

**(Сад1)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

**Завтрак1****Каша из овсяных хлопьев**

200 **"Геркулес" молочная жидкая 3-7** кКал-216, Белки-7, Жиры-11, Угл-23

*Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Молоко питьевое, Сахар белый 5-10 кг, крупа геркулес 0.4 кг*

55 **Бутерброд с маслом 3-7** кКал-184, Белки-4, Жиры-9, Угл-23

*Батон нарезной 0,38, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг*

200 **Чай сладкий 3-7** кКал-51, Угл-13

*Чай черный, Сахар белый 5-10 кг*

**Итого за Завтрак1** кКал-451, Белки-11, Жиры-20, Угл-59

**Завтрак2**

100 **Яблоки 3-7** кКал-59, Белки-1, Жиры-1, Угл-13

**Итого за Завтрак2** кКал-59, Белки-1, Жиры-1, Угл-13

**Обед**

200 **Свекольник со сметаной 3-7  
№ 2**

*Свекла столовая, Картофель производственный, Лук репчатый, Морковь столовая, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Томатная паста "Иранская" 1 кг, Масло подсолнечное рафинированное, Сметана 20 % 0,4 кг, Соль йодированная м/у 1 кг*

80 **Котлеты, биточки, шницель 3-7** кКал-186, Белки-16, Жиры-11, Угл-6

*Свинина мякоть, Хлеб пшеничный 0,55, Лук репчатый, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Соль йодированная м/у 1 кг*

150 **Каша гречневая рассыпчатая 3-7** кКал-128, Белки-4, Жиры-3, Угл-20

*Крупа гречневая Ядрица 0.7 кг, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг*

60 **Салат из белокачанной капусты 3-7** кКал-43, Белки-1, Жиры-3, Угл-3

*Капуста белокачанная, Морковь столовая, Масло подсолнечное рафинированное*

45 **Хлеб ржаной 3-7** кКал-80, Белки-2, Угл-16

32 **Хлеб пшеничный 3-7** кКал-68, Белки-2, Угл-14

200 **Компот из свежих плодов 3-7** кКал-61, Угл-15

*Яблоки свежие, Сахар белый 5-10 кг, Слива*

**Итого за Обед** кКал-566, Белки-25, Жиры-17, Угл-74

**(Сад1)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

**Завтрак1****Каша из овсяных хлопьев**

200 **"Геркулес" молочная жидкая 3-7** кКал-216, Белки-7, Жиры-11, Угл-23

*Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Молоко питьевое, Сахар белый 5-10 кг, крупа геркулес 0.4 кг*

55 **Бутерброд с маслом 3-7** кКал-184, Белки-4, Жиры-9, Угл-23

*Батон нарезной 0,38, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг*

200 **Чай сладкий 3-7** кКал-51, Угл-13

*Чай черный, Сахар белый 5-10 кг*

**Итого за Завтрак1** кКал-451, Белки-11, Жиры-20, Угл-59

**Завтрак2**

100 **Яблоки 3-7** кКал-59, Белки-1, Жиры-1, Угл-13

**Итого за Завтрак2** кКал-59, Белки-1, Жиры-1, Угл-13

**Обед**

200 **Свекольник со сметаной 3-7  
№ 2**

*Свекла столовая, Картофель производственный, Лук репчатый, Морковь столовая, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Томатная паста "Иранская" 1 кг, Масло подсолнечное рафинированное, Сметана 20 % 0,4 кг, Соль йодированная м/у 1 кг*

80 **Котлеты, биточки, шницель 3-7** кКал-186, Белки-16, Жиры-11, Угл-6

*Свинина мякоть, Хлеб пшеничный 0,55, Лук репчатый, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Соль йодированная м/у 1 кг*

150 **Каша гречневая рассыпчатая 3-7** кКал-128, Белки-4, Жиры-3, Угл-20

*Крупа гречневая Ядрица 0.7 кг, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг*

60 **Салат из белокачанной капусты 3-7** кКал-43, Белки-1, Жиры-3, Угл-3

*Капуста белокачанная, Морковь столовая, Масло подсолнечное рафинированное*

45 **Хлеб ржаной 3-7** кКал-80, Белки-2, Угл-16

32 **Хлеб пшеничный 3-7** кКал-68, Белки-2, Угл-14

200 **Компот из свежих плодов 3-7** кКал-61, Угл-15

*Яблоки свежие, Сахар белый 5-10 кг, Слива*

**Итого за Обед** кКал-566, Белки-25, Жиры-17, Угл-74

**(Сад1)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

**Завтрак1****Каша из овсяных хлопьев**

200 **"Геркулес" молочная жидкая 3-7** кКал-216, Белки-7, Жиры-11, Угл-23

*Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Молоко питьевое, Сахар белый 5-10 кг, крупа геркулес 0.4 кг*

55 **Бутерброд с маслом 3-7** кКал-184, Белки-4, Жиры-9, Угл-23

*Батон нарезной 0,38, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг*

200 **Чай сладкий 3-7** кКал-51, Угл-13

*Чай черный, Сахар белый 5-10 кг*

**Итого за Завтрак1** кКал-451, Белки-11, Жиры-20, Угл-59

**Завтрак2**

100 **Яблоки 3-7** кКал-59, Белки-1, Жиры-1, Угл-13

**Итого за Завтрак2** кКал-59, Белки-1, Жиры-1, Угл-13

**Обед**

200 **Свекольник со сметаной 3-7  
№ 2**

*Свекла столовая, Картофель производственный, Лук репчатый, Морковь столовая, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Томатная паста "Иранская" 1 кг, Масло подсолнечное рафинированное, Сметана 20 % 0,4 кг, Соль йодированная м/у 1 кг*

80 **Котлеты, биточки, шницель 3-7** кКал-186, Белки-16, Жиры-11, Угл-6

*Свинина мякоть, Хлеб пшеничный 0,55, Лук репчатый, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Соль йодированная м/у 1 кг*

150 **Каша гречневая рассыпчатая 3-7** кКал-128, Белки-4, Жиры-3, Угл-20

*Крупа гречневая Ядрица 0.7 кг, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг*

60 **Салат из белокачанной капусты 3-7** кКал-43, Белки-1, Жиры-3, Угл-3

*Капуста белокачанная, Морковь столовая, Масло подсолнечное рафинированное*

45 **Хлеб ржаной 3-7** кКал-80, Белки-2, Угл-16

32 **Хлеб пшеничный 3-7** кКал-68, Белки-2, Угл-14

200 **Компот из свежих плодов 3-7** кКал-61, Угл-15

*Яблоки свежие, Сахар белый 5-10 кг, Слива*

**Итого за Обед** кКал-566, Белки-25, Жиры-17, Угл-74

**(Сад1)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

**Завтрак1****Каша из овсяных хлопьев**

200 **"Геркулес" молочная жидкая 3-7** кКал-216, Белки-7, Жиры-11, Угл-23

*Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Молоко питьевое, Сахар белый 5-10 кг, крупа геркулес 0.4 кг*

55 **Бутерброд с маслом 3-7** кКал-184, Белки-4, Жиры-9, Угл-23

*Батон нарезной 0,38, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг*

200 **Чай сладкий 3-7** кКал-51, Угл-13

*Чай черный, Сахар белый 5-10 кг*

**Итого за Завтрак1** кКал-451, Белки-11, Жиры-20, Угл-59

**Завтрак2**

100 **Яблоки 3-7** кКал-59, Белки-1, Жиры-1, Угл-13

**Итого за Завтрак2** кКал-59, Белки-1, Жиры-1, Угл-13

**Обед**

200 **Свекольник со сметаной 3-7  
№ 2**

*Свекла столовая, Картофель производственный, Лук репчатый, Морковь столовая, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Томатная паста "Иранская" 1 кг, Масло подсолнечное рафинированное, Сметана 20 % 0,4 кг, Соль йодированная м/у 1 кг*

80 **Котлеты, биточки, шницель 3-7** кКал-186, Белки-16, Жиры-11, Угл-6

*Свинина мякоть, Хлеб пшеничный 0,55, Лук репчатый, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Соль йодированная м/у 1 кг*

150 **Каша гречневая рассыпчатая 3-7** кКал-128, Белки-4, Жиры-3, Угл-20

*Крупа гречневая Ядрица 0.7 кг, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг*

60 **Салат из белокачанной капусты 3-7** кКал-43, Белки-1, Жиры-3, Угл-3

*Капуста белокачанная, Морковь столовая, Масло подсолнечное рафинированное*

45 **Хлеб ржаной 3-7** кКал-80, Белки-2, Угл-16

32 **Хлеб пшеничный 3-7** кКал-68, Белки-2, Угл-14

200 **Компот из свежих плодов 3-7** кКал-61, Угл-15

*Яблоки свежие, Сахар белый 5-10 кг, Слива*

**Итого за Обед** кКал-566, Белки-25, Жиры-17, Угл-74

**(Сад1)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

**Завтрак1****Каша из овсяных хлопьев**

200 **"Геркулес" молочная жидкая 3-7** кКал-216, Белки-7, Жиры-11, Угл-23

*Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Молоко питьевое, Сахар белый 5-10 кг, крупа геркулес 0.4 кг*

55 **Бутерброд с маслом 3-7** кКал-184, Белки-4, Жиры-9, Угл-23

*Батон нарезной 0,38, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг*

200 **Чай сладкий 3-7** кКал-51, Угл-13

*Чай черный, Сахар белый 5-10 кг*

**Итого за Завтрак1** кКал-451, Белки-11, Жиры-20, Угл-59

**Завтрак2**

100 **Яблоки 3-7** кКал-59, Белки-1, Жиры-1, Угл-13

**Итого за Завтрак2** кКал-59, Белки-1, Жиры-1, Угл-13

**Обед**

200 **Свекольник со сметаной 3-7  
№ 2**

*Свекла столовая, Картофель производственный, Лук репчатый, Морковь столовая, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Томатная паста "Иранская" 1 кг, Масло подсолнечное рафинированное, Сметана 20 % 0,4 кг, Соль йодированная м/у 1 кг*

80 **Котлеты, биточки, шницель 3-7** кКал-186, Белки-16, Жиры-11, Угл-6

*Свинина мякоть, Хлеб пшеничный 0,55, Лук репчатый, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Соль йодированная м/у 1 кг*

150 **Каша гречневая рассыпчатая 3-7** кКал-128, Белки-4, Жиры-3, Угл-20

*Крупа гречневая Ядрица 0.7 кг, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг*

60 **Салат из белокачанной капусты 3-7** кКал-43, Белки-1, Жиры-3, Угл-3

*Капуста белокачанная, Морковь столовая, Масло подсолнечное рафинированное*

45 **Хлеб ржаной 3-7** кКал-80, Белки-2, Угл-16

32 **Хлеб пшеничный 3-7** кКал-68, Белки-2, Угл-14

200 **Компот из свежих плодов 3-7** кКал-61, Угл-15

*Яблоки свежие, Сахар белый 5-10 кг, Слива*

**Итого за Обед** кКал-566, Белки-25, Жиры-17, Угл-74

**(Сад1)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

**Завтрак1****Каша из овсяных хлопьев**

200 **"Геркулес" молочная жидкая 3-7** кКал-216, Белки-7, Жиры-11, Угл-23

*Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Молоко питьевое, Сахар белый 5-10 кг, крупа геркулес 0.4 кг*

55 **Бутерброд с маслом 3-7** кКал-184, Белки-4, Жиры-9, Угл-23

*Батон нарезной 0,38, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг*

200 **Чай сладкий 3-7** кКал-51, Угл-13

*Чай черный, Сахар белый 5-10 кг*

**Итого за Завтрак1** кКал-451, Белки-11, Жиры-20, Угл-59

**Завтрак2**

100 **Яблоки 3-7** кКал-59, Белки-1, Жиры-1, Угл-13

**Итого за Завтрак2** кКал-59, Белки-1, Жиры-1, Угл-13

**Обед**

200 **Свекольник со сметаной 3-7  
№ 2**

*Свекла столовая, Картофель производственный, Лук репчатый, Морковь столовая, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Томатная паста "Иранская" 1 кг, Масло подсолнечное рафинированное, Сметана 20 % 0,4 кг, Соль йодированная м/у 1 кг*

80 **Котлеты, биточки, шницель 3-7** кКал-186, Белки-16, Жиры-11, Угл-6

*Свинина мякоть, Хлеб пшеничный 0,55, Лук репчатый, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Соль йодированная м/у 1 кг*

150 **Каша гречневая рассыпчатая 3-7** кКал-128, Белки-4, Жиры-3, Угл-20

*Крупа гречневая Ядрица 0.7 кг, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг*

60 **Салат из белокачанной капусты 3-7** кКал-43, Белки-1, Жиры-3, Угл-3

*Капуста белокачанная, Морковь столовая, Масло подсолнечное рафинированное*

45 **Хлеб ржаной 3-7** кКал-80, Белки-2, Угл-16

32 **Хлеб пшеничный 3-7** кКал-68, Белки-2, Угл-14

200 **Компот из свежих плодов 3-7** кКал-61, Угл-15

*Яблоки свежие, Сахар белый 5-10 кг, Слива*

**Итого за Обед** кКал-566, Белки-25, Жиры-17, Угл-74

Полдник

150 **Запеканка рисовая с  
творогом** кКал-374, Белки-20, Жиры-14, Угл-42

*крупa рис круглый 0,7кг, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Сахар белый 5-10 кг, Творог 9% 200 гр, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Молоко питьевое, Масло подсолнечное рафинированное, Сметана 20 % 0,4 кг*

60 **салат из моркови с яблоками  
с растительным маслом 3-7** кКал-65, Белки-1, Жиры-4, Угл-6

*Морковь столовая, Яблоки свежие, Сахар белый 5-10 кг, Масло подсолнечное рафинированное*

200 **Кефир 3-7** кКал-112, Белки-6, Жиры-6, Угл-8

---

**Итого за Полдник** кКал-551, Белки-27, Жиры-24, Угл-56

---

**Итого за** кКал-1 627, Белки-64, Жиры-62, Угл-202

Заведующий

Рыбкина О.Ю.

медицинская  
сестра

Лачина Ю.В.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Полдник

150 **Запеканка рисовая с  
творогом** кКал-374, Белки-20, Жиры-14, Угл-42

*крупa рис круглый 0,7кг, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Сахар белый 5-10 кг, Творог 9% 200 гр, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Молоко питьевое, Масло подсолнечное рафинированное, Сметана 20 % 0,4 кг*

60 **салат из моркови с яблоками  
с растительным маслом 3-7** кКал-65, Белки-1, Жиры-4, Угл-6

*Морковь столовая, Яблоки свежие, Сахар белый 5-10 кг, Масло подсолнечное рафинированное*

200 **Кефир 3-7** кКал-112, Белки-6, Жиры-6, Угл-8

---

**Итого за Полдник** кКал-551, Белки-27, Жиры-24, Угл-56

---

**Итого за** кКал-1 627, Белки-64, Жиры-62, Угл-202

Заведующий

Рыбкина О.Ю.

медицинская  
сестра

Лачина Ю.В.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



Полдник

150 **Запеканка рисовая с  
творогом** кКал-374, Белки-20, Жиры-14, Угл-42

*крупa рис круглый 0,7кг, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Сахар белый 5-10 кг, Творог 9% 200 гр, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Молоко питьевое, Масло подсолнечное рафинированное, Сметана 20 % 0,4 кг*

60 **салат из моркови с яблоками  
с растительным маслом 3-7** кКал-65, Белки-1, Жиры-4, Угл-6

*Морковь столовая, Яблоки свежие, Сахар белый 5-10 кг, Масло подсолнечное рафинированное*

200 **Кефир 3-7** кКал-112, Белки-6, Жиры-6, Угл-8

---

**Итого за Полдник** кКал-551, Белки-27, Жиры-24, Угл-56

---

**Итого за** кКал-1 627, Белки-64, Жиры-62, Угл-202

Заведующий

Рыбкина О.Ю.

медицинская  
сестра

Лачина Ю.В.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Полдник

150 **Запеканка рисовая с  
творогом** кКал-374, Белки-20, Жиры-14, Угл-42

*крупa рис круглый 0,7кг, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Сахар белый 5-10 кг, Творог 9% 200 гр, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Молоко питьевое, Масло подсолнечное рафинированное, Сметана 20 % 0,4 кг*

60 **салат из моркови с яблоками  
с растительным маслом 3-7** кКал-65, Белки-1, Жиры-4, Угл-6

*Морковь столовая, Яблоки свежие, Сахар белый 5-10 кг, Масло подсолнечное рафинированное*

200 **Кефир 3-7** кКал-112, Белки-6, Жиры-6, Угл-8

---

**Итого за Полдник** кКал-551, Белки-27, Жиры-24, Угл-56

---

**Итого за** кКал-1 627, Белки-64, Жиры-62, Угл-202

Заведующий

Рыбкина О.Ю.

медицинская  
сестра

Лачина Ю.В.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Полдник

150 **Запеканка рисовая с  
творогом** кКал-374, Белки-20, Жиры-14, Угл-42

*крупa рис круглый 0,7кг, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Сахар белый 5-10 кг, Творог 9% 200 гр, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Молоко питьевое, Масло подсолнечное рафинированное, Сметана 20 % 0,4 кг*

60 **салат из моркови с яблоками  
с растительным маслом 3-7** кКал-65, Белки-1, Жиры-4, Угл-6

*Морковь столовая, Яблоки свежие, Сахар белый 5-10 кг, Масло подсолнечное рафинированное*

200 **Кефир 3-7** кКал-112, Белки-6, Жиры-6, Угл-8

---

**Итого за Полдник** кКал-551, Белки-27, Жиры-24, Угл-56

---

**Итого за** кКал-1 627, Белки-64, Жиры-62, Угл-202

Заведующий

Рыбкина О.Ю.

медицинская  
сестра

Лачина Ю.В.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Полдник

150 **Запеканка рисовая с  
творогом** кКал-374, Белки-20, Жиры-14, Угл-42

*крупa рис круглый 0,7кг, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Сахар белый 5-10 кг, Творог 9% 200 гр, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Молоко питьевое, Масло подсолнечное рафинированное, Сметана 20 % 0,4 кг*

60 **салат из моркови с яблоками  
с растительным маслом 3-7** кКал-65, Белки-1, Жиры-4, Угл-6

*Морковь столовая, Яблоки свежие, Сахар белый 5-10 кг, Масло подсолнечное рафинированное*

200 **Кефир 3-7** кКал-112, Белки-6, Жиры-6, Угл-8

---

**Итого за Полдник** кКал-551, Белки-27, Жиры-24, Угл-56

---

**Итого за** кКал-1 627, Белки-64, Жиры-62, Угл-202

Заведующий

Рыбкина О.Ю.

медицинская  
сестра

Лачина Ю.В.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_