

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № рецептуры | Наименование блюда  | Выход | Пищевые вещества | Минер.вещества, мг | Витамины, мг |
| Белкиг | Жирыг | Углеводы, г | Энерг.ценность,ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С  | А |
| 1  | 2  | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10  | 11  | 12  | 13  | 14 |
| **1 ДЕНЬ** |
| **Завтрак** |
| 390Под редакцией А.И. Здобнова | Каша манная молочная | 200 | 6,24 | 6,10 | 19,70 | 158,64 | 192,17 | 23,52 | 156,05 | 0,30 | 0,08 | 1,09 | 36,72 |
| 3Под редакциейМ.П.МогильНого | Бутерброд с маслом и с сыром | 5/15/30 | 13,78 | 12,64 | 60,11 | 394,35 | 215,99 | 42,91 | 217,0 | 1,74 | 0,17 | 0,0 | 0,15 |
| 382 Под редакциейМ.П.Могильного | Какао с молоком  | 200 | 2,86  | 2,88  | 19,21  | 109,49  | 89,71  | 13,03  | 89,51  | 0,49  | 0,03  | 0,96 | 0,01 |
| **Обед** |
| 104Под редакциейМ.П.Могильного | Суп картофельный с фрикадельками | 200 | 1,68 | 1,72 | 13,26 | 72,00 | 26,46 | 21,20 | 51,28 | 0,55 | 0,09 | 15,5 | 12 |
| 218Под редакциейМ.П.Могильного | Вареники ленивые | 105 | 0,5 | 82,5 | 0,8 | 374.3 | 12,0 | 0,40 | 19,0 | 0,20 | 0,00 | 0 | 1.0 |
| 943 Под редакцией А.И. Здобнова | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 14,0 | 28,0 | 6,0 | 0,0 | 0,0 | 0,4 | 0 | 0 | 0 |
| 8  | Хлеб пшеничный  | 100  | 2.4 | 0.8  | 16.70  | 85.7  | 0.01  | 13.2  | 1.01  | 34.80  | 0.13  | 0.00  | 0.00 |
|  | Итого  |  | 27,66 | 100,54 | 143,78 | 1222,48 | 542,34 | 114,26 | 533,85 | 38,48 | 0.52 | 17.55 | 49,88 |
| **2 ДЕНЬ**  |
| **Завтрак** |
| 93Под редакциейМ.П.Могильного | Суп молочный с макаронными изделиями | 200 | 5,75 | 5,21 | 18,84 | 145,20 | 161,62 | 24,14 | 137,98 | 0,51 | 0,09 | 0,91 | 30,60 |
| 945 Под редакцией А.И. Здобнова | Чай с молоком | 200  | 1,4 | 1,6  | 16,39 | 86,00 | 33,00 | 10.5 | 67,50 | 0,40 | 0.02  | 0,0 | 0.08 |
|  1Под ред. В.Т.Лапшиной | Бутерброд с маслом | 10/40  | 0,0 | 4,10  | 0.05  | 129,1  | 52,2  | 8,9  | 0.0 | 0,65  | 0,05 | 0,00  | 0,05 |
| **Обед** |
| 304 Под редакциейМ.П.Могильного | Плов из птицы | 210 | 25,38 | 21,25 | 44,61 | 471,25 | 56,38 | 59,38 | 249,13 | 2,74 | 0,08 | 1,26 | 60,00 |
| 15 Под редакциейМ.П.Могильного | Салат из свежих помидоров и огурцов | 60 | 0,59 | 3,69 | 2,24 | 44,52 | 11,21 | 9,76 | 20,77 | 0,44 | 0,03 | 10,06 | 0,0 |
| 943 Под редакцией А.И. Здобнова | Чай с сахаром | 200 | 0,20  | 0,00  | 14,00  | 28,00  | 6,00  | 0,00  | 0,00  | 0,40  | 0,00  | 0,00 | 0,00 |
| 8 | Хлеб пшеничный  | 100  | 2.4  | 0.8  | 16.7  | 85.7  | 0.01  | 13.2  | 34.8 | 1.01  | 0.13  | 0.00  | 0.00 |
|  | Итого  |  | 35.72 | 36.65 | 112.83 | 989.77 | 320.42 | 125.88 | 510.18 | 6.15 | 0.4 | 12.23 | 90.73 |
| **3 ДЕНЬ**  |
| **Завтрак** |
| 253Под ред. А.Я.Перевалова | Каша рисовая | 200 | 7,26 | 6,64 | 38,75 | 160,5 | 75,75 | 20,25 | 0,0 | 0,42 | 0,0 | 1,065 | 0,0 |
| 1Под редакциейЛапшина | Бутерброд с маслом | 10/40 | 0,0 | 4,10 | 0,05 | 129,1 | 52,2 | 8,9 | 0,0 | 0,65 | 0,05 | 0,00  | 0,05 |
| 382Под редакцией М.П.Могильного | Какао с молоком | 200  | 2,86  | 2,88  | 19,21  | 109,49  | 89,71  | 13,03  | 89,51  | 0,49  | 0,03  | 0,96 | 0,01 |
| **Обед** |
| 302Под редакцией М.П.Могильного | Гречка отварная | 100 | 0,38 | 64,16 | 0,62 | 581,38 | 91,11 | 0,95 | 14,77 | 0,80 | 0.0 | 0,0 | 0,77 |
| 608 Под редакцией А.И. Здобнова | Котлета  | 80 | 12,44 | 9,24  | 12,56 | 183,0 | 35,0 | 25,70 | 133,10 | 1,20 | 0,08 | 0,12 | 23 |
| 587Под ред. В.Т.Лапшиной | Соус томатный | 50 | 0,49 | 3,6 | 4,1 | 51.42 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0,2 | 0,1 | 0.6 | 0.0 |
| 943 Под редакцией А.И. Здобнова | Чай сладкий | 200  | 0,20  | 0,00  | 14,0  | 28,0  | 6,0  | 0,0  | 0,0  | 0,40  | 0,0  | 0,0  | 0,0 |
| 43 Под ред. В.Т.Лапшиной | Салат из капусты с морковью | 60 | 0,85 | 3,05 | 5,41 | 52,44 | 22,42 | 9,10 | 16,57 | 0,31 | 0,02 | 19,47 | 0.0 |
| 8  | Хлеб пшеничный  | 100  | 2.4  | 0.8  | 16.70  | 85.7  | 0.01  | 13.2  | 34.8  | 1.01  | 0.13  | 0.00  | 0.00 |
|  | Итого  |  | 26.88 | 89.23 | 167.16 | 1443.73 | 372.9 | 91.13 | 288.75 | 5.48 | 0.41 | 22.21 | 23.92 |
| **4 ДЕНЬ** |
| **Завтрак** |
| 86Под редакцией Н.Г.Бутейкис | Каша овсяная | 200 | 1,938 | 4,403 | 11,938 | 92,146 | 13,4 | 0,0 | 0,0 | 0,79 | 0,098 | 0,01 | 0,00 |
| 3Под редакцией М.П.Могильного | Бутерброд с маслом и сыром | 5/15/30 | 13,78 | 12,64 | 60,11 | 394,35 | 215,99 | 42,91 | 217,0 | 1,74 | 0,17 | 0,0 | 0,15 |
| 382 Под редакцией М.П.Могильного | Какао с молоком | 200  | 2,86  | 2,88  | 19,21  | 109,49  | 89,71  | 13,03  | 89,51  | 0,49  | 0,03  | 0,96 | 0,01 |
| **Обед** |
| 309Под редакцией М.П.Могильного | Макароны отварные | 100 | 8,77 | 9,25 | 57,93 | 336.51 | 1,55 | 13,70 | 73,37 | 1,55 | 0,16 | 0.0 | 0.0 |
| 286 Под редакцией М.П.Могильного | Тефтели | 80 | 8,78 | 9,83 | 11,71 | 171,0 | 43,90 | 21,60 | 106,7 | 0,96 | 0,06 | 0,85 | 39.0 |
| 587Под ред. В.Т.Лапшиной | Соус томатный | 50 | 0,49 | 3,6 | 4,1 | 51.42 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0,2 | 0,1 | 0.6 | 0.0 |
| 15Под ред.М.П.Могильного | Салат из помидоров и огурцов | 60 | 0,59 | 3,69 | 2,24 | 44,52 | 11,21 | 9,76 | 20,77 | 0,44 | 0,03 | 10,06 | 0,0 |
| 8 | Хлеб пшеничный  | 100  | 2.4  | 0.8  | 16.70  | 85.7  | 0.01  | 13.2  | 34.8  | 1.01  | 0.13  | 0.00  | 0.00 |
| 943 Под ред. А.И. Здобнова | Чай сладкий | 200 | 0,20  | 0,00  | 14,0  | 28,0  | 6,0  | 0,0  | 0,0  | 0,40  | 0,0  | 0,0  | 0,0 |
|  | Итого  |  | 39.80 | 47.03 | 197.93 | 1314.03 | 381.78 | 114.2 | 542.15 | 7.58 | 0.78 | 12.48 | 39.16 |
| **5 ДЕНЬ**  |
| **Завтрак** |
| 424 Под ред. А.И. Здобнова | Омлет  | 65 | 5,82 | 9,02 | 1,52 | 110,54 | 22,00 | 4,80 | 76,8 | 1,00 | 0,03 | 0,0 | 0,10 |
| 3 Под ред. М.П.Могильного | Бутерброд с маслом и сыром | 5/15/50  | 13,78 | 12,64 | 60,11 | 394,35 | 215,99  | 42,91 | 217,0 | 1,74 | 0,17 | 0,00  | 0,15 |
| 382 Под ред. М.П.Могильного | Какао с молоком | 200  | 2,86  | 2,88  | 19,21  | 109,49  | 89,71  | 13,03  | 89,51  | 0,49  | 0,03  | 0,96 | 0,01 |
| **Обед** |
| 33Под ред. В.Т.Лапшиной | Рагу из птицы | 150 | 6,081 | 12,36 | 14,56 | 272.01 | 24.44 | 20.5 | 283,1 | 1,2 | 0,09 | 9,69 | 0.04 |
| 43Под ред. В.Т.Лапшиной | Салат из капусты с морковью | 60 | 0,85 | 3,05 | 5,41 | 52,44 | 22,42 | 9,10 | 16,57 | 0,31 | 0,02 | 19,47 | 0.0 |
| 943 Под ред. А.И. Здобнова | Чай сладкий  | 200  | 0,20  | 0,00  | 14,0  | 28,0  | 6,0  | 0,0  | 0,0  | 0,40  | 0,0  | 0,0  | 0,0 |
| 8  | Хлеб пшеничный  | 100  | 2.4  | 0.8  | 16.70  | 85.7  | 0.01  | 13.2  | 34.8  | 1.01  | 0.13  | 0.00  | 0.00 |
|  | Итого  |  | 31.99 | 40.75 | 131.51 | 1053.53 | 380.57 | 103.54 | 717.78 | 6.15 | 0.47 | 30.12 | 0.3 |
| **6 ДЕНЬ** |
| **Завтрак** |
| 390Под ред А.И. Здобнова | Каша манная молочная | 200 | 6,24 | 6,10 | 19,70 | 158,64 | 192,17 | 23,52 | 156,05 | 0,30 | 0,08 | 1,09 | 36,72 |
| 1 Под ред. Лапшина | Бутерброд с маслом | 10/340 | 0,0 | 4,10 | 0,05 | 129,1 | 52,8 | 8,9 | 0,0 | 0,65 | 0,05 | 0,00  | 0,05 |
| 945 Под ред. М.П.Могильного | Чай с молоком  | 200  | 1,4 | 1,6  | 16,39 | 86,00 | 33,00 | 10.5 | 67,50 | 0,40 | 0.02  | 0,0 | 0.08 |
| 424 Под ред. А.И. Здобнова | Яйцо вареное | 1 | 5,10 | 4,60 | 0,30 | 63,00 | 22,00 | 4,80 | 76,8 | 1,00 | 0,03 | 0,0 | 0,10 |
| **Обед** |
| 62Под ред. В.Т.Лапшиной | Вареники с картофелем | 100/5 | 20,4 | 16,4 | 47,64 | 430,00 | 32,1 | 0,03 | 240,0 | 1,87 | 0,21 | 23,0 | 0.7 |
| 38 Под ред. М.П.Могильного | Салат из моркови с яблоками | 60 | 1,08 | 0,18 | 8,62 | 40,40 | 24,28 | 30,75 | 44,00 | 1,08 | 0,05 | 6.25 | 0.0 |
| 943 Под ред. А.И. Здобнова | Чай сладкий  | 200  | 0,20  | 0,00  | 14,0  | 28,0  | 6,0  | 0,0  | 0,0  | 0,40  | 0,0  | 0,0  | 0,0 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8 | Хлеб пшеничный  | 100  | 2.4  | 0.8  | 16.70  | 85.7  | 0.01  | 13.2  | 34.8  | 1.01  | 0.13  | 0.00  | 0.00 |
|  | Итого  |  | 36.82 | 33.78 | 123.4 | 1020.84 | 362.36 | 91.7 | 619.15 | 8.89 | 0.47 | 30.34 | 37.65 |
| **7 ДЕНЬ** |
| **Завтрак** |
| 93 Под ред. М.П.Могильного | Суп молочный с вермишелью | 200 | 5,75 | 5,21 | 18,84 | 145,20 | 161,62 | 24,14 | 137,98 | 0,51 | 0,09 | 0,91 | 30,60 |
| 945Под ред. А.И. Здобнова | Чай с молоком | 200  | 1,4 | 1,6  | 16,39 | 86,00 | 33,00 | 10.5 | 67,50 | 0,40 | 0.02  | 0,0 | 0.08 |
| 1Под ред. В.Т.Лапшиной | Бутерброд с маслом  | 10/40 | 0,0 | 4,10  | 0.05  | 129,1  | 52,2  | 8,9  | 0.0 | 0,65  | 0,05 | 0,00  | 0,05 |
| №609 Под редА.Я.Перевалова | Печенье  | 30 | 4,5 | 6,88 | 44.64 | 250.2 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 |
| **Обед** |
| 304 Под ред. М.П.Могильного | Плов из птицы | 200 | 25,38 | 21,25 | 44,61 | 471,25 | 56,38 | 59,38 | 249,13 | 2,74 | 0,08 | 1,26 | 60,00 |
| 15Под ред. М.П.Могильного | Салат из свежих помидоров и огурцов | 60 | 0,59 | 3,69 | 2,24 | 44,52 | 11,21 | 9,76 | 20,77 | 0,44 | 0,03 | 10,06 | 0,0 |
| 943Под ред. А.И. Здобнова | Чай сладкий | 200  | 0,20  | 0,00  | 14,0  | 28,0  | 6,0  | 0,0  | 0,0  | 0,40  | 0,0  | 0,0  | 0,0 |
| 8 | Хлеб пшеничный  | 100  | 2.4  | 0.8  | 16.70  | 85.7  | 0.01  | 13.2  | 34.8  | 1.01  | 0.13  | 0.00  | 0.00 |
|  | Итого  |  | 40.22 | 43.33 | 157.47 | 1239.7 | 320.42 | 125.88 | 510.18 | 6.15 | 0.4 | 12.25 | 90.73 |
| **8 ДЕНЬ** |
| **Завтрак** |
| 253Под ред. А.Я.Перевалова | Каша рисовая | 200 | 7,26 | 6,64 | 38,75 | 160,5 | 75,75 | 20,25 | 0,0 | 0,42 | 0,0 | 1,065 | 0,0 |
| 1 Под ред.В.Т.Лапшиной | Бутерброд с маслом  | 10/40 | 0,0 | 4,10  | 0.05  | 129,1  | 52,2  | 8,9  | 0.0 | 0,65  | 0,05 | 0,00  | 0,05 |
| 382 Под ред. М.П.Могильного | Какао с молоком | 200  | 2,86  | 2,88  | 19,21  | 109,49  | 89,71  | 13,03  | 89,51  | 0,49  | 0,03  | 0,96 | 0,01 |
| **Обед** |
| 312 Под ред. М.П.Могильного | Пюре картофельное  | 100 | 2,34 | 16,71  | 3,79 | 174,02 | 113,59 | 11,1 | 73,32 | 0,25 | 0,03 | 1,01 | 0.18 |
| 608Под ред. А.И. Здобнова | Котлета  | 80 | 12,44 | 9,24  | 12,56 | 183,0 | 35,0 | 25,70 | 133,10 | 1,20 | 0,08 | 0,12 | 23 |
| 943 Под ред. А.И. Здобнова | Чай сладкий  | 200  | 0,20  | 0,00  | 14,0  | 28,0  | 6,0  | 0,0  | 0,0  | 0,40  | 0,0  | 0,0  | 0,0 |
| 43Под ред.В.Т.Лапшиной | Салат из белокочанной капусты | 60 | 0,85 | 3,05 | 5,41 | 52,44 | 22,42 | 9,10 | 16,57 | 0,31 | 0,02 | 19,47 | 0.0 |
| 8 | Хлеб пшеничный  | 100  | 2.4  | 0.8  | 16.70  | 85.7  | 0.01  | 13.2  | 34.8  | 1.01  | 0.13  | 0.00  | 0.00 |
|  | Итого  |  | 33.85 | 48.02 | 110.77 | 985.25 | 416.68 | 106.08 | 424.10 | 5.73 | 0.37 | 22.62 | 23.34 |
| **9 ДЕНЬ**  |
| **Завтрак** |
| 86 под ред. Н.Г.Бутейкис | Каша овсяная | 200 | 1,938 | 4,403 | 11,938 | 92,146 | 13,4 | 0,0 | 0,0 | 0,79 | 0,098 | 0,01 | 0,00 |
| 945 Под ред. А.И. Здобнова | Чай с молоком  | 200  | 1,4 | 1,6  | 16,39 | 86,00 | 33,00 | 10.5 | 67,50 | 0,40 | 0.02  | 0,0 | 0.08 |
| 424 Под ред. А.И.Здобнов | Яйцо вареное  | 1 | 5,08 | 4,6 | 0,28 | 62,8 | 210,00 | 9,90 | 210,00 | 0,24 | 0,01 | 0,18 | 0,05 |
| 3Под ред. М.П.Могильного | Бутерброд с маслом и сыром | 5/15/30 | 13,78 | 12,64 | 60,11 | 394,35 | 215,99  | 42,91 | 217,0 | 1,74 | 0,17 | 0,00  | 0,15 |
| **Обед** |
| 309Под ред. М.П.Могильного | Макароны отварные | 100 | 8,77 | 9,25 | 57,93 | 336.51 | 1,55 | 13,70 | 73,37 | 1,55 | 0,16 | 0.0 | 0.0 |
| 286 Под ред. М.П.Могильного | Тефтели  | 80 | 8,78 | 9,83 | 11,71 | 171,0 | 43,90 | 21,60 | 106,7 | 0,96 | 0,06 | 0,85 | 39.0 |
| 587Под ред.В.Т.Лапшиной | Соус томатный | 50 | 0,49 | 3,6 | 4,1 | 51.42 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0,2 | 0,1 | 0.6 | 0.0 |
| 943Под ред. А.И.Здобнов | Чай сладкий | 200  | 0,20  | 0,00  | 14,0  | 28,0  | 6,0  | 0,0  | 0,0  | 0,40  | 0,0  | 0,0  | 0,0 |
| 43Под ред.В.Т.Лапшиной | Салат из капусты с морковью  | 60  | 0,85 | 3,05 | 5,41 | 52,44 | 22,42 | 9,10 | 16,57 | 0,31 | 0,02 | 19,47 | 0.0 |
| 8 | Хлеб пшеничный  | 100  | 2.4  | 0.8  | 16.70  | 85.7  | 0.01  | 13.2  | 34.8  | 1.01  | 0.13  | 0.00  | 0.00 |
|  | Итого  |  | 43.69 | 49.77 | 198.57 | 1360.37 | 546.37 | 120.91 | 725.94 | 7.6 | 0.77 | 42.03 | 39.28 |
| **10 ДЕНЬ**  |
| **Завтрак** |
| 62Под ред.В.Т.Лапшиной | Вареники с картофелем | 150 | 20,4 | 16,4 | 47,64 | 430,00 | 32,1 | 0,03 | 240,0 | 1,87 | 0,21 | 23,0 | 0.7 |
| 3 Под ред. М.П.Могильного | Бутерброд с маслом и сыром | 5/10 | 13,78 | 12,64 | 60,11 | 394,35 | 215,99  | 42,91 | 217,0 | 1,74 | 0,17 | 0,00  | 0,15 |
|  382Под ред. М.П.Могильного | Какао с молоком | 200  | 2,86  | 2,88  | 19,21  | 109,49  | 89,71  | 13,03  | 89,51  | 0,49  | 0,03  | 0,96 | 0,01 |
| **Обед** |
| 33Под ред.В.Т.Лапшиной | Рагу из птицы | 250 | 6,081 | 12,36 | 14,56 | 272.01 | 24.44 | 20.5 | 283,1 | 1,2 | 0,09 | 9,69 | 0.04 |
| 15Под ред. М.П.Могильного | Салат из помидор и огурцов | 100 | 0,59 | 3,69 | 2,24 | 44,52 | 11,21 | 9,76 | 20,77 | 0,44 | 0,03 | 10,06 | 0,0 |
| 943Под ред. А.И. Здобнова | Чай сладкий | 200  | 0,20  | 0,00  | 14,0  | 28,0  | 6,0  | 0,0  | 0,0  | 0,40  | 0,0  | 0,0  | 0,0 |
| 8 | Хлеб пшеничный  | 100  | 2.4  | 0.8  | 16.70  | 85.7  | 0.01  | 13.2  | 34.8  | 1.01  | 0.13  | 0.00  | 0.00 |
|  | Итого  |  | 46.31 | 48.77 | 168.48 | 1364.07 | 379.46 | 99.43 | 885.18 | 7.15 | 0.66 | 43.71 | 0.9 |