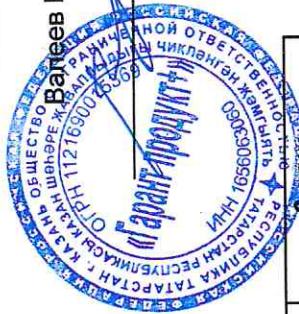


Утверждаю
 Директор
 Ватеев Ильдус Ирекович



МЕНЮ

Питание 8,80 руб.

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день
КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 125	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ 125	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 100	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 125	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ 125	ПЕЧЕНЬЕ 25
ЧАЙ 180	ЧАЙ 180	ЧАЙ 180	ЧАЙ 180	ЧАЙ 180	ЧАЙ 180
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	
Обед					

Утверждаю
 Директор
 Валерий Ильдус Ирекович



МЕНЮ

Питание 8,80 руб.

7 день	8 день	9 день	10 день	11 день	12 день
КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 125 ЧАЙ 180 ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ 125 ЧАЙ 180 ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 125 ЧАЙ 180 ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 125 ЧАЙ 180 ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 100 ЧАЙ 180 ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ПЕЧЕНЬЕ 25 ЧАЙ 180

**МЕНЮ**

Питание 8,80 руб.

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	125		2,1	2,7	13,3	85,5
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	21,1	21	2	0,3	13,3	63,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105,8	105,8	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЧАЙ	180		0,1		0,2	1,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,6	48,6	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			3,5	2,9	22,0	127,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			3,5	2,9	22,0	127,5

**МЕНЮ**

Питание 8,80 руб.

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	125		2,4	2,7	13,9	88,8
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	21,1	21	2,3	0,3	13,9	67,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105,8	105,8	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЧАЙ	180		0,1		0,2	1,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,6	48,6	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			3,8	2,9	22,6	130,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			3,8	2,9	22,6	130,8

**МЕНЮ**

Питание 8,80 руб.

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100		1,2	0,1	10,4	48,4
МОРКОВЬ	129,33	97	1,3	0,1	6,5	33,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ЧАЙ	180		0,1		0,2	1,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,6	48,6	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			2,6	0,3	19,1	90,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			2,6	0,3	19,1	90,4

**МЕНЮ**

Питание 8,80 руб.

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ	125		2,4	5,9	19,2	139,7
КАРТОФЕЛЬ	170,77	111	2,1	0,4	17,6	82,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	23,81	20	0,3	0	1,6	8,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,4	5,4	0	5,4	0	48,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	76,1	76,1	0	0	0	0,0
ЧАЙ	180		0,1		0,2	1,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,6	48,6	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			3,8	6,1	27,9	181,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			3,8	6,1	27,9	181,7

**МЕНЮ**

Питание 8,80 руб.

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	125		2,4	2,7	13,9	88,8
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	21,1	21	2,3	0,3	13,9	67,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105,8	105,8	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЧАЙ	180		0,1		0,2	1,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,6	48,6	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			3,8	2,9	22,6	130,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			3,8	2,9	22,6	130,8

**МЕНЮ**

Питание 8,80 руб.

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
ПЕЧЕНЬЕ	25		1,9	2,5	18,6	104,3
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	2,5	18,6	104,3
ЧАЙ	180		0,1		0,2	1,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,6	48,6	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
			2,0	2,5	18,8	105,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			2,0	2,5	18,8	105,5

**МЕНЮ**

Питание 8,80 руб.

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	125		2,1	2,7	13,3	85,5
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	21,1	21	2	0,3	13,3	63,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105,8	105,8	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЧАЙ	180		0,1		0,2	1,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,6	48,6	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			3,5	2,9	22,0	127,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			3,5	2,9	22,0	127,5



МЕНЮ

Питание 8,80 руб.

ДЕНЬ 8

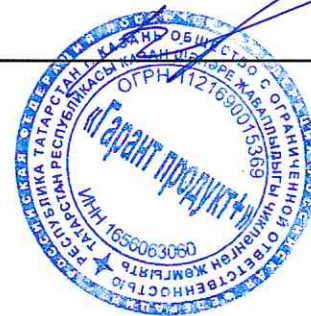
Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	125		2,4	2,7	13,9	88,8
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	21,1	21	2,3	0,3	13,9	67,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105,8	105,8	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЧАЙ	180		0,1		0,2	1,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,6	48,6	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			3,8	2,9	22,6	130,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			3,8	2,9	22,6	130,8

**МЕНЮ**

Питание 8,80 руб.

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	125		2,1	2,7	13,3	85,5
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	21,1	21	2	0,3	13,3	63,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105,8	105,8	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЧАЙ	180		0,1		0,2	1,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,6	48,6	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			3,5	2,9	22,0	127,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			3,5	2,9	22,0	127,5



МЕНЮ

Питание 8,80 руб.

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	125		4,7	3,1	28,3	159,4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	42,6	42,6	4,7	0,7	28,2	137,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,1	2,1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	262,5	262,5	0	0	0	0,0
ЧАЙ	180		0,1		0,2	1,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,6	48,6	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			6,1	3,3	37,0	201,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			6,1	3,3	37,0	201,4

МЕНЮ

Питание 8,80 руб.

ДЕНЬ 11

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100		1,2	0,1	10,4	48,4
МОРКОВЬ	129,33	97	1,3	0,1	6,5	33,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ЧАЙ	180		0,1		0,2	1,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,6	48,6	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			2,6	0,3	19,1	90,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			2,6	0,3	19,1	90,4

**МЕНЮ**

Питание 8,80 руб.

ДЕНЬ 12

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
ПЕЧЕНЬЕ	25		1,9	2,5	18,6	104,3
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	2,5	18,6	104,3
ЧАЙ	180		0,1		0,2	1,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,6	48,6	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
			2,0	2,5	18,8	105,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			2,0	2,5	18,8	105,5