

Руководитель учреждения

подпись _____ расшифровка подписи _____



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита- мин С	№ рецепу- ры
			Б	Ж	У			
День 1								
Завтрак								
	Каша рисовая молочная жидкая	100	2,78	4,3	16,25	115,12	0,77	274
	Бутерброды с сыром	45	4,64	6,82	14,82	139,95	0,07	3
	Какао с молоком сгущенным	200	3,7	3,1	24,5	147	0,38	510
Завтрак2								
	Сок яблочный	150	0,75	0,15	15,15	69	3	418
Обед								
	Рассольник на мясном бульоне (мелкошинкованный)	200	2,94	3,26	11,15	84,1	5,57	80
	Макаронные изделия отварные	100	3,78	0,44	19,46	96,93	0	297
	Гуляш из отварного мяса	120	10,71	9,43	0	140,9	0	293
	Компот из яблок	150	0,12	0,12	17,91	73,95	3	390
	Хлеб пшеничный (30 г и 50г)	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
Полдник								
	Вафли	25	0,7	0,82	19,32	88,5	0	
	Кисель из повидла, джема, варенья	100	0,05	0	19,15	77	0,05	517
Ужин								
Итого за 1 день.		1220	32,45	28,68	172,47	1102,95	12,84	

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель учреждения



С. С. Сидорова
подпись

расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита- мин С	№ рецепту- ры
			Б	Ж	У			
День 2								
Завтрак								
	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,63	5,99	19,78	154,37	0,91	100
	Бутерброды с маслом	40	2,36	7,49	14,89	136,6	0	1
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28,21	0,02	411
Завтрак2								
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	10	386
Обед								
	Салат из моркови	40	0,5	0,04	4,65	21,42	1,92	42
	Голубцы ленивые	135	10,48	9,54	7,27	161,66	15,21	315
	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	100	0,96	0,06	16,92	72,84	0,11	531
	Хлеб пшеничный (30 г и 50г)	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
Полдник								
	Булочка домашняя	25	1,87	3,29	15,54	99,36	0	452
	Чай с повидлом	175	0,1	0,01	9,76	37,78	0,1	411
Ужин								
Итого за 2 день.		995	24,62	27,07	120,36	829,74	28,27	

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения



подпись _____
расшифровка подписи _____

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита- мин С	№ рецепту- ры
			Б	Ж	У			
День 3								
Завтрак								
	Каша манная молочная жидкая	160	6,18	7,16	27,42	199,19	1,72	199
	Бутерброды с сыром	45	4,64	6,82	14,82	139,95	0,07	3
	Чай с повидлом	175	0,1	0,01	9,76	37,78	0,1	411
Завтрак2								
	Сок яблочный	150	0,75	0,15	15,15	69	3	418
Обед								
	Салат из свежих помидоров и огурцов	40	0,39	2,46	1,47	30,3	6,49	15
	Суп картофельный	200	3,51	3,93	16,34	115,81	10,94	83
	Фрикадельки для супов	100	20,12	14,39	0,85	213,39	0,5	175
	Картофельное пюре	100	2,1	4,4	10,9	92,01	3,4	434
	Рыба, запеченная в омлете (треска)	100	15,9	7,8	3,2	147,01	0,5	343
	Чай с вареньем	160	0,1	0,02	7,3	28,68	4,02	411
	Хлеб пшеничный (30 г и 50г)	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
Полдник								
	Оладьи	60	4,85	4,45	27,05	168,05	0,44	432
	Молоко кипяченое	150	4,35	4,8	7,05	90	1,95	419
Ужин								
Итого за 3 день.		1470	65,27	56,63	156,07	1401,67	33,13	

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения



Гузюбова Л.В.

расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)				Энергетическая ценность (ккал)	Вита- мин С	№ рецепту- ры
			Б	Ж	У				
День 4									
Завтрак									
	Каша пшенная молочная жидкая	100	3,9	4,72	17,96		141,41	0,73	273
	Бутерброды с маслом	40	2,36	7,49	14,89		136,6	0	1
	Чай с лимоном	150	0,07	0,01	7,1		29,4	1,21	412
Завтрак2									
	Груша свежая	100	0,4	0,3	10,3		47	5	386
Обед									
	Салат из капусты белокачанной	100	2,09	10,15	9,34		135,8	25,99	1
	Суп картофельный	200	3,51	3,93	16,34		115,81	10,94	83
	Рис отварной	100	2,46	4,05	22,54		136,4	0	419
	Котлета	60	9,44	9,09	9,93		156,14	0,18	299
	Компот из яблок	150	0,12	0,12	17,91		73,95	3	390
	Хлеб пшеничный (30 г и 50г)	30	2,28	0,24	14,76		70,5	0	
Полдник									
	Пряники	100	5,9	4,7	75		366	0	608
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99		28,21	0,02	411
Ужин									
Итого за 4 день.		1280	32,57	44,81	223,06		1437,22	47,07	

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения



Курова Л.Н.

расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)				Энергетическая ценность (ккал)	Вита- мин С	№ рецепту- ры
			Б	Ж	У				
День 5									
Завтрак									
	Макаронник (макаронная запеканка)	100	5,47	3,87	26,3		162,28	0,5	298
	Бутерброды с маслом	40	2,36	7,49	14,89		136,6	0	1
	Кофейный напиток на сгущенном молоке	100	1,45	1	10,45		56,5	0,2	512
Завтрак2									
	Сок яблочный	150	0,75	0,15	15,15		69	3	418
Обед									
	Салат из свежих помидоров и огурцов	40	0,39	2,46	1,47		30,3	6,49	15
	Борщ из свежей капусты	100	0,66	1,94	2,78		31,19	5,41	131
	Жаркое по-домашнему	170	12,29	9,74	0		198,02	0	292
	Компот из персиков	150	0,27	0,03	17,82		73,35	3	390
	Хлеб пшеничный (30 г и 50г)	30	2,28	0,24	14,76		70,5	0	
Полдник									
	Омлет натуральный	65	6,12	10,67	1,18		125,27	0,1	229
	Ряженка	150	4,35	3,75	6,3		81	0,45	420
Ужин									
Итого за 5 день.		1095	36,39	41,34	111,1		1034,01	19,15	

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения

Курбанов А.А.

расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)				Энергетическая ценность (ккал)	Вита- мин С	№ рецепту- ры
			Б	Ж	У				
День 6									
Завтрак									
	Каша молочная пшеничная жидкая	100	3,7	3,74	18,25		121,5	0,67	270
	Бутерброды с сыром	45	4,64	6,82	14,82		139,95	0,07	3
	Какао с молоком сгущенным	200	3,7	3,1	24,5		147	0,38	510
Завтрак2									
	Плоды свежие (мандарин)	100	0,8	0,2	7,5		38	38	118
Обед									
	Салат из овощей с морской капустой	40	0,62	2,11	3,89		37,25	6,76	49
	Свекольник	100	0,88	1,77	4,84		38,59	3,71	136
	Макаронные изделия отварные	100	3,78	0,44	19,46		96,93	0	297
	Гуляш из отварного мяса	120	10,71	9,43	0		140,9	0	293
	Компот из кураги	150	0,78	0,04	15,88		67,72	0,6	394
	Хлеб пшеничный (30 г и 50г)	30	2,28	0,24	14,76		70,5	0	
Полдник									
	Омлет с сыром	65	7,41	12,42	1,15		146,51	0,13	230
	Кисель из повидла, джема, варенья	100	0,05	0	19,15		77	0,05	517
Ужин									
Итого за 6 день.		1150	39,35	40,31	144,2		1121,85	50,37	



УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения



Гущева
расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита- мин С	№ рецепту- ры
			Б	Ж	У			
День 7								
Завтрак								
	Каша геркулесовая молочная	160	6,64	8,36	25,41	203,54	1,72	199
	Бутерброды с маслом	40	2,36	7,49	14,89	136,6	0	1
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28,21	0,02	411
Завтрак2								
	Сок яблочный	150	0,75	0,15	15,15	69	3	418
Обед								
	Салат из свеклы с огурцами солеными	40	0,58	2,44	2,67	35,12	3,4	37
	Суп картофельный с клецками	200	3,64	4,73	14,01	108,73	4,83	91
	Плов из отварной говядины	100	7,56	7,44	19,68	176	0,16	375
	Компот из персиков	150	0,27	0,03	17,82	73,35	3	390
	Хлеб пшеничный (30 г и 50г)	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
Полдник								
	Пирог открытый с повидлом	50	3,18	1,67	31,25	151,09	0,21	442
	Чай с молоком	150	2,65	2,89	11,22	82,21	1,19	413
Ужин								
Итого за 7 день.		1220	29,95	35,45	173,85	1134,35	17,53	



УТВЕРЖДАЮ
Руководитель учреждения

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита- мин С	№ рецепту- ры
			Б	Ж	У			
День 8								
Завтрак								
	Каша Дружба	100	2,62	5,83	12,51	113,21	0,66	266
	Бутерброды с сыром	45	4,64	6,82	14,82	139,95	0,07	3
	Чай с повидлом	175	0,1	0,01	9,76	37,78	0,1	411
Завтрак2								
	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	10	118
Обед								
	Сельдь с луком	100	9,6	20,3	3,8	236,01	3,1	359
	Суп с рыбными консервами	200	9,17	4,2	13,96	128,63	6,51	95
	Картофельное пюре	100	2,1	4,4	10,9	92,01	3,4	434
	Котлеты рубленые из кур, запеченные с соусом молочным	60	7,39	7,59	5,13	128,17	0,36	324
	Компот из персиков	150	0,27	0,03	17,82	73,35	3	390
	Хлеб пшеничный (30 г и 50г)	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
Полдник								
	Вареники ленивые	100	14,14	10,76	13,67	208,1	0,19	331
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28,21	0,02	411
Ужин								
Итого за 8 день.		1310	52,75	60,59	133,92	1302,92	27,41	

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения

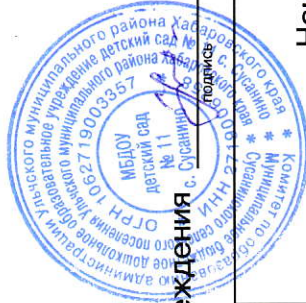


Гурова И.А.
рассшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита- мин С	№ рецепту- ры
			Б	Ж	У			
День 9								
Завтрак								
	Каша гречневая молочная вязкая	155	8,16	7,86	26,97	211,22	1,56	182
	Бутерброды с маслом	40	2,36	7,49	14,89	136,6	0	1
	Чай с лимоном	150	0,07	0,01	7,1	29,4	1,21	412
Завтрак2								
	Сок яблочный	150	0,75	0,15	15,15	69	3	418
Обед								
	Винегрет овощной	100	1,29	10,8	6,8	130	8,4	82
	Суп-лапша домашняя	200	4,15	5,43	12,83	112,84	1,87	94
	Тефтели мясные(1-й вариант)	120	8,54	9,66	12,64	185,79	1,84	303)
	Компот из кураги	150	0,78	0,04	15,88	67,72	0,6	394
	Хлеб пшеничный (30 г и 50г)	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
Полдник								
	Запеканка манная	100	2,95	0,91	20,47	104,83	0	282
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28,21	0,02	411
Ужин								
Итого за 9 день.		1345	31,37	42,6	154,48	1146,11	18,5	

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения



Гузюкова Л.Н.
расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита- мин С	№ рецепту- ры
			Б	Ж	У			
День 10								
Завтрак								
	Макаронные изделия отварные	100	3,78	0,44	19,46	96,93	0	297
	Икра кабачковая	40	0,41	1,94	2,15	27,86	4,56	54
	Бутерброды с маслом	40	2,36	7,49	14,89	136,6	0	1
	Кофейный напиток с молоком сгущенным	150	2,1	0,06	15,96	72,74	0,28	415
Завтрак2								
	Бананы свежие	100	1,5	0,5	21	96	10	386
Обед								
	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	100	1,37	10,15	6,02	119,81	21,2	6
	Щи из свежей капусты с картофелем	200	3,22	5,86	8,57	97,24	16,4	73
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	155	8,92	5,12	40,33	241,75	0	179
	Бефстроганов из отварного мяса	120	12,03	11,15	3,76	163,68	0,08	294
	Компот из яблок и слив	150	0,18	0,1	20,87	86,22	2,1	391
	Хлеб пшеничный (30 г и 50г)	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
Полдник								
	Кефир	100	2,9	3,2	4	59	0,7	535
Ужин								
Итого за 10 день.		1285	41,05	46,25	171,77	1268,33	55,32	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 206207823956372999289752484386853790447614924939

Владелец Кузова Лариса Николаевна

Действителен с 24.04.2025 по 24.04.2026