

№ рецептуры	Прием пищи, наименование	блюда	блюда / Суммарный объем	Вес	Б	Ж	У	ценность (ккал)	блюда / Суммарный объем	Б	Ж	У	ценность (ккал)
54-4г	Каша гречневая распечатанная	150	8,3	6,3	36	233,7	180	9,96	7,56	43,2	280,44	54-4г	Чай с сахаром
260	Гуляш из филе птицы	85	14	16,14	13,45	258,54	110	17,5	20,18	16,81	323	54-2гн	Хлеб пшеничный
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	200	0,2	0	6,5	26,8	54-1гн	Компот из смеси сухих фруктов
54-1гн	Макаронные изделия отварные	150	5,40	4,90	32,80	196,80	180	6,48	5,88	39,36	236,16	54-1гн	Хлеб ржано-пшеничный
54-6м	Виточки с соусом	140	13,7	14,28	20,67	265,53	150	14,75	15,3	22,15	284,5	54-6м	Виточки с соусом
54-12с	Суп с рисом	220	1,78	2,42	13,68	83,40	250	9,90	4,80	15,55	144,60	54-12с	Суп с рисом и рыбными консервами
54-12с	Суп с рисом и рыбными консервами	60	1,6	6,1	6,2	85,7	100	2,66	10,1	10,3	142,83	54-7з	Салат из белокочанной капусты
54-7з	Салат из белокочанной капусты	60	1,6	6,1	6,2	85,7	100	2,66	10,1	10,3	142,83	54-7з	Суп с рисом и рыбными консервами
54-12с	Суп с рисом	220	1,78	2,42	13,68	83,40	250	9,90	4,80	15,55	144,60	54-6м	Виточки с соусом
54-1гн	Макаронные изделия отварные	150	5,40	4,90	32,80	196,80	180	6,48	5,88	39,36	236,16	54-1гн	Компот из смеси сухих фруктов
54-1гн	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	29,52	129,00	60	4,08	0,72	29,52	129,00	54-1гн	Хлеб ржано-пшеничный
ИТОГО:		530,00	29,30	32,54	111,75	807,84	720,00	31,86	28,24	107,71	817,04	ИТОГО:	
ОБЕД 2 ВАРИАНТ													
54-7з	Салат из белокочанной капусты	100	2,66	10,1	10,3	142,83	100	2,66	10,1	10,3	142,83	54-7з	Суп с рисом и рыбными консервами
54-12с	Суп с рисом и рыбными консервами	250	9,90	4,80	15,55	144,60	250	9,90	4,80	15,55	144,60	54-12с	Суп с рисом
54-12с	Суп с рисом	220	1,78	2,42	13,68	83,40	250	9,90	4,80	15,55	144,60	54-6м	Виточки с соусом
54-6м	Виточки с соусом	140	13,7	14,28	20,67	265,53	150	14,75	15,3	22,15	284,5	54-1гн	Компот из смеси сухих фруктов
54-1гн	Макаронные изделия отварные	150	5,40	4,90	32,80	196,80	180	6,48	5,88	39,36	236,16	54-1гн	Хлеб ржано-пшеничный
54-1гн	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	29,52	129,00	60	4,08	0,72	29,52	129,00	ИТОГО:	
ИТОГО:		830,00	27,06	28,42	122,67	841,43	940,00	38,37	36,80	136,68	1018,09	ИТОГО:	
ПОЛДНИК													
Сок фруктовый	200	1	0	24,4	101,6							Сок фруктовый	200
Пряники	100	5,6	5	76,3	362							Пряники	100
ИТОГО:	300	6,6	5	100,7	463,6							ИТОГО:	300
ДЕНЬ ВТОРОЙ (вторник 1)													
ЗАВТРАК													
Бутерброд с сыром	35/20						35/30					Бутерброд с сыром	35
Батон Нарезной	35	2,60	1,01	17,80	92,40		35	2,60	1,01	17,80	92,40	Батон Нарезной	35
Сыр	20	6,02	7,40	0,07	90,80		30	7,52	9,25	0,09	113,50	Сыр	20

Примерное 10-ти дневное меню для школьного питания обучающихся

Директор
25 августа 2026 г.
М.В. Душкина

Директор АУ "Комбинат питания"
25 августа 2026 г.
М.В. Душкина

СОЛТАСОВАНО

Директор АУ "Комбинат
ОАО "Тяжмаш"
Ивановская область
г. Иваново

25

августа

ШКОЛЬНОГО ЛИТЕРАТУРНОГО КЛУБА
Ивановской области
г. Иваново

М.В. Дудкина
2026 г.

2026 T.

25 августа

25

ABLYCTA

2026 F.

№ рецептуры	Принем пищи, наименования	блюда	Суммарный блюда / блюда	1 - 4 классы				5-11 классы				
				ценность чсская (ккал)	У	Ж	Б	Пищевые вещества (г)	У	Ж	Б	
Энергетическая ценность	У	Ж	Б									Пищевые вещества (г)
				блюда	У	Ж	Б	Пищевые вещества (г)	У	Ж	Б	
54-4г	Каша гречневая распечатанная	150	8,3	6,3	36	233,7	180	9,96	7,56	43,2	280,44	
260	Гуаш из филе птицы	85	14	16,14	13,45	258,54	110	17,5	20,18	16,81	323	
54-2гН	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	200	0,2	0	6,5	26,8	
	Хлеб пшеничный	30	3,20	0,50	16,80	84,80	30	3,20	0,50	16,80	84,80	
	Выпечка в упаковке	65	3,60	9,60	39,00	204,00						
	Сок фруктовый в поробительской упаковке					200	200	1,00	0,00	24,40	102,00	
	ИТОГО:		530,00	29,30	32,54	111,75	807,84	720,00	31,86	28,24	107,71	817,04
	ОБЕД											
54-7з	Салат из белокочанной капусты	60	1,6	6,1	6,2	85,7	100	2,66	10,1	10,3	142,83	
54-12с	Суп с рисом и рыбными консервами					250	250	9,90	4,80	15,55	144,60	
54-12с	Суп с рисом	220	1,78	2,42	13,68	83,40						
54-6М	Виточки с соусом	140	13,7	14,28	20,67	265,53	150	14,75	15,3	22,15	284,5	
54-1г	Макaronные изделия отварные	150	5,40	4,90	32,80	196,80	180	6,48	5,88	39,36	236,16	
54-1ХН	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	200	0,5	0	19,8	81	
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	29,52	129,00	60	4,08	0,72	29,52	129,00	
	ИТОГО:		830,00	27,06	28,42	122,67	841,43	940,00	38,37	36,80	136,68	1018,09
	ОБЕД 2 ВАРИАНТ											
54-7з	Салат из белокочанной капусты					100	100	2,66	10,1	10,3	142,83	
54-12с	Суп с рисом и рыбными консервами					250	250	9,90	4,80	15,55	144,60	
54-12с	Суп с рисом	220	1,78	2,42	13,68	83,40						
54-6М	Виточки с соусом	140	13,7	14,28	20,67	265,53	150	14,75	15,3	22,15	284,5	
54-1г	Макaronные изделия отварные	150	5,40	4,90	32,80	196,80	180	6,48	5,88	39,36	236,16	
54-1ХН	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	200	0,5	0	19,8	81	
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	29,52	129,00	60	4,08	0,72	29,52	129,00	
	ИТОГО:		830,00	27,06	28,42	122,67	841,43	940,00	38,37	36,80	136,68	1018,09
	ПОЛДНИК											
Сок фруктовый		200	1	0	24,4	101,6						
Пряники		100	5,6	5	76,3	362						
ИТОГО:		300	6,6	5	100,7	463,6						
	День второй (вторник 1)											
	ЗАВТРАК											
Бутерброд с сыром	35/20						35/30					
Батон Нарзной	35	2,60	1,01	17,80	92,40	35	2,60	1,01	17,80	92,40		
Сыр	20	6,02	7,40	0,07	90,80	30	7,52	9,25	0,09	113,50		

54-25.1к	Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом	150	3,98	4,50	21,53	138,38	180	4,77	4,86	25,83	166,05
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	200	0,2	0	6,5	26,8
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	1,00	0,00	24,40	102,00					
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	200	0,2	0	6,5	26,8
	Йогурт молочный в потребительской упаковке	100	2,70	0,10	16,00	75,00	100	2,70	0,10	16,00	75,00
	ИТОГО:	705,00	16,50	13,01	86,30	525,38	545,00	17,79	15,22	66,22	473,75
ОБЕД											
54-15з	Икра свекольная	60	1,38	4,08	9,24	79,2	100	2,30	6,80	15,40	132,00
54-1с	Пти из свежей капусты со сметаной и говядиной						280	12,2	13,6	13,2	216
54-1с	Пти из свежей капусты со сметаной	255	2,03	6,15	6,6	90,1					
54-5м	Котлета из птицы с маслом	105	16,2	20	7,8	271	105	16,2	20	7,8	271
54-1г	Картофельное пюре	150	3,20	5,20	19,80	139,40	180	3,84	6,24	23,80	167,30
360	Кисель	200	0,1	0	32	128,3	200	0,1	0	32	128,3
ИТОГО:		830	26,99	36,15	104,96	837	925	38,72	47,36	121,72	1043,60
ОБЕД 2 ВАРИАНТ											
54-13з	Икра свекольная						100	2,30	6,80	15,40	132,00
54-1с	Пти из свежей капусты со сметаной						285	12,2	13,6	13,2	216
54-5м	Котлета из птицы с маслом						105	16,2	20	7,8	271
54-1г	Макаронные изделия отварные						180	6,48	5,88	39,36	236,16
360	Кисель						200	0,1	0	32	128,3
ИТОГО:		830	26,99	36,15	104,96	837	925	38,72	47,36	121,72	1043,60
ОБЕД 2 ВАРИАНТ											
54-13з	Икра свекольная						100	2,30	6,80	15,40	132,00
54-1с	Пти из свежей капусты со сметаной						280	12,2	13,6	13,2	216
54-1с	Пти из свежей капусты со сметаной и говядиной						285	12,2	13,6	13,2	216
54-5м	Котлета из птицы с маслом						105	16,2	20	7,8	271
54-1г	Макаронные изделия отварные						180	6,48	5,88	39,36	236,16
360	Кисель						200	0,1	0	32	128,3
ИТОГО:		830	26,99	36,15	104,96	837	925	38,72	47,36	121,72	1043,60
ОБЕД 2 ВАРИАНТ											
54-13з	Икра свекольная						100	2,30	6,80	15,40	132,00
54-1с	Пти из свежей капусты со сметаной						280	12,2	13,6	13,2	216
54-1с	Пти из свежей капусты со сметаной и говядиной						285	12,2	13,6	13,2	216
54-5м	Котлета из птицы с маслом						105	16,2	20	7,8	271
54-1г	Макаронные изделия отварные						180	6,48	5,88	39,36	236,16
360	Кисель						200	0,1	0	32	128,3
ИТОГО:		830	26,99	36,15	104,96	837	925	38,72	47,36	121,72	1043,60
ОБЕД 2 ВАРИАНТ											
54-13з	Икра свекольная						100	2,30	6,80	15,40	132,00
54-1с	Пти из свежей капусты со сметаной						280	12,2	13,6	13,2	216
54-1с	Пти из свежей капусты со сметаной и говядиной						285	12,2	13,6	13,2	216
54-5м	Котлета из птицы с маслом						105	16,2	20	7,8	271
54-1г	Макаронные изделия отварные						180	6,48	5,88	39,36	236,16
360	Кисель						200	0,1	0	32	128,3
ИТОГО:		830	26,99	36,15	104,96	837	925	38,72	47,36	121,72	1043,60
ОБЕД 2 ВАРИАНТ											
54-13з	Икра свекольная						100	2,30	6,80	15,40	132,00
54-1с	Пти из свежей капусты со сметаной						280	12,2	13,6	13,2	216
54-1с	Пти из свежей капусты со сметаной и говядиной						285	12,2	13,6	13,2	216
54-5м	Котлета из птицы с маслом						105	16,2	20	7,8	271
54-1г	Макаронные изделия отварные						180	6,48	5,88	39,36	236,16
360	Кисель						200	0,1	0	32	128,3
ИТОГО:		830	26,99	36,15	104,96	837	925	38,72	47,36	121,72	1043,60
ОБЕД 2 ВАРИАНТ											
54-13з	Икра свекольная						100	2,30	6,80	15,40	132,00
54-1с	Пти из свежей капусты со сметаной						280	12,2	13,6	13,2	216
54-1с	Пти из свежей капусты со сметаной и говядиной						285	12,2	13,6	13,2	216
54-5м	Котлета из птицы с маслом						105	16,2	20	7,8	271
54-1г	Макаронные изделия отварные						180	6,48	5,88	39,36	236,16
360	Кисель						200	0,1	0	32	128,3
ИТОГО:		830	26,99	36,15	104,96	837	925	38,72	47,36	121,72	1043,60
ОБЕД 2 ВАРИАНТ											
54-13з	Икра свекольная						100	2,30	6,80	15,40	132,00
54-1с	Пти из свежей капусты со сметаной						280	12,2	13,6	13,2	216
54-1с	Пти из свежей капусты со сметаной и говядиной						285	12,2	13,6	13,2	216
54-5м	Котлета из птицы с маслом						105	16,2	20	7,8	271
54-1г	Макаронные изделия отварные						180	6,48	5,88	39,36	236,16
360	Кисель						200	0,1	0	32	128,3
ИТОГО:		830	26,99	36,15	104,96	837	925	38,72	47,36	121,72	1043,60
ОБЕД 2 ВАРИАНТ											
54-13з	Икра свекольная						100	2,30	6,80	15,40	132,00
54-1с	Пти из свежей капусты со сметаной						280	12,2	13,6	13,2	216
54-1с	Пти из свежей капусты со сметаной и говядиной						285	12,2	13,6	13,2	216
54-5м	Котлета из птицы с маслом						105	16,2	20	7,8	271
54-1г	Макаронные изделия отварные						180	6,48	5,88	39,36	236,16
360	Кисель						200	0,1	0	32	128,3
ИТОГО:		830	26,99	36,15	104,96	837	925	38,72	47,36	121,72	1043,60
ОБЕД 2 ВАРИАНТ											
54-13з	Икра свекольная						100	2,30	6,80	15,40	132,00
54-1с	Пти из свежей капусты со сметаной						280	12,2	13,6	13,2	216
54-1с	Пти из свежей капусты со сметаной и говядиной						285	12,2	13,6	13,2	216
54-5м	Котлета из птицы с маслом						105	16,2	20	7,8	271
54-1г	Макаронные изделия отварные						180	6,48	5,88	39,36	236,16
360	Кисель						200	0,1	0	32	128,3
ИТОГО:		830	26,99	36,15	104,96	837	925	38,72	47,36	121,72	1043,60
ОБЕД 2 ВАРИАНТ											
54-13з	Икра свекольная						100	2,30	6,80	15,40	132,00
54-1с	Пти из свежей капусты со сметаной						280	12,2	13,6	13,2	216
54-1с	Пти из свежей капусты со сметаной и говядиной						285	12,2	13,6	13,2	216
54-5м	Котлета из птицы с маслом						105	16,2	20	7,8	271
54-1г	Макаронные изделия отварные						180	6,48	5,88	39,36	236,16
360	Кисель						200	0,1	0	32	128,3
ИТОГО:		830	26,99	36,15	104,96	837	925	38,72	47,36	121,72	1043,60
ОБЕД 2 ВАРИАНТ											
54-13з	Икра свекольная						100	2,30	6,80	15,40	132,00
54-1с	Пти из свежей капусты со сметаной						280	12,2	13,6	13,2	216
54-1с	Пти из свежей капусты со сметаной и говядиной						285	12,2	13,6	13,2	216
54-5м	Котлета из птицы с маслом						105	16,2	20	7,8	271
54-1г	Макаронные изделия отварные						180	6,48	5,88	39,36	236,16
360	Кисель						200	0,1	0	32	128,3
ИТОГО:		830	26,99	36,15	104,96	837	925	38,72	47,36	121,72	1043,60
ОБЕД 2 ВАРИАНТ											
54-13з	Икра свекольная						100	2,30	6,80	15,40	132,00
54-1с	Пти из свежей капусты со сметаной						280	12,2	13,6	13,2	216
54-1с	Пти из свежей капусты со сметаной и говядиной						285	12,2	13,6	13,2	216
54-5м	Котлета из птицы с маслом						105	16,2	20	7,8	271
54-1г	Макаронные изделия отварные						180	6,48	5,88	39,36	236,16
360	Кисель						200	0,1	0	32	128,3
ИТОГО:		830	26,99	36,15	104,96	837	925	38,72	47,36	121,72	1043,60
ОБЕД 2 ВАРИАНТ											
54-13з	Икра свекольная						100	2,30	6,80	15,40	132,00
54-1с	Пти из свежей капусты со сметаной						280	12,2	13,6	13,2	216
54-1с	Пти из свежей капусты со сметаной и говядиной						285	12,2	13,6	13,2	216
54-5м	Котлета из птицы с маслом						105	16,2	20	7,8	271
54-1г	Макаронные изделия отварные						180	6,48	5,88	39,36	236,16
360	Кисель						200	0,1	0	32	128,3
ИТОГО:		830	26,99	36,15	104,96	837	925	38,72	47,36	121,72	1043,60
ОБЕД 2 ВАРИАНТ											
54-13з	Икра свекольная						100	2,30	6,80	15,40	132,00
54-1с	Пти из свежей капусты со сметаной						280	12,2	13,6	13,2	216
54-1с	Пти из свежей капусты со сметаной и говядиной						285	12,2	13,6	13,2	216
54-5м	Котлета из птицы с маслом						105	16,2	20	7,8	271
54-1г	Макаронные изделия отварные						180	6,48	5,88	39,36	236,16
360	Кисель						200	0,1	0	32	128,3
ИТОГО:		830	26,99	36,15	104,96	837	925	38,72	47,36	121,72	1043,60
ОБЕД 2 ВАРИАНТ											
54-13з	Икра свекольная						100	2,30	6,80	15,40	132,00
54-1с	Пти из свежей капусты со сметаной						280	12,2	13,6	13,2	216
54-1с	Пти из свежей капусты со сметаной и говядиной						285	12,2	13,6	13,2	216
54-5м	Котлета из птицы с маслом						105	16,2	20	7,8	271
54-1г	Макаронные изделия отварные						180	6,48	5,88	39,36	236,16
360	Кисель						200	0,1	0	32	128,3
ИТОГО:		830	26,99	36,15	104,96	837	925	38,72	47,36	121,72	1043,60
ОБЕД 2 ВАРИАНТ											
54-13з	Икра свекольная						100	2,30	6,80	15,40	132,00
54-1с	Пти из свежей капусты со сметаной						280	12,2	13,6	13,2	216
54-1с	Пти из свежей капусты со сметаной и говядиной						285	12,2	13,6	13,2	216
54-5м	Котлета из птицы с маслом						105	16,2	20	7,8	271
54-1г	Макаронные изделия отварные						180	6,48	5,88	39,36	236,16
360	Кисель						200	0,1	0	32	128,3
ИТОГО:		830	26,99	36,15	104,96	837	925	38,72	47,36	121,72	1043,60
ОБЕД 2 ВАРИАНТ											
54-13з	Икра свекольная						100	2,30	6,80	15,40	132,00
54-1с	Пти из свежей капусты со сметаной						280	12,2	13,6	13,2	216
54-1с	Пти из свежей капусты со сметаной и говядиной										

54-6M	Биточки с соусом	100	18,2	17,46	16,53	294,6	100	18,2	17,46	16,53	294,6
ЗАВТРАК											
/День пятый (пятница 1)											
ИТОГО:		300	7	18	91,4	561					
Печенье		100	7	18	67	460					
Сок фруктовый		200	0	0	24,4	101					
ПОЛДНИК											
ИТОГО:						945					925,6
Хлеб ржано-пшеничный						60					129,00
Компот из смеси сухофруктов						200					87,6
54-1XH	Тушиш из говядины					100					134,00
54-2M	Каша гречневая рассыпчатая					180					225,00
54-4T	Борщ со сметаной и птицей					280					255
54-2C	Салат из квашеной капусты					100					95
47						5					110
ОБЕД 2 ВАРШАВ											
ИТОГО:		815	24,85	19,71	110,11	712,7	920	39	33,28	225,24	944,8
Хлеб ржано-пшеничный		60	4,08	0,72	29,52	129,00	60	4,08	0,72	29,52	129,00
Компот из смеси сухофруктов		200	0,08	0	21,82	87,6	200	0,08	0	21,82	87,6
54-1XH	Тушиш из говядины	90	13,86	5,76	3,33	120,60	100	15,40	6,40	3,70	134,00
54-2M	Рис отварной	150	3,70	4,80	36,50	203,50	180	4,44	5,76	43,80	244,20
54-2C	Борщ со сметаной и птицей					280					255
54-2C	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	255	2,17	5,43	12,34	115					
47	Салат из квашеной капусты	60	0,96	3	6,6	57	100	1,6	5		110
ОБЕД											
ИТОГО:		662	26,78	24,11	92,11	701,32	540	31,06	29,39	101,87	834,68
Хлеб пшеничный		30	3,20	0,50	16,80	84,80	30	3,20	0,50	16,80	84,80
Кондитерское изделие в потребительской упаковке						30		4,00	4,90	27,20	208,00
Фрукт		182	0,80	0,60	24,00	114,00					
54-3TH	Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,6	100,4	200	4,6	3,6	12,6	100,4
208	Кисли из кыр с рисом и соусом	100	12,78	14,51	5,91	205,32	100	12,78	14,51	5,91	205,32
54-1T	Макаронные изделия отварные	150	5,40	4,90	32,80	196,80	180	6,48	5,88	39,36	236,16
ЗАВТРАК											
/День четвертый (четверг 1)											
ИТОГО:		350,00	6,4	9,1	56	331,8					
54-2TH	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8					
	Йогурт молочный в потребительской упаковке	100	2,70	0,10	16,00	75,00					
Печенье		50	3,5	9	33,5	230					
ПОЛДНИК											
ИТОГО:						930,00					685,40
Хлеб ржано-пшеничный						60					129,00
54-2TH	Чай с сахаром					200					26,8
54-8T	Капуста тушеная					180					149,40
54-1P	Котлета из трески с маслом					105					118,2
54-5C	Суп из овощей с мясными фрикадельками					285					199

54-1Г	Макаронные изделия	150	5,40	32,80	196,80	180	6,48	5,88	39,36	236,16	
213	Полень птичь тушеное с соусом сметанным	140	23,55	14,10	4,95	253,50	140	23,55	14,10	4,95	253,50
54-2ГН	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	86	200	3,8	2,9	11,3	86
	Вафли	30	1,65	1,95	10,50	63,30					
	Хлеб пшеничный	30	3,2	0,5	16,8	84,8	30	3,2	0,5	16,8	84,8
	ИТОГО:	550,00	37,60	24,35	76,35	684,40	550,00	37,03	23,38	72,41	660,46

ЗАВТРАК

День восьмой (среды 2)

54-21ГН	Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,6	100,4					
	Вафли	100	5,5	6,5	34,9	211					
	ИТОГО:	300	10,1	10,1	47,5	311,4					

ПОЛДНИК

54-1ХН	Хлеб ржано-пшеничный						952,00	47,16	47,73	122,53	1083,12
54-4Г	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,5	4,08	60				29,52	129,00
208	Каша гречневая	180	7,60	6,50	34,30	225,00				19,8	81
54-8С	Кисли из кыр с рисом и соусом	100	12,78	14,51	5,91	205,32				5,91	205,32
54-7З	Суп с горохом с говяжьей капустой	312	19,60	15,90	22,70	300,00				10,3	142,8
	ИТОГО:	100	2,6	10,1	10,3	142,8					

ОБЕД 2 ВАРНАНТ

54-1ХН	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	29,52	129,00	60	4,08	0,72	29,52	129,00
54-1Г	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,5	4,08	60				19,8	81
208	Каша гречневая	150	3,20	5,20	19,80	139,40	180	3,84	6,24	23,80	167,30
54-8С	Кисли из кыр с рисом и соусом	100	12,78	14,51	5,91	205,32	100	12,78	14,51	5,91	205,32
54-7З	Суп с горохом с говяжьей капустой	280	17,7	14,4	20,58	272	310	19,60	15,90	22,70	300,00
	ИТОГО:	60	1,6	6,1	6,2	85,7	100	2,6	10,1	10,3	142,8

ОБЕД 1

54-2ГН	Чай с сахаром	30	3,2	0,5	16,8	84,8	30	3,2	0,5	16,8	84,8
54-10	Омлет натертый с маслом	85	7,2	10,2	1,87	127,5	110	9,3	13,2	2,42	165
54-22К	Каша молочная "Теркулес" с маслом	150	5,10	5,62	18,53	144,45	180	6,12	6,75	22,23	173,34
	ИТОГО:	720,00	19,30	24,12	80,80	661,55	575,00	21,62	27,65	74,75	633,94

ЗАВТРАК

День седьмой (вторник 2)

54-2ГН	Чай с сахаром	30	3,2	0,5	16,8	84,8	30	3,2	0,5	16,8	84,8
54-10	Омлет натертый с маслом	85	7,2	10,2	1,87	127,5	110	9,3	13,2	2,42	165
54-22К	Каша молочная "Теркулес" с маслом	150	5,10	5,62	18,53	144,45	180	6,12	6,75	22,23	173,34
	ИТОГО:	300	6,6	5	100,7	463,6					

ПОЛДНИК

54-1ХН	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	29,52	129,00	60	4,08	0,72	29,52	129,00
54-4Г	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,5	4,08	60				19,8	81
208	Каша гречневая	180	7,60	6,50	34,30	225,00				19,8	81
54-8С	Кисли из кыр с рисом и соусом	100	12,78	14,51	5,91	205,32				5,91	205,32
54-7З	Суп с горохом с говяжьей капустой	312	19,60	15,90	22,70	300,00				10,3	142,8
	ИТОГО:	100	2,6	10,1	10,3	142,8					

54-153	Икра свекольная	100	2,16	7,00	11,30	124,00
54-5c	Суп картофельный с рисом и мясными приправами	275	9,28	6,67	27,9	182,7
54-8p	Рыба, запеченная в сметанном соусе	100	7	12	25	184,4
54-21r	Гороховое пюре	180	15,58	7,83	40,03	291,43

ОБЕД 2 ВАРИАНТ

ИТОГО:	810	17,28	27,22	98,62	652,6	910
Чай с сахаром	60	4,08	0,72	29,52	129,00	60
54-21r	200	0,2	0	6,5	26,8	200
54-11r	150	3,20	5,20	19,80	139,40	180
54-8p	90	6,3	10,8	22,5	166	100
54-5c	Суп картофельный с рисом и мясными приправами	270	9	6,4	26,3	176,4
54-5c	Суп картофельный с рисом	250	2,20	6,30	13,50	120,00
54-153	Икра свекольная	60	4,2	6,8	71,4	100
ИТОГО:	60	1,3	4,2	6,8	71,4	100
ИТОГО:	1124,00	11,30	7,00	2,16	11,30	124,00

ОБЕД

ИТОГО:	570,00	42,85	21,15	101,22	805,76	755,00
Хлеб пшеничный	30	3,2	0,5	16,8	84,8	30
Кондитерское изделие в потребительской упаковке	30	4,00	4,90	27,20	208,00	
Сок фруктовый в потребительской упаковке						200
Чай с сахаром и лимоном	200	0,20	0,00	16,00	65,00	200
54-1r	160	31,7	11,4	23,14	321,28	145
54-16k	150	3,75	4,35	18,08	126,68	180
ИТОГО:	1525,01	21,7	4,5	5,22	21,7	1525,01

ЗАВТРАК

ИТОГО:	350,00	7,2	18	73,5	386,8	
Печенье	100	7	18	67	360	
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	

ПОЛДНИК

ИТОГО:						980
Хлеб ржано-пшеничный						60
360	Кисель					200
54-1r	Макаронные изделия отварные					180
54-6M	Виточки с соусом					150
54-7c	Суп картофельный с макаронными изделиями и птицей					290
54-163	Винегрет овощной					100
ИТОГО:	111,83	6,80	8,80	1,00	8,80	100

ОБЕД 2 ВАРИАНТ

ИТОГО:	860	29,93	29,3	144,99	951,13	930
Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	29,52	129,00	60
360	Кисель	200	0,1	0	128,3	200
54-4r	Каша гречневая рассычатая	150	8,30	6,30	23,70	180
54-6M	Виточки с соусом	140	13,7	14,28	265,53	150
54-7c	Суп картофельный с макаронными изделиями и птицей					285
54-7c	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,15	2,7	127,5	
54-163	Винегрет овощной	60	0,60	5,30	4,10	67,10
ИТОГО:	111,83	6,80	8,80	1,00	8,80	100

ОБЕД

