

 «01» октября 2021 года

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № рецептуры | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | Энергетическая ценность |
| белки | жиры | углеводы |
| 688 | Макароны отварные с маслом | 150/5 | 5,52 | 4,52 | 26,45 | 168,45 |
| 591 | Гуляш мясной | 1/40 | 23,8 | 19,52 | 5,74 | 203 |
| 15 | Салат из свежих огурцов и помидор | 1/60 | 0,59 | 3,69 | 2, 24 | 44,52 |
|  | Хлеб пшеничный | 40 | 2,7 | 0,98 | 16,7 | 84 |
| 943 | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | - | 14,0 | 28,0 |
|  | Фрукт | 200 |  |  |  |  |
| Итого: | 32,8 | 28,71 | 65,13 | 527,97 |



«04» октября 2021 года

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № рецептуры | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | Энергетическая ценность |
| белки | жиры | углеводы |
| 168 | Каша рисовая молочная | 160/5 | 2,32 | 3,96 | 28,97 | 161 |
| 8,41,42 | Бутерброд с колбасой, с сыром, с маслом сливочным | 30/20/20 | 10,24,64 | 1216,45,90 | 20,60,20 | 231150,072,8 |
|  | Хлеб пшеничный | 40 | 2,7 | 0,98 | 16,7 | 84 |
| 945 | Чай с молоком | 200 | 1,4 | 1,60 | 16,4 | 86 |
|  | Шоколадный батончик | 26 | 26,0 | 16,8 | 72,4 | 453 |
|  | Итого: | 77,26 | 57,64 | 175,07 | 1237,8 |



«05»октября 2021 года

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № рецептуры | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | Энергетическая ценность |
| белки | жиры | углеводы |
| 321 | Рагу из овощей | 180 | 2,75 | 13,20 | 17,33 | 199,20 |
|  | Хлеб пшеничный | 40 | 2,7 | 0,98 | 16,7 | 84 |
| 941, 943 | Чай с сахаром с лимоном | 200 | 0,10,20 | 0,002 | 5,114,0 | 20,528,0 |
| 532 | Мясо отварное | 50 | 22,77 | 3,06 | 0,45 | 120,0 |
| 424 | Яйцо отварное | 40 | 5,10 | 4,60 | 0,30 | 63 |
|  | Мини-маффин | 30 | 4,5 | 17,0 | 53,0 | 380 |
|  |  | Итого: | 38,12 | 38,84 | 106,88 | 894,7 |



 «06» октября 2021 года

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № рецептуры | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | Энергетическая ценность |
| белки | жиры | углеводы |
| 833, 679 | Каша гречневая с соусом | 150/80 | 7,460,77 | 5,612,24 | 35,846,09 | 230,4547,34 |
| 608 | Котлета из куриного филе |  | 12,44 | 9,24 | 12,56 | 183,0 |
| 868 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,04 | - | 24,76 | 94,20 |
| 41 | Хлеб пшеничный с маслом | 40/20 | 2,7 | 16,40,98 | 0,2016,7 | 150,084,0 |
| 458 | Ватрушка с повидлом | 70 | 2,79 | 1,86 | 27,58 | 138,75 |
| 43 | Капустный салат | 60 | 0,85 | 3,05 | 5,41 | 52,44 |
|  | Итого: | 27.05 | 39.38 | 129.14 | 980,18 |



 «07» октября 2021 года

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № рецептуры | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | Энергетическая ценность |
| белки | жиры | углеводы |
| 688 | Макароны отварные с маслом | 150/5 | 5,52 | 4,52 | 26,45 | 168,45 |
| 536 | Сосиска отварная | 80 | 8,32 | 16,0 | 16,96 | 179,2 |
| 34 | Салат из свеклы с зелёным горошком | 60 | 1,0 | 2,51 | 4,91 | 46,26 |
|  | Хлеб пшеничный | 40 | 2,7 | 0,98 | 16,7 | 84 |
| 41 | Масло сливочное порциями | 20 | - | 16,4 | 0,20 | 150,0 |
| 42 | Сыр порциями | 20 | 4,64 | 5,90 | - | 72,8 |
| 959 | Какао с молоком | 200 | 3,52 | 3,72 | 25,49 | 145,2 |
|  | Пряник | 40 | 4,8 | 5,1 | 36,4 | 209 |
|  | Итого: | 30.5 | 55.13 | 127.11 | 1054,91 |



 «08» сентября 2021 года

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № рецептуры | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | Энергетическая ценность |
| белки | жиры | углеводы |
| 694 | Картофельное пюре с маслом | 150 | 3,06 | 4,80 | 20,45 | 137,25 |
| 286 | Тефтели из филе кур | 60 | 8,87 | 9,83 | 11,71 | 171 |
| 14 | Салат из помидор с луком | 60 | 0,68 | 3,71 | 2,83 | 47,46 |
| 41 | Хлеб пшеничный с маслом | 40/20 | 2,7 | 0,9816,4 | 16,70,20 | 84150 |
|  | Чоко-пай | 28 | 12,0 | 18,0 | 46,0 | 122 |
| 959 | Какао с молоком | 200 | 3,52 | 3,72 | 25,49 | 145,2 |
|  | Итого: | 30,83 | 57,44 | 123,38 | 856,91 |



 «11» октября 2021 года

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № рецептуры | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | Энергетическая ценность |
| белки | жиры | углеводы |
| 168 | Рис отварной с соусом | 150 | 2,32 | 3,96 | 28,97 | 161 |
| 690 | Печень по-строгановски | 50 | 17,43 | 11,64 | 7,10 | 162,31 |
| 15 | Салат из свежих огурцов и помидор | 1/60 | 0,59 | 3,69 | 2, 24 | 44,52 |
|  | Хлеб пшеничный | 40 | 2,7 | 0,98 | 16,7 | 84 |
| 41 | Бутерброд с маслом сливочным | 20 | - | 16,4 | 0,20 | 150 |
| 943 | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | - | 14,0 | 28,0 |
|  | Сок | 200 | 0,5 | 0,1 | 11 | 45,0 |
|  | Итого | 21,64 | 39,79 | 65,61 | 639,13 |



«12» октября 2021 года

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № рецептуры | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | Энергетическая ценность |
| белки | жиры | углеводы |
| 679 | Каша гречневая | 150 | 7,46 | 5,61 | 35,84 | 230,45 |
| 637 | Мясо курицы | 75 | 15,83 | 10,20 | - | 154,69 |
| 13 | Салат из свежих огурцов | 60 | 0,46 | 3,65 | 1,43 | 40,38 |
| 868 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,04 | - | 24,76 | 94,20 |
|  | Хлеб пшеничный | 40 | 2,7 | 0,98 | 16,7 | 84 |
|  | Мини-маффин | 30 | 4,5 | 17,0 | 53,0 | 380 |
|  | Итого | 30,95 | 37,44 | 131,73 | 983,63 |



«13» октября 2021 года

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № рецептуры | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | Энергетическая ценность |
| белки | жиры | углеводы |
| 688 | Макароны отварные с маслом | 150/5 | 5,52 | 4,52 | 26,45 | 168,45 |
|  | Хлеб пшеничный | 40 | 2,7 | 0,98 | 16,7 | 84 |
| 941, 943 | Чай с сахаром с лимоном | 200 | 0,10,20 | 0,002 | 5,114,0 | 20,528,0 |
| 42 | Окорочка тушенные | 65 | 18,22 | 18,22 | 0,97 | 242,68 |
| 41 | Бутерброд с маслом сливочным | 20 | - | 16,4 | 0,20 | 150 |
| 458 | Ватрушка с творогом | 70 | 5,76 | 3,43 | 18,24 | 126,25 |
|  | Итого | 35,2 | 43,55 | 81,66 | 819,88 |