****

**Неделя первая День второй**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда | № тех. карты | Масса порции | стоимость | Пищевые вещества(г) | Энергитич Ценность(ккал) | Витамины (В1,В2,С – в мг; А-мкг. рет. экв; D – мкг) | Минеральные вещества ( в мг) |
| 1 | 2 |  | белки | жиры | Углеводы |  | B1 | B2 | А | Д | С | Na | K | Ca | Mg | Р | Fe | I | Se | F |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Салат из моркови с растительным маслом | 54-7з | 100 |  | 0,7 | 8,1 | 5,8 | 99 | 0,04 | 0,03 | 97,72 | 0 | 8,45 | 133,75 | 330,75 | 42 | 24 | 53,25 | 1,09 | 41 | 0,49 |  |
| Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 54-2с | 250 |  | 5,9 | 6,2 | 12,65 | 110,4 | 0,04 | 0,5 | 168,25 | 121,5 | 0 | 478 | 20 | 2,5 | 36 | 119 | 34 | 10,5 | 35,3 |  |
| Рис отварной | 54-6г | 180 |  | 3,6 | 1,4 | 36,4 | 208,9 | 0,21 | 0,1 | 26,6 | 1,44 | 152 | 4,6 | 6 | 24 | 72 | 1 | 4 | 21 | 7,2 |  |
| Птица отварная, с овощами тушеная  | 54-21м | 100 |  | 8,94 | 1,4 | 10,7 | 92,9 | 0,05 | 0,06 | 18,35 | 5,34 | 2,16 | 128 | 229 | 131 | 67 | 132 | 1,0 | 17,8 | 17,8 |  |
| Какао с молоком | 54-21гм | 200 |  | 3,85 | 0, | 0 | 81 | 0,02 | 0,03 | 9 | 0,0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 23,4 | 7,1 | 0,17 |  |
| Хлеб ржаной | ПР | 40 |  | 3 | 1,2 | 20 | 104 | 0,07 | 0,02 | 0 | 0 |  |  |  | 9,3 | 14 | 35,1 | 1,44 | 3 | 1,2 |  |
| Хлеб белый | ПР | 40 |  | 2,8 | 0,1 | 18,5 | 40,7 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 72 | 15 | 32 | 11 | 0,2 | 11 | 0,2 | 61,0 |  |
| масло | 54-19з | 10 |  | 0,1 | 8,2 | 0,1 | 74,8 | 0 | 0,0 | 65,3 | 0 | 0 | 1 | 2 | 1 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0,1 |  |
| Итого |  | 920 |  | 26,89 | 27,2 | 115,15 | 811,17 | 0,43 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Неделя первая День третий**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда | № тех. карты | Масса порции | стоимость | Пищевые вещества(г) | Энергитич Ценность(ккал) | Витамины (В1,В2,С – в мг; А-мкг. рет. экв; D – мкг) | Минеральные вещества ( в мг) |
| 1 | 2 |  | белки | жиры | Углеводы |  | B1 | B2 | А | Д | С | Na | K | Ca | Mg | Р | Fe | I | Se | F |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Салат из отварной свеклы с растительным маслом | 54-13з | 100 |  | 1,1 | 3,6 | 6,1 | 60,8 | 0,01 | 0,0 | 0,9 | 0,12 | 3,04 | 105 | 182 | 26 | 15 | 29 | 0,9 | 16 | 0,49 |  |
| Рассольник ленинградский | 54-3с | 250 |  | 5,9 | 6,2 | 12,65 | 156,75 | 0,04 | 0,5 | 130 | 0 | 6,75 | 246 | 418,75 | 26,25 | 24,75 | 64,25 | 0,88 | 21 | 0,94 |  |
| Рыба тушеная в томате с овощами | 54-6г | 100 |  | 3,6 | 5,4 | 36,4 | 208,9 | 0,21 | 0,1 | 26,6 | 1,44 | 152 | 4,6 | 6 | 24 | 72 | 1 | 4 | 21 | 7,2 |  |
| Картофельное пюре | 54-11г | 180 |  | 3,1 | 6,0 | 19,7 | 146,8 | 0,15 | 0,1 | 32,1 | 1,97 | 10,2 | 161 | 624 | 39 | 28 | 84 | 1,0 | 28,5 | 0,8 |  |
| Компот из свежих плодов + «С» | 54-3хн | 200 |  | 0,5 | 0,2 | 19,5 | 81 | 0,02 | 0,03 | 1,5 | 0,34 | 0,3 | 2 | 179 | 18 | 22 | 18 | 0.,7 | 0,1 | 1,1 |  |
| Хлеб ржаной | ПР | 40 |  | 3 | 1,2 | 20 | 104 | 0,07 | 0,02 | 0 | 0 |  |  |  | 9,3 | 14 | 35,1 | 1,44 | 3 | 1,2 |  |
| Хлеб белый | ПР | 40 |  | 2,8 | 0,1 | 8,5 | 40,7 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 72 | 15 | 32 | 11 | 0,2 | 11 | 0,2 | 61,0 |  |
| масло | 54-19з | 10 |  | 0,1 | 8,2 | 0,1 | 74,8 | 0 | 0,0 | 65,3 | 0 | 0 | 1 | 2 | 1 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0,1 |  |
| сыр | 54-1з | 15 |  | 7,0 | 8,8 | 0 | 107,5 | 0 | 0 | 78 | 0 | 0,21 | 243 | 26 | 264 | 11 | 150 | 0,3 | 0 | 4,4 |  |
| Итого |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Неделя первая День четвертый**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда | № тех. карты | Масса порции | стоимость | Пищевые вещества(г) | Энергитич Ценность(ккал) | Витамины (В1,В2,С – в мг; А-мкг. рет. экв; D – мкг) | Минеральные вещества ( в мг) |
| 1 | 2 |  | белки | жиры | Углеводы |  | B1 | B2 | А | Д | С | Na | K | Ca | Mg | Р | Fe | I | Se | F |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Салат из моркови и яблок с растительным маслом | 54-11з | 100 |  | 0,7 | 8,1 | 5,8 | 99 | 0,04 | 0,03 | 977,2 | 0,56 | 4,84 | 120 | 164 | 18 | 21 | 30 | 0,9 | 13,6 | 0,1 |  |
| Щи из свежей капустой со сметаной | 54-1с | 250 |  | 5,7 | 6,2 | 6,6 | 124 | 0,02 | 0,04 | 168,25 | 121,5 | 0 | 478 | 20 | 2,5 | 36 | 119 | 34 | 10,5 | 35,3 |  |
| Плов из птицы | 54-12м | 200 |  | 27 | 8,4 | 36,4 | 314,6 | 0,21 | 0,1 | 147 | 29 | 2,52 | 291 | 383 | 24 | 108 | 234 | 2,0 | 39,8 | 27,2 |  |
| СОК | ПР | 200 |  | 1 | 0,2 | 33 | 134,4 | 0,02 | 0,03 | 9 | 0,0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 23,4 | 7,1 | 0,17 |  |
| Хлеб ржаной | ПР | 40 |  | 3 | 1,2 | 20 | 104 | 0,07 | 0,02 | 0 | 0 |  |  |  | 9,3 | 14 | 35,1 | 1,44 | 3 | 1,2 |  |
| Хлеб белый | ПР | 40 |  | 2,8 | 0,1 | 8,5 | 40,7 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 72 | 15 | 32 | 11 | 0,2 | 11 | 0,2 | 61,0 |  |
| масло | 54-19з | 10 |  | 0,1 | 8,2 | 0,1 | 74,8 | 0 | 0,0 | 65,3 | 0 | 0 | 1 | 2 | 1 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0,1 |  |
| сыр | 54-1з | 15 |  | 7,0 | 8,8 | 0 | 107,5 | 0 | 0 | 78 | 0 | 0,21 | 243 | 26 | 264 | 11 | 150 | 0,3 | 0 | 4,4 |  |
| Итого |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Неделя первая День пятый**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда | № тех. карты | Масса порции | стоимость | Пищевые вещества(г) | Энергитич Ценность(ккал) | Витамины (В1,В2,С – в мг; А-мкг. рет. экв; D – мкг) | Минеральные вещества ( в мг) |
| 1 | 2 |  | белки | жиры | Углеводы |  | B1 | B2 | А | Д | С | Na | K | Ca | Mg | Р | Fe | I | Se | F |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Винегрет | 54-16з | 100 |  | 1 | 8,1 | 5,8 | 89,5 | 0,04 | 0,03 | 97,72 | 0,42 | 3,01 | 268 | 170 | 16,13 | 13 | 29 | 0,6 | 10,5 | 0,49 |  |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 54-7с | 250 |  | 6,45 | 3,4 | 23,12 | 149,4 | 0,01 | 0,05 | 122 | 0 | 8,5 | 116,26 | 513 | 17,25 | 26 | 68,25 | 1,08 | 21 | 0,29 |  |
| Рагу из птицы | 54-22м | 200 |  | 21 | 7 | 17,5 | 217,4 | 0,13 | 0,11 | 260 | 6,71 | 11,3 | 281 | 739 | 32 | 93 | 192 | 2,1 | 42,8 | 17,8 |  |
| Чай  | 54-2гм | 200 |  | 0,2 | 0, | 6,5 | 26,8 | 0,02 | 0,03 | 0,3 | 0,09 | 0,04 | 0,7 | 20,8 | 4,5 | 3,8 | 7,2 | 0,7 | 0 | 0 |  |
| Хлеб ржаной | ПР | 40 |  | 3 | 1,2 | 20 | 104 | 0,07 | 0,02 | 0 | 0 |  |  |  | 9,3 | 14 | 35,1 | 1,44 | 3 | 1,2 |  |
| Хлеб белый | ПР | 40 |  | 2,8 | 0,1 | 8,5 | 40,7 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 72 | 15 | 32 | 11 | 0,2 | 11 | 0,2 | 61,0 |  |
| масло | 54-19з | 10 |  | 0,1 | 8,2 | 0,1 | 74,8 | 0 | 0,0 | 65,3 | 0 | 0 | 1 | 2 | 1 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0,1 |  |
| сыр | 54-1з | 15 |  | 7,0 | 8,8 | 0 | 107,5 | 0 | 0 | 78 | 0 | 0,21 | 243 | 26 | 264 | 11 | 150 | 0,3 | 0 | 4,4 |  |
| Итого |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Неделя вторая День первый**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда | № тех. карты | Масса порции | стоимость | Пищевые вещества(г) | Энергитич Ценность(ккал) | Витамины (В1,В2,С – в мг; А-мкг. рет. экв; D – мкг) | Минеральные вещества ( в мг) |
| 1 | 2 |  | белки | жиры | Углеводы |  | B1 | B2 | А | Д | С | Na | K | Ca | Mg | Р | Fe | I | Se | F |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Салат из соленых огурцов с луком | 30 | 100 |  | 0,85 | 5,08 | 3,31 | 61,5 | 0,02 | 0,01 | 9,34 | 0,00 | 3 | 0,7 | 330 | 14,3 | 0,7 |  | 40 |  | 15,25 |  |
| Суп крестьянский с крупой на бульоне | 54-11с | 250 |  | 6,18 | 7,23 | 14,08 | 146,1 | 0,04 | 0,04 | 129 | 0 | 8 | 120,85 | 244 | 32 | 19,25 | 50,5 | 0,62 | 19,25 | 1,57 |  |
| Каша гречневая | 54-12м | 180 |  | 8,2 | 6,9 | 35,9 | 238,9 | 0,21 | 0,12 | 27,5 | 3,98 | 0 | 149 | 219 | 14 | 120 | 180 | 4 | 10,5 | 22,5 |  |
| Гуляш из птицы | 54-13м | 100 |  | 33,29 | 3,3 | 10,1 | 127 | 0,05 | 0,06 | 4,7 | 3,98 | 0,47 | 158 | 171 | 22 | 48 | 108 | 1,0 | 12,8 | 13,8 |  |
| Компот из сухофруктов вит «С» | 54-1хн | 200 |  | 0,5 | 0, | 20 | 81 | 0,01 | 0,02 | 15 | 0,05 | 0 | 0 | 0 | 50 | 2 | 4 | 0,1 | 0 | 0 |  |
| Хлеб ржаной | ПР | 40 |  | 3 | 1,2 | 20 | 104 | 0,07 | 0,0 | 0 | 0 |  |  |  | 9,3 | 14 | 35 | 1,4 |  |  |  |
| Хлеб белый | ПР | 40 |  | 2,8 | 0,1 | 8,5 | 40,7 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 72 | 15 | 32 | 11 | 0, | 11 | 0, | 61,0 |  |
| масло | 54-19з | 10 |  | 0,1 | 8,2 | 0,1 | 74,8 | 0 | 0,0 | 65,3 | 0 | 0 | 1 | 2 | 1 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0,1 |  |
| сыр | 54-1з | 15 |  | 7,0 | 8,8 | 0 | 107,5 | 0 | 0 | 78 | 0 | 0,21 | 243 | 26 | 264 | 11 | 150 | 0,3 | 0 | 4,4 |  |
| ИТОГО |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Неделя вторая День второй**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда | № тех. карты | Масса порции | стоимость | Пищевые вещества(г) | Энергитич Ценность(ккал) | Витамины (В1,В2,С – в мг; А-мкг. рет. экв; D – мкг) | Минеральные вещества ( в мг) |
| 1 | 2 |  | белки | жиры | Углеводы |  | B1 | B2 | А | Д | С | Na | K | Ca | Mg | Р | Fe | I | Se | F |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Икра кабачеовая | ПР | 100 |  | 1,9 | 3,5 | 9,2 | 74 | 0,02 | 0,01 | 9,34 | 0,00 | 3 | 0,7 | 330 | 14,3 | 0,7 |  | 40 |  | 15,25 |  |
| Рассольник домашний | 54-4с | 250 |  | 5,73 | 7,18 | 14,48 | 145,4 | 0,08 | 0,07 | 130,25 | 0 | 10,2 | 478 | 463 | 34,5 | 25,25 | 63 | 0,95 | 41 | 0,33 |  |
| Макароны отварные | 54-1г | 200 |  | 8,2 | 6,9 | 35,9 | 238,9 | 0,21 | 0,12 | 27,5 | 3,98 | 0 | 149 | 219 | 14 | 120 | 180 | 4 | 10,5 | 22,5 |  |
| Котлета из курицы | 54-24м | 100 |  | 14,4 | 3,3 | 10,1 | 127 | 0,05 | 0,06 | 4,7 | 3,98 | 0,47 | 158 | 171 | 22 | 48 | 108 | 1,0 | 12,8 | 13,8 |  |
| сок | ПР | 200 |  | 0,5 | 0, | 20 | 81 | 0,01 | 0,02 | 15 | 0,05 | 0 | 0 | 0 | 50 | 2 | 4 | 0,1 | 0 | 0 |  |
| Хлеб ржаной | ПР | 40 |  | 3 | 1,2 | 20 | 104 | 0,07 | 0,0 | 0 | 0 |  |  |  | 9,3 | 14 | 35 | 1,4 |  |  |  |
| Хлеб белый | ПР | 40 |  | 2,8 | 0,1 | 8,5 | 40,7 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 72 | 15 | 32 | 11 | 0, | 11 | 0, | 61,0 |  |
| масло | 54-19з | 10 |  | 0,1 | 8,2 | 0,1 | 74,8 | 0 | 0,0 | 65,3 | 0 | 0 | 1 | 2 | 1 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0,1 |  |
| сыр | 54-1з | 15 |  | 7,0 | 8,8 | 0 | 107,5 | 0 | 0 | 78 | 0 | 0,21 | 243 | 26 | 264 | 11 | 150 | 0,3 | 0 | 4,4 |  |
| ИТОГО |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Неделя вторая День третий**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда | № тех. карты | Масса порции | стоимость | Пищевые вещества(г) | Энергитич Ценность(ккал) | Витамины (В1,В2,С – в мг; А-мкг. рет. экв; D – мкг) | Минеральные вещества ( в мг) |
| 1 | 2 |  | белки | жиры | Углеводы |  | B1 | B2 | А | Д | С | Na | K | Ca | Mg | Р | Fe | I | Se | F |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Салат из белокочанной капусты с яблоком растительным маслом | 6 | 100 |  | 1,09 | 10,20 | 6,32 | 121,4 | 0,02 | 0,01 | 9,34 | 0,00 | 3 | 0,7 | 330 | 14,3 | 0,7 |  | 40 |  | 15,25 |  |
| Свекольник со сметаной | 54-18с | 250 |  | 2,2 | 5,2 | 13,33 | 110,4 | 0,06 | 0,05 | 74,75 | 0 | 7,3 | 132,75 | 425 | 31 | 26 | 59,26 | 1,23 | 22 | 0,04 |  |
| Капуста тушеная с мясом | 54-10м | 100 |  | 14,1 | 6,3 | 4,4 | 131,3 | 0,04 | 0,1 | 291 | 3,98 | 1,3 | 249 | 209 | 22 | 54 | 110 | 1 | 35 | 12 |  |
| Компот из свежих вит «С» | 53-32хн | 200 |  | 0,5 | 0, | 20 | 81 | 0,01 | 0,02 | 15 | 0,05 | 0 | 0 | 0 | 50 | 2 | 4 | 0,1 | 0 | 0 |  |
| Хлеб ржаной | ПР | 40 |  | 3 | 1,2 | 20 | 104 | 0,07 | 0,0 | 0 | 0 |  |  |  | 9,3 | 14 | 35 | 1,4 |  |  |  |
| Хлеб белый | ПР | 40 |  | 2,8 | 0,1 | 8,5 | 40,7 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 72 | 15 | 32 | 11 | 0, | 11 | 0, | 61,0 |  |
| масло | 54-19з | 10 |  | 0,1 | 8,2 | 0,1 | 74,8 | 0 | 0,0 | 65,3 | 0 | 0 | 1 | 2 | 1 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0,1 |  |
| сыр | 54-1з | 15 |  | 7,0 | 8,8 | 0 | 107,5 | 0 | 0 | 78 | 0 | 0,21 | 243 | 26 | 264 | 11 | 150 | 0,3 | 0 | 4,4 |  |
| ИТОГО |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Неделя вторая День четвертый**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда | № тех. карты | Масса порции | стоимость | Пищевые вещества(г) | Энергитич Ценность(ккал) | Витамины (В1,В2,С – в мг; А-мкг. рет. экв; D – мкг) | Минеральные вещества ( в мг) |
| 1 | 2 |  | белки | жиры | Углеводы |  | B1 | B2 | А | Д | С | Na | K | Ca | Mg | Р | Fe | I | Se | F |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Салат из свеклы с яблоком с растительным маслом | 29 | 100 |  | 1,11 | 5,16 | 12,29 | 89,01 | 0,02 | 0,01 | 9,34 | 0,00 | 3 | 0,7 | 330 | 14,3 | 0,7 |  | 40 |  | 15,25 |  |
| Суп картофельный с рыбой минтай | 54-20с | 250 |  | 8,3 | 5,02 | 19,9 | 166,4 | 0,18 | 0,07 | 5,95 | 121,5 | 0 | 478 | 20 | 2,5 | 36 | 119 | 34 | 10,5 | 35,3 |  |
| Картофель отварной в молоке | 54-4г | 200 |  | 4,5 | 5,9 | 26,5 | 176,0 | 0,14 | 0,12 | 8,3 | 2,28 | 10,9 | 169 | 692 | 62 | 33 | 109 | 1,2 | 30,8 | 1,5 |  |
| Чай с молоком | 54-4гн | 200 |  | 1,6 | 1,4 | 8,6 | 53,5 | 0,01 | 0,02 | 6,9 | 0,41 | 0,3 | 19,7 | 8,3 | 57,3 | 9,9 | 46,3 | 0,8 | 4,5 | 0,9 |  |
| Хлеб ржаной | ПР | 40 |  | 3 | 1,2 | 20 | 104 | 0,07 | 0,0 | 0 | 0 |  |  |  | 9,3 | 14 | 35 | 1,4 |  |  |  |
| Хлеб белый | ПР | 40 |  | 2,8 | 0,1 | 8,5 | 40,7 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 72 | 15 | 32 | 11 | 0, | 11 | 0, | 61,0 |  |
| масло | 54-19з | 10 |  | 0,1 | 8,2 | 0,1 | 74,8 | 0 | 0,0 | 65,3 | 0 | 0 | 1 | 2 | 1 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0,1 |  |
| сыр | 54-1з | 15 |  | 7,0 | 8,8 | 0 | 107,5 | 0 | 0 | 78 | 0 | 0,21 | 243 | 26 | 264 | 11 | 150 | 0,3 | 0 | 4,4 |  |
| ИТОГО |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Неделя вторая День пятый**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда | № тех. карты | Масса порции | стоимость | Пищевые вещества(г) | Энергитич Ценность(ккал) | Витамины (В1,В2,С – в мг; А-мкг. рет. экв; D – мкг) | Минеральные вещества ( в мг) |
| 1 | 2 |  | белки | жиры | Углеводы |  | B1 | B2 | А | Д | С | Na | K | Ca | Mg | Р | Fe | I | Se | F |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Салат вмтаминный | 2 | 100 |  | 1,14 | 10,14 | 11,54 | 74 | 0,02 | 0,01 | 9,34 | 0,00 | 3 | 0,7 | 330 | 14,3 | 0,7 |  | 40 |  | 15,25 |  |
| Рассольник домашний | 54-4с | 250 |  | 8,3 | 5,02 | 19,9 | 166,4 | 0,18 | 0,07 | 5,95 | 121,5 | 0 | 478 | 20 | 2,5 | 36 | 119 | 34 | 10,5 | 35,3 |  |
| Макароны с сыром | 54-3г | 180 |  | 7,9 | 7,2 | 28,6 | 210,6 | 0,05 | 0,05 | 38,5 | 1,08 | 0,04 | 241 | 57 | 126 | 11 | 1-00 | 0.8 | 20,7 | 1,9 |  |
| Компот из свнжих фруктов вит «С» | 54-32хн | 200 |  | 0,5 | 0, | 20 | 81 | 0,01 | 0,02 | 15 | 0,05 | 0 | 0 | 0 | 50 | 2 | 4 | 0,1 | 0 | 0 |  |
| Хлеб ржаной | ПР | 40 |  | 3 | 1,2 | 20 | 104 | 0,07 | 0,0 | 0 | 0 |  |  |  | 9,3 | 14 | 35 | 1,4 |  |  |  |
| Хлеб белый | ПР | 40 |  | 2,8 | 0,1 | 8,5 | 40,7 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 72 | 15 | 32 | 11 | 0, | 11 | 0, | 61,0 |  |
| масло | 54-19з | 10 |  | 0,1 | 8,2 | 0,1 | 74,8 | 0 | 0,0 | 65,3 | 0 | 0 | 1 | 2 | 1 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0,1 |  |
| сыр | 54-1з | 15 |  | 7,0 | 8,8 | 0 | 107,5 | 0 | 0 | 78 | 0 | 0,21 | 243 | 26 | 264 | 11 | 150 | 0,3 | 0 | 4,4 |  |
| ИТОГО |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |