

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения

Судогова Л.Н.

расшифровка подписи

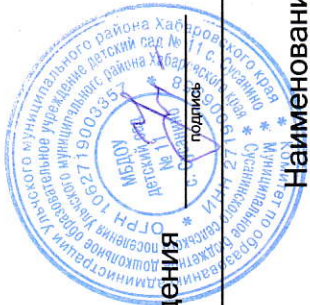


Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита- мин С	№ рецепту- ры
			Б	Ж	У			
День 1								
Завтрак								
	Каша рисовая молочная жидкая	100	2,78	4,3	16,25	115,12	0,77	274
	Бутерброды с сыром	60	6,19	9,09	19,77	186,61	0,09	3
	Какао с молоком сгущенным	200	3,7	3,1	24,5	147	0,38	510
Завтрак2								
	Сок яблочный	180	0,9	0,18	18,18	82,8	3,6	418
Обед								
	Салат из горошка зеленого консервированного	60	1,79	3,11	3,75	50,06	6,6	10
	Рассольник на мясном бульоне (мелкошинкованный)	250	3,67	4,08	13,94	105,13	6,97	80
	Макаронные изделия отварные	100	3,78	0,44	19,46	96,93	0	297
	Гуляш из отварного мяса	160	14,28	12,57	0	187,85	0	293
	Компот из яблок	180	0,14	0,14	21,49	88,74	3,6	390
	Хлеб пшеничный (30 г и 50г)	50	3,8	0,4	24,6	117,5	0	
Полдник								
	Вафли	50	1,4	1,65	38,65	177	0	
	Кисель из повидла, джема, варенья	100	0,05	0	19,15	77	0,05	517
Ужин								
Итого за 1 день.		1490	42,48	39,06	219,74	1431,74	22,06	

с.а.г

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения



Зурова Л.Н.
расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита- мин С	№ рецепу- ры
			Б	Ж	У			
День 2								
Завтрак								
	Суп молочный с макаронными изделиями	250	7,03	7,49	24,73	192,97	1,14	100
	Бутерброды с маслом	40	2,36	7,49	14,89	136,6	0	1
	Чай с сахаром	180	0,05	0,01	8,39	33,85	0,02	411
Завтрак2								
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	10	386
Обед								
	Салат из моркови	60	0,75	0,06	6,97	32,13	2,88	42
	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	7,09	6,88	22,02	169,72	7,48	87
	Голубцы ленивые	190	14,75	13,43	10,23	227,49	21,41	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)	50	3,8	0,4	24,6	117,5	0	
Полдник								
	Булочка домашняя	50	3,73	6,59	31,09	198,7	0	452
	Чай с повидлом	200	0,11	0,01	11,15	43,17	0,11	411
Ужин								
Итого за 2 день.		1470	41,03	42,82	180,79	1271,97	43,15	

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения



Жукова ЛН
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	210	8,12	9,39	35,99	261,42	2,25	199
	Бутерброды с сыром	60	6,19	9,09	19,77	186,61	0,09	3
	Чай с повидлом	200	0,11	0,01	11,15	43,17	0,11	411
Завтрак2								
	Сок яблочный	180	0,9	0,18	18,18	82,8	3,6	418
Обед								
	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,59	3,69	2,21	45,46	9,73	15
	Суп картофельный	250	4,39	4,91	20,43	144,76	13,68	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	195	0,12	0,02	8,9	34,96	4,9	411
	Хлеб пшеничный (30 г и 50г)	50	3,8	0,4	24,6	117,5	0	
Полдник								
	Оладьи	120	9,7	8,9	54,1	336,08	0,89	432
	Молоко кипяченое	180	5,22	5,76	8,46	108	2,34	419
Ужин								
Итого за 3 день.		1805	77,26	68,94	218,74	1813,17	41,99	

Руководитель учреждения

расшифровка подписи



Итого за 4 день.

Руководитель учреждения

расшифровка подписи



Наименование блюда

Руководитель учреждения

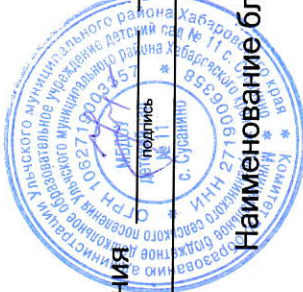
расшифровка подписи



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита- мин С	№ рецепу- 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	60	6,19	9,09	19,77	186,61	0,09	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	60	0,93	3,17	5,83	55,87	10,14	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	160	14,28	12,57	0	187,85	0	293
	Компот из кураги	180	0,94	0,05	19,06	81,26	0,72	394
	Хлеб пшеничный (30 г и 50г)	50	3,8	0,4	24,6	117,5	0	
Полдник								
	Омлет с сыром	85	9,69	16,24	1,5	191,57	0,17	230
	Кисель из повидла, джема, варенья	100	0,05	0	19,15	77	0,05	517
Ужин								
Итого за 6 день.		1295	48,74	50,77	164,46	1339,68	53,93	

Руководитель учреждения

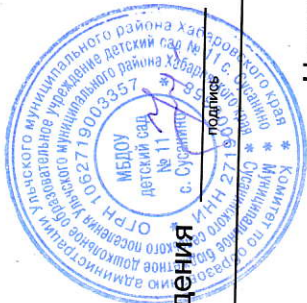
расшифровка подписи



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С	№ рецепу-ры
			Б	Ж	У			
День 7								
Завтрак								
	Каша геркулесовая молочная	210	8,72	10,97	33,35	267,12	2,25	199
	Бутерброды с маслом	40	2,36	7,49	14,89	136,6	0	1
	Чай с сахаром	180	0,05	0,01	8,39	33,85	0,02	411
Завтрак2								
	Сок яблочный	180	0,9	0,18	18,18	82,8	3,6	418
Обед								
	Салат из свеклы с огурцами солеными	60	0,86	3,66	4,01	52,67	5,1	37
	Суп картофельный с клецками	250	4,55	5,92	17,51	135,95	6,04	91
	Плов из отварной говядины	100	7,56	7,44	19,68	176	0,16	375
	Компот из персиков	180	0,32	0,04	21,38	88,02	3,6	390
	Хлеб пшеничный (30 г и 50г)	50	3,8	0,4	24,6	117,5	0	
Полдник								
	Пирог открытый с повидлом	75	4,77	2,5	46,88	226,59	0,31	442
	Чай с молоком	180	3,18	3,47	13,47	98,65	1,43	413
Ужин								
Итого за 7 день.		1505	37,07	42,08	222,34	1415,75	22,51	

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения



Зубова 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 8								
Завтрак								
	Каша Дружба	100	2,62	5,83	12,51	113,21	0,66	266
	Бутерброды с сыром	60	6,19	9,09	19,77	186,61	0,09	3
	Чай с повидлом	200	0,11	0,01	11,15	43,17	0,11	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	250	11,47	5,25	17,46	160,79	8,14	95
	Картофельное пюре	100	2,1	4,4	10,9	92,01	3,4	434
	Котлеты рубленые из кур, запеченные с соусом молочным	80	9,85	10,12	6,84	170,86	0,48	324
	Компот из персиков	180	0,32	0,04	21,38	88,02	3,6	390
	Хлеб пшеничный (30 г и 50г)	50	3,8	0,4	24,6	117,5	0	
Полдник								
	Вареники ленивые	100	14,14	10,76	13,67	208,1	0,19	331
	Чай с сахаром	180	0,05	0,01	8,39	33,85	0,02	411
Ужин								
Итого за 8 день.		1500	60,65	66,61	160,27	1497,13	29,79	

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения



Зусова 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 9									
Завтрак									
	Каша гречневая молочная вязкая	205	10,8	10,4	35,67	279,34	2,06		182
	Бутерброды с маслом	40	2,36	7,49	14,89	136,6	0		1
	Чай с лимоном	180	0,09	0,02	8,52	35,28	1,45		412
Завтрак2									
	Сок яблочный	180	0,9	0,18	18,18	82,8	3,6		418
Обед									
	Винегрет овощной	100	1,29	10,8	6,8	130	8,4		82
	Суп-лапша домашняя	250	5,19	6,78	16,04	141,05	2,33		94
	Тефтели мясные(1-й вариант)	160	11,39	12,88	16,85	247,7	2,46		303)
	Компот из кураги	180	0,94	0,05	19,06	81,26	0,72		394
	Хлеб пшеничный (30 г и 50г)	50	3,8	0,4	24,6	117,5	0		
Полдник									
	Запеканка манная	100	2,95	0,91	20,47	104,83	0		282
	Чай с сахаром	180	0,05	0,01	8,39	33,85	0,02		411
Ужин									
Итого за 9 день.		1625	39,76	49,92	189,47	1390,21	21,04		

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения



Зуева АН

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	60	0,61	2,92	3,23	41,79	6,83	54
	Бутерброды с маслом	40	2,36	7,49	14,89	136,6	0	1
	Кофейный напиток с молоком сгущенным	180	2,52	0,07	19,15	87,29	0,34	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	250	4,03	7,33	10,71	121,55	20,5	73
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	205	11,79	6,77	53,34	319,74	0	179
	Бефстроганов из отварного мяса	150	15,04	13,94	4,7	204,58	0,09	294
	Компот из яблок и слив	180	0,22	0,13	25,05	103,46	2,52	391
	Хлеб пшеничный (30 г и 50г)	50	3,8	0,4	24,6	117,5	0	
Полдник								
	Бутерброды с джемом	55	2,44	3,88	29,4	160,35	8	2
	Кефир	100	2,9	3,2	4	59	0,7	535
Ужин								
Итого за 10 день.		1570	52,36	57,22	235,55	1664,6	70,18	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 206207823956372999289752484386853790447614924939

Владелец Кузова Лариса Николаевна

Действителен с 24.04.2025 по 24.04.2026