



|      |        |               |              |             |                         |              |             |             |             |             |              |              |                          |             |
|------|--------|---------------|--------------|-------------|-------------------------|--------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------------------|-------------|
| Хлеб |        | <u>50</u>     | <u>94,5</u>  | <u>2,8</u>  | <u>0,55</u>             | <u>18,75</u> | <u>0,05</u> | <u>0</u>    | <u>0</u>    | <u>0,01</u> | <u>8,46</u>  | <u>26,9</u>  | <u>4,94</u>              | <u>0,37</u> |
| Чай  | Т.к433 | <u>200</u>    | <u>57</u>    | <u>0,2</u>  | <u>0,05</u>             | <u>15,01</u> | <u>0</u>    | <u>0,01</u> | <u>0</u>    | <u>0,01</u> | <u>5,25</u>  | <u>8,24</u>  | <u>4,4</u>               | <u>0,86</u> |
|      |        | <u>Итого:</u> | <u>534,7</u> | <u>22,4</u> | <u>21,9</u><br><u>5</u> | <u>63,16</u> | <u>0,34</u> | <u>0,01</u> | <u>0,03</u> | <u>0,02</u> | <u>30,95</u> | <u>38,04</u> | <u>148,1</u><br><u>4</u> | <u>5,9</u>  |

| Наименование блюда                    | Технологическая карта | Масса порции  | Энергетическая ценность | Пищевые вещества(г) |             |              | Витамины(мг) |             |              |              | Минеральные вещества(мг) |              |              |             |
|---------------------------------------|-----------------------|---------------|-------------------------|---------------------|-------------|--------------|--------------|-------------|--------------|--------------|--------------------------|--------------|--------------|-------------|
|                                       |                       |               |                         | Б                   | Ж           | У            | В1           | С           | А            | Е            | Са                       | Р            | Мg           | Fe          |
| <b>Четверг:</b>                       |                       |               |                         |                     |             |              |              |             |              |              |                          |              |              |             |
| Каша молочная рисовая                 | Т.к330                | 150           | 192                     | 3,74                | 8,85        | 24,11        | 0,45         | 0,99        | 0,45         |              | 97,34                    | 103,8        | 22,08        | 0,32        |
| Какао с молоком сгущенным             | Т.к1+                 | 200           | 156,4                   | 3,3                 | 3,3         | 27           | 0,06         | 1,95        | 0,03         | 0            | 180                      | 135          | 21           | 0,09        |
| Бутерброд с сыром                     | Т.к90                 | 40\15         | 133                     | 5,75                | 5,25        | 14,9         | 0,05         | 0,24        | 0,03         | 0,06         | 156,6                    | 106,5        | 17,4         | 0,76        |
|                                       |                       | <u>Итого:</u> | <u>481,40</u>           | <u>12,79</u>        | <u>17,4</u> | <u>66,01</u> | <u>0,56</u>  | <u>3,18</u> | <u>0,51</u>  | <u>0,06</u>  | <u>433,9</u><br><u>4</u> | <u>345,3</u> | <u>60,48</u> | <u>1,17</u> |
| <b>Пятница:</b>                       |                       |               |                         |                     |             |              |              |             |              |              |                          |              |              |             |
| Макароны отварные                     | Т.к447                | 150           | 211,5                   | 5,48                | 4,98        | 34,9         | 0,12         | 0           | 0,03         | 0,02         | 40,95                    | 60,06        | 24,6         | 0,99        |
| Филе птицы, тушенное в томатном соусе | Т.к18+                | 75            | 162,4                   | 11,8                | 11,6        | 3,08         | 0,06         | 4,04        | 0,03         | 0,09         | 22,2                     | 111          | 18,5         | 1,22        |
| Компот лимонный                       | Т.к2+                 | 200           | 96                      | 1,3                 | 0           | 23,7         | 0,03         | 1,22        | 0,18         | 0            | 49,5                     | 44,53        | 32           | 1,02        |
| Хлеб                                  |                       | 50            | 94,5                    | 2,8                 | 0,55        | 18,75        | 0,05         | 0           | 0            | 0,01         | 8,46                     | 26,9         | 4,94         | 0,37        |
|                                       |                       | <u>Итого:</u> | <u>564,4</u>            | <u>21,38</u>        | <u>17,1</u> | <u>80,43</u> | <u>0,026</u> | <u>5,26</u> | <u>0,024</u> | <u>0,012</u> | <u>121,1</u>             | <u>242,4</u> | <u>80,04</u> | <u>3,6</u>  |

| Наименование блюда        | Технологическая карта | Масса порции         | Энергетическая ценность | Пищевые вещества(г) |                     |                     | Витамины(мг)        |                    |                     |                    | Минеральные вещества(мг) |                     |                      |                    |
|---------------------------|-----------------------|----------------------|-------------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|--------------------|---------------------|--------------------|--------------------------|---------------------|----------------------|--------------------|
|                           |                       |                      |                         | Б                   | Ж                   | У                   | В1                  | С                  | А                   | Е                  | Са                       | Р                   | Mg                   | Fe                 |
| <b>2 неделя:</b>          |                       |                      |                         |                     |                     |                     |                     |                    |                     |                    |                          |                     |                      |                    |
| <b>Понедельник:</b>       |                       |                      |                         |                     |                     |                     |                     |                    |                     |                    |                          |                     |                      |                    |
| Каша молочная гречневая   | Т.к.326               | 150                  | 216                     | 13,09               | 7,13                | 50,91               | 0,36                | 1,95               | 0,03                | 0,03               | 196,89                   | 345,53              | 162,47               | 4,85               |
| Какао с молоком сгущенным | Т.к.1+                | 200                  | 156,4                   | 3,3                 | 3,3                 | 26,95               | 0,06                | 1,95               | 0,03                | 0                  | 180,9                    | 135,0               | 21,0                 | 0,09               |
| Бутерброд с сыром         | Т.к.90                | 30\15                | 133                     | 5,75                | 5,25                | 14,9                | 0,05                | 0,24               | 0,03                | 0,06               | 156,6                    | 106,5               | 17,4                 | 0,76               |
|                           |                       | <i><u>Итого:</u></i> | <i><u>505,4</u></i>     | <i><u>22,14</u></i> | <i><u>15,68</u></i> | <i><u>92,76</u></i> | <i><u>0,47</u></i>  | <i><u>4,14</u></i> | <i><u>0,09</u></i>  | <i><u>0,09</u></i> | <i><u>534,39</u></i>     | <i><u>587,0</u></i> | <i><u>200,87</u></i> | <i><u>5,7</u></i>  |
| <b>Вторник:</b>           |                       |                      |                         |                     |                     |                     |                     |                    |                     |                    |                          |                     |                      |                    |
| Пельмени с маслом         | Т.к 179               | 200                  | 522,5                   | 22,24               | 18,3                | 51,5                | 0,36                | 0,56               |                     |                    | 41,76                    |                     |                      |                    |
| Компот из кураги          | Т.к.389               | 200                  | 96                      | 1,30                | 0                   | 23,73               | 0,02                | 1,0                | 0                   |                    | 40,20                    | 36,50               | 26,25                | 0,83               |
| Батон                     |                       | 50                   | 135,5                   | 4                   | 1,5                 | 26,5                |                     |                    |                     |                    |                          |                     |                      |                    |
|                           |                       | <i><u>Итого:</u></i> | <i><u>754,0</u></i>     | <i><u>29,54</u></i> | <i><u>19,8</u></i>  | <i><u>101,7</u></i> | <i><u>0,38</u></i>  | <i><u>1,56</u></i> | <i><u>0</u></i>     |                    | <i><u>81,96</u></i>      | <i><u>36,50</u></i> | <i><u>26,25</u></i>  | <i><u>0,83</u></i> |
| <b>Среда:</b>             |                       |                      |                         |                     |                     |                     |                     |                    |                     |                    |                          |                     |                      |                    |
| Рис отварной              | Т.к.448               | 100                  | 152                     | 2,54                | 4,07                | 25,74               | 0,02                | 0                  | 0,02                |                    | 21,82                    | 54,85               | 19,11                | 0,51               |
| Куриная голень            | Т.к.9 +               | 120                  | 322,5                   | 38,2                | 14,7                | 1,4                 | 0,125               | 0,38               | 0,125               |                    | 39,1                     | 344                 | 38,65                | 2,95               |
| Компот из изюма           | Т.к.385               | <u>200</u>           | <u>98</u>               | <u>0,41</u>         |                     | <u>25,16</u>        | <u>0,03</u>         |                    |                     |                    | <u>18,6</u>              | <u>29,67</u>        | <u>9,66</u>          | <u>0,72</u>        |
| Хлеб                      |                       | 50                   | 94,5                    | 2,8                 | 0,55                | 18,75               | 0,05                | 0                  | 0                   | 0,01               | 8,46                     | 26,9                | 4,94                 | 0,37               |
|                           |                       | <i><u>Итого:</u></i> | <i><u>667,0</u></i>     | <i><u>43,95</u></i> | <i><u>19,3</u></i>  | <i><u>71,05</u></i> | <i><u>0,225</u></i> | <i><u>0,38</u></i> | <i><u>0,145</u></i> | <i><u>0,01</u></i> | <i><u>87,98</u></i>      | <i><u>455,4</u></i> | <i><u>72,36</u></i>  | <i><u>4,55</u></i> |

| Наименование блюда | Технологическая карта | Масса порции | Энергетическая ценность | Пищевые вещества(г) |   |   | Витамины(мг) |   |   |   | Минеральные вещества(мг) |   |    |    |
|--------------------|-----------------------|--------------|-------------------------|---------------------|---|---|--------------|---|---|---|--------------------------|---|----|----|
|                    |                       |              |                         | Б                   | Ж | У | В1           | С | А | Е | Са                       | Р | Mg | Fe |
| <b>2 неделя:</b>   |                       |              |                         |                     |   |   |              |   |   |   |                          |   |    |    |

| <b>Четверг:</b>           |         |               |               |              |                         |                          |             |             |             |             |                          |                          |                          |             |
|---------------------------|---------|---------------|---------------|--------------|-------------------------|--------------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|-------------|
| Каша молочная пшено       | Т.к.323 | 150           | 190,0         | 4,59         | 8,8                     | 43,13                    | 0,06        | 1,41        | 0,05        | 0,03        | 100,3                    | 91,4                     | 16,4                     | 0,8         |
| Какао с молоком сгущенным | Т.к1+   | 200           | 156,4         | 3,3          | 3,3                     | 27                       | 0,06        | 1,95        | 0,03        | 0           | 180                      | 135                      | 21                       | 0,09        |
| Баранки                   |         | 50            | 173           | 5,35         | 0,8                     | 35,05                    |             |             |             |             |                          |                          |                          |             |
| Бутерброд с сыром         | Т.к90   | 40\15         | 133           | 5,75         | 5,25                    | 14,9                     | 0,05        | 0,24        | 0,03        | 0,06        | 156,6                    | 106,5                    | 17,4                     | 0,76        |
|                           |         | <i>Итого:</i> | <u>653,40</u> | <u>18,99</u> | <u>18,1</u><br><u>5</u> | <u>120,0</u><br><u>8</u> | <u>0,17</u> | <u>3,6</u>  | <u>0,11</u> | <u>0,09</u> | <u>436,9</u>             | <u>332,9</u>             | <u>54,8</u>              | <u>1,65</u> |
| <b>Пятница:</b>           |         |               |               |              |                         |                          |             |             |             |             |                          |                          |                          |             |
| Рыба припущенная          | Т.к 229 | 100           | 236           | 20,7         | 12,4                    | 10,42                    | 0,14        | 6,58        | 0,08        |             | 64,8                     | 293,1                    | 47,7                     | 1,5         |
| Жаркое по домашнему       | Т.к.158 | 150           | 214           | 27,27        | 9,51                    | 67,60                    | 0,30        | 33,8        | 0,03        | 0,6         | 35,76                    | 348,7                    | 67,60                    | 4,17        |
| Компот из лимонов         | Т.к.2   | 200           | 96            | 1,3          | 0                       | 23,7                     | 0,03        | 1,22        | 0,18        | 0           | 49,5                     | 44,53                    | 32                       | 1,02        |
| Хлеб                      |         | 50            | 94,5          | 2,8          | 0,55                    | 18,75                    | 0,05        | 0           | 0           | 0,01        | 8,46                     | 26,9                     | 4,94                     | 0,37        |
|                           |         | <i>Итого:</i> | <u>640,5</u>  | <u>52,07</u> | <u>22,4</u><br><u>6</u> | <u>120,4</u><br><u>7</u> | <u>0,52</u> | <u>41,6</u> | <u>0,29</u> | <u>0,61</u> | <u>158,5</u><br><u>2</u> | <u>713,2</u><br><u>3</u> | <u>152,2</u><br><u>4</u> | <u>7,06</u> |