

		<b>ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ</b>			
№ п/п		Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	(ккал)
1	<b>ЗА 1-й ДЕНЬ</b>	129,32	91,41	381,72	2869,87
2	<b>ЗА 2-й ДЕНЬ</b>	137,02	158,28	333,31	3188,16
3	<b>ЗА 3-й ДЕНЬ</b>	119,17	72,43	415,74	3177,22
4	<b>ЗА 4-й ДЕНЬ</b>	127,98	103,15	368,20	2889,03
5	<b>ЗА 5-й ДЕНЬ</b>	121,58	93,22	352,21	2767,93
6	<b>ЗА 6-й ДЕНЬ</b>	138,98	140,26	366,54	3293,84
7	<b>ЗА 7-й ДЕНЬ</b>	128,72	81,05	387,77	2933,54
8	<b>ЗА 8-й ДЕНЬ</b>	177,62	96,76	408,41	3131,93
9	<b>ЗА 9-й ДЕНЬ</b>	121,36	101,11	364,23	2863,53
10	<b>ЗА 10-й ДЕНЬ</b>	116,71	96,49	390,27	2755,07
11	<b>ЗА 11-й ДЕНЬ</b>	143,78	100,52	384,38	2980,70
12	<b>ЗА 12-й ДЕНЬ</b>	131,90	149,06	334,21	3186,44
13	<b>ЗА 13-й ДЕНЬ</b>	143,02	114,33	404,05	3034,46
14	<b>ЗА 14-й ДЕНЬ</b>	122,84	90,50	361,02	2748,27
	<b>всего 14 дней</b>	<b>1859,99</b>	<b>1489</b>	<b>5252</b>	<b>41820</b>
	<b>В среднем за 1 день</b>	<b>132,9</b>	<b>106,3</b>	<b>375,1</b>	<b>2987,1</b>

1 день							
	Масса порции	Температура выдачи блюда (градус)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
	(граммы)		Б	Ж	У	(ккал)	
<b>Завтрак</b>			Б	Ж	У		
Каша "Дружба"	200	65	5,34	6,86	26,28	188,44	54-16к-20
Сыр твердых сортов в нарезке	15		3,5	4,4	0	53,7	Сб.реп.54-1з-2020
Масло сливочное порционное	10		0,1	8,2	0,1	74,8	54-19з-20
Чай с сахаром	200	75	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн-20
Апельсины	100		0,82	0,18	7,36	39,09	Могильный
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	10,02	52,2	Промышлен.производства
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,5	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>585</b>		<b>14,22</b>	<b>20,24</b>	<b>65,02</b>	<b>505,53</b>	
<b>Обед</b>							
Помидоры нарезка	80		0,9	0,2	3	17,1	54-3з-20
Огурцы нарезка	80		0,6	0,1	2	11,3	54-2з-20
Суп картофельный с консервами	250		9,88	5,12	15,53	147,45	54-12с-20
Котлета мясная из говядины	120	65	22,2	19,13	12,5	306,49	54-4м-20
Крупа перловая рассыпчатая	200	65	6,79	9,09	46,69	295,78	54-5г-20
Компот из яблок и вишни	200	20	0,2	0,1	10,2	42,5	64-4хн-20
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,5	Промышлен.производства
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	10,02	52,2	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>990</b>		<b>44,83</b>	<b>34,34</b>	<b>114,70</b>	<b>943,32</b>	
<b>Полдник</b>							
Сок с фруктовой мякотью	200	20	0,6	0	33	134,4	Промышлен.производства
Печенье	50		3,75	5,00	37,25	208	Промышлен.производства
Яблоки свежие	100		0,38	0,38	9,77	44,38	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>350</b>		<b>4,73</b>	<b>5,38</b>	<b>80,02</b>	<b>386,78</b>	
<b>Ужин</b>							
Курица отварная	120	65	40,99	3,29	1,39	199,03	54-21м-20
Пюре картофельное	200	65	4,14	8,00	26,26	194,40	54-11г-20
Помидоры нарезка	80		0,9	0,2	3,0	17,1	54-3з-20
огурцы нарезка	80		0,6	0,1	2	11,3	54-2з-20
Чай с малиной и сахаром	200	75	0,3	0,1	7,3	31,3	54-7гн-20
Блинчики с маслом	100	65	8,25	13,37	34,7	291,91	547
Молоко сгущеное	10		0,7	0,79	0,95	13,5	Уральский
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,5	Промышлен.производства
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	10,02	52,2	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>850</b>		<b>60,14</b>	<b>26,45</b>	<b>100,38</b>	<b>881,24</b>	
<b>2-ой ужин</b>							
Снежок	200	20	5,4	5	21,6	153	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>200</b>		<b>5,4</b>	<b>5</b>	<b>21,6</b>	<b>153</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>2975,00</b>		<b>129,32</b>	<b>91,41</b>	<b>381,72</b>	<b>2869,87</b>	

2 день							
Наименование блюда в соответствии со сборником рецептов	Масса порции	Температура выдачи блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	(граммы)					(ккал)	
<b>Завтрак</b>							
Каша вязкая молочная пшеничная	200	65	8,30	11,70	37,50	288,00	Сб.реп.54-6к-2020
Яйцо куриное вареное	40		4,8	4	0,3	56,6	54-6о-20
Масло сливочное порционное	10		0,1	8,2	0,1	74,8	54-19з-20
Чай с сахаром и молоком	200	75	1,6	1,4	8,6	53,5	Сб.реп.54-4гн-2020
Мандарины	100		0,86	0,14	7,57	35	промышл. производства
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	10,02	52,2	Промышлен.производства
Хлеб в пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,5	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>610</b>		<b>19,92</b>	<b>26,04</b>	<b>78,85</b>	<b>630,60</b>	
<b>Обед</b>							
Огурцы нарезка	80		0,6	0,1	2	11,3	54-2з-20
Щи из свежей капусты со сметаной	250	75	12,22	11,77	7,12	145,07	54-1с-20
Греча отварная рассыпчатая (гарнир)	200	65	10,94	9,2	47,86	318,54	54--4г-20
Курица тушеная в томатном соусе	120	65	33,74	40,70	5,33	522,68	54-4р-2020
Компот из клюквы	200	20	0,1	0	7,1	28,8	Сб.реп.54-12хн-2020
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	10,02	52,2	Промышлен.производства
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,5	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>910,0</b>		<b>61,86</b>	<b>62,37</b>	<b>94,19</b>	<b>1149,09</b>	
<b>Полдник</b>							
Напиток "Валеток" с витаминами	200	20	0	0	18,4	74	Уральский
Пряники	50		2,95	2,35	37,5	183	Пермь
Бананы	100		1,54	0	22,38	95,61	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>350</b>		<b>4,49</b>	<b>2,35</b>	<b>78,28</b>	<b>352,61</b>	
<b>Ужин</b>							
Тефтели из говядины с рисом	120	65	18,73	16,79	10,66	268,66	54-16м-20
Капуста белокочанная тушеная	200	65	3,86	35,34	8,1	283	54-19г-20
Сырники из творога	100	65	17,1	9	22,4	239,3	54-6т-20
Молоко сгущеное	10		0,7	0,79	0,95	13,5	Уральский
Чай с лимоном и сахаром	200	75	0,30	0	6,7	27,9	Сб.реп.54-3гн-2020
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,5	Промышлен.производства
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	10,02	52,2	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>690,0</b>		<b>44,95</b>	<b>62,52</b>	<b>73,59</b>	<b>955,06</b>	
<b>2-ой ужин</b>							
Ряженка	200	20	5,80	5,00	8,4	100,8	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>200</b>		<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>8,4</b>	<b>100,8</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>2760,0</b>		<b>137,02</b>	<b>158,28</b>	<b>333,31</b>	<b>3188,16</b>	

### 3 день

Наименование блюда в соответствии со сборником рецептов	Масса порции	Температура выдачи блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	(граммы)					(ккал)	
<b>Завтрак</b>							
Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	200	65	5,66	5,34	30,42	192,36	Екатеринбург
Какао с молоком	200	75	4,6	4,4	12,5	107,2	Сб.реп.54-21ги-2020
Масло сливочное порционное	10		0,1	8,2	0,1	74,8	54-19з-20
Йогурт молочный натуральный	100		5	3,2	8,5	87	463
Яблоки свежие	100		0,38	0,38	9,77	44,38	Промышлен.производства
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	10,02	52,2	Промышлен.производства
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,5	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>670</b>		<b>20</b>	<b>22,12</b>	<b>86,07</b>	<b>628,44</b>	
<b>Обед</b>							
Помидоры в нарезке	80		0,9	0,2	3,00	17,1	54-3з-20
Суп крестьянский с крупой (рис)	250	75	12,63	11,97	14,05	175,92	54-11с-20
Рыба запеченная с яйцом	130		32,56	3,47	22,97	293,48	сборник рецептов 2015г. № 503/з
Булгур отварной	200	65	9,2	5,74	46,14	273,74	76
Кисель из плодов или ягод свежих	200	20	0,14	0,04	27,48	110,8	Могильный
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	10,02	52,2	Промышлен.производства
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,5	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>920,00</b>		<b>59,69</b>	<b>22,02</b>	<b>138,42</b>	<b>993,74</b>	
<b>Полдник</b>							
Сок с фруктовой мякотью	200	20	0,6	0	33	134,4	Промышлен.производства
Зефир	20		0,16	0,02	15,96	65,2	Промышлен.производства
Груша	100		0,50	0,25	10,25	47	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>320</b>		<b>1,26</b>	<b>0,27</b>	<b>59,21</b>	<b>246,6</b>	
<b>Ужин</b>							
Голубцы ленивые	200	65	18,22	13,86	14,12	255,38	54-3м-20
Картофель запеченный в сметанном соусе	200	65	3,66	3,48	22,56	136,54	Цыганенко
Огурец в нарезке	80		0,6	0,1	2,00	11,3	54-2з-20
Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом	90		5,06	4,98	54,04	274,5	Уральский
Чай фруктовый с вишней и яблоками	200	75	0,32	0,12	1,8	230,01	Сб.реп.54-19гн-2020
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,5	Промышлен.производства
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	230,01	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>830,00</b>		<b>32,42</b>	<b>23,02</b>	<b>124,04</b>	<b>1208,24</b>	
<b>2-ой ужин</b>							
Кефир	200	20	5,8	5,00	8,00	100,2	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>200</b>		<b>5,8</b>	<b>5</b>	<b>8</b>	<b>100,2</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>2940,00</b>		<b>119,17</b>	<b>72,43</b>	<b>415,74</b>	<b>3177,22</b>	

4 день							
Наименование блюда в соответствии со сборником рецептов	Масса порции	Температура выдачи блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	(граммы)					(ккал)	
<b>Завтрак</b>							
Хлопья кукурузные или пшеничные с молоком	200		6,90	6,32	20,46	167,74	172
Сыр твердых сортов в нарезке	15		3,5	4,4	0	53,7	Сб.рец.54-1з-2020
Масло сливочное порционное	10		0,1	8,2	0,1	74,8	54-19з-20
Чай с малиной и с сахаром	200	75	0,3	0,1	7,3	31,3	Сб.рец.54-7гн-2020
Бананы	100		1,54	0	22,38	95,61	Промышлен.производства
Желе из смородины черной	60		1,64	0,04	7,61	37,32	500
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	10,02	52,2	Промышлен.производства
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,5	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>645,00</b>		<b>18,24</b>	<b>19,66</b>	<b>82,63</b>	<b>583,17</b>	
<b>Обед</b>							
Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне со сметаной	250	75	12,32	11,72	12,53	167,78	54-2с-20
Помидора в нарезке							
Огурец в нарезке							
Макароны отварные	200	65	7,06	7,34	43,6	269,34	54-2м-20
Гуляш из говядины	120	65	21,65	17,81	3,84	262,33	54-2м-20
Компот из смеси сухофруктов	200	20	0,5	0	19,8	81	Сб.рец.54-1хн-2020
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	10,02	52,2	Промышлен.производства
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,5	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>830,00</b>		<b>45,79</b>	<b>37,47</b>	<b>104,55</b>	<b>903,15</b>	
<b>Полдник</b>							
Сок с фруктовой мякотью	200	20	0,6	0	33	134,4	Промышлен.производства
Вафли	50		1,4	1,65	38,65	175	Пермь
Мандарины	100		0,86	0,14	7,57	35	промышл. производства
<b>итого</b>	<b>350</b>		<b>2,86</b>	<b>1,79</b>	<b>79,22</b>	<b>344,4</b>	
<b>Ужин</b>							
Запеканка картофельная с говядиной	200	65	25,1	21,16	27,1	399,38	54-13м-20
Помидор в нарезке	80		0,9	0,2	3,00	17,1	54-3з-20
Пудинг из творога с яблоками	150	65	19,91	15	17,29	283,91	54-4т-20
Соус шоколадный	30	75	1,62	1,41	12,63	69,72	54-7с-20
Чай с грушей и апельсином	200	75	0,3	0,1	1,7	8,9	Сб.рец.54-20гн-2020
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,5	Промышлен.производства
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	10,02	52,2	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>720</b>		<b>52,09</b>	<b>38,47</b>	<b>86,5</b>	<b>901,71</b>	
<b>2-ой ужин</b>							
Йогурт	180	20	9	5,76	15,30	156,6	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>180</b>		<b>9</b>	<b>5,76</b>	<b>15,3</b>	<b>156,6</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>2725,00</b>		<b>127,98</b>	<b>103,15</b>	<b>368,20</b>	<b>2889,03</b>	

### 5 день

Наименование блюда в соответствии со сборником рецептов	Масса порции	Температура выдачи блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	(граммы)					(ккал)	
<b>Завтрак</b>							
Каша жидкая молочная рисовая	200	65	5,20	6,50	28,40	193,70	Сб.рец.54-21к-2020
Сыр твердых сортов в нарезке	15		3,5	4,4	0	53,7	Сб.рец.54-1з-2020
Масло сливочное порционное	10		0,1	8,2	0,1	74,8	54-19з-20
Чай с сахаром	200	75	0,2	0	6,5	26,8	Сб. рец 54-2гн-2020
Апельсины	100		0,82	0,18	7,36	39,09	Могильный
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	10,02	52,2	Промышлен.производства
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,5	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>585,00</b>		<b>14,08</b>	<b>19,88</b>	<b>67,14</b>	<b>510,79</b>	
<b>Обед</b>							
Сельдь с луком и растительным маслом	30		5,00	11,00	1,60	126,00	280
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	75	19,57	12,73	18,03	293,59	54-7с-20
Пюре картофельное	200	65	4,14	8,00	26,26	194,40	54-11г-20
Котлеты рубленые куриные	120	65	22,92	5,87	8,52	175,63	54-5м-20
Компот из кураги	180	20	0,94	0,05	15,46	65,65	Сб.рец.54-2хн-2020
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,5	Промышлен.производства
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	10,02	52,2	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>840,0</b>		<b>56,83</b>	<b>38,25</b>	<b>94,65</b>	<b>977,97</b>	
<b>Полдник</b>							
Напиток "Валеток" с витаминами	200	20	0	0	18,4	74	Уральский
Печенье	50		3,75	5,00	37,25	208	Промышлен.производства
Яблоки свежие	100		0,38	0,38	9,77	44,38	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>350,00</b>		<b>4,13</b>	<b>5,38</b>	<b>65,42</b>	<b>326,38</b>	
<b>Ужин</b>							
Котлеты рыбные с морковью(треска)	120	65	15,12	5,52	6,24	133,68	54-1р-20
Азу	120	65	10,25	8,52	14,33	175,5	370
Оладьи со сгущенным молоком	100	65	9,71	9,77	46,35	311,61	Могильный
Помидор в нарезке	80		0,9	0,2	3,00	17,1	54-3з-20
Огурец в нарезке	80		0,6	0,1	2,00	11,3	54-2з-20
Чай с лимоном и сахаром	200	75	0,30	0,00	6,7	27,9	Сб.рец.54-3гн-2020
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,5	Промышлен.производства
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	10,02	52,2	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>640,00</b>		<b>41,14</b>	<b>24,71</b>	<b>103,40</b>	<b>799,79</b>	
<b>2-ой ужин</b>							
Снежок	200	20	5,4	5	21,6	153	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>200,00</b>		<b>5,40</b>	<b>5,00</b>	<b>21,60</b>	<b>153,00</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>2615,00</b>		<b>121,58</b>	<b>93,22</b>	<b>352,21</b>	<b>2767,93</b>	

6 день							
Наименование блюда в соответствии со сборником рецептов	Масса порции	Температура выдачи блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность  (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>							
Суп молочный с макаронными изделиями	200	75	5,5	5,58	17,72	143,02	54-19к-20
Масло сливочное порционное	10		0,1	8,2	0,1	74,8	54-19з-20
Яйцо куриное вареное	40		4,8	4	0,3	56,6	54-6о-20
Какао с молоком	200	75	4,6	4,4	12,5	107,2	Сб.рец.54-21ги-2020
Яблоки свежие	100		0,38	0,38	9,77	44,38	Промышлен.производства
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	10,02	52,2	Промышлен.производства
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,05	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>610,00</b>		<b>19,64</b>	<b>23,16</b>	<b>65,17</b>	<b>548,25</b>	
<b>Обед</b>							
Огурец в нарезке	80		0,6	0,1	2,0	11,3	54-2з-20
Суфле куриное (паровое)	120	65	26,84	39,38	4,13	478,32	135
Солянка домашняя	250	75	7,07	13,50	8,22	193,05	228
Греча отварная рассыпчатая (гарнир)	200	65	10,94	9,2	47,86	318,54	54--4г-20
Кисель с витаминами "Кисель Валеток"	200	20	0	0	18,40	74,00	Уральский
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	10,02	52,2	Промышлен.производства
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,05	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>910,0</b>		<b>49,7</b>	<b>62,78</b>	<b>105,39</b>	<b>1197,46</b>	
<b>Полдник</b>							
Сок с фруктовой мякотью	200	20	0,6	0	33	134,4	Промышлен.производства
Пицца школьная	100		11,28	16,06	32,58	316,58	Уральский
Мандарины	100		0,86	0,14	7,57	35	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>400,00</b>		<b>12,74</b>	<b>16,20</b>	<b>73,15</b>	<b>485,98</b>	
<b>Ужин</b>							
Помидор в нарезке	80		0,9	0,2	3	17,1	54-3з-20
Тефтели из говядины с рисом	120	65	18,73	16,79	10,66	268,66	54-16м-20
Сырники из творога	100	65	17,1	9	22,4	239,3	54-6т-20
Молоко сгущеное	10		0,7	0,79	0,95	13,5	Уральский
Булгур отварной	200	65	9,2	5,74	46,14	273,74	76
Чай с сахаром	200	75	0,2	0	6,5	26,8	Сб. рец 54-2ги-2020
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,05	Промышлен.производства
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	10,02	52,2	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>770,00</b>		<b>51,09</b>	<b>33,12</b>	<b>114,43</b>	<b>961,35</b>	
<b>2-ой ужин</b>							
Ряженка	200	20	5,80	5,00	8,4	100,8	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>200,00</b>		<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>8,40</b>	<b>100,80</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>2890,00</b>		<b>138,98</b>	<b>140,26</b>	<b>366,54</b>	<b>3293,84</b>	

7 день							
Наименование блюда в соответствии со сборником рецептов	Масса порции	Температура выдачи блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			(граммы)	Б	Ж		
<b>Завтрак</b>							
Каша "Дружба"	200	65	5,34	6,86	26,28	188,44	54-16к-20
Масло сливочное порционное	10		0,1	8,2	0,1	74,8	54-19з-20
Джем	20		0,1	0	14,32	82,8	Промышлен.производства
Чай с малиной и сахаром	200	75	0,3	0,1	7,3	31,3	Сб.рец.54-7гн-2020
Груша	100		0,50	0,25	10,25	47	Промышлен.производства
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	10,02	52,2	Промышлен.производства
Хлеб пшеничный	30		2	0,4	11,9	58,7	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>590,00</b>		<b>10,32</b>	<b>16,17</b>	<b>80,17</b>	<b>535,24</b>	
<b>Обед</b>							
Огурец в нарезке	80		0,6	0,1	2	11,3	54-2з-20
Суп из овощей с мясными фрикадельками	250	75	7,98	4,23	18,3	143,5	54-5с-20
Рыба запеченная с яйцом	130		32,56	3,47	22,97	293,48	сборник рецептов 2020г. № 503/3
Плов из отварной говядины	200	65	16,54	13,54	42,42	357,88	54-11м-20
Компот из яблок и вишни	200	20	0,24	0,12	11,14	46,7	Сб.рец.54-5хн-2020
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	10,02	52,2	Промышлен.производства
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,05	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>920</b>		<b>62,18</b>	<b>22,06</b>	<b>121,61</b>	<b>975,11</b>	
<b>Полдник</b>							
Сок с фруктовой мякотью	200	20	0,6	0	33	134,4	Промышлен.производства
Пряники	50		2,95	2,35	37,5	183	Пермь
Апельсины	100		0,82	0,18	7,36	39,09	Могильный
<b>итого</b>	<b>350</b>		<b>4,37</b>	<b>2,53</b>	<b>77,86</b>	<b>356,49</b>	
<b>Ужин</b>							
Запеканка картофельная с говядиной	200	65	25,1	21,16	27,1	399,38	54-13м-20
Помидор в нарезке	80		0,9	0,2	3	17,1	54-3з-20
Сельдь с луком и растительным маслом	30		5,00	11,00	1,60	126,00	280
Блинчики с вареньем	100	65	7,27	1,45	34,55	235,15	548
Чай с вишней, малиной, яблоками	200	75	0,32	0,12	1,8	10,22	Сб.рец.54-19гн-2020
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,05	Промышлен.производства
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	10,02	52,2	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>670,00</b>		<b>42,85</b>	<b>34,53</b>	<b>92,83</b>	<b>910,10</b>	
<b>2-ой ужин</b>							
Йогурт	180	20	9	5,76	15,30	156,6	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>180</b>		<b>9</b>	<b>5,76</b>	<b>15,3</b>	<b>156,6</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>2710</b>		<b>128,72</b>	<b>81,05</b>	<b>387,77</b>	<b>2933,54</b>	



## 8 день

Наименование блюда в соответствии со сборником рецептов	Масса порции	Температура выдачи блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	(граммы)					(ккал)	
<b>Завтрак</b>							
Каша вязкая молочная пшеничная	200	65	8,30	11,70	37,50	288,00	Сб.рец.54-6к-2020
Сыр твердых сортов в нарезке	15		3,5	4,4	0	53,7	Сб.рец.54-1з-2020
Масло сливочное порционное	10		0,1	8,2	0,1	74,8	54-19з-20
Чай с лимоном и сахаром	200	75	0,30	0	6,7	27,9	Сб.рец.54-3гн-2020
Бананы	100		1,54	0	22,38	95,61	прошыл. Производство
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	10,02	52,2	Промышлен.производства
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,05	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>585</b>		<b>18</b>	<b>24,9</b>	<b>91,46</b>	<b>662,26</b>	
<b>Обед</b>							
Помидор в нарезке	80		0,9	0,2	3	17,1	54-3з-20
Огурец в нарезке	80		0,6	0,1	2	11,3	54-2з-20
Суп картофельный с горохом	250	75	14,80	9,95	16,28	133,14	54-8с-20
Гуляш из говядины	120	65	21,65	17,81	3,84	262,33	54-2м-20
Печень говяжья по-строгановски	120	65	17,28	6,94	4,26	145,81	54-18м-20
Макароны отварные	200	65	7,06	7,34	43,6	269,34	54-2м-20
Кисель из плодов и свежих ягод	200	20	0,14	0,04	27,48	110,8	Могильный
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,05	Промышлен.производства
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	10,02	52,2	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>1110,0</b>		<b>66,7</b>	<b>42,98</b>	<b>125,24</b>	<b>1072,07</b>	
<b>Полдник</b>							
Сок с фруктовой мякотью	200	20	0,6	0	33	134,4	Промышлен.производства
Вафли	50		1,4	1,65	38,65	175	Пермь
Яблоки свежие	100		0,38	0,38	9,77	44,38	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>350</b>		<b>2,38</b>	<b>2,03</b>	<b>81,42</b>	<b>353,78</b>	
<b>Ужин</b>							
Помидор в нарезке	80		0,9	0,2	3	17,1	54-3з-20
Огурец в нарезке	80		0,6	0,1	2	11,3	54-2з-20
Курица отварная	120	65	40,99	3,29	1,39	199,03	54-21м-20
Картофель запеченный в сметанном соусе	200	65	3,66	3,48	22,56	136,54	Цыганенко
Рыба тушеная в томате	120		16,62	4,27	9,81	141,58	сборник рецептов 2017 г. № 230
Сырники из творога	100	65	17,1	9	22,4	239,3	54-6т-20
Молоко сгущеное	10		0,7	0,79	0,95	13,5	Уральский
Чай с вишней, малиной, яблоками	200	75	0,32	0,12	1,8	10,22	Сб.рец.54-19гн-2020
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,05	Промышлен.производства
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	10,02	52,2	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>970,0</b>		<b>85,1</b>	<b>21,85</b>	<b>88,69</b>	<b>890,82</b>	
<b>2-ой ужин</b>							
Снежок	200	20	5,4	5	21,6	153	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>200</b>		<b>5,4</b>	<b>5</b>	<b>21,6</b>	<b>153</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>3215,00</b>		<b>177,62</b>	<b>96,76</b>	<b>408,41</b>	<b>3131,93</b>	

## 9 день

Наименование блюда в соответствии со сборником рецептов	Масса порции	Температура выдачи блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	(граммы)					(ккал)	
<b>Завтрак</b>							
Хлопья кукурузные или пшеничные с молоком	200		6,90	6,32	20,46	167,74	172
Яйцо куриное вареное	40		4,8	4	0,3	56,6	54-60-20
Масло сливочное порционное	10		0,1	8,2	0,1	74,8	54-19з-20
Какао с молоком	200	75	4,6	4,4	12,5	107,2	Сб.рец.54-21ги-2020
Апельсины	100		0,82	0,18	7,36	39,09	Могильный
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	10,02	52,2	Промышлен.производства
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,05	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>610</b>		<b>21,48</b>	<b>23,7</b>	<b>65,5</b>	<b>567,68</b>	
<b>Обед</b>							
Помидор в нарезке	80		0,9	0,2	3	17,1	54-3з-20
Огурец в нарезке	80		0,6	0,1	2	11,3	54-2з-20
Суп картофельный с клецками	250	75	18,6	13,28	15,03	255,52	54-6с-20
Бефстроганов из отварной говядины	120	65	19,46	16,01	3,23	235,68	54-1м-20 2
Греча отварная рассыпчатая (гарнир)	200	65	10,94	9,2	47,86	318,54	54--4г-20
Компот из клюквы	200	20	0,1	0	7,1	28,8	Сб.рец.54-12хн-2020
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,05	Промышлен.производства
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	10,02	52,2	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>990,00</b>		<b>54,86</b>	<b>39,39</b>	<b>103,00</b>	<b>989,19</b>	
<b>Полдник</b>							
Напиток "Валеток" с витаминами	200	20	0	0	18,4	74	Уральский
Печенье	50		3,75	5,00	37,25	208	Промышлен.производства
Груша	100		0,50	0,25	10,25	47	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>350</b>		<b>4,25</b>	<b>5,25</b>	<b>65,9</b>	<b>329</b>	
<b>Ужин</b>							
Тефтели рыбные (треска)	120	65	15,46	9,30	15,14	207,00	54-12р-20
Пюре картофельное	200	65	4,14	8,00	26,26	194,40	54-11г-20
Оладьи со сгущенным молоком	100	65	9,71	9,77	46,35	311,61	Могильный
Горошек зеленый консервированный порционный	40		1,2	0,1	2,4	14,8	54-20з-54--20
Чай с сахаром	200	75	0,2	0	6,5	26,8	Сб.рец.54-2гн-2020
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,05	Промышлен.производства
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	10,02	52,2	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>720,00</b>		<b>34,97</b>	<b>27,77</b>	<b>121,43</b>	<b>876,86</b>	
<b>2-ой ужин</b>							
Ряженка	200	20	5,80	5,00	8,4	100,8	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>200</b>		<b>5,8</b>	<b>5</b>	<b>8,4</b>	<b>100,8</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>2870,00</b>		<b>121,36</b>	<b>101,11</b>	<b>364,23</b>	<b>2863,53</b>	

**10 день**

Наименование блюда в соответствии со сборником рецептов	Масса порции (граммы)	Температура выдачи блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>							
Макароны отварные с сыром	200	65	10,54	9,60	38,14	280,80	54-3г-20
Масло сливочное порционное	10		0,1	8,2	0,1	74,8	54-19з-20
Чай с сахаром	200	75	0,2	0	6,5	26,8	Сб. рец 54-2ги-2020
Йогурт молочный натуральный	100		5	3,2	8,5	87	463
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,05	Промышлен.производства
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	10,02	52,2	Промышлен.производства
Мандарины	100		0,86	0,14	7,57	35	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>670,00</b>		<b>20,96</b>	<b>21,74</b>	<b>85,59</b>	<b>626,65</b>	
<b>Обед</b>							
Помидор в нарезке	80		0,9	0,2	3	17,1	54-3з-20
Огурец в нарезке	80		0,6	0,1	2	11,3	54-2з-20
Рассольник ленинградский	250	75	11,77	12,00	17,00	186,73	54-3с-20
Котлеты рыбные с морковью(треска)	120	65	15,12	5,52	6,24	133,68	54-1р-20
Рис отварной	200	65	5,52	8,28	55,82	208,7	320
Компот из черной смородины	200	20	0,30	0,10	8,40	35,40	Сб.рец.54-7хн-2020
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,05	Промышлен.производства
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	10,02	52,2	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>870,00</b>		<b>38,47</b>	<b>26,80</b>	<b>117,24</b>	<b>715,16</b>	
<b>Полдник</b>							
Сок с фруктовой мякотью	200	20	0,6	0	33	134,4	Промышлен.производства
Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом	90		5,06	4,98	54,04	274,5	Уральский
Яблоки свежие	100		0,38	0,38	9,77	44,38	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>390</b>		<b>6,04</b>	<b>5,36</b>	<b>96,81</b>	<b>453,28</b>	
<b>Ужин</b>							
Азу	120	65	10,25	8,52	14,33	175,5	370
Пудинг из творога с яблоками	150	65	19,91	15	17,29	283,91	54-4т-20
Соус шоколадный	30	75	1,62	1,41	12,63	69,72	54-7с-20
Чай с грушей и апельсином	200	75	0,3	0,1	1,7	8,9	Сб.рец.54-20гн-2020
Помидор в нарезке	80		0,9	0,2	3	17,1	54-3з-20
Сельдь с луком и растительным маслом	30		5,00	11,00	1,60	126,00	280
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,05	Промышлен.производства
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	10,02	52,2	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>670,00</b>		<b>42,24</b>	<b>36,83</b>	<b>75,33</b>	<b>803,38</b>	
<b>2-ой ужин</b>							
Йогурт	180	20	9	5,76	15,30	156,6	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>180</b>		<b>9</b>	<b>5,76</b>	<b>15,3</b>	<b>156,6</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>2780,00</b>		<b>116,71</b>	<b>96,49</b>	<b>390,27</b>	<b>2755,07</b>	

11 день							
Наименование блюда в соответствии со сборником рецептур	Масса порции	Температура выдачи блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	(граммы)					(ккал)	
<b>Завтрак</b>							
Каша жидкая молочная рисовая	200	65	5,20	6,50	28,40	193,70	Сб.рец.54-21к-2020
Яйцо куриное вареное	40		4,8	4	0,3	56,6	54-6о-20
Сыр твердых сортов в нарезке	15		3,5	4,4	0	53,7	Сб.рец.54-1з-2020
Масло сливочное порционное	10		0,1	8,2	0,1	74,8	54-19з-20
Желе из смородины черной	60		1,64	0,04	7,61	37,32	500
Чай с малиной и сахаром	200	75	0,3	0,1	7,3	31,3	54-7гн-20
Груша	100		0,50	0,25	10,25	47	Промышлен.производства
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	10,02	52,2	Промышлен.производства
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,05	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>685,00</b>		<b>20,30</b>	<b>24,09</b>	<b>78,74</b>	<b>616,67</b>	
<b>Обед</b>							
Помидор в нарезке	80		0,9	0,2	3	17,1	54-3з-20
Огурец в нарезке	80		0,6	0,1	2	11,3	54-2з-20
Щи из свежей капусты со сметаной	250	75	12,22	11,77	7,12	145,07	54-1с-20
Макаронник с мясом	200	65	23,64	17,88	38,70	410,10	299
Рыба тушеная в томате	120		16,62	4,27	9,81	141,58	сборник рецептур 2017 г. № 230
Компот из яблок и вишни	200	20	0,24	0,12	11,14	46,7	Сб.рец.54-5хн-2020
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,05	Промышлен.производства
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	10,02	52,2	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>910,00</b>		<b>58,48</b>	<b>34,94</b>	<b>96,55</b>	<b>894,10</b>	
<b>Полдник</b>							
Сок с фруктовой мякотью	200	20	0,6	0	33	134,4	Промышлен.производства
Пряники	50		2,95	2,35	37,5	183	Пермь
Бананы	100		1,54	0	22,38	95,61	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>350</b>		<b>5,09</b>	<b>2,35</b>	<b>92,88</b>	<b>413,01</b>	
<b>Ужин</b>							
Помидор в нарезке	80		0,9	0,2	3	17,1	54-3з-20
Гуляш из говядины	120	65	21,65	17,81	3,84	262,33	54-2м-20
Булгур отварной	200	65	9,2	5,74	46,14	273,74	76
Сырники из творога	100	65	17,1	9	22,4	239,3	54-6т-20
Молоко стуженое	10		0,7	0,79	0,95	13,5	Уральский
Чай с лимоном и сахаром	200	75	0,30	0	6,7	27,9	Сб.рец.54-3гн-2020
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,05	Промышлен.производства
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	10,02	52,2	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>770,00</b>		<b>54,11</b>	<b>34,14</b>	<b>107,81</b>	<b>956,12</b>	
<b>2-ой ужин</b>							
Ряженка	200	20	5,80	5,00	8,4	100,8	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>200</b>		<b>5,8</b>	<b>5</b>	<b>8,4</b>	<b>100,8</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>2915,00</b>		<b>143,78</b>	<b>100,52</b>	<b>384,38</b>	<b>2980,70</b>	

## 12 день

Наименование блюда в соответствии со сборником рецептов	Масса порции	Температура выдачи блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	(граммы)					(ккал)	
<b>Завтрак</b>							
Каша "Дружба"	200	65	5,34	6,86	26,28	188,44	54-16к-20
Масло сливочное порционное	10		0,1	8,2	0,1	74,8	54-19з-20
Какао с молоком	200	75	4,6	4,4	12,5	107,2	Сб.рец.54-21ги-2020
Джем	20		0,1	0	14,32	82,8	Промышлен.производства
Яблоки свежие	100		0,38	0,38	9,77	44,38	Промышлен.производства
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	10,02	52,2	Промышлен.производства
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,05	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>590</b>		<b>14,78</b>	<b>20,44</b>	<b>87,75</b>	<b>619,87</b>	
<b>Обед</b>							
Помидор в нарезке	80		0,9	0,2	3	17,1	54-3з-20
Суп крестьянский с крупой (рис)	250	75	12,63	11,97	14,05	175,92	54-11с-20
Пельмени мясные отварные с маслом	250		55,93	82,05	8,60	996,50	293
Компот из яблок и вишни	200	20	0,24	0,12	11,14	46,7	Сб.рец.54-5хн-2020
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,05	Промышлен.производства
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	10,02	52,2	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>840,0</b>		<b>73,96</b>	<b>94,94</b>	<b>61,57</b>	<b>1358,47</b>	
<b>Полдник</b>							
Сок с фруктовой мякотью	200	20	0,6	0	33	134,4	Промышлен.производства
Зефир	20		0,16	0,02	15,96	65,2	Промышлен.производства
Груша	100		0,50	0,25	10,25	47	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>320</b>		<b>1,26</b>	<b>0,27</b>	<b>59,21</b>	<b>246,6</b>	
<b>Ужин</b>							
Огурец в нарезке	80		0,6	0,1	2	11,3	54-2з-20
Картофель запеченный в сметанном соусе	200	65	3,66	3,48	22,56	136,54	Цыганенко
Котлета мясная из говядины	120	65	22,2	19,13	12,5	306,49	54-4м-20
Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом	90		5,06	4,98	54,04	274,5	Уральский
Чай с вишней, малиной, яблоками	200	75	0,32	0,12	1,8	10,22	Сб.рец.54-19гн-2020
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,05	Промышлен.производства
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	10,02	52,2	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>750,0</b>		<b>36,10</b>	<b>28,41</b>	<b>117,68</b>	<b>861,30</b>	
<b>2-ой ужин</b>							
Кефир	200	20	5,8	5,00	8,00	100,2	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>200</b>		<b>5,8</b>	<b>5</b>	<b>8</b>	<b>100,2</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>2700,0</b>		<b>131,90</b>	<b>149,06</b>	<b>334,21</b>	<b>3186,44</b>	

### 13 день

Наименование блюда в соответствии со сборником рецептов	Масса порции	Температура выдачи блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	(граммы)					(ккал)	
<b>Завтрак</b>							
Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	200	65	5,66	5,34	30,42	192,36	Екатеринбург
Сыр твердых сортов в нарезке	15		3,5	4,4	0	53,7	Сб.рец.54-1з-2020
Масло сливочное порционное	10		0,1	8,2	0,1	74,8	54-19з-20
Чай с лимоном и сахаром	200	75	0,30	0	6,7	27,9	Сб.рец.54-3гн-2020
Бананы	100		1,54	0	22,38	95,61	Промышлен.производства
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	10,02	52,2	Промышлен.производства
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,05	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>585,0</b>		<b>15,36</b>	<b>18,54</b>	<b>84,38</b>	<b>566,62</b>	
<b>Обед</b>							
Горошек зеленый консервированный порционный	40		1,2	0,1	2,4	14,8	54-20з-54--20
Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне со сметаной	250	75	12,32	11,72	12,53	167,78	54-2с-20
Котлеты рубленные куриные	120	65	22,92	5,87	8,52	175,63	54-5м-20
Рис отварной	200	65	5,52	8,28	55,82	208,7	320
Компот из смеси сухофруктов	200	20	0,5	0	19,8	81	Сб.рец.54-1хн-2020
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,05	Промышлен.производства
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	10,02	52,2	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>870,0</b>		<b>46,72</b>	<b>26,57</b>	<b>123,85</b>	<b>770,16</b>	
<b>Полдник</b>							
Сок с фруктовой мякотью	200	20	0,6	0	33	134,4	Промышлен.производства
Гребешок из дрожжевого теста	90		7,53	7,78	54,57	316,25	Могильный
Апельсины	100		0,82	0,18	7,36	39,09	Могильный
<b>итого</b>	<b>390</b>		<b>9,0</b>	<b>7,96</b>	<b>94,93</b>	<b>489,74</b>	
<b>Ужин</b>							
Помидор в нарезке	80		0,9	0,2	3	17,1	54-3з-20
Огурец в нарезке	80		0,6	0,1	2	11,3	54-2з-20
Капуста белокочанная тушеная	200	65	3,86	35,34	8,1	283	54-19г-20
Рыба запеченая с яйцом	130		32,56	3,47	22,97	293,48	сборник рецептов 2015г. № 503/3
Пудинг из творога с яблоками	150	65	19,91	15	17,29	283,91	54-4т-20
Молоко сгущеное	10		0,7	0,79	0,95	13,5	Уральский
Чай с сахаром	200	75	0,2	0	6,5	26,8	Сб. рец 54-2ги-2020
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,05	Промышлен.производства
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	10,02	52,2	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>910</b>		<b>62,99</b>	<b>55,5</b>	<b>85,59</b>	<b>1051,34</b>	
<b>2-ой ужин</b>							
Йогурт	180	20	9	5,76	15,30	156,6	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>180</b>		<b>9</b>	<b>5,76</b>	<b>15,3</b>	<b>156,6</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>2935,0</b>		<b>143,02</b>	<b>114,33</b>	<b>404,05</b>	<b>3034,46</b>	

14 день							
Наименование блюда в соответствии со сборником рецептов	Масса порции	Температура выдачи блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	(граммы)					(ккал)	
<b>Завтрак</b>							
Макароны отварные с сыром	200	65	10,54	9,60	38,14	280,80	54-3г-20
Масло сливочное порционное	10		0,1	8,2	0,1	74,8	54-19з-20
Йогурт молочный натуральный	100		5	3,2	8,5	87	463
Какао с молоком	200	75	4,6	4,4	12,5	107,2	Сб.рец.54-21ги-2020
Мандарины	100		0,86	0,14	7,57	35	промышл. производства
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	10,02	52,2	Промышлен.производства
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,05	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>670,0</b>		<b>25,4</b>	<b>26,14</b>	<b>91,59</b>	<b>707,05</b>	
<b>Обед</b>							
Помидор в нарезке	80		0,9	0,2	3	17,1	54-3з-20
Огурец в нарезке	80		0,6	0,1	2	11,3	54-2з-20
Суп из овощей с мясными фрикадельками	250	75	7,98	4,23	18,3	143,5	54-5с-20
Рагу из курицы	200	65	21,00	7,00	17,50	217,40	54-22м-20
Компот из кураги	180	20	0,94	0,05	15,46	65,65	Сб.рец.54-2хн-2020
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,05	Промышлен.производства
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	10,02	52,2	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>850,00</b>		<b>35,68</b>	<b>12,18</b>	<b>81,04</b>	<b>577,20</b>	
<b>Полдник</b>							
Сок с фруктовой мякотью	200	20	0,6	0	33	134,4	Промышлен.производства
Пряники	50		2,95	2,35	37,5	183	Пермь
Яблоки свежие	100		0,38	0,38	9,77	44,38	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>350</b>		<b>3,93</b>	<b>2,73</b>	<b>80,27</b>	<b>361,78</b>	
<b>Ужин</b>							
Запеканка картофельная с говядиной	200	65	25,1	21,16	27,1	399,38	54-13м-20
Творожок промышленный	125		1,6	6,7	12,7	110	бн
Пудинг из творога с яблоками	150	65	19,91	15	17,29	283,91	54-4т-20
Молоко сгущеное	10		0,7	0,79	0,95	13,5	Уральский
Огурец в нарезке	80		0,6	0,1	2	11,3	54-2з-20
Чай с грушей и апельсином	200	75	0,3	0,1	1,7	8,9	Сб.рец.54-20гн-2020
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,05	Промышлен.производства
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	10,02	52,2	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>825,00</b>		<b>52,47</b>	<b>44,45</b>	<b>86,52</b>	<b>949,24</b>	
<b>2-ой ужин</b>							
Снежок	200	20	5,4	5	21,6	153	Промышлен.производства
<b>итого</b>	<b>200,00</b>		<b>5,40</b>	<b>5,00</b>	<b>21,60</b>	<b>153,00</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>2895,0</b>		<b>122,84</b>	<b>90,50</b>	<b>361,02</b>	<b>2748,27</b>	