



## Меню приготавливаемых блюд ИНДИВИДУАЛЬНОЕ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества, г						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры	
		1,5-3	3-7	Б		Ж		У		1,5-3	3-7		
				1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7				
<b>СРЕДА , 20.04.2022</b>													
ЗАВТРАК	Каша "Дружба"	150	200										
				3,95	5,26	8,74	11,66	18,79	25,06	169,65	226,2	266	
	Чай с сахаром, вареньем, медом (1-й вариант)	150	180	0,08	0,09	0	0	11,25	13,5	45	54	502	
	Хлеб ржаной	50	50	3,3	3,3	0,6	0,6	16,7	16,7	87	87	115	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>350</b>	<b>430</b>	<b>7,33</b>	<b>8,65</b>	<b>9,34</b>	<b>12,26</b>	<b>46,74</b>	<b>55,26</b>	<b>301,65</b>	<b>367,2</b>		
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	150	180	1,38	1,66	2,55	3,06	9,08	10,89	64,8	77,76	149	
	Жаркое по-домашнему	150	180	17,73	21,28	15,83	18,99	11,33	13,59	258,41	310,09	374	
	Хлеб ржаной	50	50	3,3	3,3	0,6	0,6	16,7	16,7	87	87	115	
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	180	1,05	1,26	0	0	21,75	26,1	91,5	109,8	516	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>500</b>	<b>590</b>	<b>23,46</b>	<b>27,5</b>	<b>18,98</b>	<b>22,65</b>	<b>58,86</b>	<b>67,28</b>	<b>501,71</b>	<b>584,65</b>		
ПОЛДНИК	Чай с сахаром, вареньем, медом (1-й вариант)	150	180	0,08	0,09	0	0	11,25	13,5	45	54	502	
	Хлеб ржаной	50	50	3,3	3,3	0,6	0,6	16,7	16,7	87	87	115	
	Салат картофельный с зеленым горошком	40	60	1,24	1,86	4,56	6,84	3,92	5,88	61,6	92,4	66	
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>240</b>	<b>290</b>	<b>4,62</b>	<b>5,25</b>	<b>5,16</b>	<b>7,44</b>	<b>31,87</b>	<b>36,08</b>	<b>193,6</b>	<b>233,4</b>		
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1090</b>	<b>1310</b>	<b>35,41</b>	<b>41,4</b>	<b>33,48</b>	<b>42,35</b>	<b>137,47</b>	<b>158,62</b>	<b>996,96</b>	<b>1185,25</b>		



## Меню приготавливаемых блюд

### ОСНОВНОЕ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества, г						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
				Б		Ж		У		1,5-3	3-7	
		1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	
<b>СРЕДА , 20.04.2022</b>												
ЗАВТРАК	Пудинг творожный запеченный	130	150									
				16,21	18,71	14,05	16,22	13,79	15,91	244,87	282,54	325
	Молоко сгущенное	20	20									
				1,44	1,44	1,7	1,7	11,1	11,1	65,6	65,6	490
	Какао с молоком (1-й вариант)	180	200									
				3,24	3,6	2,97	3,3	22,5	25	129,6	144	508
	Бутерброды с маслом (1-й вариант)	35	40									
				1,4	1,6	14,61	16,7	8,75	10	172,38	197	99
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>365</b>	<b>410</b>	<b>22,29</b>	<b>25,35</b>	<b>33,33</b>	<b>37,92</b>	<b>56,14</b>	<b>62,01</b>	<b>612,45</b>	<b>689,14</b>	
ОБЕД	Хлеб витаминный (ржано+пшеничный) /хлебозавод	35	50									
				2,31	3,3	0,42	0,6	11,9	17	63,35	90,5	116
	Суп крестьянский с крупой	150	180									
				5,64	6,77	7,71	9,25	8,6	10,31	126,48	151,78	160
	Рис отварной	110	130									
			2,71	3,2	4,46	5,27	24,79	29,3	150,04	177,32	419	
	Курица в соусе с томатом	50	70									
				5,66	7,93	5,62	7,88	1,71	2,39	80	112	410
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	180									
				1,05	1,26	0	0	21,75	26,1	91,5	109,8	516
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>495</b>	<b>610</b>	<b>17,37</b>	<b>22,46</b>	<b>18,21</b>	<b>23</b>	<b>68,75</b>	<b>85,1</b>	<b>511,37</b>	<b>641,4</b>	
ПОЛДНИК	Чай с лимоном (1-й вариант)	180	200									
				0,09	0,1	0	0	13,68	15,2	54,9	61	504
	Салат картофельный с зеленым горошком	40	60									
			1,24	1,86	4,56	6,84	3,92	5,88	61,6	92,4	66	
	Батон нарезной	30	33									
				2,25	2,48	0,87	0,96	15,42	16,96	78,6	86,46	117
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>250</b>	<b>293</b>	<b>3,58</b>	<b>4,44</b>	<b>5,43</b>	<b>7,8</b>	<b>33,02</b>	<b>38,04</b>	<b>195,1</b>	<b>239,86</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1110</b>	<b>1313</b>	<b>43,24</b>	<b>52,25</b>	<b>56,97</b>	<b>68,72</b>	<b>157,91</b>	<b>185,15</b>	<b>1318,92</b>	<b>1570,4</b>	