

№ рец	4 день Четверг		Пищевые вещества				К/кал
			Выход	Б	Ж	У	
842	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	300	6,60	6,90	52,60	380,50	
686	Чай с лимоном	200	0,06	0	15,1	89,9	
	Итого завтрак:		6,66	6,90	67,70	470,40	
	Обед						
1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной без томата	200	1,40	5,00	10,50	197,00	
1070	Рыба тушёная в томате с овощами	100	13,2	18	1,16	227,30	
995	Картофельное пюре	150	3,20	7,00	22,00	163,50	
835	Помидоры свежие порционно	50	0,30	0,00	3,40	30,50	
1188	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,90	83,8	
	Итого обед:		18,10	30,00	52,96	702,10	

№ рец	5 день Пятница		Пищевые вещества				К/кал
			Выход	Б	Ж	У	
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	300	8,00	8,60	50,60	387,00	
1188	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,90	83,8	
	Итого завтрак:		8,00	8,60	66,50	470,80	
	Обед						
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,50	5,00	7,30	116,70	
1023	Фрикасе из мяса птицы	100	17,30	5,00	3,30	232,20	
512	Рис припущеный	150	3,60	6,00	37,00	220,40	
819,02	Горошек зелёный отварной	50	1,50	2,50	19,70	41,70	
483	Чай с лимоном	200	0,06	0,00	15,10	89,9	
	Итого обед:		23,96	18,50	82,40	700,90	

№ рец	6 день Понедельник		Пищевые вещества				К/кал
			Выход	Б	Ж	У	
235,05	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	300	7,90	9,60	49,40	380,70	
483	Чай с лимоном	200	0,06	0,00	15,10	89,9	
	Итого завтрак:		7,96	9,60	64,50	470,60	
	Обед						
992,14	Салат из белокочанной капусты с огурцом свежим	60	0,9	3	5,4	53,4	
139	Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне	200	4,70	4,00	17,20	163,30	
1387,11	Азу из курицы без томата	100	0,90	10,10	7,20	122,30	
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,30	6,00	48,60	284,60	
1188	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	16,00	83,8	
	Итого обед:		15,80	23,10	94,40	707,40	

№ рец	7 день Вторник		Пищевые вещества				К/кал
			Выход	Б	Ж	У	
842	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	300	6,60	6,90	52,60	380,50	
1188	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	16,00	83,8	
	Итого на завтрак:		6,60	6,90	68,60	464,30	
	Обед						
14612,45	Салат из свёклы с сыром	60	2,3	7,8	4,9	96,3	
1175	Рассольник домашний со сметаной	200	1,90	5,00	12,70	92,40	
1020	Плов с мясом птицы	260	24,9	29	50,2	493,7	
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,30	0,00	24,30	101,70	
	Итого на обед:		29,40	41,80	92,10	784,10	

№ рец	8 день Среда	Завтрак	Выход	Пищевые вещества				К/кал
				Б	Ж	У		
823	Каша гречневая молочная с маслом сливочным		300	10,8	12	50,4	385	
854	Чай с молоком		200	1,3	2	16	112	
	Итого на завтрак:			12,10	14,00	66,40	497,00	
	Обед:							
1021	Борщ с капустой, с картофелем и со сметаной		200	1,50	5	10,6	282,3	
1023	Фрикасе из мяса птицы		100	17,30	5,00	3,30	132,20	
995	Картофельное пюре		150	3,20	7,00	22,00	163,50	
819,02	Горошек зелёный отварной		50	1,50	2,50	19,70	41,70	
686	Чай с лимоном		200	0,06	0,00	15,10	89,9	
	Итого на обед:			23,56	19,50	70,70	709,60	

№ рец	9 день Четверг	Завтрак	Выход	Пищевые вещества				К/кал
				Б	Ж	У		
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным		300	8,00	8,60	50,60	387,00	
686	Чай с лимоном		200	0,06	0,00	15,10	89,9	
	Итого на завтрак:			8,06	8,60	65,70	476,90	
	Обед:							
124	Щи из свежей капусты со сметаной на бульоне		200	1,50	5	7,3	176,5	
1070	Рыба тушёная с овощами		100	13,2	18	1,16	157,30	
512	Рис припущеный		150	3,60	6,00	37,00	220,34	
1188	Чай с сахаром		200	0,00	0,00	16,00	83,8	
976	Фрукт		110	0,40	0,00	10,70	80,70	
	Итого на обед:			18,70	29,00	72,16	718,64	

№ рец	10 день Пятница	Завтрак	Выход	Пищевые вещества				К/кал
				Б	Ж	У		
842	Каша ячневая молочная с маслом сливочным		300	6,70	7,20	52,50	380,50	
1188	Чай с сахаром		200	0,00	0,00	15,90	83,8	
	Итого на завтрак:			6,70	7,20	68,40	464,30	
	Обед:							
14538,29	Суп картофельный с фасолью на мясном бульоне		200	6,70	4,60	14,40	165,70	
437,06	Гуляш из свинины без томата		100	11,10	28,00	3,60	236,30	
836	Огурцы свежие порционно		50	0,20	0,00	2,50	13,80	
998	Каша гречневая рассыпчатая		150	9,30	6,00	48,60	284,60	
1899	Напиток каркадэ		200	0,50	0,00	3,60	15,00	
	Итого на обед:			27,80	38,60	72,70	715,40	