

МЕНЮ

на 08 октября 2023г.



14 день Праздник пиццы, макароны с соусом	Масса порция	Плотность питания		Энергетическая ценность, ккал	На раздел-группы
		Белки, г	Жиры, г		
Завтрак					
Каша овсяная молочная из риса и пшеницы	200	5,3	7,7	219,6	Средне рейтинг по ТП
Дружба с маслом	30/10/10	4,6	10,3	171,4	Средне рейтинг по ТП
Бутерброд с сыром	200	2,3	1,3	123,5	Средне рейтинг по ТП
Кофейный напиток на молоке	60	3,9	1,5	129,5	
Батон	60	14,3	21,6	454,6	
Итого за преемные блюда:	660	23,2	33,2	113,9	
Обед					
Овощи по сезону (огурец свежий, перец соевый, капуста квашеная, свекла отварная, помидор соевый, морковь соевый, морковь отварная и т.д.)	60	0,9	0,1	35,7	
Суп из овощей	200	1,9	3,7	65,4	Средне рейтинг по ТП
Тедгели (1-й вариант) с соусом	90/30	8,6	11,7	208,9	Средне рейтинг по ТП
Каша гречневая вязкая	150	4,4	4,7	138,6	Средне рейтинг по ТП
Кисель из повидла	200	0,1	0,0	110,3	Средне рейтинг по ТП
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	114,8	
Хлеб пшеничный	70	4,1	0,6	138,5	
Итого за преемные блюда:	660	23,7	26,4	882,7	
Полдник					
Вареники с повидлом	100	6,4	2,9	203,2	Средне рейтинг по ТП
Сок фруктовый	200	0,6	0,2	100,9	Средне рейтинг по ТП
Итого за преемные блюда:	300	7,0	3,1	484,1	
Ужин					
Лавашики с творогом с соусом молочным (сырники)	200/90	18,6	13,2	399,0	Средне рейтинг по ТП
Чай с молоком или сливками (молоко)	200	1,7	1,3	86,7	Средне рейтинг по ТП
Хлеб пшеничный	90	3,7	0,3	114,8	
Итого за преемные блюда:	600	24,0	14,8	600,5	
Ужин 2					
Кисломолочный продукт (сырок)	180	4,8	4,4	137,9	Средне рейтинг по ТП
Батон	30	2,3	0,9	77,7	
Итого за преемные блюда:	210	7,1	5,3	215,6	
Всего за день:		78,3	79,6	445,2	2 679,4

Директор ООО "Славия"

14 день Праздник пиццы, макароны с соусом	Масса порция	Плотность питания		Энергетическая ценность, ккал	На раздел-группы
		Белки, г	Жиры, г		
Завтрак					
Каша овсяная молочная из риса и пшеницы	200	6,9	9,6	287,0	Средне рейтинг по ТП
Дружба с маслом	30/10/10	4,6	10,3	171,4	Средне рейтинг по ТП
Бутерброд с сыром	200	2,3	1,3	123,5	Средне рейтинг по ТП
Кофейный напиток на молоке	60	4,6	1,8	155,4	
Батон	60	14,3	21,6	454,6	
Итого за преемные блюда:	660	23,2	33,2	113,9	
Обед					
Овощи по сезону (огурец свежий, перец соевый, капуста квашеная, свекла отварная, помидор соевый, морковь соевый, морковь отварная и т.д.)	100	1,4	0,1	42,8	
Суп из овощей	260	1,9	3,7	65,4	Средне рейтинг по ТП
Тедгели (1-й вариант) с соусом	100/30	11,6	15,2	224,8	Средне рейтинг по ТП
Каша гречневая вязкая	180	5,2	5,7	166,3	Средне рейтинг по ТП
Кисель из повидла	200	0,1	0,0	110,3	Средне рейтинг по ТП
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	114,8	
Хлеб пшеничный	70	4,1	0,6	138,5	
Итого за преемные блюда:	660	28,6	25,6	882,7	
Полдник					
Вареники с повидлом	180	9,3	4,4	455,2	Средне рейтинг по ТП
Сок фруктовый	200	0,6	0,2	100,9	Средне рейтинг по ТП
Итого за преемные блюда:	380	9,9	4,6	556,1	
Ужин					
Лавашики с творогом с соусом молочным (сырники)	250/90	23,2	16,2	490,9	Средне рейтинг по ТП
Чай с молоком или сливками (молоко)	200	1,7	1,3	86,7	Средне рейтинг по ТП
Хлеб пшеничный	100	7,4	0,6	229,7	
Итого за преемные блюда:	600	32,3	18,1	807,3	
Ужин 2					
Кисломолочный продукт (сырок)	180	4,8	4,4	137,9	Средне рейтинг по ТП
Батон	30	2,3	0,9	77,7	
Итого за преемные блюда:	210	7,1	5,3	215,6	
Всего за день:		96,3	91,9	537,8	3 199,0

Зав. Производствам:



Директор ООО «Славянка» Е.Е. Кузнецова

МЕНЮ

на 09 октября 2023г.

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность			Закрытые чашки, тарелки, стаканы	На расчет туров
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак (З, 6-ти разовое)						
Яйцо вареное всмятку	1шт	5,3	5,0	0,3	68,6	Служба ресторана км 118
Каша молочная манная жидкая с маслом	200	5,6	7,4	33,6	223,0	Служба ресторана км 118
Каша с молоком	200	3,8	3,0	24,5	141,1	Служба ресторана км 118
Хлеб пшеничный	60	4,3	0,4	29,2	137,8	
Итого за прями пища:	605	19,6	15,8	67,6	870,5	
Обед (З, 6-ти разовое)						
Супчик по сезону (супчик, свежий, супчик соленный, капуста квашеная, свежая отварная, помидор свежий, помидор соленный, морковь отварная и т.д.)						
	60	0,9	0,1	5,3	25,7	
Суп картофельный с бобовыми (горох)						
	200	4,6	3,3	15,2	107,7	Служба ресторана км 118
Рыба, тушеная в томате с овощами						
	90/30	17,9	11,1	3,5	119,5	Служба ресторана км 118
Рис отварной						
	150	3,8	12,4	38,9	283,3	Служба ресторана км 118
Компот из смеси сухофруктов						
	200	0,4	0,0	20,4	84,0	Служба ресторана км 118
Хлеб пшеничный						
	50	3,7	0,3	24,3	114,8	
Хлеб пшеничный						
	50	3,2	0,4	20,6	98,9	
Итого за прями пища:	630	34,6	27,4	128,2	833,9	
Полдник (6-ти разовое)						
Фрукты свежие						
	200	0,8	0,8	19,0	91,2	Служба ресторана км 118
Напиток лимонный						
	200	0,1	0,0	16,7	69,5	Служба ресторана км 118
Итого за прями пища:	300	0,9	0,8	35,7	160,7	
Ужин (6-ти разовое)						
Фрикадельки мясные в соусе						
	90/30	8,7	15,5	17,4	281,5	Служба ресторана км 118
Макаронные изделия отварные (рожки)						
	150	3,5	4,3	34,0	196,8	Служба ресторана км 118
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом						
	200	0,2	0,0	15,0	60,5	Служба ресторана км 118
Хлеб пшеничный						
	50	3,7	0,3	24,3	114,8	
Итого за прями пища:	620	18,1	24,1	96,7	653,6	
Ужин 2 (6-ти разовое)						
Кислое молоко						
	180	3,0	4,4	7,0	92,5	Служба ресторана км 118
Сахар ледяной						
	5	0,0	0,0	4,9	19,4	
Батон						
	30	2,3	0,0	15,0	77,7	
Итого за прями пища:	215	7,3	5,3	26,9	189,6	
Всего за день:		80,2	79,9	388,1	2 488,3	

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность			Закрытые чашки, тарелки, стаканы	На расчет туров
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак (З, 6-ти разовое)						
Яйцо вареное всмятку	1шт	5,4	4,8	0,3	67,1	Служба ресторана км 118
Каша молочная манная жидкая с маслом	250	7,0	9,2	41,8	279,0	Служба ресторана км 118
Каша с молоком	200	3,8	3,0	24,5	141,1	Служба ресторана км 118
Хлеб пшеничный	70	5,1	0,4	34,0	160,8	
Итого за прями пища:	665	21,3	17,8	106,6	648,0	
Обед (З, 6-ти разовое)						
Супчик по сезону (супчик, свежий, супчик соленный, капуста квашеная, свежая отварная, помидор свежий, помидор соленный, морковь отварная и т.д.)						
	100	1,6	0,1	8,9	42,8	
Суп картофельный с бобовыми (горох)						
	250	5,7	4,0	18,0	134,6	Служба ресторана км 118
Рыба, тушеная в томате с овощами						
	100/30	19,4	12,0	3,5	128,1	Служба ресторана км 118
Рис отварной						
	180	4,5	13,5	46,8	327,3	Служба ресторана км 118
Компот из смеси сухофруктов						
	200	0,4	0,0	20,4	84,0	Служба ресторана км 118
Хлеб пшеничный						
	50	3,7	0,3	24,3	114,8	
Хлеб пшеничный						
	70	4,5	0,8	28,8	138,5	
Итого за прями пища:	860	39,8	30,5	151,4	976,1	
Полдник (6-ти разовое)						
Фрукты свежие						
	200	0,8	0,8	19,0	91,2	Служба ресторана км 118
Напиток лимонный						
	200	0,1	0,0	16,7	69,5	Служба ресторана км 118
Итого за прями пища:	360	0,9	0,8	35,7	160,7	
Ужин (6-ти разовое)						
Фрикадельки мясные в соусе						
	100/30	17,9	20,0	19,3	298,5	Служба ресторана км 118
Макаронные изделия отварные (рожки)						
	200	7,5	5,9	45,2	262,6	Служба ресторана км 118
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом						
	200	0,2	0,0	15,0	60,5	Служба ресторана км 118
Хлеб пшеничный						
	70	5,1	0,4	34,0	160,8	
Итого за прями пища:	600	30,7	26,3	113,6	780,4	
Ужин 2 (6-ти разовое)						
Кислое молоко						
	180	3,0	4,4	7,0	92,5	Служба ресторана км 118
Сахар ледяной						
	5	0,0	0,0	4,9	19,4	
Батон						
	30	2,3	0,0	15,0	77,7	
Итого за прями пища:	215	7,3	5,3	26,9	189,6	
Всего за день:		100,0	91,9	428,3	2 748,8	

Зав. Производством:

Директор ООО «Славянка»



Дирекция ЦОУУ "Республиканский центр гигиены и эпидемиологии" №4*

Е.Е. Кузнецов

МЕНЮ

на 10 октября 2023г.

Пример пищевого дневника	2 день Пятидневное меню 7-11 лет	Масса порция	Плотность энергии		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
			Белки, г	Жиры, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Каша молочная рисовая вязкая с маслом	200	5,6	7,4	43,5	261,2	Сборная рецептура №178
Булочка с сыром	30/10/10	4,6	10,5	34,7	171,4	Сборная рецептура №178
Кофейный напиток на молоке	200	2,3	1,3	25,9	123,5	Сборная рецептура №178
Батон	50	3,9	1,5	25,1	129,5	
Итого за прием пищи:	600	16,2	20,7	109,2	685,7	
Обед (2х, 5-ти разовое)						
Консервы овощные закусочные (капуста)	60	1,2	5,5	4,8	73,9	Сборная рецептура №178
Суп из овощей	200	1,5	3,0	8,9	68,4	Сборная рецептура №178
Котлеты, биточки, шницели	90	9,7	14,2	18,7	240,5	Сборная рецептура №178
Картофельное пюре с маслом	150	3,2	4,6	21,5	139,6	Сборная рецептура №178
Компот из яблок	200	0,4	0,1	21,5	88,3	Сборная рецептура №178
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	
Хлеб пшеничный	80	5,1	0,7	32,6	158,3	
Итого за прием пищи:	830	24,8	28,4	132,6	884,8	
Полдник (5-ти разовое)						
Кисель створенный	100	6,2	19,4	99,4	440,9	Сборная рецептура №178
Сок фруктовый	200	1,0	0,2	19,6	89,2	Сборная рецептура №178
Итого за прием пищи:	300	7,2	19,6	79,0	529,2	
Ужин (5-ти разовое)						
Лавашик с творогом с соусом молочным (сырками)	180/90	14,9	12,0	46,3	364,7	Сборная рецептура №178
Чай с сахаром и лимон	200/15/5	0,2	0,0	15,2	62,1	Сборная рецептура №178
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	
Итого за прием пищи:	600	18,8	12,3	85,8	541,7	
Ужин 2 (5-ти разовое)						
Кисло-молочный продукт (ряженка)	180	5,0	4,4	7,4	94,3	Сборная рецептура №178
Батон	30	2,3	0,9	15,0	71,7	
Итого за прием пищи:	210	7,3	5,3	22,4	172,8	
Всего за день:		70,0	69,3	439,3	2 812,0	

Директор ООО "Славия"

Пример пищевого дневника	2 день Пятидневное меню 12-18 лет	Масса порция	Плотность энергии		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
			Белки, г	Жиры, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Каша молочная рисовая вязкая с маслом	250	6,8	9,1	54,1	326,7	Сборная рецептура №178
Булочка с сыром	30/10/10	4,6	10,5	34,7	171,4	Сборная рецептура №178
Кофейный напиток на молоке	200	2,3	1,3	25,9	123,5	Сборная рецептура №178
Батон	60	4,6	1,8	30,1	151,4	
Итого за прием пищи:	600	18,3	22,7	134,8	777,0	
Обед (2х, 5-ти разовое)						
Консервы овощные закусочные (капуста)	100	1,0	9,2	8,0	123,2	Сборная рецептура №178
Суп из овощей	250	1,9	3,7	11,0	85,4	Сборная рецептура №178
Котлеты, биточки, шницели	100	15,9	22,3	21,0	303,3	Сборная рецептура №178
Картофельное пюре с маслом	180	3,8	5,6	25,7	167,7	Сборная рецептура №178
Компот из яблок	200	0,4	0,1	21,5	88,3	Сборная рецептура №178
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	138,5	
Итого за прием пищи:	960	32,1	41,8	140,3	1 021,4	
Полдник (5-ти разовое)						
Кисель створенный	100	9,2	29,2	89,1	661,1	Сборная рецептура №178
Сок фруктовый	200	1,0	0,2	19,6	89,2	Сборная рецептура №178
Итого за прием пищи:	300	10,2	29,4	108,7	750,3	
Ужин (5-ти разовое)						
Лавашик с творогом с соусом молочным (сырками)	250/90	23,2	16,2	62,5	690,9	Сборная рецептура №178
Чай с сахаром и лимон	200/15/5	0,2	0,0	15,2	62,1	Сборная рецептура №178
Хлеб пшеничный	80	5,9	0,5	38,9	183,8	
Итого за прием пищи:	600	29,3	16,7	116,6	736,8	
Ужин 2 (5-ти разовое)						
Кисло-молочный продукт (ряженка)	180	5,0	4,4	7,4	94,3	Сборная рецептура №178
Батон	30	2,3	0,9	15,0	71,7	
Итого за прием пищи:	210	7,3	5,3	22,4	172,0	
Всего за день:		97,2	116,9	612,0	3 407,8	

Зав. Пропластом:



МЕНЮ

на 11 октября 2023г.

Пример пищевого назначения блюда 12-18 лет	3 день	Масса порции	Плавкая масса		Земельная масса	№ рецептур
			Валсы	Марсы		
Завтрак (Зк, 8-ти разовое)						
Каша молочная пшеница с маслом	200	7,6	8,4	42,0	276,8	Служба питания в/м ТТХ
Булгур с повидлом	40/10/50	3,3	7,3	31,1	277,5	Служба питания в/м ТТХ
Чай с молоком или сливками (молоко)	200	1,7	1,3	17,3	86,7	Служба питания в/м ТТХ
Итого за прием пищи:	800	12,6	17,0	111,2	640,8	
Обед (Зк, 8-ти разовое)						
Овощи по сезону (огурец свежий, перец соевый, капуста квашеная, свекла отварная, помидор свежий, перец соевый, морковь отварная и т.д.)	60	0,9	0,1	5,3	25,7	
Суп картофельный	200	1,0	1,0	15,6	86,4	Служба питания в/м ТТХ
Котлета из говядины с капустой	90	14,0	20,9	12,1	151,2	Служба питания в/м ТТХ
Рагу овощное	150	3,1	6,6	17,2	141,3	Служба питания в/м ТТХ
Компот из свежих плодов	200	0,1	0,1	14,2	59,2	Служба питания в/м ТТХ
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	138,5	
Итого за прием пищи:	820	28,2	20,5	117,5	717,1	
Полдник (8-ти разовое)						
Плошка (сдоба обильная)	100	8,0	4,8	56,0	305,4	Служба питания в/м ТТХ
Компот из яблок	200	0,4	0,1	21,5	88,5	Служба питания в/м ТТХ
Итого за прием пищи:	300	8,4	4,9	77,5	393,9	
Ужин (8-ти разовое)						
Котлета рыбная Любительская	90	8,4	9,8	11,2	167,1	Служба питания в/м ТТХ
Каша рассыпчатая с овощами (рисовая)	150	2,0	4,0	39,8	211,4	Служба питания в/м ТТХ
Начинка лимонный	200	0,1	0,0	16,7	69,5	Служба питания в/м ТТХ
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,3	137,8	
Итого за прием пищи:	500	16,9	14,2	96,9	585,8	
Ужин 2 (8-ти разовое)						
Кисломолочный продукт (сметана)	180	4,8	4,4	18,8	137,9	Служба питания в/м ТТХ
Батон	30	2,3	0,0	15,0	77,7	
Итого за прием пищи:	210	7,1	4,4	33,8	215,6	
Дополнительное питание (в случае из прибылов пищи) (Зк, 5-ти разовое)						
Фрукты или овощи или Начинка (соевые лепешки) или Кисломолочная продукция	200	0,8	0,8	19,0	91,2	Служба питания в/м ТТХ
Всего за день:		77,8	79,0	439,6	2 878,2	

Директор ООО "Славия"

Пример пищевого назначения блюда 12-18 лет	3 день	Масса порции	Плавкая масса		Земельная масса	№ рецептур
			Валсы	Марсы		
Завтрак (Зк, 8-ти разовое)						
Каша молочная пшеница с маслом	250	9,5	10,4	53,5	345,9	Служба питания в/м ТТХ
Булгур с повидлом	40/10/50	3,3	7,3	31,1	277,5	Служба питания в/м ТТХ
Чай с молоком или сливками (молоко)	200	1,7	1,3	17,3	86,7	Служба питания в/м ТТХ
Итого за прием пищи:	850	14,5	19,0	131,9	709,9	
Обед (Зк, 8-ти разовое)						
Овощи по сезону (огурец свежий, перец соевый, капуста квашеная, свекла отварная, помидор свежий, перец соевый, морковь отварная и т.д.)	100	1,6	0,1	8,9	42,8	
Суп картофельный	260	2,4	2,2	19,4	108,0	Служба питания в/м ТТХ
Котлета из говядины с капустой	100	15,6	23,2	13,6	175,3	Служба питания в/м ТТХ
Рагу овощное	180	3,6	7,6	20,5	169,7	Служба питания в/м ТТХ
Компот из свежих плодов	200	0,1	0,1	14,2	59,2	Служба питания в/м ТТХ
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	138,5	
Итого за прием пищи:	950	31,5	34,1	139,7	808,3	
Полдник (8-ти разовое)						
Плошка (сдоба обильная)	150	12,1	7,1	84,0	458,0	Служба питания в/м ТТХ
Компот из яблок	200	0,4	0,1	21,5	88,5	Служба питания в/м ТТХ
Итого за прием пищи:	350	12,5	7,2	105,5	546,5	
Ужин (8-ти разовое)						
Котлета рыбная Любительская	100	11,2	10,0	12,3	176,3	Служба питания в/м ТТХ
Каша рассыпчатая с овощами (рисовая)	200	5,3	5,5	52,9	281,9	Служба питания в/м ТТХ
Начинка лимонный	200	0,1	0,0	16,7	69,5	Служба питания в/м ТТХ
Хлеб пшеничный / Хлеб пшеничный	70/20	5,1/1,9	0,4/0,3	34/12,3	160,8/59,4	
Итого за прием пищи:	600	23,6	16,2	128,2	747,9	
Ужин 2 (8-ти разовое)						
Кисломолочный продукт (сметана)	180	4,8	4,4	18,8	137,9	Служба питания в/м ТТХ
Батон	30	2,3	0,0	15,0	77,7	
Итого за прием пищи:	210	7,1	4,4	33,8	215,6	
Дополнительное питание (в случае из прибылов пищи) (Зк, 5-ти разовое)						
Фрукты или овощи или Начинка (соевые лепешки) или Кисломолочная продукция	200	0,8	0,8	19,0	91,2	Служба питания в/м ТТХ
Всего за день:		80,3	81,6	821,4	3 138,3	

Зав. Производства



Директор ООО "Слован" **Е.Е. Кузнецов**

МЕНЮ

на 12 октября 2023г.

Пример пищи, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Плотность вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Вещь, г	Вещь, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)					
Каша молочная манная жидкая с маслом	200	5,6	7,4	33,6	223,0
Рисов вареное вертунго	1шт	3,3	5,0	0,3	68,6
Кашка с молоком	200	3,8	3,0	24,3	141,1
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2	137,6
Итого за пример пищи:	806	19,4	15,8	87,6	579,9
Обед (2х, 5-ти разовое)					
Омлет по свиному (пирог, свиной, курица, колбасный, капуста квашеная, сметана отварная, помидор свиной, помидор соевый, морковь отварная и т.д.)	60	0,9	0,1	5,3	23,7
(Щи из свиной капусты с картофелем)	200	1,4	2,9	7,0	60,4
Брашадельи мясные в соусе	3000	8,7	19,3	17,4	281,3
Каша гречневая вязкая	150	4,4	4,7	19,9	138,6
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	20,4	84,0
Хлеб пшеничный	60	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пшеничный	50	3,2	0,4	20,6	98,9
Итого за пример пищи:	830	22,7	27,9	114,9	803,9
Полдник (5-ти разовое)					
Фрукты свежие	200	1,7	0,4	13,7	83,4
Кисель из повидла	200	0,1	0,0	28,2	110,3
Итого за пример пищи:	360	1,8	0,4	43,9	193,7
Ужин (5-ти разовое)					
Коксары пельмени замороженные (фарш кабачковый)	100	1,9	9,2	8,0	123,2
Макаронные с сыром	150	12,0	14,9	38,0	314,9
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	15,0	60,3
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2	137,6
Итого за пример пищи:	510	18,6	24,5	96,2	656,2
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Буурброд с повидлом	2015	1,6	0,1	19,2	82,4
Чай с сахаром и лимон	2001505	0,2	0,0	15,2	62,1
Итого за пример пищи:	255	1,8	0,1	34,4	144,5
Дополнительные порции (в основу из примера пищи) (2х, 5-ти разовое)					
Фрукты или овощи или (Натрели (сок,ягоды,ломтики) или биологическая продукция)	200	1,0	0,2	19,0	83,4
Всего за день:		78,8	78,9	371,0	2 363,8

Пример пищи, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Плотность вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Вещь, г	Вещь, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)					
Каша молочная манная жидкая с маслом	250	7,0	9,2	41,8	279,0
Рисов вареное вертунго	1шт	3,4	4,9	0,3	67,1
Кашка с молоком	200	3,8	3,0	24,3	141,1
Хлеб пшеничный	70	5,1	0,4	34,0	160,8
Итого за пример пищи:	865	21,2	17,5	106,6	648,6
Обед (2х, 5-ти разовое)					
Омлет по свиному (пирог, свиной, курица, колбасный, капуста квашеная, сметана отварная, помидор свиной, помидор соевый, морковь отварная и т.д.)	100	1,6	0,1	8,9	42,9
(Щи из свиной капусты с картофелем)	250	1,7	3,7	8,7	75,7
Брашадельи мясные в соусе	10000	17,9	20,0	19,3	296,5
Каша гречневая вязкая	160	5,2	5,7	23,8	160,3
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	20,4	84,0
Хлеб пшеничный	60	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пшеничный	70	4,3	0,4	28,8	138,5
Итого за пример пищи:	865	35,6	30,4	134,2	918,6
Полдник (5-ти разовое)					
Фрукты свежие	200	1,7	0,4	13,7	83,4
Кисель из повидла	200	0,1	0,0	28,2	110,3
Итого за пример пищи:	360	1,8	0,4	43,9	193,7
Ужин (5-ти разовое)					
Коксары пельмени замороженные (фарш кабачковый)	100	1,9	9,2	8,0	123,2
Макаронные с сыром	200	19,9	23,5	48,4	433,2
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	15,0	60,3
Хлеб пшеничный / Хлеб пшеничный	7000	3,019	0,403	34,03	160,819,4
Итого за пример пищи:	600	29,0	32,4	117,7	887,6
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Буурброд с повидлом	2015	1,6	0,1	19,2	82,4
Чай с сахаром и лимон	2001505	0,2	0,0	15,2	62,1
Итого за пример пищи:	255	1,8	0,1	34,4	144,5
Дополнительные порции (в основу из примера пищи) (2х, 5-ти разовое)					
Фрукты или овощи или (Натрели (сок,ягоды,ломтики) или биологическая продукция)	200	1,0	0,2	19,0	83,4
Всего за день:		89,3	82,0	430,8	2 782,4

Зам. Промисластна:

Директор ООО "Слован"