Структурное подразделение МАОУ «СОШ №132» им. Н.М. Малахова
«Детский сад №259»

УТВЕРЖДАЮ
руководитель структурного
подразделения МАОУ
«СОШ №132» им. Н.М. Малахова
«Детский сад №259»
_____ Е.В. Гофман
Приказ 30.12.2020 № 181

Основное десятидневное меню
структурного подразделения МАОУ «СОШ №132» им. Н.М. Малахова
«Детский сад №259»
Сезон: весна-лето
Возрастная категория: от 1,5 до 3х лет и от 3х до 7 лет

МАОУ "СОШ №132" ИМ. Н.М. МАЛАХОВА

Подписан: МАОУ "СОШ №132" ИМ. Н.М. МАЛАХОВА
DN: C=RU, S=22 Алтайский край, OGRN=1122223008050, INN=002222804937, STREET=Балтийская 6, L=Барнаул, T=Директор, OU=-, O="МАОУ ""СОШ №132"" ИМ. Н.М. МАЛАХОВА", E=klaster132@mail.ru, SNILS=06628481689, G=Инна Викторовна, SN=Борисенко, CN="МАОУ ""СОШ №132"" ИМ. Н.М. МАЛАХОВА"
Основание: я подтверждаю этот документ
Местоположение: место подписания
Дата: 2022.02.04 12:01:13+07'00'
Foxit PDF Reader Версия: 11.0.0

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель структурного подразделения _____ Е.В.Гофман

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецепуры
			Б	Ж	У			
День 1								
Завтрак								
	21/77/1я Яблоко	46	0,18	0,18	4,51	21,62	4,6	21/77/1я
	21/57я Яйцо вареное	20	2,54	2,3	0,14	36	0	21/57я
	21/39 Макароны, запеченные с сыром	130	8,29	6,33	40,88	251,23	0,07	21/39
	21/65 Чай с сахаром	165	0,16	0,04	6,62	27,49	0,08	21/65
	21/51Бутерброды с маслом	25	1,59	3,43	10,14	77,92	0	21/51
Завтрак2								
Обед								
	21/45/2 Морковь отварная	20	0,25	0,02	1,17	6,23	0,5	21/45/2
	21/19/2 Свекольник со сметаной (осень-зима)	150	2,17	3,37	11,11	79,97	4,88	21/19
	21/92 Бефстроганов из говядины	80	15,4	16,03	2,77	217,03	2,6	21/92
	21/32 Каша перловая рассыпчатая с маслом	70	1,29	1,68	9,21	56,82	0	21/32
	21/63 Компот из сухофруктов	160	0	0	6,39	25,54	0	21/63
	21/67 Хлеб пшеничный	16	1,22	0,13	7,87	37,6	0	21/67
	21/69 Хлеб ржаной	39	2,57	0,47	13,03	67,86	0	21/69
Полдник								
	21/77/1я Яблоко	46	0,18	0,18	4,51	21,62	4,6	21/77/1я
	21/59 Сок(нектар)	167	0	0	20,04	83,5	3,34	21/59
Ужин								
	21/34/2 Запеканка Сибирская (о-з)	225	4,04	4,45	20,51	157,4	6,39	21/34/2
	21/134 Котлеты печеночные	40	6,83	3,2	3,33	72,93	1,33	21/134
	21/53/1 Какао с молоком	170	4,68	3,98	14,23	112,7	1,99	21/53/1
	21/77я Печенье	30	2,25	2,94	22,32	135	0	21/77
	21/67 Хлеб пшеничный	16	1,22	0,13	7,87	37,6	0	21/67
Итого за 1 день.		1615	54,86	48,86	206,65	1526,06	30,38	

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель структурного подразделения _____ Е.В.Гофман

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецепуры
			Б	Ж	У			
День 1								
Завтрак								
	21/77 сЯблоко	96	0,38	0,38	9,41	45,12	9,6	21/77с
	21/39 Макароны, запеченные с сыром	210	13,39	10,23	66,04	405,83	0,11	21/39
	21/65 Чай с сахаром	200	0,2	0,05	8,02	33,33	0,1	21/65
	21/51Бутерброды с маслом	20	1,28	2,74	8,12	62,34	0	21/51
Завтрак2								
Обед								
	21/45/2 Морковь отварная	40	0,49	0,04	2,35	12,46	1	21/45/2
	21/19/2 Свекольник со сметаной (осень-зима)	200	2,9	4,49	14,82	106,62	6,5	21/19
	21/92 Бефстроганов из говядины	85	16,36	17,03	2,94	230,6	2,76	21/92
	21/32 Каша перловая рассыпчатая с маслом	150	2,77	3,59	19,73	121,76	0	21/32
	21/63 Компот из сухофруктов	200	0	0	7,98	31,92	0	21/63
	21/67 Хлеб пшеничный	24	1,82	0,19	11,81	56,4	0	21/67
	21/69 Хлеб ржаной	48	3,17	0,58	16,03	83,52	0	21/69
Полдник								
	21/59 Сок(нектар)	200	0	0	24	100	4	21/59
Ужин								
	21/34/2 Запеканка Сибирская (о-з)	225	4,04	4,45	20,51	157,4	6,39	21/34/2
	21/134 Котлеты печеночные	55	9,39	4,4	4,58	100,28	1,83	21/134
	21/53/1 Какао с молоком	200	5,51	4,68	16,75	132,59	2,34	21/53/1
	21/77с Печенье	50	3,75	4,9	37,2	225	0	21/77с
	21/67 Хлеб пшеничный	24	1,82	0,19	11,81	56,4	0	21/67
Итого за 1 день.		2027	67,27	57,94	282,1	1961,57	34,63	

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель структурного подразделения _____ Е.В.Гофман

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецепуры
			Б	Ж	У			
День 2								
Завтрак								
	21/77 Яблоко	92	0,37	0,37	9,02	43,24	9,2	21/77
	21/89 Творожные палочки	112	16,29	13,69	11,06	241,87	0,33	21/89
	21/116 Молоко сгущеное	30	2,25	0,06	17,04	60	0,3	21/116
	21/53 Кофейный напиток с молоком	165	4,31	3,71	13,77	106,75	1,93	21/53
	21/51/1 Хлеб с маслом	30	1,92	4,33	12,18	95,49	0	21/51/1
Завтрак2								
Обед								
	21/46 Свекла отварная	20	0,28	0,02	1,5	7,48	1	21/46
	21/10/2 Щи со сметаной(осень-зима)	130	1,57	1,2	6,07	38,81	7,12	21/10/2
	21/125 Суфле из говядины	95	19,57	16,59	3,5	246,99	0,14	21/125
	21/33/2 Пюре картофельное (о-з)	110	2,2	3,8	9,99	97,01	3,61	21/33/2
	21/61 Кисель из повидла, джема	130	0,07	0	19,09	67	0,08	21/61
	21/67 Хлеб пшеничный	16	1,22	0,13	7,87	37,6	0	21/67
	21/69 Хлеб ржаной	39	2,57	0,47	13,03	67,86	0	21/69
Полдник								
	21/54 Снежок	170	4,45	4,16	17,63	134,3	1,53	21/54
Ужин								
	21/82/2 Свекла тушеная с маслом	185	2,61	2,63	13,6	89,54	9,07	21/82/2
	21/72я Пирог с яйцом и капустой	75	7,79	10,33	28,86	245,88	4,49	21/72я
	21/65 Чай с сахаром	165	0,16	0,04	6,62	27,49	0,08	21/65
	21/83я Бутерброды с (повидлом) джемом	35	1,81	0,19	16,09	69,11	0,04	21/83я
	21/67 Хлеб пшеничный	16	1,22	0,13	7,87	37,6	0	21/67
Итого за 2 день.		1615	70,66	61,85	214,79	1714,02	38,92	

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель структурного подразделения _____ Е.В.Гофман

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецепуры
			Б	Ж	У			
День 2								
Завтрак								
	21/77 Яблоко	96	0,38	0,38	9,41	45,12	9,6	21/77
	21/89 Творожные палочки	150	21,82	18,34	14,81	323,93	0,44	21/89
	21/116 Молоко сгущеное	40	3	0,08	22,72	80	0,4	21/116
	21/53 Кофейный напиток с молоком	200	5,22	4,5	16,69	129,4	2,34	21/53
	21/51/1 Хлеб с маслом	24	1,53	3,46	9,74	76,39	0	21/51/1
	21/67с Хлеб пшеничный (11)	11	0,84	0,09	5,41	25,85	0	21/67с
Завтрак2								
Обед								
	21/46 Свекла отварная	40	0,57	0,04	2,99	14,95	2	21/46
	21/10/2 Щи со сметаной(осень-зима)	200	2,41	1,84	9,34	59,7	10,95	21/10/2
	21/125 Суфле из говядины	110	22,67	19,21	4,05	285,99	0,17	21/125
	21/33/2 Пюре картофельное (о-з)	130	2,6	4,49	11,81	114,64	4,26	21/33/2
	21/61 Кисель из повидла, джема	200	0,1	0	29,37	103,08	0,12	21/61
	21/67 Хлеб пшеничный	24	1,82	0,19	11,81	56,4	0	21/67
	21/69 Хлеб ржаной	48	3,17	0,58	16,03	83,52	0	21/69
Полдник								
	21/54 Снежок	190	4,98	4,66	19,7	150,1	1,71	21/54
Ужин								
	21/82/2 Свекла тушеная с маслом	215	3,04	3,06	15,81	104,06	10,54	21/82/2
	21/72с Пирог с яйцом и капустой	80	8,3	11,02	30,78	262,27	4,78	21/72с
	21/65 Чай с сахаром	200	0,2	0,05	8,02	33,33	0,1	21/65
	21/67 Хлеб пшеничный	24	1,82	0,19	11,81	56,4	0	21/67
Итого за 2 день.		1982	84,47	72,18	250,3	2005,13	47,41	

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель структурного подразделения _____ Е.В.Гофман

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецепуры
			Б	Ж	У			
День 3								
Завтрак								
	21/77 Яблоко	92	0,37	0,37	9,02	43,24	9,2	21/77
	21/10 Каша манная молочная с маслом	125	4,89	5,97	18,43	147,39	1,63	21/10
	21/53/1 Какао с молоком	170	4,68	3,98	14,23	112,7	1,99	21/53/1
	21/52Бутерброды с сыром	30	2,98	5,2	10,1	99,52	0,04	21/52
Завтрак2								
Обед								
	21/110 Салат из репчатого лука	20	0,26	0,64	1,35	11,88	0,97	21/110
	21/17 Рассольник со сметаной	130	1,33	0,94	11,16	51,2	3,67	21/17
	21/95 Плов с курицей	185	14,02	20,01	2,54	244,57	2,1	21/95
	21/62 Компот из кураги и изюма	130	0,49	0,05	14,08	59,28	0,26	21/62
	21/69 Хлеб ржаной	39	2,57	0,47	13,03	67,86	0	21/69
	21/67 Хлеб пшеничный	16	1,22	0,13	7,87	37,6	0	21/67
Полдник								
	21/59 Сок(нектар)	167	0	0	20,04	83,5	3,34	21/59
Ужин								
	21/35 Рыба, запеченная в молочном соусе	135	15,83	4,75	1,79	113,03	0,31	21/35
	21/79/2 Морковь отварная с картофелем (о-з)	145	2,71	4,93	11,4	116,79	3,88	21/79/2
	21/105я БулочкаГребешок	68	5,37	5,86	34,62	214,24	0,2	21/105я
	21/113 Чай с молоком, сахаром	180	4,1	3,42	13,7	102,9	1,85	21/113
	21/67 Хлеб пшеничный	16	1,22	0,13	7,87	37,6	0	21/67
Итого за 3 день.		1648	62,04	56,85	191,23	1543,3	29,44	

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель структурного подразделения _____ Е.В.Гофман

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецепуры
			Б	Ж	У			
День 3								
Завтрак								
	21/77 Яблоко	96	0,38	0,38	9,41	45,12	9,6	21/77
	21/10 Каша манная молочная с маслом	200	7,83	9,55	29,49	235,82	2,6	21/10
	21/53/1 Какао с молоком	200	5,51	4,68	16,75	132,59	2,34	21/53/1
	21/52Бутерброды с сыром	40	3,97	6,93	13,46	132,7	0,06	21/52
Завтрак2								
Обед								
	21/110 Салат из репчатого лука	40	0,52	1,28	2,7	23,76	1,94	21/110
	21/17 Рассольник со сметаной	200	2,05	1,45	17,17	78,75	5,65	21/17
	21/95 Плов с курицей	250	18,95	27,05	3,43	330,5	2,83	21/95
	21/62 Компот из кураги и изюма	200	0,75	0,08	21,66	91,2	0,4	21/62
	21/69 Хлеб ржаной	48	3,17	0,58	16,03	83,52	0	21/69
	21/67 Хлеб пшеничный	24	1,82	0,19	11,81	56,4	0	21/67
Полдник								
	21/59 Сок(нектар)	200	0	0	24	100	4	21/59
Ужин								
	21/35 Рыба, запеченная в молочном соусе	160	18,76	5,63	2,12	133,96	0,36	21/35
	21/79/2 Морковь отварная с картофелем (о-з)	150	2,8	5,1	11,79	120,82	4,02	21/79/2
	21/105с БулочкаГребешок	83	6,56	7,15	42,25	261,5	0,25	21/105с
	21/113 Чай с молоком, сахаром	200	4,55	3,8	15,22	114,33	2,05	21/113
	21/67 Хлеб пшеничный	24	1,82	0,19	11,81	56,4	0	21/67
Итого за 3 день.		2115	79,44	74,04	249,1	1997,37	36,1	

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель структурного подразделения _____ Е.В.Гофман

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецепуры
			Б	Ж	У			
День 4								
Завтрак								
	21/77 Яблоко	92	0,37	0,37	9,02	43,24	9,2	21/77
	21/4 Пудинг из творога с крупой	112	15,22	13,48	12,81	244,54	0,3	21/4
	21/116 Молоко сгущеное	30	2,25	0,06	17,04	60	0,3	21/116
	21/53 Кофейный напиток с молоком	165	4,31	3,71	13,77	106,75	1,93	21/53
	21/51Бутерброды с маслом	25	1,59	3,43	10,14	77,92	0	21/51
Завтрак2								
Обед								
	21/114/2 Салат морковный	15	0,18	0,15	0,87	5,83	0,37	21/114/2
	21/20/2 Суп фасолевый с курицей со сметаной (осень-зима)	145	3,95	2,88	14,59	92,48	5,73	21/20/2
	21/101/2 Тефтели мясные в молочном соусе	85	12,92	11,61	10,32	193,46	0,42	21/101/2
	21/36 Свекла, тушенная в сметане	100	1,84	4,46	7,89	78,73	1,07	21/36
	21/61/2 Кисель из повидла, джема	125	0,06	0	18,36	64,44	0,08	21/1/2
	21/67 Хлеб пшеничный	16	1,22	0,13	7,87	37,6	0	21/67
	21/69 Хлеб ржаной	39	2,57	0,47	13,03	67,86	0	21/69
Полдник								
	21/49 Ряженка	168	4,87	4.2	7,06	67,2	0,5	21/49
Ужин								
	21/57 Яйцо вареное	40	5,08	4.6	0,28	72	0	21/57
	21/43/2 Овощи отварные с растительным маслом (о-з)	180	2,95	11,42	15,34	177,32	14,81	21/43/2
	21/102я Булочка Веснушка	70	5,56	6,04	34,46	216,1	0,21	21/102я
	21/133я Отвар из кураги	165	0,43	0,02	12,44	52,06	0,33	21/133
	21/67 Хлеб пшеничный	16	1,22	0,13	7,87	37,6	0	21/67
Итого за 4 день.		1588	66,59	67,16	213,16	1695,13	35,25	

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель структурного подразделения _____ Е.В.Гофман

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецепуры
			Б	Ж	У			
День 4								
Завтрак								
	21/77 Яблоко	96	0,38	0,38	9,41	45,12	9,6	21/77
	21/4 Пудинг из творога с крупой	150	20,39	18,05	17,16	327,51	0,4	21/4
	21/116 Молоко сгущеное	40	3	0,08	22,72	80	0,4	21/116
	21/53 Кофейный напиток с молоком	200	5,22	4,5	16,69	129,4	2,34	21/53
	21/67с Хлеб пшеничный (11)	11	0,84	0,09	5,41	25,85	0	21/67с
	21/51Бутерброды с маслом	20	1,28	2,74	8,12	62,34	0	21/51
Завтрак2								
Обед								
	21/114/2 Салат морковный	30	0,37	0,3	1,74	11,65	0,74	21/114/2
	21/20/2 Суп фасолевый с курицей со сметаной (осень-зима)	200	5,45	3,97	20,12	127,55	7,91	21/20/2
	21/101/2 Тефтели мясные в молочном соусе	90	13,68	12,29	10,93	204,84	0,45	21/101/2
	21/36 Свекла, тушенная в сметане	100	1,84	4,46	7,89	78,73	1,07	21/36
	21/61/2 Кисель из повидла, джема	200	0,1	0	29,37	103,08	0,12	21/1/2
	21/67 Хлеб пшеничный	24	1,82	0,19	11,81	56,4	0	21/67
	21/69 Хлеб ржаной	48	3,17	0,58	16,03	83,52	0	21/69
Полдник								
	21/49 Ряженка	187	5,42	4,68	7,85	74,8	0,56	21/49
Ужин								
	21/57 Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	72	0	21/57
	21/43/2 Овощи отварные с растительным маслом (о-з)	205	3,36	13	17,47	201,95	16,87	21/43/2
	21/102с Булочка Веснушка	80	6,36	6,9	39,38	246,97	0,24	21/102с
	21/129с Напиток витаминизированный	167	0,17	0,07	7,42	34,22	50,1	21/129с
	21/67 Хлеб пшеничный	24	1,82	0,19	11,81	56,4	0	21/67
Итого за 4 день.		1912	79,75	77,07	261,61	2022,33	90,8	

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель структурного подразделения _____ Е.В.Гофман

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецепуры
			Б	Ж	У			
День 5								
Завтрак								
	21/77/1я Яблоко	46	0,18	0,18	4,51	21,62	4,6	21/77/1я
	21/53/1 Какао с молоком	170	4,68	3,98	14,23	112,7	1,99	21/53/1
	21/8 Каша полтавская молочная с сахаром и маслом	135	6,21	6,57	24,08	180,63	1,76	21/8
	21/52Бутерброды с сыром	30	2,98	5,2	10,1	99,52	0,04	21/52
Завтрак2								
Обед								
	113/2 Салат свекольный	15	0,21	0,15	1,11	6,75	0,74	113/2
	21/11 Суп московский с курицей со сметаной (март-июнь)	120	2,72	2,24	11,78	74,7	4,73	21/11
	21/96 Бигус с мясом	185	15,93	11,41	7,85	210,44	28,44	21/96
	21/63 Компот из сухофруктов	160	0	0	6,39	25,54	0	21/63
	21/67 Хлеб пшеничный	16	1,22	0,13	7,87	37,6	0	21/67
	21/69 Хлеб ржаной	39	2,57	0,47	13,03	67,86	0	21/69
Полдник								
	21/77/1я Яблоко	46	0,18	0,18	4,51	21,62	4,6	21/77/1я
	21/59 Сок(нектар)	167	0	0	20,04	83,5	3,34	21/59
Ужин								
	21/130 Запеканка картофельная с печенью	200	20,05	8,02	26,83	280,86	6,22	125
	21/135 Соус белый	10	0,12	0,09	0,85	4,67	0	21/135
	21/119я Вафли	30	1,65	6,9	20,19	147	0	21/119я
	21/113 Чай с молоком, сахаром	180	4,1	3,42	13,7	102,9	1,85	21/113
	21/67 Хлеб пшеничный	16	1,22	0,13	7,87	37,6	0	21/67
Итого за 5 день.		1565	64,02	49,07	194,94	1515,51	58,31	

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель структурного подразделения _____ Е.В.Гофман

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецепуры
			Б	Ж	У			
День 5								
Завтрак								
	21/77 сЯблоко	96	0,38	0,38	9,41	45,12	9,6	21/77с
	21/53/1 Какао с молоком	200	5,51	4,68	16,75	132,59	2,34	21/53/1
	21/8 Каша полтавская молочная с сахаром и маслом	200	9,21	9,74	35,68	267,6	2,6	21/8
	21/52Бутерброды с сыром	40	3,97	6,93	13,46	132,7	0,06	21/52
Завтрак2								
Обед								
	113/2 Салат свекольный	30	0,42	0,3	2,22	13,5	1,48	113/2
	21/11 Суп московский с курицей со сметаной (март-июнь)	200	4,53	3,73	19,64	124,49	7,89	21/11
	21/96 Бигус с мясом	200	17,22	12,34	8,49	227,5	30,75	21/96
	21/63 Компот из сухофруктов	200	0	0	7,98	31,92	0	21/63
	21/67 Хлеб пшеничный	24	1,82	0,19	11,81	56,4	0	21/67
	21/69 Хлеб ржаной	48	3,17	0,58	16,03	83,52	0	21/69
Полдник								
	21/59 Сок(нектар)	200	0	0	24	100	4	21/59
Ужин								
	21/130 Запеканка картофельная с печенью	240	24,06	9,62	32,2	337,03	7,47	125
	21/135 Соус белый	30	0,37	0,26	2,55	14,01	0	21/135
	21/119с Вафли	50	2,75	11,5	33,65	245	0	21/119с
	21/113 Чай с молоком, сахаром	200	4,55	3,8	15,22	114,33	2,05	21/113
	21/67 Хлеб пшеничный	24	1,82	0,19	11,81	56,4	0	21/67
Итого за 5 день.		1982	79,78	64,24	260,9	1982,11	68,24	

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель структурного подразделения _____ Е.В.Гофман

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецепуры
			Б	Ж	У			
День 6								
Завтрак								
	21/77 Яблоко	92	0,37	0,37	9,02	43,24	9,2	21/77
	21/6/2 Каша гречневая рассыпчатая с маслом	120	5,97	5,93	26,94	227,03	0	21/6/2
	21/65 Чай с сахаром	165	0,16	0,04	6,62	27,49	0,08	21/65
	21/52Бутерброды с сыром	30	2,98	5,2	10,1	99,52	0,04	21/52
Завтрак2								
Обед								
	21/45/2 Морковь отварная	20	0,25	0,02	1,17	6,23	0,5	21/45/2
	21//14 Суп рыбный из консервов (о-з)	130	4,71	2,48	10,35	80,95	4,05	21/14
	21/97/2 Зразы из говядины с яйцом	70	13,48	12,26	3,89	183,69	0,4	21/97/2
	21/36 Свекла, тушенная в сметане	100	1,84	4,46	7,89	78,73	1,07	21/36
	21/61 Кисель из повидла, джема	130	0,07	0	19,09	67	0,08	21/61
	21/67 Хлеб пшеничный	16	1,22	0,13	7,87	37,6	0	21/67
	21/69 Хлеб ржаной	39	2,57	0,47	13,03	67,86	0	21/69
Полдник								
	21/59 Сок(нектар)	167	0	0	20,04	83,5	3,34	21/59
Ужин								
	21/42/2 Солянка овощная	210	5,54	4,5	14,88	123,26	31	21/42/2
	21/71яПирог с яйцом и луком	80	8,29	11,03	31,28	264,28	1,3	21/71я
	21/53 Кофейный напиток с молоком	165	4,31	3,71	13,77	106,75	1,93	21/53
	21/67 Хлеб пшеничный	16	1,22	0,13	7,87	37,6	0	21/67
Итого за 6 день.		1550	52,98	50,73	203,81	1534,73	52,99	

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель структурного подразделения _____ Е.В.Гофман

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецепуры
			Б	Ж	У			
День 6								
Завтрак								
	21/77 Яблоко	96	0,38	0,38	9,41	45,12	9,6	21/77
	21/6/2 Каша гречневая рассыпчатая с маслом	200	9,96	9,89	44,89	378,38	0	21/6/2
	21/65 Чай с сахаром	200	0,2	0,05	8,02	33,33	0,1	21/65
	21/52Бутерброды с сыром	40	3,97	6,93	13,46	132,7	0,06	21/52
Завтрак2								
Обед								
	21/45/2 Морковь отварная	40	0,49	0,04	2,35	12,46	1	21/45/2
	21//14 Суп рыбный из консервов (о-з)	200	7,25	3,82	15,92	124,52	6,23	21/14
	21/97/2 Зразы из говядины с яйцом	70	13,48	12,26	3,89	183,69	0,4	21/97/2
	21/36 Свекла, тушенная в сметане	100	1,84	4,46	7,89	78,73	1,07	21/36
	21/61 Кисель из повидла, джема	200	0,1	0	29,37	103,08	0,12	21/61
	21/67 Хлеб пшеничный	24	1,82	0,19	11,81	56,4	0	21/67
	21/69 Хлеб ржаной	48	3,17	0,58	16,03	83,52	0	21/69
Полдник								
	21/59 Сок(нектар)	200	0	0	24	100	4	21/59
Ужин								
	21/42/2 Солянка овощная	230	6,06	4,92	16,3	135	33,95	21/42/2
	21/71с Пирог с яйцом и луком	85	8,8	11,72	33,23	280,8	1,39	21/17с
	21/53 Кофейный напиток с молоком	200	5,22	4,5	16,69	129,4	2,34	21/53
	21/67 Хлеб пшеничный	24	1,82	0,19	11,81	56,4	0	21/67
Итого за 6 день.		1957	64,56	59,93	265,07	1933,53	60,26	

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель структурного подразделения _____ Е.В.Гофман

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецепуры
			Б	Ж	У			
День 7								
Завтрак								
	21/77 Яблоко	92	0,37	0,37	9,02	43,24	9,2	21/77
	21/1 Запеканка из творога с манной крупой, курагой	112	15,99	12,61	17,14	255,49	0,3	21/1
	21/116 Молоко сгущеное	30	2,25	0,06	17,04	60	0,3	21/116
	21/53/1 Какао с молоком	170	4,68	3,98	14,23	112,7	1,99	21/53/1
	21/51Бутерброды с маслом	25	1,59	3,43	10,14	77,92	0	21/51
Завтрак2								
Обед								
	21/110 Салат из репчатого лука	20	0,26	0,64	1,35	11,88	0,97	21/110
	21/18/2 Борщ со сметаной (о-з)	130	0,96	2,83	5,95	51,16	4,95	21/18/2
	21/126 Азу изговядины	65	11,3	8,8	0	131,04	0	21/126
	21/33/2 Пюре картофельное (о-з)	110	2,2	3,8	9,99	97,01	3,61	21/33/2
	21/60 Компот из чернослива и изюма	160	0,22	0,06	13,9	57,7	0,14	21/60
	21/67 Хлеб пшеничный	16	1,22	0,13	7,87	37,6	0	21/67
	21/69 Хлеб ржаной	39	2,57	0,47	13,03	67,86	0	21/69
Полдник								
	21/54 Снежок	170	4,45	4,16	17,63	134,3	1,53	21/54
Ужин								
	21/57 Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	72	0	21/57
	44/2 Горошница с маслом	180	11	5	26,53	186,78	0	44/2
	21/131я Пирог с печенью	70	9,76	8,49	27,93	229,23	9,73	131я
	21/133я Отвар из кураги	165	0,43	0,02	12,44	52,06	0,33	21/133
	21/67 Хлеб пшеничный	16	1,22	0,13	7,87	37,6	0	21/67
Итого за 7 день.		1610	75,55	59,58	212,34	1715,57	33,05	

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель структурного подразделения _____ Е.В.Гофман

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецепуры
			Б	Ж	У			
День 7								
Завтрак								
	21/77 Яблоко	96	0,38	0,38	9,41	45,12	9,6	21/77
	21/1 Запеканка из творога с манной крупой, курагой	150	21,42	16,89	22,95	342,17	0,4	21/1
	21/116 Молоко сгущеное	40	3	0,08	22,72	80	0,4	21/116
	21/53/1 Какао с молоком	200	5,51	4,68	16,75	132,59	2,34	21/53/1
	21/51Бутерброды с маслом	20	1,28	2,74	8,12	62,34	0	21/51
Завтрак2								
Обед								
	21/110 Салат из репчатого лука	40	0,52	1,28	2,7	23,76	1,94	21/110
	21/18/2 Борщ со сметаной (о-з)	200	1,48	4,35	9,16	78,69	7,63	21/18/2
	21/126 Азу изговядины	70	12,17	9,48	0	141,12	0	21/126
	21/33/2 Пюре картофельное (о-з)	130	2,6	4,49	11,81	114,64	4,26	21/33/2
	21/60 Компот из чернослива и изюма	180	0,25	0,06	15,64	64,91	0,16	21/60
	21/67 Хлеб пшеничный	24	1,82	0,19	11,81	56,4	0	21/67
	21/69 Хлеб ржаной	48	3,17	0,58	16,03	83,52	0	21/69
Полдник								
	21/54 Снежок	190	4,98	4,66	19,7	150,1	1,71	21/54
Ужин								
	21/57 Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	72	0	21/57
	44/2 Горошница с маслом	230	14,06	6,38	33,9	238,67	0	44/2
	21/131с Пирог с печенью	80	11,15	9,7	31,92	261,98	11,12	131с
	21/129с Напиток витаминизированный	167	0,17	0,07	7,42	34,22	50,1	21/129с
	21/67 Хлеб пшеничный	24	1,82	0,19	11,81	56,4	0	21/67
Итого за 7 день.		1929	90,86	70,8	252,13	2038,63	89,66	

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель структурного подразделения _____ Е.В.Гофман

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецепуры
			Б	Ж	У			
День 8								
Завтрак								
	21/77/1я Яблоко	46	0,18	0,18	4,51	21,62	4,6	21/77/1я
	21/3/2 Каша пшенная молочная с сахаром и маслом	125	6,18	6,59	24,51	182,36	1,63	21/3/2
	21/53 Кофейный напиток с молоком	165	4,31	3,71	13,77	106,75	1,93	21/53
	21/52Бутерброды с сыром	30	2,98	5,2	10,1	99,52	0,04	21/52
Завтрак2								
Обед								
	21/46 Свекла отварная	20	0,28	0,02	1,5	7,48	1	21/46
	21/16/2 Суп-лапша на к/б (о-з)	130	1,75	0,29	12,68	54,62	4,53	21/6/2
	21/100 Соус томатный	10	0,15	0,08	0,86	4,89	0,54	21/100
	21/22 Котлеты куриные	110	15,39	11,3	5,62	198,57	1,15	21/22
	21/38 Капуста тушеная	90	1,21	3,29	4,49	52,06	9,63	21/38
	21/61 Кисель из повидла, джема	130	0,07	0	19,09	67	0,08	21/61
	21/67 Хлеб пшеничный	16	1,22	0,13	7,87	37,6	0	21/67
	21/69 Хлеб ржаной	39	2,57	0,47	13,03	67,86	0	21/69
Полдник								
	21/77/1я Яблоко	46	0,18	0,18	4,51	21,62	4,6	21/77/1я
	21/59 Сок(нектар)	167	0	0	20,04	83,5	3,34	21/59
Ужин								
	21/127 Рыба припущенная в молоке	135	15,83	4,75	1,79	113,03	0,31	21/127
	21/79/3 Овощной гарникр (о-з)	145	2,71	4,93	11,4	116,79	3,88	21/79/3
	21/119я Вафли	30	1,65	6,9	20,19	147	0	21/119я
	21/113 Чай с молоком, сахаром	180	4,1	3,42	13,7	102,9	1,85	21/113
	21/67 Хлеб пшеничный	16	1,22	0,13	7,87	37,6	0	21/67
Итого за 8 день.		1630	61,98	51,57	197,53	1522,77	39,11	

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель структурного подразделения _____ Е.В.Гофман

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецепуры
			Б	Ж	У			
День 8								
Завтрак								
	21/77 сЯблоко	96	0,38	0,38	9,41	45,12	9,6	21/77с
	21/3/2 Каша пшенная молочная с сахаром и маслом	200	9,89	10,54	39,21	291,77	2,6	21/3/2
	21/53 Кофейный напиток с молоком	200	5,22	4,5	16,69	129,4	2,34	21/53
	21/52Бутерброды с сыром	40	3,97	6,93	13,46	132,7	0,06	21/52
Завтрак2								
Обед								
	21/46 Свекла отварная	40	0,57	0,04	2,99	14,95	2	21/46
	21/16/2 Суп-лапша на к/б (о-з)	200	2,7	0,45	19,51	84,02	6,98	21/6/2
	21/100 Соус томатный	30	0,45	0,25	2,59	14,67	1,62	21/100
	21/22 Котлеты куриные	110	15,39	11,3	5,62	198,57	1,15	21/22
	21/38 Капуста тушеная	110	1,48	4,02	5,49	63,63	11,77	21/38
	21/61 Кисель из повидла, джема	200	0,1	0	29,37	103,08	0,12	21/61
	21/67 Хлеб пшеничный	24	1,82	0,19	11,81	56,4	0	21/67
	21/69 Хлеб ржаной	48	3,17	0,58	16,03	83,52	0	21/69
Полдник								
	21/59 Сок(нектар)	200	0	0	24	100	4	21/59
Ужин								
	21/127 Рыба припущенная в молоке	160	18,76	5,63	2,12	133,96	0,36	21/127
	21/79/3 Овощной гарникр (о-з)	150	2,8	5,1	11,79	120,82	4,02	21/79/3
	21/119с Вафли	50	2,75	11,5	33,65	245	0	21/119с
	21/113 Чай с молоком, сахаром	200	4,55	3,8	15,22	114,33	2,05	21/113
	21/67 Хлеб пшеничный	24	1,82	0,19	11,81	56,4	0	21/67
Итого за 8 день.		2082	75,82	65,4	270,77	1988,34	48,67	

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель структурного подразделения _____ Е.В.Гофман

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецепуры
			Б	Ж	У			
День 9								
Завтрак								
	21/77 Яблоко	92	0,37	0,37	9,02	43,24	9,2	21/77
	21/84 Сырники из творога	112	15,39	12,89	25,2	269,97	0,28	21/84
	21/53/1 Какао с молоком	170	4,68	3,98	14,23	112,7	1,99	21/53/1
	21/51Бутерброды с маслом	25	1,59	3,43	10,14	77,92	0	21/51
Завтрак2								
Обед								
	21/88/2 Суп с зеленым горохом с курицей со сметаной (о-з)	130	3,57	3,11	9,52	75,66	7	21/88/2
	21/98/2 Жаркое по домашнему	140	10,93	9,97	0	185,39	0	21/98/2
	21/114/2 Салат морковный	15	0,18	0,15	0,87	5,83	0,37	21/114/2
	21/63 Компот из сухофруктов	160	0	0	6,39	25,54	0	21/63
	21/69 Хлеб ржаной	39	2,57	0,47	13,03	67,86	0	21/69
	21/67 Хлеб пшеничный	16	1,22	0,13	7,87	37,6	0	21/67
Полдник								
	21/49 Ряженка	168	4,87	4,2	7,06	67,2	0,5	21/49
Ужин								
	21/57 Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	72	0	21/57
	21/41/2 Рагу из овощей (о-з)	200	3,48	5,5	16,85	132,72	13,38	21/1/2
	21/107я Булочка Российская	70	5,53	6,03	33,54	212,16	0,21	21/107я
	21/65 Чай с сахаром	165	0,16	0,04	6,62	27,49	0,08	21/65
	21/67 Хлеб пшеничный	16	1,22	0,13	7,87	37,6	0	21/67
Итого за 9 день.		1558	60,84	55	168,49	1450,88	33,01	

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель структурного подразделения _____ Е.В.Гофман

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецепуры
			Б	Ж	У			
День 9								
Завтрак								
	21/77 Яблоко	96	0,38	0,38	9,41	45,12	9,6	21/77
	21/84 Сырники из творога	150	20,61	17,26	33,75	361,57	0,38	21/84
	21/53/1 Какао с молоком	200	5,51	4,68	16,75	132,59	2,34	21/53/1
	21/51Бутерброды с маслом	20	1,28	2,74	8,12	62,34	0	21/51
Завтрак2								
Обед								
	21/88/2 Суп с зеленым горохом с курицей со сметаной (о-з)	200	5,49	4,78	14,64	116,39	10,77	21/88/2
	21/98/2 Жаркое по домашнему	200	15,62	14,24	0	264,84	0	21/98/2
	21/114/2 Салат морковный	30	0,37	0,3	1,74	11,65	0,74	21/114/2
	21/63 Компот из сухофруктов	200	0	0	7,98	31,92	0	21/63
	21/69 Хлеб ржаной	48	3,17	0,58	16,03	83,52	0	21/69
	21/67 Хлеб пшеничный	24	1,82	0,19	11,81	56,4	0	21/67
Полдник								
	21/49 Ряженка	187	5,42	4,68	7,85	74,8	0,56	21/49
Ужин								
	21/57 Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	72	0	21/57
	21/41/2 Рагу из овощей (о-з)	200	3,48	5,5	16,85	132,72	13,38	21/1/2
	21/107с Булочка Российская	80	6,32	6,89	38,33	242,47	0,24	21/107с
	21/65 Чай с сахаром	200	0,2	0,05	8,02	33,33	0,1	21/65
	21/67 Хлеб пшеничный	24	1,82	0,19	11,81	56,4	0	21/67
Итого за 9 день.		1899	76,57	67,06	203,37	1778,06	38,11	

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель структурного подразделения _____ Е.В.Гофман

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецепуры
			Б	Ж	У			
День 10								
Завтрак								
	21/77/1я Яблоко	46	0,18	0,18	4,51	21,62	4,6	21/77/1я
	21/5 Суп молочный с макаронными изделиями	130	5,54	5,51	21,07	154,99	0,93	21/5
	21/53 Кофейный напиток с молоком	165	4,31	3,71	13,77	106,75	1,93	21/53
	21/52Бутерброды с сыром	30	2,98	5,2	10,1	99,52	0,04	21/52
Завтрак2								
Обед								
	113/2 Салат свекольный	15	0,21	0,15	1,11	6,75	0,74	113/2
	21/15 Суп гороховый с гренками	130	5,36	2,56	22,19	123,51	5,13	21/15
	21/25 Печень по-алтайски	65	14,04	5,66	4,85	133,9	2,54	21/25
	21/38 Капуста тушеная	90	1,21	3,29	4,49	52,06	9,63	21/38
	21/64/2 Компот из яблок и чернослива	160	0,26	0,16	14,49	61,84	3,07	21/64/2
	21/67 Хлеб пшеничный	16	1,22	0,13	7,87	37,6	0	21/67
	21/69 Хлеб ржаной	39	2,57	0,47	13,03	67,86	0	21/69
Полдник								
	21/77/1я Яблоко	46	0,18	0,18	4,51	21,62	4,6	21/77/1я
	21/59я Сок(нектар)	167	0	0	20,04	83,5	3,34	21/59я
Ужин								
	21/115 Биточки рыбные горбуша	100	20,87	7,37	5,18	174,73	0,53	21/115
	21/109 Ризотто	125	0,71	1,87	3,19	32,9	3,12	21/109
	21/77я Печенье	30	2,25	2,94	22,32	135	0	21/77
	21/113 Чай с молоком, сахаром	180	4,1	3,42	13,7	102,9	1,85	21/113
	21/67 Хлеб пшеничный	16	1,22	0,13	7,87	37,6	0	21/67
Итого за 10 день.		1550	67,21	42,93	194,29	1454,65	42,05	

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель структурного подразделения _____ Е.В.Гофман

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецепуры
			Б	Ж	У			
День 10								
Завтрак								
	21/77 сЯблоко	96	0,38	0,38	9,41	45,12	9,6	21/77с
	21/5 Суп молочный с макаронными изделиями	150	6,39	6,36	24,31	178,84	1,07	21/5
	21/53 Кофейный напиток с молоком	200	5,22	4,5	16,69	129,4	2,34	21/53
	21/52Бутерброды с сыром	40	3,97	6,93	13,46	132,7	0,06	21/52
Завтрак2								
Обед								
	113/2 Салат свекольный	30	0,42	0,3	2,22	13,5	1,48	113/2
	21/15 Суп гороховый с гренками	200	8,25	3,93	34,14	190	7,9	21/15
	21/25 Печень по-алтайски	80	17,29	6,97	5,97	164,8	3,13	21/25
	21/38 Капуста тушеная	110	1,48	4,02	5,49	63,63	11,77	21/38
	21/64/2 Компот из яблок и чернослива	200	0,33	0,2	18,11	77,3	3,84	21/64/2
	21/67 Хлеб пшеничный	24	1,82	0,19	11,81	56,4	0	21/67
	21/69 Хлеб ржаной	48	3,17	0,58	16,03	83,52	0	21/69
Полдник								
	21/129с Напиток витаминизированный	167	0,17	0,07	7,42	34,22	50,1	21/129с
Ужин								
	21/115 Биточки рыбные горбуша	100	20,87	7,37	5,18	174,73	0,53	21/115
	21/109 Ризотто	139	0,79	2,08	3,55	36,58	3,48	21/109
	21/77с Печенье	50	3,75	4,9	37,2	225	0	21/77с
	21/113 Чай с молоком, сахаром	200	4,55	3,8	15,22	114,33	2,05	21/113
	21/67 Хлеб пшеничный	24	1,82	0,19	11,81	56,4	0	21/67
	21/69/с Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8	0	21/69/с
Итого за 10 день.		1878	81,99	53,01	244,7	1811,27	97,35	

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель структурного подразделения _____ Е.В.Гофман

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецепуры
		Б	Ж	У			
Итого за весь период		636,73	543,6	1997,23	15672,62	392,51	
Среднее значение за период		63,67	54,36	199,72	1567,26	39,25	
Содердание Б, Ж, У в меню за период в % от кал-ти		16,51	31,71	51,78			

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель структурного подразделения _____ Е.В.Гофман

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецепуры
		Б	Ж	У			
Итого за весь период		780,51	661,67	2540,05	19518,34	611,23	
Среднее значение за период		78,05	66,17	254	1951,83	61,12	
Содердание Б, Ж, У в меню за период в % от кал-ти		16,23	30,96	52,82			