

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ техно-логи-ческой карты и № рецептур** | **Наименование,**  **1**  **Д Е Н Ь**  **понедельник** | **Выход блюд** | **Пищевые вещества** | | | |
| **11-18**  **лет** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **ККАЛ** |
| **11-18**  **лет** | **11-18**  **лет** | **11-18**  **лет** | **11-18**  **лет** |
| Завтрак | | | | | | |
| 284/41 | Каша вязкая молочная рисовая с маслом | 200 | 5.7 | 9.8 | 43.4 | 284.4 |
| 943/28 | Чай сладкий | 200 | 0,07 | 0,02 | 15,0 | 60 |
| 39 | Хлеб | 20 | 1,5 | 0,1 | 10 | 47,4 |
|  | Масло сливочное(порциями) | 15 | 0.1 | 10.9 | 0.2 | 99.1 |
|  | **Итого за завтрак** | **435** | **7,37** | **20,53** | **68,6** | **490,9** |
| Обед | | | | | | |
| 206/14 | Суп картофельный с горохом на тушёной говядине | 250 | 9,4 | 57,6 | 19,2 | 662,8 |
| 413/19 | Макароны отварные | 180 | 7,4 | 6,0 | 35,3 | 224,8 |
| 608/27 | Котлета запеченная | 80 | 7,10 | 5,70 | 6,50 | 107,00 |
| 943/28 | Чай сладкий | 200 | 0,07 | 0,02 | 15,0 | 60 |
| 39 | Хлеб пшеничный | 20 | 1,5 | 0,1 | 10 | 47,4 |
| 40 | Хлеб ржаной | 30 | 4 | 0,5 | 25,4 | 122,4 |
|  | **Итого на обед** | **760** | **29.47** | **69.92** | **111.4** | **1224.4** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ техно-логи-ческой карты и № рецептур** | **Наименование,**  **2**  **Д Е Н Ь**  **вторник** | **Выход блюд** | **Пищевые вещества** | | | |
| **11-18**  **лет** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **ККАЛ** |
| **11-18**  **лет** | **11-18**  **лет** | **11-18**  **лет** | **11-18**  **лет** |
| Завтрак | | | | | | |
| 235/37 | Суп молочный вермишелевый с маслом | 200 | 6.98 | 7.65 | 24.66 | 156.08 |
| 943/28 | Чай сладкий | 200 | 0,07 | 0,02 | 15,0 | 60 |
| 39 | Хлеб | 20 | 1,5 | 0,1 | 10 | 47,4 |
|  | Итого на завтрак | 420 | 8.55 | 8.07 | 49.66 | 263.48 |
| 3/41 | Сыр нарезка | 30 | 7 | 8.9 | 0 | 107.5 |
|  | **Итого за завтрак** | **450** | **15,55** | **16,97** | **49,66** | **370,98** |
| Обед | | | | | | |
| 187/12 | Щи из свежей капусты на тушенной говядины со сметаной | 250/10 | 2,16 | 5,9 | 13,11 | 124,6 |
| 378/18 | Гречка отварная рассыпчатая | 180 | 11,1 | 11,9 | 49,8 | 350 |
| 619/22 | Фрикадельки | 100 | 73,2 | 7,95 | 9,32 | 137,2 |
| 960/31 | Какао со сгущенным молоком | 200 | 1,5 | 0,1 | 10 | 47,4 |
| 39 | Хлеб пшеничный | 20 | 1,5 | 0,1 | 10 | 47,4 |
| 40 | Хлеб ржаной | 30 | 4 | 0,5 | 25,4 | 122,4 |
|  | **Итого на обед:** | **780/10** | **93.46** | **26.45** | **117.63** | **829.00** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ техно-логи-ческой карты и № рецептур** | **Наименование,**  **3**  **Д Е Н Ь**  **среда** | **Выход блюд** | **Пищевые вещества** | | | |
| **11-18**  **лет** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **ККАЛ** |
| **11-18**  **лет** | **11-18**  **лет** | **11-18**  **лет** | **11-18**  **лет** |
| Завтрак | | | | | | |
| 386/42 | Каша вязкая пшенная молочная с изюмом | 200 | 8.4 | 9.3 | 44.6 | 295.5 |
| 943/28 | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15,0 | 60 |
| 40 | Хлеб ржаной | 30 | 4 | 0,5 | 25,4 | 122,4 |
|  | Масло сливочное(порциями) | 15 | 0.1 | 10.9 | 0.2 | 99.1 |
|  | **Итого на завтрак** | **445** | **125** | **20,72** | **85,2** | **577** |
| Обед | | | | | | |
| 17 | Суп картофельный с рыбными консервами | 250 | 21,1 | 20,7 | 32,8 | 401,85 |
| 694/20 | Пюре картофельное | 180 | 4,12 | 6,4 | 27,4 | 184,8 |
| 618/22 | Тефтели запеченные | 80 | 7,32 | 7,95 | 9,32 | 137,2 |
| 943/28 | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15,0 | 60 |
| 39 | Хлеб пшеничный | 20 | 1,5 | 0,1 | 10 | 47,4 |
| 40 | Хлеб ржаной | 30 | 4 | 0,5 | 25,4 | 122,4 |
|  | **Итого** | **760** | **38.1** | **35.67** | **119.92** | **953.65** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ техно-логи-ческой карты и № рецептур** | **Наименование,**  **4**  **Д Е Н Ь**  **четверг** | **Выход блюд** | **Пищевые вещества** | | | |
| **11-18**  **лет** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **ККАЛ** |
| **11-18**  **лет** | **11-18**  **лет** | **11-18**  **лет** | **11-18**  **лет** |
| Завтрак | | | | | | |
| 173/57 | Каша овсяная молочная с маслом | 200 | 8.8 | 12.8 | 40.1 | 310.9 |
| 943/28 | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15,0 | 60 |
| 39 | Хлеб пшеничный | 20 | 1,5 | 0,1 | 10 | 47,4 |
| 3/41 | Сыр нарезка | 30.3 | 7 | 8.9 | 0 | 107.5 |
|  | **Итого на завтрак:** | **450** | **17,37** | **21,82** | **65,1** | **154,9** |
| Обед | | | | | | |
| 170/11 | Борщ из свежей капусты на тушенной говядины со сметаной | 250/10 | 1,8 | 4,92 | 10,93 | 10,8 |
| 645/25 | Плов из птицы | 180 | 16,94 | 10,46 | 15,73 | 305,3 |
| 943/28 | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15,0 | 60 |
| 39 | Хлеб пшеничный | 20 | 1,5 | 0,1 | 10 | 47,4 |
| 40 | Хлеб ржаной | 30 | 4 | 0,5 | 25,4 | 122,4 |
|  | **Итого на обед** | **680** | **24.31** | **16** | **77.06** | **545.9** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ техно-логи-ческой карты и № рецептур** | **Наименование,**  **5**  **Д Е Н Ь**  **пятница** | **Выход блюд** | **Пищевые вещества** | | | |
| **11-18**  **лет** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **ККАЛ** |
| **11-18**  **лет** | **11-18**  **лет** | **11-18**  **лет** | **11-18**  **лет** |
| Завтрак | | | | | | |
| 469/44 | Запеканка из творога | 150 | 24,2 | 16,2 | 22,5 | 332,4 |
| 943/28 | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15,0 | 60 |
| 40 | Хлеб ржаной | 30 | 4 | 0,5 | 25,4 | 122,4 |
|  | Масло сливочное(порциями) | 15 | 0.1 | 10.9 | 0.2 | 99.1 |
|  | **Итого на завтрак** | **395** | **283** | **27,62** | **63,1** | **613,9** |
| Обед | | | | | | |
| 208/15 | Суп с макаронными изделиями на тушенной говядине | 250 | 2,85 | 6,08 | 15,58 | 140,4 |
| 320 | Картофель тушенный с овощами | 180 | 4,12 | 6,4 | 27,4 | 184,8 |
| 960/31 | Кофейный напиток со сгущенным молоком | 200 | 4,0 | 3,54 | 17,57 | 118,6 |
| 39 | Хлеб пшеничный | 20 | 1,5 | 0,1 | 10 | 47,4 |
| 40 | Хлеб ржаной | 30 | 4 | 0,5 | 25,4 | 122,4 |
|  | **Итого на обед** | **680** | **16.47** | **16.62** | **95.95** | **1613.6** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ техно-логи-ческой карты и № рецептур** | **Наименование,**  **6**  **Д Е Н Ь**  **понедельник** | **Выход блюд** | **Пищевые вещества** | | | |
| **11-18**  **лет** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **ККАЛ** |
| **11-18**  **лет** | **11-18**  **лет** | **11-18**  **лет** | **11-18**  **лет** |
| Завтрак | | | | | | |
| 350/44 | Каша Дружба с маслом | 150 | 5 | 5.9 | 24 | 168.9 |
| 943/28 | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15,0 | 60 |
| 39 | Хлеб пшеничный | 20 | 1,5 | 0,1 | 10 | 47,4 |
| 3/41 | Сыр нарезка | 30.3 | 7 | 8.9 | 0 | 107.5 |
|  | **Итого на завтрак** | **400** | **13,57** | **14,92** | **49** | **383,8** |
| Обед | | | | | | |
| 204/16 | Суп картофельный с крупой на тушенной говядине | 250 | 2,36 | 3,25 | 14,5 | 102,9 |
| 618/22 | Тефтели запеченные | 80 | 7,32 | 7,95 | 9,32 | 137,2 |
| 413/19 | Макароны отварные | 180 | 7,4 | 6,0 | 35,3 | 224,8 |
| 944/29 | Чай с лимоном | 200 | 0,13 | 0,02 | 15,2 | 62 |
| 39 | Хлеб пшеничный | 20 | 1,5 | 0,1 | 10 | 47,4 |
| 40 | Хлеб ржаной | 30 | 4 | 0,5 | 25,4 | 122,4 |
|  | **Итого на обед** | **760** | **22.71** | **17.82** | **109.72** | **696.7** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ техно-логи-ческой карты и № рецептур** | **Наименование,**  **7**  **Д Е Н Ь**  **вторник** | **Выход блюд** | **Пищевые вещества** | | | |
| **11-18**  **лет** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **ККАЛ** |
| **11-18**  **лет** | **11-18**  **лет** | **11-18**  **лет** | **11-18**  **лет** |
| Завтрак | | | | | | |
| 386/42 | Каша пшенная молочная с маслом | 200 | 8.3 | 11.6 | 37.5 | 288 |
| 943/28 | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15,0 | 60 |
| 40 | Хлеб ржаной | 30 | 4 | 0,5 | 25,4 | 122,4 |
|  | Масло сливочное(порциями) | 15 | 0.1 | 10.9 | 0.2 | 99.1 |
|  | **Итого на завтрак** | **445** | **12,47** | **23,1** | **78,1** | **569,5** |
| Обед | | | | | | |
| 197/13 | Рассольник ленинградский со сметаной на тушенной говядине | 250/10 | 2,4 | 6,1 | 14,38 | 128,8 |
| 378/18 | Гречка отварная рассыпчатая | 180 | 11,1 | 11,9 | 49,8 | 350 |
| 591/24 | Гуляш из птицы | 100 | 14,3 | 13,3 | 17,4 | 248 |
| 859/33 | Компот из свежих яблок | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,88 | 114,6 |
| 39 | Хлеб пшеничный | 20 | 1,5 | 0,1 | 10 | 47,4 |
| 40 | Хлеб ржаной | 30 | 4 | 0,5 | 25,4 | 122,4 |
|  | **Итого на обед** | **780/10** | **33.46** | **32.06** | **144.86** | **1011.2** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ техно-логи-ческой карты и № рецептур** | **Наименование,**  **8**  **Д Е Н Ь**  **среда** | **Выход блюд** | **Пищевые вещества** | | | |
| **11-18**  **лет** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **ККАЛ** |
| **11-18**  **лет** | **11-18**  **лет** | **11-18**  **лет** | **11-18**  **лет** |
| Завтрак | | | | | | |
| 469 | Суп молочный с макаронными изделиями | 150 | 9,3 | 9,1 | 39,5 | 277.6 |
| 943/28 | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15,0 | 60 |
| 39 | Хлеб пшеничный | 20 | 1,5 | 0,1 | 10 | 47,4 |
| 3/41 | Сыр нарезка | 30 | 7 | 8.9 | 0 | 107.5 |
|  | **Итого на завтрак** | **400** | **17,87** | **18,12** | **64,5** | **492,5** |
| Обед | | | | | | |
| 17 | Суп картофельный с рыбными консервами | 250 | 21,1 | 20,7 | 32,8 | 401,85 |
| 320 | Картофель тушенный с овощами | 180 | 4,12 | 6,4 | 27,4 | 184,8 |
| 960/31 | Какао со сгущенным молоком | 200 | 4,0 | 3,54 | 17,57 | 118,6 |
| 39 | Хлеб пшеничный | 20 | 1,5 | 0,1 | 10 | 47,4 |
| 40 | Хлеб ржаной | 30 | 4 | 0,5 | 25,4 | 122,4 |
|  | **Итого на обед** | **680** | **34.72** | **31.24** | **113.17** | **875.05** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ техно-логи-ческой карты и № рецептур** | **Наименование,**  **9**  **Д Е Н Ь**  **четверг** | **Выход блюд** | **Пищевые вещества** | | | |
| **11-18**  **лет** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **ККАЛ** |
| **11-18**  **лет** | **11-18**  **лет** | **11-18**  **лет** | **11-18**  **лет** |
| Завтрак | | | | | | |
| 378/18 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8.2 | 6.3 | 35.9 | 203.2 |
| 943/28 | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15,0 | 60 |
| 40 | Хлеб ржаной | 30 | 4 | 0,5 | 25,4 | 122,4 |
|  | Масло сливочное(порциями) | 15 | 0.1 | 10.9 | 0.2 | 99.1 |
|  | **Итого на завтрак** | **395** | **12,32** | **17,72** | **76,5** | **484,7** |
| Обед | | | | | | |
| 187/12 | Щи со свежей капустой и картофелем | 250/10 | 1,8 | 4,92 | 10,93 | 10,8 |
| 645/25 | Рис отварной | 180 | 5,49 | 9,12 | 37,8 | 257,9 |
| 619/22 | Фрикадельки | 80 | 58,5 | 6,36 | 7,45 | 109,8 |
| 943/28 | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15,0 | 60 |
| 39 | Хлеб пшеничный | 20 | 1,5 | 0,1 | 10 | 47,4 |
| 40 | Хлеб ржаной | 30 | 4 | 0,5 | 25,4 | 122,4 |
|  | **Итого на обед** | **760** | **71.36** | **21.02** | **106.58** | **608.3** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ техно-логи-ческой карты и № рецептур** | **Наименование,**  **10**  **Д Е Н Ь**  **пятница** | **Выход блюд** | **Пищевые вещества** | | | |
| **11-18**  **лет** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **ККАЛ** |
| **11-18**  **лет** | **11-18**  **лет** | **11-18**  **лет** | **11-18**  **лет** |
| Завтрак | | | | | | |
| 350/44 | Каша Дружба с маслом | 150 | 5 | 5.9 | 24 | 168.9 |
| 943/28 | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15,0 | 60 |
| 39 | Хлеб пшеничный | 20 | 1,5 | 0,1 | 10 | 47,4 |
| 3/41 | Сыр нарезка | 30 | 7 | 8.9 | 0 | 107.5 |
|  | **Итого на завтрак** | **400** | **13,57** | **14,32** | **49** | **383,8** |
| Обед | | | | | | |
| 208/15 | Суп с макаронными изделиями на тушенной говядине | 250 | 2,85 | 6,08 | 15,58 | 140,4 |
| 618/22 | Тефтели запеченные | 80 | 7,32 | 7,95 | 9,32 | 137,2 |
| 694/20 | Пюре картофельное | 180 | 4,12 | 6,4 | 27,4 | 184,8 |
| 943/28 | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15,0 | 60 |
| 39 | Хлеб пшеничный | 20 | 1,5 | 0,1 | 10 | 47,4 |
| 40 | Хлеб ржаной | 30 | 4 | 0,5 | 25,4 | 122,4 |
|  | **Итого на обед** | **760** | **19.86** | **21.05** | **102.7** | **692.2** |