

1	Наименование продуктов	ТК	Масса, г			Химический состав	Ж	У	Калорийность
			брутто	нетто	выход				
Завтрак	Макаронные изделия с сыром	54-3г-2020			150/10	7,88	6,75	28,63	207,75
	макаронные изделия		51	51					
	масло сливочное		4,5	4,5					
	сыр		10	10					
	Бутерброд с маслом	1			30/5	2,14	6,8	13,16	122,4
	хлеб пшеничный		30	30					
	масло сливочное		5	5					
	Чай с сахаром	54-2гн-2020			180	0,12	0	5,76	23,52
	чай		0,45	0,45					
	сахар		10	10					
2 завтрак	2 завтрак	386			100	0,32	0,32	7,84	35,2
	Сок		100	100					
	Суп картофельный с крупой	86			200	1,57	2,18	11,67	72,6
	крупы гречневая		8	8					
	картофель		80	60					
	морковь		10	8					
	лук		9,3	8					
	масло растительное		3	3					
	Плов из мяса курицы	54-8з-2020			210	28,7	8,4	34,83	330,4
	куры		119	90					
	лук		11	9					
	морковь		16	13					
	рис		46	46					
	масло растительное		8	8					
	Кисель из концентрата	233			180	0,5	0	25,1	102,4
кисель		21,6	21,6						
сахар		9	9						

Полдник	Хлеб пшеничный или		50	50	50	3,95	0,5	24,15	118
	Хлеб ржаной		50	50	50	4,25	0,8	11,13	130,5
	Пирожок печеный с картофелем	294			45/19	4,64	3,89	28,9	169,3
	мука		20,7	20,7					
	сахар		1,5	1,5					
	маргарин		2,3	2,3					
	яйцо		1/17шт	2,3					
	дрожжи		0,9	0,9					
	мука на подпыл		0,7	0,7					
	масло растительное для смазки		0,7	0,7					
	яйцо для смазки пирожков		1/40шт	1					
	Фарш картофельный с луком	302			19	0,04	0,83	3,34	22,4
	масло растительное		0,7	0,7					
	картофель		23	16,7*					
	лук		6	3*					
	Чай с сахаром	54-2гн-2020			180	0,12	0	5,76	23,52
	чай		0,45	0,45					
	сахар		10	10					
	Витамин "С"		0,05						
	соль		3,8						
Энергетическая и пищевая ценность за обед , завтрак, полдник=						54,23	30,47	200,27	1357,99

2	Наименование продуктов	ТК	Масса, г			Химический состав			Калорийность ккал
			брутто	нетто	выход	Б	Ж	У	
Завтрак	Омлет натуральный	54-1о-2020			80	5,8	8,52	1,68	120,08
	яйцо		1+1/2,3 5	57					
	молоко		19,7	19,7					
	масло сливочное+ для раздачи		3,7+5	3,7+5					
	Чай с сахаром	54-2гн-2020			180	0,12	0	5,76	23,52
	чай		0,45	0,45					
	сахар		10	10					
	Бутерброд с маслом	1			30/5	2,14	6,8	13,16	122,4
	хлеб пшеничный		30	30					
	масло сливочное		5	5					
	2 завтрак	386			100	0,32	0,32	7,84	35,2
Сок		100	100						
Суп картофельный с макаронными изделиями	38			200	2,27	2,29	17,41	99,27	
картофель		41,6	31,2						
макаронные изделия		6,4	6,4						
лук		6,4	5,1						
морковь		8	6,4						
масло растительное		1,6	1,6						
кости пищевые для бульона		33	33						
Тефтели изи мяса курицы	54-6м-2020			70	12,8	12,26	11,56	206,5	
куры		62	57,6						
крупа рисовая		10	10						

	лук		22,8	20				
	масло сливочное		4,6	4,6				
	мука		4,6	4,6				
	Каша гречневая	54-10г-2020			150	4,5	5,63	26,63
	крупa гречневая		30	30				
	масло сливочное		3	3				
	Компот из сухофруктов	54-1хн-2020			180	0,48	0	17,88
	сухофрукты		16	16				
	сахар		15	15				
	Хлеб пшеничный или		50	50	50	3,95	0,5	24,15
	Хлеб ржаной		50	50	50	4,25	0,8	11,13
Полдник	Коржики молочные	492			75	4,89	8,43	46,48
	Мука		40	40				
	мука на подпыл		2,3	2,3				
	сахар		21	21				
	яйцо		2	2				
	маргарин		9,6	9,6				
	молоко		7,5	7,5				
	натрий двууглекислый		0,6	0,6				
	ванилин		0,02	0,02				
	яйцо(для смазки)		0,9	0,9				
	Чай с сахаром	54-2гн-2020			180	0,12	0	5,76
	чай		0,45	0,45				
	сахар		10	10				
	Витамин "С"		0,05					
	соль		3,8					
Энергетическая и пищевая ценность за обед , завтрак, полдник=						41,64	45,55	189,44
								1406,7

3	Наименование продуктов	ТК	Масса, г		выход	Химический состав			Калорийность , ккал
			брутто	нетто		Б	Ж	У	
Завтрак	Каша молочная пшеничная	90			200/5	6,2	8,05	31,09	222,02
	крупка пшено		40	40					
	молоко		100,8	100,8					
	сахар		5	5					
	масло сливочное		5	5					
	Чай с сахаром	54-2гн-2020			180	0,12	0	5,76	23,52
	чай		0,45	0,45					
	сахар		10	10					
	Бутерброд с маслом	1			30/5	2,14	6,8	13,16	122,4
	хлеб пшеничный		30	30					
	масло сливочное		5	5					
Обед	2 завтрак	386			100	0,32	0,32	7,84	35,2
	Фрукт/яблоко		100	100					
	Суп картофельный с крупой	86*			200	1,57	2,18	11,67	72,6
	картофель		80	60					
	крупка рисовая		4	4					
	лук		9,3	8					
	морковь		10	8					
	масло растительное		3	3					
	кости пищевые		15	15					
	Котлеты рыбные	54-3р-2020			65/30	9,1	1,84	5,53	74,32
	минтай		76	50					
	хлеб		12,4	12,4					
	яйцо		4,3	4,3					
	масло сливочное		1,2	1,2					
Горошница	54-21г-2020			150	14,5	1,25	33,75	204,75	

	горох		75	75					
	Соус томатный	228			30	0,16	1,1	1,57	16,85
	мука		1,5	1,5					
	масло сливочное		1,5	1,5					
	томат-пюре		4,5	4,5					
	сахар		0,3	0,3					
	Кисель из концентрата	233			180	0,5	0	25,1	102,4
	кисель		21,6	21,6					
	сахар		9	9					
	Хлеб пшеничный или		50	50	50	3,95	0,5	24,15	118
	Хлеб ржаной		50	50	50	4,25	0,8	11,13	130,5
	Пряник	пром			60	2,28	2,94	22,32	125,1
	Чай с сахаром	54-2гн-2020			180	0,12	0	5,76	23,52
	чай		0,45	0,45					
	сахар		10	10					
	Витамин "С"		0,05						
	соль		3,8						
Энергетическая и пищевая ценность за обед , завтрак, полдник=						45,21	25,78	198,83	1271,18

4	Наименование продуктов		Масса, г			Химический состав			Калорийность
		ТК	брутто	нетто	выход	Б	Ж	У	ккал
Завтрак	Каша молочная манная	54-6к-2020			200/5	8,17	10,17	37,67	274,84
	крупа манная		28	28					
	молоко		106	106					
	сахар		5	5					
	масло сливочное		5	5					
	Чай с молоком и сахаром	54-4гн-2020				180	1,32	0,96	7,68

чай		0,5	0,5					
молоко		50	50					
сахар		10	10					
Бутерброд с маслом	1			30/5	2,14	6,8	13,16	122,4
хлеб пшеничный		30	30					
масло сливочное		5	5					
2 завтрак	386			100	0,32	0,32	7,84	35,2
Сок		100	100					
Суп картофельный с крупой	86*			200	1,57	2,18	11,67	72,6
картофель		80	60					
крупя рисовая		4	4					
лук		9,3	8					
морковь		10	8					
масло растительное		3	3					
Гуляш из отварного мяса	293*			160	20,63	16,3	5,24	250
окорочка		120	98					
морковь		33	26,7					
лук		17	14					
томат		6	6					
масло сливочное		6	6					
мука		4	4					
Макаронные отварные	54-1г-2020			150	5,38	4,88	32,75	196,75
макаронные изделия		51	51					
масло сливочное		4,5	4,5					
Компот из сухофруктов	54-1хн-2020			180	0,48	0	17,88	72,96
сухофрукты		16	16					
сахар		15	15					
Хлеб пшеничный или		50	50	50	3,95	0,5	24,15	118
Хлеб ржаной		50	50	50	4,25	0,8	11,13	130,5
Булочка Домашняя	294			65	5,4	4,5	33,7	197,5
мука		45	45					
яйцо		1,4	1,4					
сахар		10,5	10,5					

	соль		0,5	0,5					
	маргарин		10,5	10,5					
	масло растительное для смазки		0,7	0,7					
	Чай с сахаром	54-2гн-2020			180	0,12	0	5,76	23,52
	чай		0,45	0,45					
	сахар		10	10					
	Витамин "С"		0,05						
	соль		3,8						
Энергетическая и пищевая ценность за обед , завтрак, полдник=						53,73	47,41	208,63	1539,51

5	Наименование продуктов	ТК	Масса, г			Химический состав			Калорийность , ккал
			брутто	нетто	выход	Б	Ж	У	
Завтрак	Каша молочная "Дружба"	54-16к-2020			200/5	5	5,87	23,87	169,07
	крупа рисовая		13	13					
	крупа пшенная		10	10					
	молоко		102	102					
	сахар		5	5					
	масло сливочное		5	5					
	Кофейный напиток с молоком	54-23гн-2020			180	2,76	2,28	9,84	70,68
	кофейный напиток		2	2					
	молоко		70	70					
	сахар		10	10					
	Бутерброд с маслом	1			30/5	2,14	6,8	13,16	122,4
	хлеб пшеничный		30	30					
масло сливочное		5	5						

Обед

2 завтрак	386			100	0,32	0,32	7,84	35,2
Сок		100	100					
Свекольник	54-18с-2020			200	1,8	4,28	10,65	88,31
свекла		64	51					
картофель		46	35					
морковь		10	8					
лук		11	9					
масло растительное		4	4					
сахар		1,5	1,5					
томат		3	3					
Жаркое по- домашнему	54-9м-2020			220	22	20,54	18,7	349,62
окорочка		120	97					
картофель		175	131					
лук		13	11					
масло сливочное		6	6					
Кисель из концентрата	233			180	0,5	0	25,1	102,4
кисель		21,6	21,6					
сахар		9	9					
Хлеб пшеничный или		50	50	50	3,95	0,5	24,15	118
Хлеб ржаной		50	50	50	4,25	0,8	11,13	130,5
Булочка "Ванильная"	273			60	8,81	5,45	35	215,2
мука на подпыл		1,2	1,2					
мука		39,3	39,3					
сахар		7	7					
маргарин		5	5					
яйцо для смазки		1/33шт	1,2					
яйцо		1/17 шт.	2,4					
масло растительное для смазки листов		0,7	0,7					
соль		0,8	0,8					
дрожжи		0,8	0,8					
ванилин		0,03	0,03					
Чай с сахаром	54-2гн-2020			180	0,12	0	5,76	23,52

чай		0,45	0,45					
сахар		10	10					
Витамин "С"		0,05						
соль		3,8						
Энергетическая и пищевая ценность за обед , завтрак, полдник=					51,65	46,84	185,2	1424,9

6	Наименование продуктов	ТК	Масса, г			Химический состав			Калорийность , ккал
			брутто	нетто	выход	Б	Ж	У	
Завтрак	Каша молочная ячневая	99			200/5	13	18,59	55,64	442,31
	крупка ячневая		44,8	44,8					
	молоко		100	100					
	сахар		5	5					
	масло сливочное		5	5					
	Чай с сахаром	54-2гн-2020			180	0,12	0	5,76	23,52
	чай		0,45	0,45					
	сахар		10	10					
	Бутерброд с маслом	1			30/5	2,14	6,8	13,16	122,4
	хлеб пшеничный		30	30					
	масло сливочное		5	5					
2 завтрак	386			100	0,32	0,32	7,84	35,2	
Сок		100	100						
Суп картофельный с мясными фрикадельками	54-5с-2020			200	8,64	4,32	13,91	129	
макаронные изделия		8	8						
картофель		80	60						
морковь		8	6						

	лук		4	3				
	масло растительное		3	3				
	фрикадельки							
	куры		39	29				
	яйцо		1/20штг	2				
	лук		3	2,5				
	картофель		145	109				
	молоко		45	43				
	масло сливочное		5	5				
	Птица тушеная	318			80/50	13,8	11,84	3,8
	куры		120	110				
	Соус томатный	228			50	0,26	1,8	2,62
	масло сливочное		2,5	2,5				
	мука		2,5	2,5				
	томат		7,5	7,5				
	сахар		1	1				
	Каша гречневая рассыпчатая	54-4г-2020			150	8,25	6,26	36
	крупа гречневая		45	45				
	масло сливочное		5	5				
	Компот из сухофруктов	54-1хн-2020			180	0,48	0	17,88
	сухофрукты		16	16				
	сахар		15	15				
	Хлеб пшеничный или		50	50	50	3,95	0,5	24,15
	Хлеб ржаной		50	50	50	4,25	0,8	11,13
Полдник	Пирожок печенный из дрожжевого теста с капустой	454			60	3,45	1,4	33,33
	мука + на паодпыл		30	30				
	дрожжи		0,5	0,5				
	сахар		1,8	1,8				
	яйцо		4,6	4,6				
	масло растительное		0,2	0,2				
	маргарин		2,8	2,8				
	капуста		37,5	37,5				

	лук		5,9	5,9					
	масло растительное		2,6	2,6					
	соль		0,5	0,5					
	Чай с сахаром	411			180	0,04	0,012	8,39	33,57
	чай		0,45	0,45					
	сахар		10	10					
	Витамин "С"		0,05						
	соль		3,8						
	*масса овощей после тепловой обработки								
Энергетическая и пищевая ценность за обед , завтрак, полдник=						58,7	52,64	233,61	1707,69

7	Наименование продуктов	ТК	Масса, г			Химический состав			Калорийность , ккал
			брутто	нетто	выход	Б	Ж	У	
	Каша молочная рисовая	98			200/5	5,12	6,62	32,61	210,13
	крупа рисовая		30	30					
	молоко		106,7	106,7					
	сахар		5	5					
	масло сливочное		5	5					
	Чай с сахаром	54-2гн-2020			180	0,12	0	5,76	23,52
	чай		0,45	0,45					
	сахар		10	10					
	Бутерброд с маслом	1			30/5	2,14	6,8	13,16	122,4
	хлеб пшеничный		30	30					
	масло сливочное		5	5					

2 завтрак	386			100	0,32	0,32	7,84	35,2
Сок		100	100					
Суп гороховый	36			200	1,87	3,11	10,89	79,03
горох		17	16					
картофель		54	40					
морковь		10	8					
лук		10	8					
масло растительное		4	4					
Котлеты рыбные	54-3р-2020			65/30	9,1	1,84	5,53	74,32
минтай		76	50					
хлеб		12,4	12,4					
яйцо		4,3	4,3					
масло сливочное		1,2	1,2					
Картофель в молоке	54-10г-2020			150	4,5	5,63	26,63	173,75
картофель		145	109					
молоко		45	43					
масло сливочное		5	5					
Кисель из концентрата	233			180	0,5	0	25,1	102,4
кисель		21,6	21,6					
сахар		9	9					
Хлеб пшеничный или		50	50	50	3,95	0,5	24,15	118
Хлеб ржаной		50	50	50	4,25	0,8	11,13	130,5
Булочка "Ванильная"	273			70	10,3	6,4	40,8	251,07
мука		46	46					
мука на подпыл		1,4	1,4					
сахар		8,2	8,2					
маргарин		5,8	5,8					
яйцо		1/14	2,8					
яйцо для смазки		1/28	1,4					
соль		0,9	0,9					
дрожжи		0,9	0,9					
масло растительное для смазки листов		0,7	0,7					
ванилин		0,04	0,04					

Полдник

Чай с сахаром	54-2гн-2020			180	0,12	0	5,76	23,52
чай		0,45	0,45					
сахар		10	10					
Витамин "С"		0,05						
соль		3,8						
Энергетическая и пищевая ценность за обед , завтрак, полдник=					42,29	32,02	209,36	1343,84

8	Наименование продуктов	ТК	Масса, г			Химический состав			Калорийность , ккал
			брутто	нетто	выход	Б	Ж	У	
Завтрак	Каша молочная пшеничная	54-6к-2020			200/5	8,17	10,17	37,67	274,84
	крупа пшеничная		40	40					
	молоко		100,8	100,8					
	сахар		5	5					
	масло сливочное		5	5					
	Бутерброд с маслом	1			30/5	2,14	6,8	13,16	122,4
	хлеб пшеничный		30	30					
	масло сливочное		5	5					
	Чай с сахаром	54-2гн-2020			180	0,12	0	5,76	23,52
	чай		0,45	0,45					
	сахар		7	7					
	2 завтрак	386			100	0,32	0,32	7,84	35,2
	Фрукт/яблоко		100	100					
	Суп картофельный с крупой	86*			200	1,57	2,18	11,67	72,6
	картофель		80	60					
	крупа рисовая		4	4					
	лук		9,3	8					
морковь		10	8						

	масло растительное		3	3					
	кости пищевые		15	15					
	Запеканка картофельная с мясом	308*			165	18,97	8,94	26,53	
	куры		80	60					
	картофель		204	153/14 8					
	яйцо		1/10	4					
	лук		13	11					
	масло сливочное		7	7					
	сухари		3	3					
	Компот из сухофруктов	54-1хн-2020			180	0,48	0	17,88	
	сухофрукты		16	16					
	сахар		15	15					
	Хлеб пшеничный или		50	50	50	3,95	0,5	24,15	
	Хлеб ржаной		50	50	50	4,25	0,8	11,13	
	Булочка дорожная	453			60	4,06	8,37	31,28	
	мука/ на подпыл		38,7/1,1	38,7/1, 1					
	сахар		7,2	7,2					
	маргарин/для смазки		9/1,1	9/1,1					
	соль		0,4	0,4					
	дрожжи		0,9	0,9					
	Крошка								
	маргарин		6	6					
	мука		6	6					
	масло растительное для листов		0,5	0,5					
	Чай с сахаром	54-2гн-2020			180	0,12	0	5,76	
	чай		0,45	0,45					
	сахар		10	10					
	Витамин "С"		0,05						
	соль		3,8						
	Энергетическая и пищевая ценность за обед , завтрак, полдник=					44,15	38,08	192,83	1354,74

Полдник

9	Наименование продуктов	ТК	Масса, г			Химический состав			Калорийность ккал
			брутто	нетто	выход	Б	Ж	У	
Завтрак	Омлет натуральный	229			80	7,05	12,6	1,42	147,76
	яйцо		1+1/2,3 5	57					
	молоко		19,7	19,7					
	масло сливочное+ для раздачи		3,7+5	3,7+5					
	Бутерброд с маслом	1			30/5	2,14	6,8	13,16	122,4
	хлеб пшеничный		30	30					
	масло сливочное		5	5					
	Чай с молоком	413			180	2,67	2,34	14,31	89
	чай		0,5	0,5					
	молоко		50	50					
	сахар		10	10					
2 завтрак	386			100	0,32	0,32	7,84	35,2	
Сок		100	100						
Борщ с капустой и картофелем	27			200	1,52	5,33	8,65	88,89	
свекла		40	32						
капуста свежая		20	16						
картофель		22,5	16						
морковь		10,5	8						
лук		5	4						
масло растительное		2,4	2,4						

	лимонная кислота		0,02	0,02					
	сахар		2	2					
	кости пищевые для бульона		15	15					
	Тефтели	54-15м-2020			65	8,56	8,56	7,9	144,19
	курица		57,6	42,9					
	крупа рисовая		5,5	5,5					
	лук		22,8	20,5					
	масло сливочное		4,6	4,6					
	мука		4,6	4,6					
	Соус томатный	228			30	0,16	1,1	1,57	16,85
	масло сливочное		1,5	1,5					
	мука		1,5	1,5					
	томат		4,5	4,5					
	сахар		0,5	0,5					
	Макаронны отварные	54-1г-2020			150	5,38	4,88	32,75	196,75
	макаронные изделия		51	51					
	масло сливочное		4,5	4,5					
	Кисель из концентрата	233			180	0,5	0	25,1	102,4
	кисель		21,6	21,6					
	сахар		9	9					
	Хлеб пшеничный или		50	50	50	3,95	0,5	24,15	118
	Хлеб ржаной		50	50	50	4,25	0,8	11,13	130,5
Полдник	Печенье	пром			45	2,28	2,94	22,32	125,1
	Чай с сахаром	54-2гн-2020			180	0,12	0	5,76	23,52
	чай		0,45	0,45					
	сахар		10	10					
	Витамин "С"		0,05						
	соль		3,8						
Энергетическая и пищевая ценность за обед , завтрак, полдник=						38,9	46,17	176,06	1340,56

10	Наименование продуктов		Масса, г		Химический состав			Калорийность
----	------------------------	--	----------	--	-------------------	--	--	--------------

		брутто	нетто	выход	Б	Ж	У	ккал	
Завтрак	Каша молочная "Дружба"	134		200/5	6,55	8,33	35,09	241,11	
	крупа рисовая		13						
	крупа пшенная		10						
	молоко		102						
	сахар		5						
	масло сливочное		5						
	Кофейный напиток с молоком	54-23гн-2020			180	2,76	2,28	9,84	70,68
	кофейный напиток		2						
	молоко		70						
	сахар		10						
	Бутерброд с маслом	1			30/5	2,14	6,8	13,16	122,4
	хлеб пшеничный		30						
масло сливочное		5							
2 завтрак	386			100	0,32	0,32	7,84	35,2	
Сок		100							
Суп картофельный с макаронными изделиями	54-7с-2020			200	5,16	2,77	18,5	119,6	
картофель		41,6	31,2						
макаронные изделия		6,4	6,4						
лук		6,4	5,1						
морковь		8	6,4						
масло растительное		1,6	1,6						
кости пищевые для бульона		33	33						
Гуляш из отварного мяса	293*			160	20,63	16,3	5,24	250	
окорочка		120	100						
морковь		33	26,6						
лук		17	14						
томат		6	6						
масло сливочное		6	6						
мука		4	4						
Горошница	54-21г-2020			150	14,5	1,25	33,75	204,75	
горох		75	75						

