



Утвердил
 Дата
 2023
 В.В. Филиппович
 Директор

Недел я	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюдо	Вес блюда, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийнос ть, ккал	№ рецептуры	Цена, руб					
1	1	Завтрак	фрукты	ФРУКТ СВЕЖИЙ 1ШТ	150,0	0,6	0,6	14,7	66,6	№79/ЕСТН2018	27,50					
				ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150,0	13,5	19,3	3,6	242,1	№267/ЕСТН2018	42,26					
				гор.блюдо	200,0	0,0	0,0	9,3	37,2	№616/П2013/5	6,00					
				гор.напиток	ЧАЙ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТАМИНЫ"	50,0	4,0	0,5	24,2	117,5	№108/П2013/5	5,00				
				хлеб	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50Г	50,0	3,7	2,3	37,8	186,3	№589/п2013/5	11,00				
				сладкое	ПРЯНИКИ	600,0	21,8	22,7	89,6	649,7		91,76				
Итого:					600,0	21,8	22,7	89,6	649,7		91,76					
1	1	Обед	закуска	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ.	60,0	1,1	6,1	5,9	82,4	№1/ЕСТН2018	3,50					
				1 блюдо	СУП "БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ" СО СМЕТАНОЙ.	205,0	1,6	0,9	10,4	56,3	№92/ЕСТН2018	7,50				
				2 блюдо	КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ".	90,0	16,5	10,8	13,9	219,3	№347/ЕСТН2018/3	45,76				
				гарнир	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	150,0	3,2	6,0	21,8	153,7	№374/ЕСТН2018/5	13,50				
				напиток	СОК ФРУКТОВЫЙ	200,0	0,0	0,0	24,0	96,0	№498/ЕСТН2018	17,00				
				хлеб черн.	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5	2,00				
				хлеб бел.	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5	2,50				
				Итого:					765,0	27,1	24,5	101,7	736,1		91,76	
				Итого за день:					1365,0	48,9	47,2	191,3	1385,8		183,52	
				1	2	Завтрак	закуска	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ШОКОЛАДНОЕ)	10,0	0,1	7,3	0,1	66,1	№76/ЕСТН2018	25,50	
гор.блюдо	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150,0	5,8					7,9	29,4	211,8	№220/ЕСТН2018	30,76				
гор.напиток	ЧАЙ С САХАРОМ	200,0	0,0					0,0	10,1	40,2	№458/ЕСТН2018	4,50				
хлеб	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50Г	50,0	4,0					0,5	24,2	117,5	№108/П2013/5	9,50				
кисломол.	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (ЙОГУРТ).	100,0	5,0					3,2	3,5	62,8	№468/ЕСТН2018	21,50				
Итого:								510,0	14,9	18,9	67,3	498,4		91,76		
1	2	Обед	закуска					САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ.	60,0	0,6	4,9	2,1	54,7	№18/ЕСТН2018	6,00	
								1 блюдо	СУП "ШИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ" С/С	205,0	1,5	4,9	7,2	79,1	№101/ЕСТН2018	6,50
								2 блюдо	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ 240Г	240,0	19,7	20,2	50,3	462,2	№329/ЕСТН2018	68,76
								напиток	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200,0	0,7	0,3	24,6	103,8	№493/ЕСТН2018	6,50
				хлеб черн.	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5	2,00				
				хлеб бел.	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5	2,00				
Итого:					765,0	27,2	31,0	109,9	828,2		91,76					
Итого за день:					1275,0	42,1	49,9	177,2	1326,6		183,52					
1	3	Завтрак	закуска	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ.	60,0	0,8	6,1	4,0	74,2	№2/ЕСТН2018	4,50					
				Итого за день:					60,0	0,8	6,1	4,0	74,2		4,50	

		гор.блюдо	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 240Г	240,0	25,7	25,6	22,3	422,2	№327/ЕСТН2018/5	80,76
		гор.напиток	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	207,0	0,1	0,0	10,3	41,4	№459/ЕСТН2018	3,00
		хлеб	ХЛЕБ 2 КУС.	60,0	4,7	0,7	25,7	128,4	№110/П2013/изд.5	3,50
		Итого:		567,0	31,3	32,4	62,3	666,2		91,76
1	3	Обед	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ТОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	60,0	0,7	0,1	2,3	12,8	№145/ЕСТН2018/5	6,00
		закуска	СУП "СОЛЯНКА ИЗ ПТИЦЫ".	205,0	9,5	12,5	3,6	165,2	№108/ЕСТН2018	38,76
		2 блюдо	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ 90/50	140,0	14,0	3,7	9,4	126,7	№347/П2013/5	24,00
		гарнир	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150,0	5,7	5,6	36,0	216,8	№255/ЕСТН2018	8,00
		напиток	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200,0	1,0	0,1	25,2	105,4	№491/ЕСТН2018	10,50
		хлеб черн.	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5	2,00
		хлеб бел.	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5	2,50
		Итого:		815,0	35,6	22,7	102,2	755,3		91,76
1	3	Итого за день:		1382,0	66,9	55,1	164,5	1421,5		183,52
1	4	Завтрак	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (1-Й ВАРИАНТ)	45,0	6,8	9,1	9,7	147,8	№62/ЕСТН2018	27,00
		гор.блюдо	КАША "ДРУЖБА"	150,0	4,0	7,7	21,3	170,7	№225/ЕСТН2018	19,00
		гор.напиток	ЧАЙ С ДЖЕМОМ	220,0	0,1	0,0	13,1	52,8	№652/Диет.сб./М2 013	10,00
		хлеб	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5	3,50
		фрукты	ФРУКТ СВЕЖИЙ 1ШТ	150,0	0,6	0,6	14,7	66,6	№79/ЕСТН2018	32,26
		Итого:		595,0	13,9	17,7	73,3	508,4		91,76
1	4	Обед	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ С ЯБЛОКАМИ.	60,0	0,7	6,1	4,2	74,7	№3/ЕСТН2018	8,50
		1 блюдо	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200,0	2,3	2,4	16,6	97,0	№113/ЕСТН2018	7,50
		2 блюдо	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ 240Г	245,0	17,8	12,9	43,9	362,5	№352/ЕСТН2018/5	63,26
		напиток	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200,0	0,6	0,0	29,7	121,3	№492/ЕСТН2018	7,00
		хлеб черн.	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5	2,50
		хлеб бел.	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5	3,00
		Итого:		765,0	26,1	22,1	120,1	783,9		91,76
1	4	Итого за день:		1360,0	40,0	39,8	193,4	1292,3		183,52
1	5	Завтрак	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЗЕЛЕНЬЮ И ЛУКОМ.	60,0	0,5	6,1	1,2	61,0	№15/ЕСТН2018	12,50
		гор.блюдо	ШНИЦЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ ПРИПУШЕННЫЕ 90Г	90,0	17,3	5,5	9,2	155,9	№369/ЕСТН2018/5	53,26
		гор.напиток	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	150,0	3,2	6,0	21,8	153,7	№374/ЕСТН2018/5	18,00
		гор.напиток	ЧАЙ С САХАРОМ	200,0	0,0	0,0	10,1	40,2	№458/ЕСТН2018	2,50
		хлеб	ХЛЕБ 2 КУС.	60,0	4,7	0,7	25,7	128,4	№110/П2013/изд.5	5,50
		Итого:		560,0	25,7	18,3	68,0	539,2		91,76

1	5	Обед	закуска	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	60,0	0,4	0,1	1,1	6,8	№145/ЕСТН2018	6,50		
			1 блюдо	СУП "РАССОЛЫНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ" СО СМЕТАНОЙ.	205,0	1,9	1,1	14,0	73,3	№97/ЕСТН2018	8,50		
			2 блюдо	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ 90Г	90,0	14,4	14,1	8,7	219,4	№405/Диг.сб.2013	50,76		
			гарнир	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ТОМАТОМ	150,0	5,4	6,0	33,5	210,1	№257/ЕСТН2018	10,00		
			напиток	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	200,0	0,3	0,2	20,2	84,1	№485/ЕСТН2018	12,00		
1	5	Итого за день:	хлеб черн.	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5	2,00		
			хлеб бел.	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5	2,00		
			Итого:				765,0	27,1	22,2	103,2	722,1		91,76
			Итого за день:				1325,0	52,8	40,5	171,2	1281,3		183,52
2	1	Завтрак	закуска	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	60,0	0,7	0,1	2,3	12,8	№145/ЕСТН2018/5	7,50		
			гор.блюдо	КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ".	90,0	16,5	10,8	13,9	219,3	№347/ЕСТН2018/3	62,26		
				КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150,0	8,7	7,2	39,1	255,4	№204/ЕСТН2018	12,50		
			гор.напиток	ЧАЙ КАРКАДЕ	200,0	0,0	0,0	15,0	60,3	№461/ЕСТН/2018/3	4,00		
			хлеб	ХЛЕБ 2 КУС.	60,0	4,7	0,7	25,7	128,4	№110/П2013/изд.5	5,50		
2	1	Обед	Итого:				560,0	30,6	18,8	96,0	676,2	91,76	
			закуска	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	60,0	0,7	0,1	2,3	12,8	№145/ЕСТН2018/5	5,50		
			1 блюдо	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (1-й ВАРИАНТ).	200,0	4,6	3,5	17,5	119,5	№144/П2013/5	7,50		
			2 блюдо	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	120,0	17,4	8,7	4,0	163,4	№364/ЕСТН2018	43,26		
			гарнир	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	157,5	3,2	6,1	25,4	168,8	№150/ЕСТН2018	14,50		
2	1	Итого за день:	напиток	СОК ФРУКТОВЫЙ	200,0	0,0	0,0	24,0	96,0	№498/ЕСТН2018	16,00		
			хлеб черн.	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5	2,00		
			хлеб бел.	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1/40Г	40,0	3,2	0,4	19,3	94,0	№108/П2013/5	3,00		
			Итого:				807,5	31,4	19,2	103,7	712,4		91,76
			Итого за день:				1367,5	62,0	38,0	199,7	1388,6		183,52
2	2	Завтрак	гор.блюдо	РЫБНЫЕ ХЛЕБЦЫ ПАРОВЫЕ ИЗ МИНТАЯ 90Г	90,0	14,2	6,2	6,7	139,7	№303/ЕСТН2018/5	33,26		
				РИС ОТВАРНОЙ 100Г	100,0	2,5	3,6	26,4	148,4	№384/ЕСТН2018/5	9,50		
				ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ (СМЕСЬ ОВОЩНАЯ БЫСТРОЗАМОРОЖЕННАЯ.	50,0	1,4	1,3	2,3	25,8	№156/ЕСТН/2018/3	12,50		
			гор.напиток	ЧАЙ С САХАРОМ	200,0	0,0	0,0	10,1	40,2	№457/ЕСТН2018/5	2,50		
			хлеб	ХЛЕБ 2 КУС.	60,0	4,7	0,7	25,7	128,4	№110/П2013/изд.5	5,50		
2	1	Итого за день:	фрукты	ФРУКТ СВЕЖИЙ 1ШТ	150,0	0,6	0,6	14,7	66,6	№79/ЕСТН2018	28,50		
			Итого:				650,0	23,4	12,4	85,9	549,1		91,76

2	2	Обед	закуска	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК.	60,0	0,6	4,9	4,9	66,3	№22/ЕСТН2018	8,00
			1 блюдо	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ.	205,0	1,6	5,0	9,1	87,7	№14/ЕСТН2018	9,50
			2 блюдо	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) 90/5	95,0	13,2	13,9	9,0	214,2	№346/ЕСТН2018	46,76
			гарнир	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗАЯ	150,0	7,0	8,6	25,1	205,2	№213/ЕСТН2018	15,00
			напиток	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200,0	0,7	0,3	24,6	103,8	№493/ЕСТН2018	8,00
			хлеб черн.	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5	2,00
			хлеб бел.	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5	2,50
			Итого:		770,0	27,8	33,4	98,4	805,6		91,76
2	2	Итого за день:			1420,0	51,2	45,8	184,3	1354,7		183,52
2	3	Завтрак	закуска	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	60,0	0,4	0,1	1,1	6,8	№145/ЕСТН2018	7,50
			гор.блюдо	ПТИЦА ОТВАРНАЯ 90Г	90,0	24,1	20,7	0,5	285,1	№439/Диет.сб.М20 13	66,26
				МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150,0	5,7	5,6	36,0	216,8	№255/ЕСТН2018	9,00
			гор.напиток	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	207,0	0,1	0,0	10,3	41,4	№459/ЕСТН2018	4,00
			хлеб	ХЛЕБ 2 КУС.	60,0	4,7	0,7	25,7	128,4	№110/П2013/изд.5	5,00
			Итого:		567,0	35,0	27,1	73,6	678,5		91,76
2	3	Обед	закуска	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЬМ ГОРОШКОМ.	60,0	1,3	6,2	7,1	89,2	№42/ЕСТН2018	10,50
			1 блюдо	СУП "БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ" СО СМЕТАНОЙ.	205,0	1,6	0,9	10,4	56,3	№92/ЕСТН2018	9,00
			2 блюдо	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ.	90,0	12,6	17,9	9,3	248,9	№168/М2003	45,76
			гарнир	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150,0	3,6	5,4	38,0	215,2	№385/ЕСТН2018	12,50
			напиток	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200,0	0,2	0,2	18,9	77,6	№484/ЕСТН2018	9,00
			хлеб черн.	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5	2,50
			хлеб бел.	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5	2,50
			Итого:		765,0	24,0	31,3	109,4	815,6		91,76
2	3	Итого за день:			1332,0	59,0	58,4	183,0	1494,1		183,52
2	4	Завтрак	гор.блюдо	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180,0	36,2	7,2	43,0	381,3	№278/ЕСТН2018/5	57,26
			гор.напиток	КАКАО С МОЛОКОМ	200,0	3,5	2,9	20,0	120,1	№461/ЕСТН2018/5	10,00
			хлеб	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5	2,50
			фрукты	ФРУКТ СВЕЖИЙ 1ШТ	150,0	0,6	0,6	14,7	66,6	№79/ЕСТН2018	22,00
			Итого:		560,0	42,7	11,0	92,2	638,5		91,76
2	4	Обед	закуска	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С ПУКОМ.	60,0	1,0	6,1	5,0	78,1	№9/ЕСТН2018	6,50
			1 блюдо	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200,0	2,3	2,4	16,6	97,0	№113/ЕСТН2018	4,00
			2 блюдо	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 240Г	240,0	25,7	25,6	22,3	422,2	№327/ЕСТН2018/5	74,76
			напиток	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200,0	0,6	0,0	29,7	121,3	№492/ЕСТН2018	3,50
			хлеб бел.	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5	1,50
			хлеб черн.	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5	1,50

2	4	Итого за день:		760,0	34,3	34,8	99,3	847,0	91,76		
				1320,0	77,0	45,8	191,5	1485,5	183,52		
2	5	Завтрак	закуска	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ),	5,0	0,0	3,6	0,1	33,1	№76/ЕСТН2018	6,00
			гор.блюдо	КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150,0	5,4	6,4	22,3	168,3	№231/ЕСТН2018	19,50
			гор.напиток	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200,0	3,0	2,5	21,9	122,1	№464/ЕСТН2018/5	19,00
			хлеб	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50Г	50,0	4,0	0,5	24,2	117,5	№108/П2013/5	7,50
			булочное	ТВОРОЖНИКИ ПЕСОЧНЫЕ	50,0	6,5	6,6	22,2	174,3	№577/П2013/5	23,76
			кисломол.	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (ЙОГУРТ),	100,0	5,0	3,2	3,5	62,8	№468/ЕСТН2018	16,00
			Итого:		555,0	23,9	22,8	94,2	678,1		91,76
2	5	Обед	закуска	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ТОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	60,0	0,7	0,1	2,3	12,8	№145/ЕСТН2018/5	6,00
			1 блюдо	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ.	200,0	2,5	3,8	10,5	86,7	№132/ЕСТН2018	9,50
			2 блюдо	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ФИЛЕ ИНДЕЙКИ.	90,0	15,7	23,3	13,5	326,5	№206/М2003/4	52,26
			гарнир	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150,0	8,7	7,2	39,1	255,4	№204/ЕСТН2018	9,50
			напиток	НАПИТОК "ВИТОШКА" ДЛЯ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	200,0	0,0	0,0	18,6	74,4	№506/ЕСТН2018	10,00
			хлеб черн.	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5	2,00
			хлеб бел.	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5	2,50
			Итого:		760,0	32,3	35,1	109,7	884,2		91,76
2	5	Итого за день:		1315,0	56,2	57,9	203,9	1562,3	183,52		
Среднее значение за период:				1346,2	55,6	47,8	186,0	1397,3	183,52		

