

№ поСБ	Название	Выход	молоко и кисломол	творог	сметана	сыр твердый	Мясо	Птица
День 1								
3	Бутерброд с сыром российским	45				10		
235	Пудинг из творога с рисом и изюмом	150		86,58	4,17			
*	Сметана	10			10			
400	Молоко кипяченое	180	180					
41	Салат из моркови и яблок	40						
		425						
401	Напиток кисломолочный	150	150					
*	Салат из квашеной капусты с зеленым горошком	40						
82	Суп картофельный с макаронными изделиями	180						
274	Мясо тушеное с овощами в соусе	170					96	
373	Компот из свежих плодов	150						
	Хлеб ржаной, ржано-пшеничный	30						
		570						
	Печень по стогановски с соусом	80			15			
	Каша рассыпчатая	120						
478	Булочка "Осенняя"	30						
	Хлеб пшеничный	20						
392	Чай с сахаром 150/5	150						
	Фрукты свежие	95						
		495						
	Итого		330	86,58	29,17	10	96	0
	ёёё							
День 2								
	Бутерброд с маслом сливочным	45						
275	Омлет паровой с мясом	120	42				42/26	
*	Горошек зелёный консервированный	30						
397	Какао с молоком	150	91,7					
	Хлеб ржаной, ржано-пшеничный	20						
		365						
	Кондитерское изделие	20						
399	Сок овощной, фруктовый и ягодный	150						
33	Салат из свёклы	40						
74	Рассольник на курином бульоне (мелкошинкованный)	180			3,6			
300	Птица отварная (с соусом сметанным) 50/25	75			12,5			74
318	Картофель отварной	50						
378	Кисель из сушеных фруктов	150						
	Хлеб пшеничный	20						
	Хлеб ржаной, ржано-пшеничный	20						
		535						
253	Рыба, запечённая с морковью	80	0		13	5		
330	Пюре из овощей	120	16,8					
	Яйцо отварное	40						
401	Напиток кисломолочный	150	150					
491	Кекс "Детский"	37						
	Хлеб пшеничный	20						
		447						
	Итого		300,5	0	29,1	5	0	74
День 3								
	Бутерброд с маслом сливочным	35						
185	Каша гречнево-пшённая жидкая с сахаром	130	109,2					
	Оладьи из печени "по-Кунцевски"	50						
	Омлет с морковью	60	13					
395	Кофейный напиток с молоком	150	75					
	Хлеб ржаной, ржано-пшеничный	20						
		445						

368	Фрукты свежие	95						
399	Сок овощной, фруктовый и ягодный	150						
41	Салат из моркови и яблок	40						
71	Щи из квашенной капусты с картофелем	180						
277	Пудинг из говядины	60	12				73	
313	Каша рассыпчатая	100						
376	Кисель из сока	150						
	Хлеб пшеничный	20						
		550						
55	Икра овощная	40						
261	Тефтели рыбные тушёные	60	16,5					
319	Картофель в молоке	120	40					
460	Пирожки печеные из дрожжевого теста	35						
394	Чай с молоком	160	97					
	Хлеб пшеничный	20						
	Хлеб ржаной, ржано-пшеничный	20						
		455						
	Итого		362,7	0	0	0	73	0
День 4								
7	Сыр порциями Российский	10				10		
92	Суп молочный манный	180	135					
394	Чай с молоком	160	97					
	Хлеб ржаной, ржано-пшеничный	40						
		390						
368	Фрукты свежие	95						
* 216	Суп с макаронными изделиями	180						
279	Суфле из отварного мяса с рисом	60					66	
*714	Рагу овощное с картофелем (с соусом)	100				9		
372	Компот из свежих плодов	150						
	Хлеб пшеничный	40						
		530						
41	Салат из моркови и яблок	40						
159	Суфле из моркови с творогом	160	21,3333	35,2				
362	Соус фруктовый	15						
	Напиток кисломолочный	180	180					
494	Пирожки печеные из дрожжевого теста с повидлом	35						
	Хлеб пшеничный	20						
		450						
	Итого		433,333	35,2	9	10	66	0
День 5								
94	Суп молочный с крупой (ячневой)	150	105					
392	Чай с повидлом	160						
231	Сырники из творога	50	50					
	Салат из моркови с сахаром	40						
	Хлеб пшеничный	20						
		420						
368	Фрукты свежие	95						
57	Борщ из квашеной капусты и картофеля	180						
282	Шницель рубленый (из говядины)	60	14				44	
205	Макароны отварные с маслом	110						
372	Компот из свежих плодов	150						
	Хлеб ржаной, ржано-пшеничный	40						
		540						
54	Икра морковная	40						
291	Запеканка картофельная с печенью	120						
*	Сметана	5				5		
454	Крендель сахарный	40						
400	Молоко кипяченое	180	180					

	Хлеб пшеничный	20						
		405						
	Итого		299	50	5	0	44	0
День 6								
90	Суп молочный рисовый	130	97,5					
341	Зразы из творога с изюмом	50		33				
397	Какао с молоком	180	110					
	Хлеб пшеничный	20						
		380						
399	Сок овощной, фруктовый и ягодный	180						
368	Фрукты свежие	95						
36	Салат из свеклы с огурцами солеными	40						
81	Суп картофельный с бобовыми	160						
308	Фрикадельки из птицы	60	14					44
333	Картофель отварной	50						
384	Кисель молочный	150	126					
	Хлеб пшеничный	20						
		480						
52	Икра свекольная	40						
242	Рыба отварная	60						
321	Пюре картофельное	120	18					
463	Коржик молочный	37	3,7					
395	Кофейный напиток с молоком	150	75					
	Хлеб ржаной, ржано-пшеничный	50						
		457						
	Итого		444,2	33	0	0	0	44
День 7								
3	Бутерброд с сыром российским	35				5		
185	Каша пшеничная жидкая с сахаром	150	153,2					
395	Кофейный напиток с молоком	150	75					
	Фрукты свежие	95						
		430						
399	Сок овощной, фруктовый и ягодный	150						
	Кондитерское изделие	20						
*	Салат из квашеной капусты с зеленым горошком	40						
84	Суп с рыбными фрикадельками	180						
280	Суфле мясное из говядины с тыквой	60						39,8
320	Овощи отварные с маслом	100						
379	Кисель из сушеных фруктов	150						
	Хлеб ржаной, ржано-пшеничный	40						
		570						
41	Салат из моркови и яблок	40						
236	Пудинг из творога с рисом (запеченый)	130		75	4			
362	Соус фруктовый	15						
400	Молоко кипяченое	180	180					
	Хлеб пшеничный	20						
		385						
	Итого		408,2	75	4	5	39,8	0
День 8								
7	Сыр российский	10				10		
94	Суп молочный с крупой (рисовой)	130	91					
	Оладьи из творога	25	6	14,5				
41	Салат из моркови и яблок	40						
394	Чай с молоком	160	97					
	Хлеб пшеничный	20						
		385						
	Сок овощной, фруктовый и ягодный	150						
	Фрукты свежие	95						

	Салат из белокочанной капусты	40						
80	Суп картофельный с крупой	180						
256	Котлеты рыбные любительские	60	6					
205	Макароны отварные с маслом	60						
379	Кисель из сушеных фруктов	150						
	Хлеб ржаной, ржано-пшеничный	40						
		530						
12	Салат из кукурузы (консервированной)	40						
287	Тефтели из говядины	60	12	7,5		38,3		
320	Овощи отварные с маслом	100						
	Яйцо отварное	40						
	Напиток кисломолочный	180	180					
	Хлеб пшеничный	20						
*475	Булочка обогащенная с изюмом	25						
		465						
	Итого		392	14,5	7,5	10	38,3	0
	День 9							
185	Каша манная жидкая с сахаром	150	132					
217	Омлет с морковью	85	17					
178	Оладьи из печени " по-Кунцевски"	50						
392	Чай с сахаром 150/10	150						
	Хлеб ржаной, ржано-пшеничный	20						
		455						
399	Сок овощной, фруктовый и ягодный	150						
	Фрукты свежие	95						
59	Борщ вегетарианский (мелкошинкованный)	180						
306	Биточки рубленные из птицы	60	16					44
321	Пюре картофельное с морковью	100	15					
15	Компот из свежих плодов	150						
	Хлеб ржаной, ржано-пшеничный	20						
	Хлеб пшеничный	20						
		530						
*	Горошек зеленый консервированный	30						
309	Зразы куриные с омлетом и овощами	60	18					32
320	Каша вязкая (рисовая)	100						
	Молоко кипяченое	180	180					
458	Ватрушка с повидлом	35						
	Хлеб пшеничный	20						
		425						
	Итого		378	0	0	0	0	76
	День 10							
2	Бутерброд с повидлом	45						
95	Суп молочный с крупой	130	91					
279	Суфле из отварного мяса с рисом	60					66	
12	Салат из кукурузы (консервированной)	40						
392	Чай с сахаром	150						
	Хлеб ржаной, ржано-пшеничный	20						
		445						
401	Напиток кисломолочный	180	180					
85	Суп картофельный с клецками № 119 (170/10)	180	4,8					
298	Голубцы ленивые	60					22,56	
321	Пюре картофельное	120	16					
378	Кисель из сушеных фруктов	150						
	Хлеб пшеничный	30						
		540						
54	Икра свекольная	40						
0,5	Кнели рыбные	80	24					
334	Морковь, тушенная в сметанном соусе	120			12			
	Яйцо отварное	40						
392	Молоко кипяченое	150	150					
	Хлеб ржаной, ржано-пшеничный	20						
476	Булочка "Розовая"	30						

		480						
	Итого	465,8	0	12	0	88,56	0	
	ИТОГО (фактически)	3813,7	294,28	95,77	40	445,66	194	
	Итого (нормативное)	3900	300	90	40	500	200	
	Норма на 1 день по СанПиН	390	30	9	4	50	20	
	Отклонение	-2,21	-1,91	6,41	0,00	-10,87	-3,00	

Рыба	Субпродукты	Яйцо	Картофель	Овощи/зелень	Фрукты свежие	Фрукты сухие	Соки	Напит. витамин	Хлеб ржан	Хлеб пшенич	Крупы, бобовые	Макарон. Издел	Мука пшеничн
										30			
		9,6				4,25					21		
				21,2	17,2								
				36,4									
			54	14,4								10	
			50	21									3
					30								
									30				
	74			3									1,4
											40		
		0,48		1,3									19,2
										20			
					95								
0	74	10,08	104	97,3	142,2	4,25	0	0	30	50	61	10	23,6
										30			
		64											
				30									
									20				
							150						
				38									
			36	19,8							3,6		
				1,7									1,12
			50										
						16							
										20			
									20				
60				16									1,17
			57	90									
		40											
		6,4		4,4		4,3							11,7
										20			
60	0	110,4	143	199,9	0	20,3	150	0	40	70	3,6	0	13,99
										30			
											13		
	46	10		6									10
		32		19									
									20				

										20			
0	30,7	4,8	128,8	147,4	125	0	0	0	40	53,2	12	38,5	32
											5,2		
		4				10							7
										20			
							180						
					95								
				38									
			32	14,4							12,8		
										11			
			50										
										20			
				43									
76				8									
			102,6										
		2,5											21,7
									50				
76	0	6,5	184,6	103,4	95	10	180	0	50	51	18	0	28,7
										30			
											26,82		
					95								
							150						
				32,4									
23,5		1,3	72	19,4									
		10		13,5									2,2
				105,4									
						15							
									40				
				21,2	17,2								
		6				5				4	14		
					3,84								
										20			
23,5	0	17,3	72	191,9	116,04	20	150	0	40	54	40,82	0	2,2
											7,8		
		2											5,5
				21,2	17,2								
										20			
							150						
					95								

64	0	56,66	136,6	251	0	16	0	0	40	67	14,5	0	42,05
305,2	196,7	391,5	1070,5	1771	985,68	91,55	975	0	400	586,7	284,97	91,5	258,32
320	200	400	1200	1800	950	90	1000	0	400	600	300	80	250
32	20	40	120	180	95	9	100	0	40	60	30	8	25
-4,63	-1,65	-2,11	-10,79	-1,59	3,76	1,72	-2,50	0,00	0,00	-2,22	-5,01	14,38	3,33

	2					2			
	1,8								0,3
2,2	0								0,8
3									0,68
						7		3,4	
	2,4					0,8			0,03
2,25									0,8
3,5									0,24
0,5	0,13					0,5	0,6		0,2
14,45	9,33	0	0,75	0	0	18,8	0,6	3,4	3,12
						5			0,2
5	2								0,3
6									1
			0,7			5			
	3,6								1
2									0,15
3,5									0,5
						7			
2									0,2
4,2									0,3
	0,44	15				1,33	0,5		0,4
22,7	6,04	15	0,7	0	0	18,33	0,5	0	4,05
		15							
3,6						5,78			0,36
2,2	2								0,66
	2,4					0,8			0,03
			0,7			5			
0,65									0,24
	1,5								0,5
5									1
						7		3,4	
	3,4					0,5			0,1
4									0,5
4,2						0,2			0,25
	1,09					2	0,6		0,35

19,65	10,39	15	0,7	0	0	21,28	0,6	3,4	3,99
170,6	85,8	102	5,1	5	9,9	242,25	3,61	21,35	30,28
180	90	120	5	5	10	250	4	20	30
18	9	12	0,5	0,5	1	25	0,4	2	3
-5,20	-4,67	-15,00	2,00	0,00	-1,00	-3,10	-9,75	6,75	0,93