 354 | 36,6 |
| Яйцо | 100 | 1,4 | 0,3 | 12,1 | 64,2 | 0,1 | 37 | 9,8 | 0,3 | 47,2 | 31,9 | 18,3 |
| Пшеничный | 120 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 0,1 | 0 | 0 | 0,8 | 9,2 | 33,6 | 13,3 |
| 2-ой завтрак: | | 28,94 | 20,56 | 97 | 593,9 | 0,35 | 57,15 | 10,04 | 3,18 | 351,2 | 472,1 | 87,3 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | |
| Суп из пшена со смет | 250/15 | 10 | 8,63 | 7,9 | 167,3 | 0,09 | 9,67 | 0 | 0,13 | 64,3 | 75,6 | 19,3 |
| Суп со рагу с мясом говяд. | 200/5 | 3,46 | 6,26 | 9,98 | 102,5 | 0,1 | 12,52 | 0 | 3,96 | 42,84 | 90,14 | 38,3 |
| Хлеб | 200 | 0,8 | 0 | 23 | 94 | 0,02 | 2 | 0 | 0 | 42 | 32 | 22 |
| "Дарницкий" | 80 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 | 0,1 | 0 | 0 | 0,9 | 7,2 | 34,8 | 7,6 |
| Салат вар. дольками | 100 | 1,17 | 6,96 | 8,8 | 60 | 0,02 | 10 | 0,02 | 34,5 | 45 | 30,1 | 16,3 |
| Обед: | | 18,03 | 22,25 | 66,68 | 505,4 | 0,33 | 34,19 | 0,02 | 39,49 | 201,34 | 262,64 | 102,3 |
| УЖИН | | | | | | | | | | | | |
| "Дарницкий" | 80 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 | 0,1 | 0 | 0 | 0,9 | 7,2 | 34,8 | 7,6 |
| Сметанная мол. | 200 | 4,62 | 4,02 | 43,8 | 177,56 | 0,05 | 2,06 | 0,01 | 0,17 | 158,7 | 126,2 | 15,3 |
| Сметанная котлеты | 100 | 13,7 | 6,2 | 4,4 | 97,1 | 0,2 | 0,7 | 0 | 1,7 | 43,4 | 176,9 | 28,3 |
| Сметанная пюре | 200 | 14,8 | 12 | 28,5 | 128,5 | 0,3 | 4,6 | 0,3 | 2,9 | 49,6 | 133,9 | 44,3 |
| Слив. | 15 | 0,4 | 62,5 | 0,8 | 700 | 0 | 0 | 0,59 | 21 | 12 | 19 | 0,4 |
| Ужин: | | 36,12 | 85,12 | 94,5 | 1184,76 | 0,65 | 7,36 | 0,9 | 26,67 | 270,9 | 490,8 | 96,3 |
| ЛЕГКИЙ УЖИН: | | | | | | | | | | | | |
| Сметанная каша | 200 | 12 | 2 | 8,4 | 80 | 0,05 | 1 | 0 | 0 | 248 | 184 | 28,3 |
| Сметанная св. | 100 | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,6 | 0 | 6 | 6 | 0,9 | 21,7 | 14,9 | 10,3 |
| Легкий ужин: | | 12,6 | 2,6 | 22,7 | 148,6 | 0,05 | 7 | 6 | 0,9 | 269,7 | 198,9 | 38,6 |
| Итого: | | 106,69 | 198,53 | 350,58 | 3501,46 | 1,68 | 143,2 | 27,45 | 93,64 | 1282,24 | 1620,34 | 376,3 |

Директор



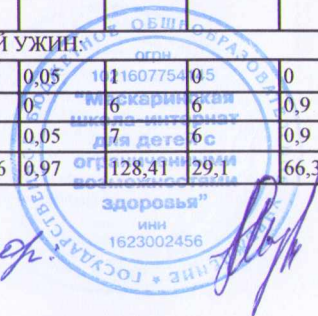
[Handwritten signature]

/ Сабитов И.

6-ой день

| Наименование блюда | Масса порции | Пищевые в-ва (г.) | | | Энергетическая ценность | Витамины (мг.) | | | | Минеральные в-ва | | |
|---------------------|--------------|-------------------|--------|-------|-------------------------|----------------|--------|-------|-------|------------------|--------|-------|
| | | Б | Ж | У | | В | С | А | Е | Са | Р | Мg |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | |
| Пшеничный | 120 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 0,1 | 0 | 0 | 0,8 | 9,2 | 33,6 | 13,2 |
| Слив. | 10 | 0,4 | 62,5 | 0,8 | 700 | 0 | 0 | 0,59 | 21 | 12 | 19 | 0,4 |
| Пшенич молочная | 200/8 | 10,8 | 10,9 | 57,8 | 367,9 | 0,1 | 0,6 | 0 | 0,1 | 123,4 | 146,5 | 28,5 |
| С молоком | 200 | 4,62 | 4,02 | 43,8 | 177,56 | 0,05 | 2,06 | 0,01 | 0,17 | 158,7 | 126,2 | 15,2 |
| | 30 | 3,2 | 4,1 | 32,6 | 106,4 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2,1 | 7,6 | 0,6 |
| Син | 100 | 1,4 | 0,3 | 8,1 | 34,2 | 0,1 | 37 | 9,8 | 0,3 | 47,2 | 31,9 | 18 |
| | 24 | 4,3 | 5,4 | 0 | 67,4 | 0 | 0 | 0,1 | 0,1 | 142,8 | 76,4 | 5,4 |
| Завтрак: | | 27,82 | 87,42 | 163,2 | 1548,16 | 0,35 | 39,66 | 10,49 | 22,47 | 495,4 | 441,2 | 81,3 |
| 2-ОЙ ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | |
| Сметаной | 250/15 | 9,1 | 10,5 | 15,9 | 194,9 | 0,1 | 20,3 | 0,2 | 2,5 | 62,3 | 120,2 | 38,7 |
| Бобы отварные | 200/10 | 7,6 | 9,2 | 48,8 | 150,7 | 0,1 | 0 | 0 | 0,9 | 14,3 | 32,8 | 6,8 |
| Из говядины | 100 | 10 | 15,3 | 5,5 | 132,4 | 0 | 0,8 | 0 | 4,4 | 19,4 | 176 | 23 |
| "Дарницкий" | 80 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 | 0,1 | 0 | 0 | 0,9 | 7,2 | 34,8 | 7,6 |
| Морковный | 100 | 1,16 | 8,3 | 14,6 | 98,8 | 0 | 2 | 1,8 | 4,2 | 44,3 | 48 | 33 |
| | 100 | 1,4 | 0,3 | 12,1 | 64,2 | 0,1 | 37 | 9,8 | 0,3 | 47,2 | 31,9 | 18 |
| С/ф | 200 | 4 | 0,06 | 35,2 | 110 | 0,07 | 19,35 | 0,12 | 1,68 | 28,7 | 52,6 | 19,6 |
| Обед: | | 35,86 | 44,06 | 149,1 | 832,6 | 0,47 | 79,45 | 11,92 | 14,88 | 223,4 | 496,3 | 146,7 |
| УЖИН | | | | | | | | | | | | |
| Сметаной | 200 | 5,8 | 9,2 | 42,6 | 277,5 | 0 | 0,5 | 0,1 | 0,4 | 113,8 | 134,3 | 32,2 |
| Из говядины | 100 | 21 | 22,2 | 15 | 217,2 | 0 | 1,8 | 0 | 5,8 | 69,4 | 273 | 43 |
| "Дарницкий" | 80 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 | 0,1 | 0 | 0 | 0,9 | 7,2 | 34,8 | 7,6 |
| Слив. | 10 | 0,4 | 62,5 | 0,8 | 700 | 0 | 0 | 0,59 | 21 | 12 | 19 | 0,4 |
| Слад. | 200 | 0,1 | 0 | 9,9 | 39,9 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2,5 | 3,7 | 2 |
| Ужин: | | 29,9 | 94,3 | 85,3 | 1316,2 | 0,1 | 2,3 | 0,69 | 28,1 | 204,9 | 464,8 | 85,2 |
| ЛЕГКИЙ УЖИН | | | | | | | | | | | | |
| Сметаной | 200 | 12 | 2 | 8,4 | 80 | 0,05 | 10,1 | 0,5 | 0 | 248 | 184 | 28 |
| Сметаной | 100 | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,6 | 0,02 | 6 | 0,6 | 0,9 | 21,7 | 14,9 | 10,8 |
| Легкий ужин: | | 12,6 | 2,6 | 22,7 | 148,6 | 0,05 | 17 | 1,1 | 0,9 | 269,7 | 198,9 | 38,8 |
| Итого: | | 106,18 | 228,38 | 420,3 | 3845,56 | 0,97 | 128,41 | 29,1 | 66,35 | 1193,4 | 1601,2 | 352 |

Директор



Сабитов И. А.

7-ой день

| Наименование блюда | Масса порции | Пищевые в-ва (г.) | | | Энергетическая ценность | Витамины (мг.) | | | | Минеральные в-ва | | |
|---------------------------|--------------|-------------------|--------|--------|-------------------------|----------------|--------|-------|-------|------------------|--------|----|
| | | Б | Ж | У | | В | С | А | Е | Ca | P | Mg |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | |
| Пшеничный | 120 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 0,1 | 0 | 0 | 0,8 | 9,2 | 33,6 | 1 |
| Слив. | 15 | 0,4 | 62,5 | 0,8 | 700 | 0 | 0 | 0,59 | 21 | 12 | 19 | 0 |
| | 200/5 | 16,6 | 18,24 | 2,88 | 200 | 0,1 | 3 | 0 | 0 | 0,96 | 1,2 | 0 |
| Напиток из цикория | 200 | 4,32 | 4,6 | 9,6 | 129,94 | 0,038 | 2,9 | 0,02 | 0 | 159 | 118,4 | 1 |
| | 30 | 1 | 8,8 | 18,8 | 154,2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2,2 | 8,9 | 0 |
| Син | 100 | 1,4 | 0,3 | 8,1 | 34,2 | 0,1 | 37 | 9,8 | 0,3 | 47,2 | 31,9 | 1 |
| Завтрак: | | 26,82 | 94,64 | 60,28 | 1313,04 | 0,338 | 42,9 | 10,41 | 22,1 | 230,56 | 213 | 5 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | |
| Картофель с фрикадельками | 250 | 2,1 | 2,15 | 16,5 | 90 | 0,1 | 20 | 0,8 | 0,9 | 66,15 | 64,1 | 2 |
| Картофель | 100 | 1,57 | 5,18 | 6,7 | 129,23 | 0,06 | 8,75 | 0 | 1,85 | 21,76 | 44,85 | 1 |
| Суп из с/ф | 200 | 4 | 0,06 | 35,2 | 110 | 0,07 | 19,35 | 0,12 | 1,68 | 28,7 | 52,6 | 1 |
| | 100 | 1,4 | 0,3 | 12,1 | 64,2 | 0,1 | 37 | 9,8 | 0,3 | 47,2 | 31,9 | 1 |
| "Дарницкий" | 120 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 | 0,1 | 0 | 0 | 0,9 | 7,2 | 34,8 | 7 |
| Обед: | | 11,67 | 8,09 | 87,5 | 475,03 | 0,43 | 85,1 | 10,72 | 5,63 | 171,01 | 228,25 | 9 |
| УЖИН | | | | | | | | | | | | |
| Пшеничный | 160 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 0,1 | 0 | 0 | 0,8 | 9,2 | 33,6 | 1 |
| Картофель | 200 | 0,1 | 0 | 9,9 | 39,9 | 0 | 1,43 | 0 | 0 | 2,5 | 3,7 | 2 |
| Перловая мол. | 200/10 | 4,6 | 4,3 | 5,7 | 100 | 0,04 | 0,6 | 0,05 | 0,4 | 31 | 12 | 7 |
| С говядиной | 100 | 10 | 15,3 | 5,5 | 132,4 | 0 | 0,8 | 0 | 4,4 | 19,4 | 176 | 2 |
| Слив. | 10 | 0,4 | 62,5 | 0,8 | 700 | 0 | 0 | 0,59 | 21 | 12 | 19 | 0 |
| Ужин: | | 18,2 | 82,3 | 42 | 1067 | 0,14 | 2,83 | 0,64 | 26,6 | 74,1 | 244,3 | 1 |
| ЛЕГКИЙ УЖИН | | | | | | | | | | | | |
| Капуста | 200 | 12 | 2 | 8,4 | 80 | 0,05 | 1 | 0 | 0 | 248 | 184 | 2 |
| Свекла | 100 | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,6 | 0 | 6 | 6 | 0,9 | 21,7 | 14,9 | 1 |
| Легкий ужин: | | 12,6 | 2,6 | 22,7 | 148,6 | 0,05 | 7 | 6 | 0,9 | 269,7 | 198,9 | 3 |
| Итого: | | 69,29 | 187,63 | 212,48 | 3003,67 | 0,958 | 137,83 | 27,77 | 55,23 | 745,37 | 884,45 | 2 |

Директор:



/ Семенов И. И.

8-ой день

| Наименование блюда | Масса порции | Пищевые в-ва (г.) | | | Энергет. ич. | Витамины (мг.) | | | | Минеральные в-ва | | |
|--------------------------|--------------|-------------------|-------|--------|--------------|----------------|--------|-------|-------|------------------|--------|-------|
| | | Б | Ж | У | | В | С | А | Е | Са | Р | Мг |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | |
| Хлеб пшеничный | 120 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 0,1 | 0 | 0 | 0,8 | 9,2 | 33,6 | 13,2 |
| Сло слив. | 10 | 0,4 | 62,5 | 0,8 | 700 | 0 | 0 | 0,59 | 21 | 12 | 19 | 0,4 |
| Мука манная мол. | 200/10 | 6 | 5 | 30,8 | 200 | 0,1 | 0,5 | 0,1 | 1,3 | 118,2 | 107,7 | 19,1 |
| Какао с молоком | 200 | 4,62 | 4,02 | 43,8 | 177,56 | 0,05 | 2,06 | 0,01 | 0,17 | 158,7 | 126,2 | 15,2 |
| Вит.Ельсин | 100 | 1,4 | 0,3 | 8,1 | 34,2 | 0,1 | 37 | 9,8 | 0,3 | 47,2 | 31,9 | 18 |
| Сыр | 24 | 4,3 | 5,4 | 0 | 67,4 | 0 | 0 | 0,1 | 0,1 | 142,8 | 76,4 | 5,4 |
| Итого завтрак: | | 19,82 | 77,42 | 103,6 | 1273,86 | 0,35 | 39,56 | 10,59 | 23,67 | 488,1 | 394,8 | 71,3 |
| 2-ОЙ ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | |
| Сметанот из с/ф | 200 | 4 | 0,06 | 35,2 | 110 | 0,07 | 19,35 | 0,12 | 1,68 | 28,7 | 52,6 | 19,6 |
| Хлеб | 100 | 1,4 | 0,3 | 12,1 | 64,2 | 0,1 | 37 | 9,8 | 0,3 | 47,2 | 31,9 | 18 |
| Хлеб пшеничный | 120 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 0,1 | 0 | 0 | 0,8 | 9,2 | 33,6 | 13,2 |
| Творожка с творогом | 100 | 4,8 | 4,7 | 46,9 | 248,3 | 0,1 | 0,1 | 0 | 0,3 | 15,5 | 45,1 | 8,5 |
| Итого 2-ой завтрак: | | 13,3 | 5,26 | 114,3 | 517,2 | 0,37 | 56,45 | 9,92 | 3,08 | 100,6 | 163,2 | 59,3 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | |
| Горох к/м | 250 | 9,2 | 7,7 | 16,3 | 130,2 | 0,3 | 5,8 | 0,4 | 4,4 | 55,9 | 141,4 | 44,9 |
| Мука пшеничная мол. | 200/10 | 7,51 | 11,72 | 37,05 | 285 | 0,2 | 1,17 | 0,1 | 2,1 | 138,1 | 223,6 | 47,6 |
| Котлеты из говядины | 100 | 10 | 15,3 | 5,5 | 132,4 | 0 | 0,8 | 0 | 4,4 | 19,4 | 176 | 23 |
| Котлетки | 200 | 0,8 | 0 | 23 | 94 | 0,02 | 2 | 0 | 0 | 42 | 32 | 22 |
| Салат из белокач.капусты | 100 | 2,1 | 8,5 | 10,5 | 105,5 | 0 | 19,3 | 0,3 | 3,5 | 55,8 | 35,8 | 19,5 |
| Хлеб "Дарницкий" | 80 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 | 0,1 | 0 | 0 | 0,9 | 7,2 | 34,8 | 7,6 |
| Итого обед: | | 32,21 | 43,62 | 109,35 | 828,7 | 0,62 | 29,07 | 0,8 | 15,3 | 318,4 | 643,6 | 164,6 |
| УЖИН | | | | | | | | | | | | |
| Хлеб "Дарницкий" | 80 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 | 0,1 | 0 | 0 | 0,9 | 7,2 | 34,8 | 7,6 |
| Сло слив. | 10 | 0,4 | 62,5 | 0,8 | 700 | 0 | 0 | 0,59 | 21 | 12 | 19 | 0,4 |
| Пюре. Пюре | 200/10 | 4,9 | 7,2 | 34 | 207 | 0,2 | 16,7 | 0,1 | 0,4 | 56,5 | 131,5 | 46,4 |
| Пельмени котлеты | 100 | 13,7 | 6,2 | 4,4 | 97,1 | 0,2 | 0,7 | 0 | 1,7 | 43,4 | 176,9 | 28,6 |
| Слад. | 200 | 0,1 | 0 | 9,9 | 39,9 | 0 | 1,43 | 0 | 0 | 2,5 | 3,7 | 2 |
| Итого ужин: | | 21,7 | 76,3 | 66,1 | 1125,6 | 0,5 | 18,83 | 0,69 | 24 | 121,6 | 365,9 | 85 |
| ЛЕГКИЙ УЖИН: | | | | | | | | | | | | |
| Котлетки | 200 | 12 | 2 | 8,4 | 80 | 0,05 | 1 | 0 | 0 | 248 | 184 | 28 |
| Пюре св. | 100 | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,6 | 0,05 | 6 | 6 | 0,9 | 21,7 | 14,9 | 10,8 |
| Итого легкий ужин: | | 12,6 | 2,6 | 22,7 | 148,6 | 0,05 | 7 | 6 | 0,9 | 269,7 | 198,9 | 38,8 |
| ИТОГО: | | 99,63 | 205,2 | 416,05 | 3893,96 | 1,89 | 150,91 | 28 | 66,95 | 1298,4 | 1766,4 | 419 |

Директор:



И. Сабитов

9-ЫЙ ДЕНЬ

| Наименование блюда | Масса порции | Пищевые в-ва (г.) | | | Энергетическая ценность | Витамины (мг.) | | | | Минеральные в-ва | | |
|---------------------|--------------|-------------------|--------|-------|-------------------------|----------------|--------|-------|-------|------------------|---------|------|
| | | Б | Ж | У | | В | С | А | Е | Са | Р | Мг |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | |
| Пшеничный | 120 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 0,1 | 0 | 0 | 0,8 | 9,2 | 33,6 | 13,2 |
| слив. | 10 | 0,4 | 62,5 | 0,8 | 700 | 0 | 0 | 0,59 | 21 | 12 | 19 | 0,4 |
| Геркулес мол. | 200/10 | 9,7 | 8,3 | 36,8 | 212 | 0,1 | 0,6 | 0 | 0,9 | 124,7 | 150,5 | 41,7 |
| Син | 100 | 1,4 | 0,3 | 8,1 | 34,2 | 0,1 | 37 | 9,8 | 0,3 | 47,2 | 31,9 | 18 |
| Сок из цикория | 200 | 4,32 | 4,6 | 9,6 | 129,94 | 0,038 | 2,9 | 0,02 | 0 | 159 | 118,4 | 18,2 |
| Завтрак: | | 18,92 | 75,9 | 75,4 | 1170,84 | 0,338 | 40,5 | 10,41 | 23 | 352,1 | 353,4 | 91,5 |
| 2-ОЙ ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | |
| Сок из с/ф | 200 | 4 | 0,06 | 35,2 | 110 | 0,07 | 19,35 | 0,12 | 1,68 | 28,7 | 52,6 | 19,6 |
| Пшеничный | 160 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 0,1 | 0 | 0 | 0,8 | 9,2 | 33,6 | 13,2 |
| вар. | 1 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 | 0,03 | 0 | 0,1 | 0,2 | 22 | 77 | 5 |
| | 100 | 1,4 | 0,3 | 12,1 | 64,2 | 0,1 | 37 | 9,8 | 0,3 | 47,2 | 31,9 | 18 |
| | 30 | 1 | 8,8 | 18,8 | 154,2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2,2 | 8,9 | 0,5 |
| 2-ой завтрак: | | 14,6 | 13,96 | 86,5 | 486,1 | 0,3 | 56,35 | 10,02 | 2,98 | 109,3 | 204 | 56,3 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | |
| Сок/м со сметаной | 250/15 | 8,4 | 10,3 | 13,7 | 105,2 | 0,1 | 12,3 | 0,2 | 2,4 | 52,1 | 109,8 | 34,5 |
| с говядиной | 200 | 18,8 | 15,6 | 18,6 | 215,7 | 0,2 | 0,89 | 0,73 | 2,5 | 30,1 | 273,6 | 49,1 |
| морковный | 100 | 1,16 | 8,3 | 14,6 | 98,8 | 0 | 2 | 1,8 | 4,2 | 44,3 | 48 | 33 |
| | 200 | 0,8 | 0 | 23 | 94 | 0,02 | 2 | 0 | 0 | 42 | 32 | 22 |
| "Дарницкий" | 80 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 | 0,1 | 0 | 0 | 0,9 | 7,2 | 34,8 | 7,6 |
| Обед: | | 31,76 | 34,6 | 86,9 | 595,3 | 0,42 | 17,19 | 2,73 | 10 | 175,7 | 498,2 | 146 |
| УЖИН | | | | | | | | | | | | |
| "Дарницкий" | 80 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 | 0,1 | 0 | 0 | 0,9 | 7,2 | 34,8 | 7,6 |
| слив. | 10 | 0,4 | 62,5 | 0,8 | 700 | 0 | 0 | 0,59 | 21 | 12 | 19 | 0,4 |
| Над. | 200 | 0,1 | 0 | 9,9 | 39,9 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2,5 | 0 | 2 |
| с сметаной | 200/10 | 18 | 9 | 3 | 164,3 | 0,04 | 0,5 | 0,08 | 0 | 164 | 95 | 23,3 |
| ное рагу с мясом | 200/5 | 3,46 | 6,26 | 9,9 | 102,5 | 0,1 | 12,52 | 0 | 3,96 | 42,84 | 90,14 | 38,5 |
| Ужин: | | 24,56 | 78,16 | 40,6 | 1088,3 | 0,24 | 13,02 | 0,67 | 25,86 | 228,54 | 238,94 | 71,3 |
| ЛЕГКИЙ УЖИН: | | | | | | | | | | | | |
| ка | 200 | 12 | 2 | 8,4 | 80 | 0,05 | 0 | 0 | 0 | 248 | 184 | 28 |
| и св | 100 | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,6 | 0 | 6 | 6 | 0,9 | 21,7 | 14,9 | 10,3 |
| легкий ужин: | | 12,6 | 2,6 | 22,7 | 148,6 | 0,05 | 6 | 6 | 0,9 | 269,7 | 198,9 | 38,3 |
| О: | | 102,44 | 205,22 | 312,1 | 3489,14 | 1,348 | 134,06 | 29,83 | 62,74 | 1135,34 | 1493,44 | 404 |

Директор:



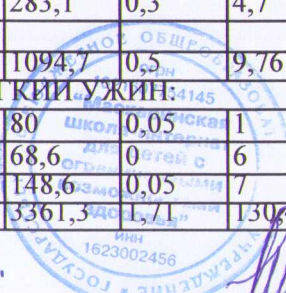
[Handwritten signature]

[Handwritten signature]

10-ый день

| Наименование блюда | Масса порции | Пищевые в-ва (г.) | | | Энергет. ич. ценность | Витамины (мг.) | | | | Минеральные в-ва | | |
|----------------------|--------------|-------------------|--------|--------|-----------------------|----------------|--------|-------|-------|------------------|---------|------|
| | | Б | Ж | У | | В | С | А | Е | Са | Р | Мг |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | |
| Пшеничный | 120 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 0,1 | 0 | 0 | 0,8 | 9,2 | 33,6 | 13,3 |
| | 200 | 16,6 | 18,24 | 2,88 | 200 | 0,1 | 3 | 0 | 0 | 0,96 | 1,2 | 0 |
| Слив. | 15 | 0,4 | 62,5 | 0,8 | 700 | 0 | 0 | 0,59 | 21 | 12 | 19 | 0,4 |
| Син | 100 | 1,4 | 0,3 | 8,1 | 34,2 | 0,1 | 37 | 9,8 | 0,3 | 47,2 | 31,9 | 18 |
| Мад. | 200 | 0,1 | 0 | 9,9 | 39,9 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2,5 | 0 | 2 |
| | 24 | 4,3 | 5,4 | 0 | 67,4 | 0 | 0 | 0,1 | 0,1 | 142,8 | 76,4 | 5,4 |
| Завтрак: | | 25,9 | 86,64 | 41,78 | 1136,2 | 0,3 | 40 | 10,49 | 22,2 | 214,66 | 162,1 | 39 |
| 2-ОИ ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | |
| | 200 | 0,8 | 0 | 23 | 94 | 0,02 | 2 | 0 | 0 | 42 | 32 | 22 |
| Пшеничный | 160 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 0,1 | 0 | 0 | 0,8 | 9,2 | 33,6 | 13,3 |
| | 100 | 1,4 | 0,3 | 12,1 | 64,2 | 0,1 | 37 | 9,8 | 0,3 | 47,2 | 31,9 | 18 |
| Шки с карт. | 80 | 5,4 | 5,8 | 32,4 | 95 | 0,1 | 2,3 | 0 | 0,3 | 18,9 | 61,1 | 13 |
| 2-ой завтрак: | | 10,7 | 6,3 | 87,6 | 347,9 | 0,32 | 41,3 | 9,8 | 1,4 | 117,3 | 158,6 | 66, |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | |
| Супчик к/м с перл. | | | | | | | | | | | | |
| ст. | 250/10 | 4,65 | 10,01 | 10,08 | 132,3 | 0,12 | 7,7 | 0,03 | 0,3 | 30,4 | 154,6 | 35, |
| Борщи отварные | 200/10 | 7,6 | 9,2 | 48,8 | 150,7 | 0,1 | 0 | 0 | 0,9 | 14,3 | 32,8 | 6,8 |
| Котлеты тефтели | 50/50 | 12,7 | 5,2 | 4,4 | 95,1 | 0,2 | 0,7 | 0 | 1,7 | 41,4 | 174,9 | 25, |
| "Дарницкий" | 80 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 | | 0 | 0 | 0,9 | 7,2 | 34,8 | 7,6 |
| Салат из с/ф | 200 | 4 | 0,06 | 35,2 | 110 | 0,12 | 19,35 | 0,12 | 1,68 | 28,7 | 52,6 | 19, |
| Салат из вар. свеклы | 100 | 1,8 | 10 | 10 | 64,2 | 0 | 4,6 | 0 | 4,4 | 38,2 | 44,6 | 22, |
| Обед: | | 33,35 | 34,87 | 125,48 | 633,9 | 0,54 | 32,35 | 0,15 | 9,88 | 160,2 | 494,3 | 117, |
| УЖИН | | | | | | | | | | | | |
| "Дарницкий" | 80 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 | 0,1 | 0 | 0 | 0,9 | 7,2 | 34,8 | 7,6 |
| Слив. | 15 | 0,4 | 62,5 | 0,8 | 700 | 0 | 0 | 0,59 | 21 | 12 | 19 | 0,4 |
| Суп с молоком | 200 | 1,64 | 1,64 | 2,38 | 30 | 0,1 | 5,06 | 0 | 0 | 10,66 | 5,76 | 4,6 |
| Суповое пюре | 200 | 17,7 | 14,2 | 27,4 | 283,1 | 0,3 | 4,7 | 0,5 | 2,7 | 53,4 | 126,9 | 48, |
| Суп с мясным фаршем | | | | | | | | | | | | |
| Ужин: | | 22,34 | 78,74 | 47,58 | 1094,7 | 0,5 | 9,76 | 1,09 | 24,6 | 83,26 | 186,46 | 61, |
| ЛЕГКИЙ УЖИН: | | | | | | | | | | | | |
| Салат | 200 | 12 | 2 | 8,4 | 80 | 0,05 | 1 | 0 | 0 | 248 | 184 | 28 |
| Суп с св. | 100 | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,6 | 0,07 | 6 | 6 | 0,9 | 21,7 | 14,9 | 10, |
| Легкий ужин: | | 12,6 | 2,6 | 22,7 | 148,6 | 0,05 | 7 | 6 | 0,9 | 269,7 | 198,9 | 38, |
| Итого: | | 104,89 | 209,15 | 325,14 | 3361,3 | 1,71 | 130,41 | 27,53 | 58,98 | 845,12 | 1200,36 | 322, |

Директор:



[Handwritten signature]

Сабитов И.

11-ЫЙ ДЕНЬ

| Наименование блюда | Масса порции | Пищевые в-ва (г.) | | | Энергетич. ценность | Витамины (мг.) | | | | Минеральные в-ва | | |
|---------------------------|--------------|-------------------|--------|--------|---------------------|----------------|--------|-------|-------|------------------|---------|-------|
| | | Б | Ж | У | | В | С | А | Е | Са | Р | Мg |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | |
| Пшеничный | 120 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 0,1 | 0 | 0 | 0,8 | 9,2 | 33,6 | 13,2 |
| с слив. | 10 | 0,4 | 62,5 | 0,8 | 700 | 0 | 0 | 0,59 | 21 | 12 | 19 | 0,4 |
| мол. | 200 | 1,64 | 1,64 | 2,38 | 30 | 0,1 | 5,06 | 0 | 0 | 10,66 | 5,76 | 4,68 |
| яичневая молочная | 200/15 | 7,5 | 5,9 | 42,5 | 297,1 | 0,1 | 0,5 | 0,1 | 0,2 | 136,5 | 220,5 | 33,1 |
| син | 100 | 1,4 | 0,3 | 8,1 | 34,2 | 0,1 | 37 | 9,8 | 0,3 | 47,2 | 31,9 | 18 |
| завтрак: | | 14,04 | 70,54 | 73,88 | 1156 | 0,4 | 42,56 | 10,49 | 22,3 | 215,56 | 310,76 | 69,38 |
| 2-ОЙ ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | |
| с молоком | 200 | 4,62 | 4,02 | 43,8 | 177,56 | 0,05 | 2,06 | 0,01 | 0,17 | 158,7 | 126,2 | 15,2 |
| | 30 | 3,2 | 4,1 | 32,6 | 106,4 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2,1 | 7,6 | 0,6 |
| | 100 | 1,4 | 0,3 | 12,1 | 64,2 | 0,1 | 37 | 9,8 | 0,3 | 47,2 | 31,9 | 18 |
| пшенич. | 160 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 0,1 | 0 | 0 | 0,8 | 9,2 | 33,6 | 13,2 |
| 2-ой завтрак: | | 12,32 | 8,62 | 108,6 | 442,86 | 0,25 | 39,06 | 9,81 | 1,27 | 217,2 | 199,3 | 47 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | |
| паша дом.к/м | 250 | 4,22 | 3,95 | 22,66 | 152 | 0,1 | 5,52 | 0,02 | 0,3 | 24,64 | 76,3 | 26,79 |
| паша тушенная с мяс.фарше | 200/10 | 10 | 8,2 | 10,8 | 280 | 0,08 | 40,32 | 0,17 | 0,19 | 104,22 | 35,15 | 20,03 |
| котлет из с/ф | 200 | 4 | 0,06 | 35,2 | 110 | 0,07 | 19,35 | 0,12 | 1,68 | 28,7 | 52,6 | 19,6 |
| "Дарницкий" | 80 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 | 0,1 | 0 | 0 | 0,9 | 7,2 | 34,8 | 7,6 |
| обед: | | 20,82 | 12,61 | 85,66 | 623,6 | 0,35 | 65,19 | 0,31 | 3,07 | 164,76 | 198,85 | 74,02 |
| УЖИН | | | | | | | | | | | | |
| паша по домашнему | 200/11 | 24,7 | 13,3 | 16,5 | 145,08 | 0,2 | 8,74 | 0,04 | 0,38 | 43,8 | 283,2 | 60,6 |
| "Дарницкий" | 80 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 | 0,1 | 0 | 0 | 0,9 | 7,2 | 34,8 | 7,6 |
| с слив | 10 | 0,4 | 62,5 | 0,8 | 700 | 0 | 0 | 0,59 | 21 | 12 | 19 | 0,4 |
| котлет со сметаной | 200/10 | 18 | 9 | 3 | 164,3 | 0,04 | 0,5 | 0,08 | 0 | 164 | 95 | 23,3 |
| паша | 200 | 0,1 | 0 | 9,9 | 39,9 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2,5 | 3,7 | 2 |
| ужин: | | 45,8 | 85,2 | 47,2 | 1130,88 | 0,34 | 9,24 | 0,71 | 22,28 | 229,5 | 435,7 | 93,9 |
| ЛЕГКИЙ УЖИН: | | | | | | | | | | | | |
| паша | 200 | 12 | 2 | 8,4 | 80 | 0,05 | 1 | 0 | 0 | 248 | 184 | 28 |
| паша св | 100 | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,6 | 0 | 6 | 6 | 0,9 | 21,7 | 14,9 | 10,8 |
| ужин: | | 12,6 | 2,6 | 22,7 | 148,6 | 0,05 | 7,5 | 6 | 0,9 | 269,7 | 198,9 | 38,8 |
| ИТОГО: | | 105,58 | 179,57 | 338,04 | 3501,94 | 1,39 | 163,05 | 27,32 | 49,82 | 1096,72 | 1343,51 | 323,1 |

Директор:



Сабитов

12-ый день

| Наименование блюда | Масса порции | Пищевые в-ва (г.) | | | Энергетич. ценность | Витамины (мг.) | | | | Минеральные в-ва | | |
|---------------------|--------------|-------------------|-------|--------|---------------------|----------------|--------|-------|-------|------------------|---------|-------|
| | | Б | Ж | У | | В | С | А | Е | Са | Р | Мг |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | |
| Пшенич. | 120 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 0,1 | 0 | 0 | 0,8 | 9,2 | 33,6 | 13,2 |
| Слив. | 10 | 0,4 | 62,5 | 0,8 | 700 | 0 | 0 | 0,59 | 21 | 12 | 19 | 0,4 |
| Геркулес молоч | 200/10 | 9,7 | 8,3 | 36,8 | 212 | 0,1 | 0,6 | 0 | 0,9 | 124,7 | 150,5 | 41,7 |
| | 24 | 4,3 | 5,4 | 0 | 67,4 | 0 | 0 | 0,1 | 0,1 | 142,8 | 76,4 | 5,4 |
| Син | 100 | 1,4 | 0,3 | 8,1 | 34,2 | 0,1 | 37 | 9,8 | 0,3 | 47,2 | 31,9 | 18 |
| Пад. | 200 | 0,1 | 0 | 9,9 | 39,9 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2,5 | 3,7 | 2 |
| Завтрак: | | 19 | 76,7 | 75,7 | 1148,2 | 0,3 | 37,6 | 10,49 | 23,1 | 338,4 | 315,1 | 80,7 |
| 2-ОЙ ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | |
| Банка с творогом | 100/15 | 20,44 | 20 | 29,6 | 325 | 0,08 | 0,8 | 0,12 | 0,4 | 226,1 | 354 | 36,6 |
| От из с/ф | 200 | 4 | 0,06 | 35,2 | 110 | 0,07 | 19,35 | 0,12 | 1,68 | 28,7 | 52,6 | 19,6 |
| | 100 | 1,4 | 0,3 | 12,1 | 64,2 | 0,1 | 37 | 9,8 | 0,3 | 47,2 | 31,9 | 18 |
| Пшенич. | 120 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 0,1 | 0 | 0 | 0,8 | 9,2 | 33,6 | 13,2 |
| 2-ой завтрак: | | 28,94 | 20,56 | 97 | 593,9 | 0,35 | 57,15 | 10,04 | 3,18 | 311,2 | 472,1 | 87,4 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | |
| Сметаной | 250/15 | 9,1 | 10,5 | 15,9 | 194,9 | 0,1 | 20,3 | 0,2 | 2,5 | 62,3 | 120,2 | 38,7 |
| Морковный | 100 | 1,16 | 8,3 | 14,6 | 98,8 | 0 | 2 | 1,8 | 4,2 | 44,3 | 48 | 33 |
| Гречн. мол. | 200 | 12 | 11,4 | 59,1 | 393,1 | 0,1 | 0,6 | 0 | 2,1 | 117,3 | 156,3 | 66 |
| Из говядины | 100 | 10 | 15,3 | 5,5 | 132,4 | 0 | 0,8 | 0 | 4,4 | 19,4 | 176 | 23 |
| | 200 | 0,8 | 0 | 23 | 94 | 0,02 | 2 | 0 | 0 | 42 | 32 | 22 |
| "Дарницкий" | 80 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 | 0,1 | 0 | 0 | 0,9 | 7,2 | 34,8 | 7,6 |
| Обед: | | 35,66 | 45,9 | 135,1 | 994,8 | 0,32 | 25,7 | 2 | 14,1 | 292,5 | 567,3 | 190,7 |
| УЖИН | | | | | | | | | | | | |
| Рис молочный | 200/10 | 5,8 | 9,2 | 42,6 | 277,5 | 0 | 0,5 | 0,1 | 0,4 | 113,8 | 134,3 | 32,2 |
| "Дарницкий" | 80 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 | 0,1 | 0 | 0 | 0,9 | 7,2 | 34,8 | 7,6 |
| Слив. | 10 | 0,4 | 62,5 | 0,8 | 700 | 0 | 0 | 0,59 | 21 | 12 | 19 | 0,4 |
| Котлеты | 100 | 13,7 | 6,2 | 4,4 | 97,1 | 0,2 | 0,7 | 0 | 1,7 | 43,3 | 176,9 | 28,6 |
| Мол. | 200 | 1,64 | 1,64 | 2,38 | 30 | 0,1 | 5,06 | 0 | 0 | 10,66 | 5,76 | 4,68 |
| Ужин: | | 24,14 | 79,94 | 67,18 | 1186,2 | 0,4 | 6,26 | 0,69 | 24 | 186,96 | 370,76 | 73,4 |
| ЛЕГКИЙ УЖИН | | | | | | | | | | | | |
| Банка | 200 | 12 | 2 | 8,4 | 80 | 0,05 | 1 | 0 | 0 | 248 | 184 | 28 |
| Св. | 100 | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,6 | 0 | 6,6 | 0,9 | 21,7 | 14,9 | 10,8 | 10,8 |
| Легкий ужин: | | 12,6 | 2,6 | 22,7 | 148,6 | 0,05 | 7,6 | 0,9 | 269,7 | 198,9 | 38,8 | 38,8 |
| Итого: | | 120,34 | 225,7 | 397,68 | 4071,7 | 1,42 | 133,71 | 29,22 | 65,28 | 1398,76 | 1924,16 | 470,7 |

Директор:



/ Соловьев

13- ый день

| Наименование блюда | Масса порции | Пищевые в-ва (г.) | | | Энергетич. ценность | Витамины (мг.) | | | | Минеральные в-ва | | |
|-------------------------------------|--------------|-------------------|--------|--------|---------------------|----------------|-------|-------|-------|------------------|-------|------|
| | | Б | Ж | У | | В | С | А | Е | Ca | P | Mg |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | |
| Пшеничный | 160 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 0,1 | 0 | 0 | 0,8 | 9,2 | 33,6 | 13,0 |
| Пшенич. вивочн. | 15 | 0,4 | 62,5 | 0,8 | 700 | 0 | 0 | 0,59 | 21 | 12 | 19 | 0,4 |
| Сметанная мол. | 200/10 | 6 | 5 | 30,8 | 200 | 0,1 | 0,5 | 0,1 | 1,3 | 118,2 | 107,7 | 19,0 |
| Сыр | 100 | 1,4 | 0,3 | 8,1 | 34,2 | 0,1 | 37 | 9,8 | 0,3 | 47,2 | 31,9 | 18,0 |
| Сметана | 30 | 1 | 8,8 | 18,8 | 154,2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2,2 | 8,9 | 0,5 |
| Из цикория | 200 | 4,32 | 4,6 | 9,6 | 129,94 | 0,038 | 2,9 | 0,02 | 0 | 159 | 118,4 | 18,0 |
| ЗАВТРАК: | | 16,22 | 81,4 | 88,2 | 1313,04 | 0,338 | 40,4 | 10,51 | 23,4 | 347,8 | 319,5 | 69,0 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | |
| Пюре из пшеницы с пшеном и сметаной | 250/15 | 10 | 8,63 | 7,9 | 167,3 | 0,09 | 9,67 | 0 | 0,13 | 64,3 | 75,6 | 19,0 |
| Пюре из картофеля | 200 | 14,8 | 12 | 28,5 | 128,5 | 0,3 | 4,6 | 0,3 | 2,9 | 49,6 | 133,9 | 44,0 |
| Пюре из говядины | 100 | 21 | 22,2 | 15 | 217,2 | 0 | 1,8 | 0 | 5,8 | 69,4 | 273 | 43,0 |
| Пюре из моркови с картофелем | 100 | 1,17 | 6,96 | 8,8 | 60 | 0,02 | 10 | 0,02 | 34,5 | 45 | 30,1 | 16,0 |
| Пюре из картофеля | 100 | 1,4 | 0,3 | 12,1 | 64,2 | 0,1 | 37 | 9,8 | 0,3 | 47,2 | 31,9 | 18,0 |
| Пюре из свеклы с картофелем | 200 | 4 | 0,06 | 35,2 | 110 | 0,12 | 19,35 | 0,12 | 1,68 | 28,7 | 52,6 | 19,0 |
| Пюре картофельный | 80 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 | 0,1 | 0 | 0 | 0,9 | 7,2 | 34,8 | 7,0 |
| ОБЕД: | | 54,97 | 50,55 | 124,5 | 828,8 | 0,73 | 82,42 | 10,24 | 46,21 | 311,4 | 631,9 | 16,0 |
| УЖИН | | | | | | | | | | | | |
| Пюре картофельный | 80 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 | 0,1 | 0 | 0 | 0,9 | 7,2 | 34,8 | 7,0 |
| Пшенич. вивочн. | 15 | 0,4 | 62,5 | 0,8 | 700 | 0 | 0 | 0,59 | 21 | 12 | 19 | 0,4 |
| Сметана | 200 | 1,64 | 1,64 | 2,38 | 30 | 0,1 | 5,06 | 0 | 0 | 10,66 | 5,76 | 4,0 |
| Суп рагу с мясом говядины | 200/5 | 3,46 | 6,26 | 9,98 | 102,5 | 0,1 | 12,52 | 0 | 3,96 | 42,84 | 90,14 | 38,0 |
| УЖИН: | | 8,1 | 70,8 | 30,16 | 914,1 | 0,3 | 17,58 | 0,59 | 25,86 | 72,7 | 149,7 | 51,0 |
| ЛЕГКИЙ УЖИН: | | | | | | | | | | | | |
| Сметана | 200 | 12 | 2 | 8,4 | 80 | 0,05 | 1 | 0 | 0 | 248 | 184 | 28,0 |
| Сметана | 100 | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,6 | 0 | 6 | 6 | 0,9 | 21,7 | 14,9 | 10,0 |
| ЛЕГКИЙ УЖИН: | | 12,6 | 2,6 | 22,7 | 148,6 | 0,05 | 7 | 6 | 0,9 | 269,7 | 198,9 | 38,0 |
| | | 91,89 | 205,35 | 265,56 | 3204,54 | 1,418 | 147,4 | 27,34 | 96,37 | 1001,6 | 1300 | 32,0 |

Директор



Сабитов И. А.

14- ый день

| Наименование блюда | Масса порции | Пищевые в-ва (г.) | | | Энергет. ич. ценность | Витамины (мг.) | | | | Минеральные в-ва | | |
|-------------------------------|--------------|-------------------|--------|--------|-----------------------|----------------|--------|-------|-------|------------------|---------|------|
| | | Б | Ж | У | | В | С | А | Е | Са | Р | Мг |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | |
| Пшеничн. | 120 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 0,1 | 0 | 0 | 0,8 | 9,2 | 33,6 | 13,6 |
| шоколадно-сливочн. | 15 | 0,4 | 62,5 | 0,8 | 700 | 0 | 0 | 0,59 | 21 | 12 | 19 | 0,4 |
| Молоко рожки | 250/5 | 8 | 9 | 25,2 | 214,8 | 0,1 | 2,5 | 0,03 | 0,03 | 247 | 20,6 | 3,3 |
| Масло сливочн. | 200 | 0,1 | 0 | 9,9 | 39,9 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2,5 | 3,7 | 2 |
| Сыр | 100 | 1,4 | 0,3 | 8,1 | 34,2 | 0,1 | 37 | 9,8 | 0,3 | 47,2 | 31,9 | 18,6 |
| Яйца | 30 | 3 | 1,9 | 20,8 | 166,8 | 0 | 0 | 4,4 | 0 | 11,6 | 36 | 8 |
| Хлеб | 24 | 4,3 | 5,4 | 0 | 67,4 | 0 | 0 | 0,1 | 0,1 | 142,8 | 76,4 | 5,4 |
| ИТОГО ЗАТРАК : | | 20,3 | 79,3 | 84,9 | 1317,8 | 0,3 | 39,5 | 14,92 | 22,23 | 472,3 | 221,2 | 50,0 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | |
| Картофель с фрикадельками | 250 | 2,1 | 2,15 | 16,5 | 90 | 0,1 | 20 | 0,8 | 0,9 | 66,15 | 64,1 | 26,1 |
| Салат из белокочанной капусты | 100 | 2,1 | 8,5 | 10,5 | 105,5 | 0 | 19,3 | 0,3 | 3,5 | 55,8 | 35,8 | 19,3 |
| Суп овощной | 200 | 0,8 | 0 | 23 | 94 | 0,02 | 2 | 0 | 0 | 42 | 32 | 22 |
| Сыр | 100 | 1,4 | 0,3 | 12,1 | 64,2 | 0,1 | 37 | 9,8 | 0,3 | 47,2 | 31,9 | 18,6 |
| "Дарницкий" | 120 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 | 0,1 | 0 | 0 | 0,9 | 7,2 | 34,8 | 7,6 |
| ИТОГО ОБЕД : | | 9 | 11,35 | 79,1 | 435,3 | 0,32 | 78,3 | 10,9 | 5,6 | 218,35 | 198,6 | 93,0 |
| УЖИН | | | | | | | | | | | | |
| Пшеничн. | 120 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 0,1 | 0 | 0 | 0,8 | 9,2 | 33,6 | 13,6 |
| шоколадно-сливочн. | 20 | 0,4 | 62,5 | 0,8 | 700 | 0 | 0 | 0,59 | 21 | 12 | 19 | 0,4 |
| Суп мясной с макаронами | 200/10 | 11,2 | 5,9 | 63,7 | 445,6 | 0,2 | 0,7 | 0,6 | 0,3 | 205 | 330 | 50 |
| Суп с молоком | 200 | 1,64 | 1,64 | 2,38 | 30 | 0,1 | 5,06 | 0 | 0 | 10,66 | 5,76 | 4,6 |
| ИТОГО УЖИН: | | 16,34 | 70,24 | 86,98 | 1270,3 | 0,4 | 5,76 | 1,19 | 22,1 | 236,86 | 388,36 | 68,0 |
| ЛЕГКИЙ УЖИН | | | | | | | | | | | | |
| Сметана | 200 | 12 | 2 | 8,4 | 80 | 0,05 | 1 | 0 | 0 | 248 | 184 | 28 |
| Сыр | 100 | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,6 | 0,05 | 6 | 6 | 0,9 | 21,7 | 14,9 | 10 |
| ИТОГО ЛЕГКИЙ УЖИН: | | 12,6 | 2,6 | 22,7 | 148,6 | 0,05 | 7 | 6 | 0,9 | 269,7 | 198,9 | 38 |
| ИТОГО: | | 58,24 | 163,49 | 273,68 | 3172 | 1,07 | 130,56 | 33,01 | 50,83 | 1197,21 | 1007,06 | 250 |

Директор:



[Handwritten signature]

Исаев И. В.