



Но-мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
1 день 1 недели						
	Завтрак					
5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	250,0	6,62	6,18	36,91	227,797
3/13	Хлеб с маслом и сыром	40,0	4,48	6,99	15,77	144,76
-	Хлеб ржаной	40,0	2,95	0,52	21,76	99,736
36/10	Какао с молоком	200,0	3,64	2,73	24,19	129,569
-	Фрукты	100,0	0,4	0,4	11,6	48,68
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>18,09</b>	<b>16,82</b>	<b>110,23</b>	<b>650,54</b>
	Обед					
16/2	Суп картофельный с бобовыми	250,0/10,	5,76	5,79	25,28	170,618
40/2	Гренки (сухарики)	15,0	3,85	1,15	8,22	54,7968
2/9	Курица запеченая в соусе	100,0	11,62	11,8	2,4	162,126
46/3	Макаронные изделия отварные	180,0	6,33	4,66	40,88	230,156
6/10	Компот из сухофруктов	200,0	1,02	0,06	23,18	87,5989
-	Хлеб пшеничный	25,0	4,95	1,32	12,55	76,0616
-	Хлеб ржаной	25,0	1,84	0,32	13,6	62,335
<b>Итого за 'Обед'</b>			<b>35,37</b>	<b>25,09</b>	<b>126,11</b>	<b>843,69</b>

## 2 день 1 недели

	Завтрак							
1/6	Яйцо отварное	40,0	5,08	4,6	0,28	62,784		
9/4	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	250,0	6,47	7,89	50,61	298,066		
27/10	Чай (вариант 2)	200,0	0,08	0,02	4,95	19,2195		
-	Хлеб пшеничный	40,0	7,92	2,11	20,08	121,699		
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>19,55</b>	<b>14,62</b>	<b>75,91</b>	<b>501,77</b>		
	Обед							
22/2/1	Суп-лапша на курином бульоне	250,0	7,57	9,82	16,39	182,544		
4/7	Рыба, тушеная с овощами	100,0	9,69	5,22	4,95	103,25		
3/3	Картофельное пюре	180,0	3,7	4,81	22,12	142,155		
6/10	Компот из ягод	200,0	0,18	0,06	11,19	43,7629		
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	40,0	2,68	0,28	19,68	93,6457		
-	Хлеб "Чусовской" витаминизированный	40,0	2,95	0,52	21,76	99,736		
	<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>26,76</b>	<b>20,7</b>	<b>96,09</b>	<b>665,09</b>		

## 3 день 1 недели

	Завтрак							
2/6	Омлет запеченный или паровой	200,0	8,55	13,31	3,83	168,801		
1/13	Батон витаминизированный с маслом	30,0	2,02	5,03	14,79	112,72		
29/10	Чай с лимоном	200,0	0,12	0,02	9,83	38,6598		
-	Хлеб "Чусовской" витаминизированный	40,0	2,95	0,52	21,76	99,736		
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>13,63</b>	<b>18,88</b>	<b>50,22</b>	<b>419,92</b>		
	Обед							
9/2	Рассольник со сметаной	250,0/10,0	4,54	7,5	12,56	132,371		
39/8	Фрикадельки "Школьная куринная"	100,0	12,51	10,55	8,79	176,49		
11/3	Капустга тушеная	180,0	4,2	3,42	20,83	121,339		
37/10	Напиток из шиповника	200,0	0,5	0,21	20,16	77,0183		
-	Хлеб пшеничный	30,0	5,94	1,59	15,06	91,2739		
-	Хлеб ржаной	30,0	2,21	0,39	16,32	74,802		
	<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>29,89</b>	<b>23,65</b>	<b>93,72</b>	<b>673,29</b>		

**4 день 1 недели**

	Завтрак							
47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	250,0	11,07	9,3	48,7	322,893		
29/10	Чай с лимоном (вариант 2)	200,0	0,12	0,02	5,06	20,5303		
-	Хлеб пшеничный	20,0	3,96	1,06	10,04	60,8493		
-	Хлеб ржаной	20,0	4,55	1,45	10,04	66,736		
-	Фрукты	100,0	0,4	0,4	11,6	48,68		
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>20,11</b>	<b>12,23</b>	<b>85,44</b>	<b>519,69</b>		
	Обед							
6/2	Щи из свежей капусты со сметаной	250,0/10,0	3,01	3,96	8,89	79,6527		
12/8	Гуляш из мяса свинины	100,0	11,58	30,14	5,3	337,742		
39/3	Каша гречневая рассыпчатая	180,0	7,89	2,07	41,37	205,096		
6/10	Компот из сухофруктов	200,0	1,02	0,06	23,18	87,5989		
-	Хлеб пшеничный	30,0	5,94	1,59	15,06	91,2739		
-	Хлеб ржаной	30,0	6,83	2,17	15,06	100,104		
	<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>36,27</b>	<b>39,98</b>	<b>108,85</b>	<b>901,47</b>		

**5 день 1 недели**

	Завтрак						
15/4	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	250,0	7,44	5,53	42,15	242,132	
27/10	Чай (вариант 2)	200,0	0,08	0,02	4,95	19,2195	
3/13	Багон витаминизированный с маслом и сыром	40,0	4,48	6,99	15,77	144,76	
-	Печенье	40,0	3	3,92	30,68	168,904	
-	Хлеб "Чусовской" витаминизированный	30,0	2,21	0,39	16,32	74,802	
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>17,22</b>	<b>16,85</b>	<b>109,87</b>	<b>649,82</b>	

	Обед						
2/2	Борш со сметаной	250,0	2,13	5,25	12,72	102,582	
9/8	Печень по-строгановски	100,0	12,08	15,63	2,88	200,944	
43/3	Каша рисовая рассыпчатая	180,0	4,34	4,26	45,89	239,929	
29/10	Чай с лимоном	200,0	0,12	0,02	9,83	38,6598	
-	Хлеб пшеничный	40,0	7,92	2,11	20,08	121,699	
-	Хлеб ржаной	40,0	2,95	0,52	21,76	99,736	
	<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>29,55</b>	<b>27,79</b>	<b>113,16</b>	<b>803,55</b>	

**6 день 2 недели**

5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	250,0	6,62	6,18	36,91	227,797
27/10	Чай (вариант 2)	200,0	0,08	0,02	4,95	19,2195
-	Хлеб пшеничный	20,0	3,96	1,06	10,04	60,8493
-	Фрукты	100,0	0,4	0,4	11,6	48,68

**Итого за 'Завтрак'**

**11,06      7,66      63,5      356,55**

	Обед					
29/2	Суп-пюре из картофеля	250,0	3,19	3,99	16,77	114,283
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур	100,0	16,71	12,92	10,24	221,077
46/3	Макаронные изделия отварные	180,0	6,35	3,97	40,91	224,164
6/10	Компот из сухофруктов	200,0	1,02	0,06	23,18	87,5989
-	Хлеб пшеничный	40,0	7,92	2,11	20,08	121,699
-	Хлеб ржаной	40,0	2,95	0,52	21,76	99,736

**Итого за 'Обед'**

**38,13      23,57      132,94      868,56**

## 7 день 2 недели

	Завтрак						
1/6	Яйцо отварное	40,0	5,08	4,6	0,28	62,784	
9/4	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	250,0	6,45	5,67	50,59	277,919	
27/10	Чай (вариант 2)	200,0	0,08	0,02	4,95	19,2195	
2/13	Батон витаминизированный с сыром	30,0	3,76	2,81	13,28	94,1033	
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>15,38</b>	<b>13,09</b>	<b>69,09</b>	<b>454,03</b>	
	Обед						
14/2	Суп Кудрявый с пшеном и яйцом	250,0	5,26	7,07	20,14	163,681	
3/9	Жаркое с курицей	250,0	15	20,12	26,66	344,836	
37/10	Напиток из шиповника	200,0	0,24	0,1	14,6	55,735	
-	Хлеб ржаной	40,0	2,95	0,52	21,76	99,736	
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	40,0	7,92	2,11	20,08	121,699	
	<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>31,37</b>	<b>29,93</b>	<b>103,23</b>	<b>785,69</b>	

## 8 день 2 недели

	Завтрак							
13/4	Каша пшенная с яблоками с маслом сливочным	250,0	8,28	6,32	44,43	264,857		
29/10	Чай с лимоном	200,0	0,12	0,02	9,83	38,6598		
1/13	Батон витаминизированный с маслом	35,0	2,41	5,21	17,74	127,788		
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	40,0	7,92	2,11	20,08	121,699		
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>18,74</b>	<b>13,66</b>	<b>92,09</b>	<b>553</b>		
	Обед							
16/2	Суп картофельный с бобовыми	250,0/10,	6,23	5,97	21,45	158,258		
4/9	Плов из мяса кур	250,0	22,9	18,59	47,91	449,175		
27/10	Чай	200,0	0,08	0,02	9,84	37,8022		
-	Хлеб пшеничный	40,0	7,92	2,11	20,08	121,699		
-	Хлеб ржаной	40,0	2,95	0,52	21,76	99,736		
	<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>40,09</b>	<b>27,21</b>	<b>121,04</b>	<b>866,67</b>		

## 9 день 2 недели

	Завтрак							
8/5	Запеканка (сырники) из творога	150,0	20,57	3,27	34,39	249,564		
-	Молоко стученное	30,0	2,16	2,55	16,65	95,22		
1/13	Батон витаминизированный с маслом	40,0	2,69	6,7	19,72	150,293		
27/10	Чай (вариант 2)	200,0	0,08	0,02	4,95	19,2195		
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>25,49</b>	<b>12,54</b>	<b>75,7</b>	<b>514,3</b>		
	Обед							
6/2	Щи из свежей капусты со сметаной	250,0/10,	3,01	4,04	9,18	82,145		
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур	100,0	14,8	12,34	10,19	209,837		
46/3	Макаронные изделия отварные	180,0	6,35	3,97	40,91	224,164		
-	Хлеб пшеничный	200,0	1,02	0,06	23,18	87,5989		
-	Хлеб ржаной	30,0	0,82	0,15	5,92	26,1354		
6/10	Компот из сухофруктов	30,0	2,21	0,39	16,32	74,802		
	<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>28,21</b>	<b>20,95</b>	<b>105,7</b>	<b>704,68</b>		

## 10 день 2 недели

	Завтрак						
2/6	Омлет запеченный или паровой	200,0	8,34	10,1	2,8	135,099	
29/10	Чай с лимоном	200,0	0,12	0,02	9,83	38,6598	
-	Хлеб ржаной	40,0	2,95	0,52	21,76	99,736	
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>11,41</b>	<b>10,64</b>	<b>34,39</b>	<b>273,49</b>	
	Обед						
34/2	Уха с консервами рыбными	250,0	7,21	7,85	17,66	167,023	
13/8	Гуляш из отварного мяса курицы	100,0	8,69	11,7	3,62	154,498	
39/3	Каша гречневая рассыпчатая	180,0	7,89	2,07	41,37	205,096	
6/10	Компот из ягод	200,0	0,18	0,06	11,19	43,7629	
-	Хлеб пшеничный	40,0	7,92	2,11	20,08	121,699	
-	Хлеб ржаной	40,0	2,95	0,52	21,76	99,736	
	<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>34,84</b>	<b>24,31</b>	<b>115,67</b>	<b>791,82</b>	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 208044408491059958793522407239734469317027884073

Владелец Денисова Алина Николаевна

Действителен с 26.08.2024 по 26.08.2025