



МЕНЮ

ОВЗ

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, С ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250/25		8,20	7,73	15,35	162,55
ГОВЯДИНА Б/К	28,5	25	5,14	4,42	0,00	60,27
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3	2,5	0,04	0,01	0,20	1,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,61	0,19	0,18	0,01	2,45
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	20	20	2,13	0,25	13,68	65,57
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,14	0,02	0,80	3,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК НАТУРАЛЬНЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	200		0,60	0,00	33,00	136,00
СОК НАТУРАЛЬНЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	200	200	0,60	0,00	33,00	136,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20		3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
			11,85	7,98	68,42	393,28
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			11,85	7,98	68,42	393,28



МЕНЮ

ОВЗ

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРИНЫМИ ГРУДКАМИ	250/25		10,82	10,56	18,71	213,29
КУРИНАЯ ГРУДКА	31,87	25	5,12	5,18	0,00	66,95
КАРТОФЕЛЬ	76,92	50	0,97	0,19	7,91	37,35
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	20	20	4,46	0,31	9,33	58,01
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,14	0,02	0,80	3,98
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200		0,00	0,00	9,68	38,70
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20		3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
			13,87	10,81	48,46	346,72
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			13,87	10,81	48,46	346,72



МЕНЮ

ОВЗ

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ	250/25		7,60	10,06	12,40	170,95
ГОВЯДИНА Б/К	32,5	25	5,87	5,04	0,00	68,72
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25	20	0,35	0,02	0,91	5,43
СВЕКЛА	53,33	40	0,58	0,04	3,41	16,30
КАРТОФЕЛЬ	30,77	20	0,39	0,08	3,16	14,94
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,5	10	0,14	0,02	0,80	3,98
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,14	0,00	0,55	2,97
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
КАКАО С МОЛОКОМ	200		3,75	3,01	14,74	102,29
КАКАО-ПОРОШОК	4	4	0,94	0,58	0,40	11,21
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,81	2,43	4,66	52,38
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20		3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
			14,40	13,32	47,21	367,97
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			14,40	13,32	47,21	367,97



МЕНЮ

ОВЗ

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СУП ИЗ ДОМАШНЕЙ ЛАПШИ С КУРАМИ	250/25		7,29	10,13	14,40	177,96
КУРЫ ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ	32,5	25	4,41	4,46	0,00	57,72
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	18	18	1,88	0,22	12,20	58,32
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,11	0,01	0,69	3,28
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,125 шт.	5,03	0,62	0,56	0,04	7,66
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4	4	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,14	0,02	0,80	3,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200		0,00	0,00	9,68	38,70
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20		3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
			10,34	10,38	44,15	311,39
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			10,34	10,38	44,15	311,39

Утверждаю



МЕНЮ

ОВЗ

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРИЦЕЙ	250/25		9,35	12,43	16,43	215,11
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	32,5	25	7,11	7,19	0,00	92,93
КАРТОФЕЛЬ	115,38	75	1,46	0,29	11,86	56,02
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	5,05	5	0,46	0,06	3,25	15,28
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,95	5	0,07	0,01	0,40	1,99
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	15	15	0,12	0,02	0,25	1,89
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	187,5	187,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,20	0,10	15,00	60,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20		3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (ЧОКО ПАЙ)	25					
			12,60	12,78	51,50	369,84
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			12,60	12,78	51,50	369,84



МЕНЮ

ОВЗ

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ		30	0,46	1,48	2,74	26,36
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	29,6	23,7	0,42	0,02	1,08	6,44
МОРКОВЬ	4	3	0,04	0,00	0,20	1,02
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,9	2,9	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ		60/30	8,48	13,64	10,12	197,23
ГОВЯДИНА Б/К	45	38	6,86	5,90	0,00	80,35
КРУПА РИСОВАЯ	8	8	0,59	0,05	3,89	18,38
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	24	20	0,27	0,04	1,59	7,95
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,42	0,05	2,72	12,96
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29	29	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,4	1,4	0,00	1,36	0,00	12,21
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,4	1,4	0,15	0,02	0,95	4,54
МОРКОВЬ	2,4	1,8	0,02	0,00	0,12	0,61
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,7	0,6	0,01	0,00	0,05	0,24
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	4,5	4,5	0,16	0,00	0,51	2,88
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,5	0,5	0,00	0,40	0,00	3,63
САХАР ПЕСОК	0,3	0,3	0,00	0,00	0,29	1,16
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		150/5	5,64	4,67	35,94	208,41
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	52,5	52,5	5,61	0,66	35,90	172,13
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4,5	4,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С		200	0,00	0,00	9,68	38,70
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		20/20	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
			17,63	20,04	78,55	565,43
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			17,63	20,04	78,55	565,43

Утверждаю



МЕНЮ

ОВЗ

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, С ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250/25		8,20	7,73	15,35	162,55
ГОВЯДИНА Б/К	32,5	25	5,14	4,42	0,00	60,27
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3	2,5	0,04	0,01	0,20	1,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,61	0,19	0,18	0,01	2,45
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	20	20	2,13	0,25	13,68	65,57
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,14	0,02	0,80	3,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КАКАО С МОЛОКОМ	200		3,75	3,01	14,74	102,29
КАКАО-ПОРОШОК	4	4	0,94	0,58	0,40	11,21
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,81	2,43	4,66	52,38
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20		3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
			15,00	10,99	50,16	359,57
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			15,00	10,99	50,16	359,57

Утверждаю



МЕНЮ

ОВЗ

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРИНЫМИ ГРУДКАМИ	250/25		10,82	10,56	18,71	213,29
КУРИНАЯ ГРУДКА	31,87	25	5,12	5,18	0,00	66,95
КАРТОФЕЛЬ	76,92	50	0,97	0,19	7,91	37,35
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	20	20	4,46	0,31	9,33	58,01
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,14	0,02	0,80	3,98
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200		0,00	0,00	9,68	38,70
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20		3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
			13,87	10,81	48,46	346,72
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			13,87	10,81	48,46	346,72



МЕНЮ

ОВЗ

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ	250/25		7,60	10,06	12,40	170,95
ГОВЯДИНА Б/К	32,5	25	5,87	5,04	0,00	68,72
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25	20	0,35	0,02	0,91	5,43
СВЕКЛА	53,33	40	0,58	0,04	3,41	16,30
КАРТОФЕЛЬ	30,77	20	0,39	0,08	3,16	14,94
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,5	10	0,14	0,02	0,80	3,98
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,14	0,00	0,55	2,97
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК НАТУРАЛЬНЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	200		0,60	0,00	33,00	136,00
СОК НАТУРАЛЬНЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	200	200	0,60	0,00	33,00	136,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20		3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
			11,25	10,31	65,47	401,68
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			11,25	10,31	65,47	401,68

Утверждаю



МЕНЮ

ОВЗ

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СУП ИЗ ДОМАШНЕЙ ЛАПШИ С КУРАМИ	250/25		7,29	10,13	14,40	177,96
КУРЫ ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ	32,5	25	4,41	4,46	0,00	57,72
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	18	18	1,88	0,22	12,20	58,32
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,11	0,01	0,69	3,28
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,125 шт.	5,03	0,62	0,56	0,04	7,66
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4	4	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,14	0,02	0,80	3,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (ЧОКО ПАЙ)	25					
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200		0,00	0,00	9,68	38,70
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20		3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
			10,34	10,38	44,15	311,39
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			10,34	10,38	44,15	311,39

Утверждаю



МЕНЮ

ОВЗ

ДЕНЬ 11

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ	250/25		8,83	12,24	8,49	179,90
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	32,5	25	7,11	7,19	0,00	92,93
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	63	50	0,87	0,05	2,28	13,58
КАРТОФЕЛЬ	46,15	30	0,58	0,12	4,74	22,41
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,14	0,02	0,80	3,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,20	0,10	15,00	60,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20		3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
			12,08	12,59	43,56	334,63
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			12,08	12,59	43,56	334,63



МЕНЮ

ОВЗ

ДЕНЬ 12

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ МОРКОВИ	80		0,97	0,08	9,01	41,55
МОРКОВЬ	102,4	76,8	0,97	0,08	5,14	26,07
САХАР ПЕСОК	4	4	0,00	0,00	3,87	15,48
КОТЛЕТЫ(БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ) КУРИНЫЕ С СОУСОМ	60/30		9,53	12,30	10,44	190,50
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	47,6	43,3	7,64	7,73	0,00	99,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	10,2	10,2	0,76	0,06	4,97	23,44
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14	14	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5,8	5,8	0,75	0,00	3,46	16,81
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7	0,02	2,96	0,03	26,85
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29	29	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,4	1,4	0,01	1,13	0,01	10,16
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,4	1,4	0,15	0,02	0,95	4,54
МОРКОВЬ	2,27	1,7	0,02	0,00	0,12	0,58
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,7	0,6	0,01	0,00	0,05	0,24
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	4,9	4,9	0,17	0,00	0,56	3,13
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,5	0,5	0,00	0,40	0,00	3,63
САХАР ПЕСОК	0,3	0,3	0,00	0,00	0,29	1,16
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5		7,19	5,88	32,51	211,38
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	59,2	58,61	7,16	1,87	32,47	175,10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	113,8	113,8	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200		0,00	0,00	9,68	38,70
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20		3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			20,74	18,51	81,71	576,86
			20,74	18,51	81,71	576,86