Утверждаю
Заведующий
Удовенко

18.11.2024г.								
Прием пищи	Выход блюд	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (калл)	Витамин С	технологическая карта	№ рецептуры
		Б	Ж	У				
Первый день								
ЗАВТРАК 1:								
Каша манная молочная	150	7,24	7,21	40,74	256,81		15	15
Чай сладкий	200	0,06	0	9,81	39,42		392	392
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	2,3	9,12	15,5	153,4		1	1
ИТОГО:	***447,00***	***9,60***	***16,33***	***66,05***	***449,63***			
ЗАВТРАК 2:								
Сок фруктовый	100	0,5	0	10,1	42,22		79	130
ИТОГО:	**547,00**	**10,10**	**16,33**	**76,15**	**491,85**			
ОБЕД:								
Суп гороховый смясом (говядина)	180	2,34	3,89	13,61	99,2		38	38
Гречка отворная	150	7,29	5,91	32,94	213,74		323	323
Котлета по-домашнему п/ф	70	8,8	18,92	8,27	232,26		282	282
Соленый огурец	15	0,12	0,01	0,25	1,93		5	5
Компот из сухофруктов	180	0,56	0,08	27,89	113,79		4	4
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный	50	2,06	4,0	10,4	54,4			
ИТОГО:	***645***	***21,17***	***19,34***	***75,8***	***715,32***			
ПОЛДНИК+УЖИН:								
Макаронные изделия с кабачковой икрой	150	8,55	7,23	41,17	270,51		5	5
Напиток из шиповника	150	0,18	0,08	14,23	59,13		441	441
Хлеб пшеничный	47	2,06	0,4	10,4	54,4			
ИТОГО:	***511***	***39,105***	***14,19***	***95,05***	***619,57***			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	***1703,00***	***77,32***	***49,86***	***247,00***	***1826,74***			

19.11.2024г.								
Прием пищи	Выход блюд	Пищевые вещества			ская ценность		ическаяк арта	№ рецептуры
		Б	Ж	У				
Второй день								
ЗАВТРАК 1:								
Каша пшенная молочная	150	5,31	5,36	23,49	163,91		417	417
Батон с джемом	25/5	2,3	9,12	15,5	153,4		1	1
Какао с молоком	180	2,09	2,19	14,94	88,43		20	
ИТОГО:	***362,00***	***9,70***	***16,67***	***53,93***	***405,74***			
ЗАВТРАК 2:								
Кисломолочный продукт (снежок)	150	6	4,8	6,3	100,5		21	35
ИТОГО:	**512,00**	**15,70**	**21,47**	**60,23**	**506,24**			
ОБЕД:								
Рассольник на мясном бульоне (говядина) со сметаной	180	1,89	2,52	15,46	93,28		34	73
Плов из отварной говядины	200	12,3	16,3	34,68	334,7		59	
Морс из свежемороженной ягоды	150	0	0	9,23	36,91		442	442
Хлеб ржано-пшеничный, пшеничный	50	2,25	0,9	15,2	77,4		87	
ИТОГО:	*580*	*16,44*	*19,69*	*88,58*	*542,32*			
ПОЛДНИК+УЖИН:								
Овощное рагу	150	2,16	6,89	11,43	122,35		343	
Сладкий чай	150	0,06	0	9,81	39,42		392	392
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,9	15,2	77,4		87	
Вафли	30	0,84	0,99	23,19	106,7		93	
ИТОГО:	*449,5*	*5,31*	*8,75*	*59,58*	*345,9*			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	*1541,50*	*37,45*	*49,91*	*208,39*	*1394,46*			

Утверждаю
Заведующий
Удовенко О.С. 2024 г.

20.11.2024г.								
Прием пищи	Выход блюд	Пищевые вещества			ическая ценност		технолог карта	№ рецепруры
		Б	Ж	У				
Третий день								
ЗАВТРАК 1:								
Каша молочная "Дружба"	150	6,55	8,33	35,09	241,11		14	
Чай с молоком	180	2,09	2,12	14,94	88,43		к/к	
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	2,3	9,12	15,5	153,4		1	1
	417	***10,94***	***19,57***	***65,53***	***482,94***			
ЗАВТРАК 2:								
Морс из св/ мороженной ягоды	150	0	0	9,23	36,91		442	442
ИТОГО:	**567**	**10,94**	**19,57**	**74,76**	**519,85**			
ОБЕД:								
Суп на мяс. бульоне (говядина) с летними овощами	180	1,18	4,14	9,17	78,84		75	75
Гуляш из отварной говядины в томатном соусе	80	0,7	4,91	3,99	63,2		259	259
Крупа перловая рассыпчатая	100	2,32	4,29	20,5	122,15		158	84
Компот из сухофруктов	180	0,56	0	27,89	113,79		4	4
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный	50	2,06	0,4	10,4	54,4		86/87	
ИТОГО:	***672,5***	***33,25***	***17,65***	***79,41***	***568,53***			
ПОЛДНИК+УЖИН:								
Сырники с молочным соусом/ запеканка из творога	120	19,29	13,28	25,47	299,65		231	231
Чай с лимоном	180	0,2	0	11,69	47,26		393	393
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,9	15,2	77,4		87	
ИТОГО:	***330***	***21,74***	***14,15***	***52,31***	***424,34***			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	***1569,5***	***65,93***	***51,37***	***206,48***	***1512,72***			

Утверждаю!
Заведующий
Суровцева О.В. 2024

21.11.2024г.								
Прием пищи	Выход блюд	Пищевые вещества			ическая ценност		технол карта	рецептура
		Б	Ж	У				
Четвертый день								
ЗАВТРАК 1:								
Суп молочный вермишелевый	200	7,55	7,04	23,04	186,81		93	93
Кофейный напиток на молоке	150	3,44	3,63	15,57	109,54		к/к	
Бутерброд сджемом	25/5/15	5,06	7	14,62	145		85	3
ИТОГО:	***447,00***	***16,05***	***17,67***	***53,23***	***441,35***			
ЗАВТРАК 2:								
Морс с/м ягоды	100	0,5	0	0	42,2		79	130
ИТОГО:	***547,00***	***16,55***	***17,67***	***53,23***	***483,55***			
ОБЕД:								
Суп дальневосточный с морской капустой/ сметан	180	2,2	4,71	12,48	102,52		95	95
Филе минтая в соусе с овощами	76	6,12	5,02	0,99	73,72		245	245
Макаронны	150	3,67	5,92	38,49	221		315	315
Морс с/м ягоды	150	0	0	9,23	36,91		442	442
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный	50	2,06	0,4	10,4	54,4		86/87	
ИТОГО:	***617,5***	***14,05***	***16,05***	***71,62***	***488,52***			
ПОЛДНИК+УЖИН:								
Вареники с картофелем и маслом	185	0,03	4,01	0,04	36,28		443	443
Напиток из кураги	180	0,6	0,04	17,56	73,4		440	440
Пряник	**25**	3,24	0,4	19,5	96,8			
ИТОГО:	***205***	***3,84***	***0,44***	***37,06***	***170,24***			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	***1369,50***	***34,44***	***34,16***	***161,91***	***1142,31***			

22.11.2024г.								
Прием пищи	Выход блюд	Пищевые вещества			ическая ценност		технолог ич карта	номер рецептуры
		Б	Ж	У				
Пятый день								
ЗАВТРАК 1:								
Каша овсяная "Геркулес"	150	5,85	7,48	25,53	193,49		189	189
Чай с сахаром	180	0,06	0	9,81	39,42		392	392
Бутерброд со сливочным маслом	25/5	2,34	9,12	15,5	153,4		1	1
ИТОГО:	***307,00***	***2,40***	***18,66***	***42,64***	***391,10***			
ЗАВТРАК 2:								
Морс	150	5,78	5	9,92	107,6		77	400
ИТОГО:	***457,00***	***8,18***	***23,66***	***52,56***	***498,70***			
ОБЕД:								
Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	180	1,9	6,6	10,9	112		13	13
Голубцы ленивые п/ф	120	14,88	13,42	21,99	269,04		298	298
Картофельное пюре	100	2,13	4,04	15,53	106,97		3	3
Компот из сухофруктов	180	0,56	0	27,89	113,79		4	4
Хлеб ржано-пшеничный / пшеничный	50	2,06	0,4	10,4	54,4		8786	86/87
ИТОГО:	***630***	***21,53***	***24,43***	***86,74***	***656,17***			
ПОЛДНИК+УЖИН:								
Омлет натуральный с кукурузой (конс)	105/90	5,82	9,02	1,52	110,54		38	38
Кисель из плодов или ягод св/морож.	180	0,9	0,03	18,24	74,04		378	378
Вафли	30	0,84	0,99	23,19	106,7		93	
ИТОГО:	***425***	***7,56***	***10,04***	***42,95***	***291,28***			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	***1512,00***	***37,27***	***58,13***	***182,25***	***1446,15***			