

СОВАНО

Фомин А.М.

«ОБЩЕСТВЕННОЕ  
ПИТАНИЕ»

ОБЩЕСТВЕННАЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ • 02.11.2011

ОБЩЕСТВЕННАЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ • 02.11.2011

| № п/п | Прием пищи            | Наименование блюда                           | Выход блюда | Пищевые вещества, г |              |               | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------|-----------------------|----------------------------------------------|-------------|---------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
|       |                       |                                              |             | Б                   | Ж            | У             |                                |
| 1     |                       |                                              |             |                     |              |               |                                |
|       | <u>ЗАВТРАК</u>        | Плоды свежие (яблоки)                        | 100         | 0,40                | 0,40         | 47,00         |                                |
|       | <u>ЗАВТРАК</u>        | Каша пшенная молочная жидкая                 | 150         | 5,85                | 7,10         | 212,70        |                                |
|       | <u>ЗАВТРАК</u>        | Кофейный напиток с молоком                   | 200         | 3,20                | 2,70         | 79,00         |                                |
|       | <u>ЗАВТРАК</u>        | Батон нарезной                               | 20          | 1,50                | 0,58         | 52,40         |                                |
|       | <u>ЗАВТРАК</u>        | Хлеб ржаной                                  | 30          | 1,98                | 0,36         | 52,20         |                                |
|       | <b>ГО ЗА ЗАВТРАК:</b> |                                              | <b>500</b>  | <b>12,93</b>        | <b>11,14</b> | <b>443,30</b> |                                |
|       | <u>ОБЕД</u>           | Овощи натуральные (помидоры) О               | 60          | 0,66                | 0,12         | 14,40         |                                |
|       | <u>ОБЕД</u>           | Щи из квашеной капусты с картофелем          | 200         | 1,24                | 7,96         | 102,40        |                                |
|       | <u>ОБЕД</u>           | Гуляш из отварного мяса (1-й вариант)        | 90          | 15,45               | 16,50        | 222,75        |                                |
|       | <u>ОБЕД</u>           | Макаронные изделия отварные                  | 150         | 5,65                | 0,67         | 144,90        |                                |
|       | <u>ОБЕД</u>           | Компот из свежих плодов или ягод (из плодов) | 200         | 0,50                | 0,20         | 96,00         |                                |
|       | <u>ОБЕД</u>           | Хлеб ржаной О                                | 30          | 1,98                | 0,36         | 52,20         |                                |

| №<br>п/п | Прием пищи     | Наименование блюда                                | Выход блюда | Пищевые вещества, г |       |        | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|----------|----------------|---------------------------------------------------|-------------|---------------------|-------|--------|-----------------------------------|
|          |                |                                                   |             | Б                   | Ж     | У      |                                   |
|          |                |                                                   |             |                     |       |        |                                   |
|          | <u>ОБЕД</u>    | Хлеб пшеничный (Валетек 8)                        | 20          | 1,52                | 0,16  | 9,84   | 46,60                             |
|          | ГО ЗА ОБЕД:    |                                                   | 750         | 27,00               | 25,97 | 95,13  | 679,25                            |
|          | ИТОГО ЗА ДЕНЬ: |                                                   | 1250        | 39,93               | 37,11 | 167,98 | 1122,55                           |
| 2        |                |                                                   |             |                     |       |        |                                   |
|          | <u>ЗАВТРАК</u> | Масло сливочное                                   | 10          | 0,05                | 8,25  | 0,08   | 74,80                             |
|          | <u>ЗАВТРАК</u> | Йогурт                                            | 115         | 5,75                | 3,68  | 9,78   | 100,05                            |
|          | <u>ЗАВТРАК</u> | Каша рисовая молочная жидкая                      | 130         | 3,60                | 5,60  | 21,06  | 149,11                            |
|          | <u>ЗАВТРАК</u> | Чай с молоком                                     | 200         | 1,50                | 1,30  | 15,90  | 81,00                             |
|          | <u>ЗАВТРАК</u> | Хлеб ржаной                                       | 30          | 1,98                | 0,36  | 10,02  | 52,20                             |
|          | <u>ЗАВТРАК</u> | Батон нарезной                                    | 20          | 1,50                | 0,58  | 10,28  | 52,40                             |
|          | ГО ЗА ЗАВТРАК: |                                                   | 505         | 14,38               | 19,77 | 67,12  | 509,56                            |
|          | <u>ОБЕД</u>    | Овощи натуральные (огурцы) О                      | 60          | 0,48                | 0,06  | 1,50   | 8,40                              |
|          | <u>ОБЕД</u>    | Рассольник домашний                               | 200         | 5,66                | 4,16  | 30,24  | 149,00                            |
|          | <u>ОБЕД</u>    | Курица в соусе томатном                           | 90          | 10,20               | 10,12 | 3,08   | 144,00                            |
|          | <u>ОБЕД</u>    | Картофель отварной в молоке                       | 150         | 4,65                | 6,30  | 23,10  | 168,00                            |
|          |                | Напиток с витаминами "Валетек Классные Витаминки" | 180         | 0,00                | 0,00  | 17,46  | 67,50                             |
|          | <u>ОБЕД</u>    | Хлеб ржаной О                                     | 30          | 1,98                | 0,36  | 10,02  | 52,20                             |
|          | <u>ОБЕД</u>    | Хлеб пшеничный (Валетек 8)                        | 20          | 1,52                | 0,16  | 9,84   | 46,60                             |
|          | ГО ЗА ОБЕД:    |                                                   | 730         | 24,49               | 21,16 | 95,24  | 635,70                            |
|          | ИТОГО ЗА ДЕНЬ: |                                                   | 1235        | 38,87               | 40,93 | 162,36 | 1145,26                           |
| 3        |                |                                                   |             |                     |       |        |                                   |
|          | <u>ЗАВТРАК</u> | Масло сливочное                                   | 10          | 0,05                | 8,25  | 0,08   | 74,80                             |
|          | <u>ЗАВТРАК</u> | Суп молочный с макаронными изделиями              | 250         | 7,12                | 6,58  | 23,72  | 182,50                            |
|          | <u>ЗАВТРАК</u> | Чай с лимоном                                     | 200         | 0,10                | 0,00  | 15,20  | 61,00                             |
|          | <u>ЗАВТРАК</u> | Хлеб ржаной                                       | 30          | 1,98                | 0,36  | 10,02  | 52,20                             |

| №<br>порции   | Прием пищи     | Наименование блюда            | Выход блюда | Пищевые вещества, г |       |        | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|---------------|----------------|-------------------------------|-------------|---------------------|-------|--------|-----------------------------------|
|               |                |                               |             | Б                   | Ж     | У      |                                   |
|               |                |                               |             |                     |       |        |                                   |
|               | <u>ЗАВТРАК</u> | Батон нарезной                | 20          | 1,50                | 0,58  | 10,28  | 52,40                             |
|               | <u>ЗАВТРАК</u> | Сыр сычужный твердый порциями | 10          | 2,56                | 2,61  | 0,00   | 34,30                             |
| О ЗА ЗАВТРАК: |                |                               | 520         | 13,31               | 18,38 | 59,30  | 457,20                            |
|               | <u>ОБЕД</u>    | Фрукты свежие (яблоки)        | 100         | 0,40                | 0,40  | 9,80   | 47,00                             |
|               | <u>ОБЕД</u>    | Борщ с капустой и картофелем  | 200         | 3,46                | 4,00  | 18,52  | 95,89                             |
|               | <u>ОБЕД</u>    | Котлеты мясные припущенные    | 90          | 13,50               | 9,64  | 8,36   | 169,71                            |
|               | <u>ОБЕД</u>    | Каша ячневая вязкая           | 150         | 4,80                | 8,55  | 26,82  | 203,40                            |
|               | <u>ОБЕД</u>    | Компот из яблок с лимонами    | 180         | 0,27                | 0,18  | 22,59  | 92,70                             |
|               | <u>ОБЕД</u>    | Хлеб ржаной О                 | 30          | 1,98                | 0,36  | 10,02  | 52,20                             |
|               | <u>ОБЕД</u>    | Хлеб пшеничный (Валетек 8)    | 20          | 1,52                | 0,16  | 9,84   | 46,60                             |
| О ЗА ОБЕД:    |                |                               | 770         | 25,93               | 23,29 | 105,95 | 707,50                            |
| ГО ЗА ДЕНЬ:   |                |                               | 1290        | 39,24               | 41,67 | 165,25 | 1164,70                           |
| 4             |                |                               |             |                     |       |        |                                   |
|               | <u>ЗАВТРАК</u> | Горошек зеленый               | 60          | 1,86                | 2,22  | 3,84   | 43,20                             |
|               | <u>ЗАВТРАК</u> | Омлет натуральный             | 190         | 16,38               | 25,42 | 4,39   | 309,85                            |
|               | <u>ЗАВТРАК</u> | Какао с молоком (1-й вариант) | 200         | 3,60                | 3,30  | 25,00  | 144,00                            |
|               | <u>ЗАВТРАК</u> | Батон нарезной                | 20          | 1,50                | 0,58  | 10,28  | 52,40                             |
|               | <u>ЗАВТРАК</u> | Хлеб ржаной                   | 30          | 1,98                | 0,36  | 10,02  | 52,20                             |
| О ЗА ЗАВТРАК: |                |                               | 500         | 25,32               | 31,88 | 53,53  | 601,65                            |
|               | <u>ОБЕД</u>    | Салат из свеклы отварной      | 60          | 0,90                | 3,30  | 5,04   | 53,40                             |
|               | <u>ОБЕД</u>    | Суп с бобовыми                | 200         | 5,72                | 38,52 | 39,70  | 439,40                            |
|               | <u>ОБЕД</u>    | Котлеты рыбные                | 90          | 12,51               | 1,89  | 8,64   | 101,70                            |
|               | <u>ОБЕД</u>    | Картофельное пюре             | 150         | 3,15                | 6,60  | 16,35  | 138,00                            |
|               | <u>ОБЕД</u>    | Чай с сахаром                 | 180         | 0,09                | 0,00  | 13,50  | 54,00                             |
|               | <u>ОБЕД</u>    | Хлеб ржаной О                 | 30          | 1,98                | 0,36  | 10,02  | 52,20                             |
|               | <u>ОБЕД</u>    | Хлеб пшеничный (Валетек 8)    | 20          | 1,52                | 0,16  | 9,84   | 46,60                             |
| О ЗА ОБЕД:    |                |                               | 730         | 25,87               | 50,83 | 103,09 | 885,30                            |

| №<br>п/п    | Прием пищи     | Наименование блюда                                                                                                                         | Выход блюда | Пищевые вещества, г |       |        | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|-------------|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------------|-------|--------|-----------------------------------|
|             |                |                                                                                                                                            |             | Б                   | Ж     | У      |                                   |
| ГО ЗА ДЕНЬ: |                |                                                                                                                                            |             | 1230                | 82,71 | 156,62 | 1486,95                           |
| 5           |                |                                                                                                                                            |             |                     |       |        |                                   |
|             | <u>ЗАВТРАК</u> | Овощи натуральные (огурцы) 3                                                                                                               | 60          | 0,48                | 0,06  | 1,50   | 8,40                              |
|             |                | Каша из пшена и риса молочная жидкая<br>"Дружба" с использованием смеси сухой с<br>витаминами и магнием для напитка "Валетек"<br>для детей | 190         |                     |       |        |                                   |
|             | <u>ЗАВТРАК</u> | Чай с молоком                                                                                                                              | 200         | 5,89                | 9,12  | 25,65  | 209,00                            |
|             | <u>ЗАВТРАК</u> | Хлеб ржаной                                                                                                                                | 30          | 1,50                | 1,30  | 15,90  | 81,00                             |
|             | <u>ЗАВТРАК</u> | Батон нарезной                                                                                                                             | 20          | 1,98                | 0,36  | 10,02  | 52,20                             |
|             | О ЗА ЗАВТРАК:  |                                                                                                                                            | 500         | 11,35               | 11,42 | 63,35  | 403,00                            |
|             | <u>ОБЕД</u>    | Овощи натуральные (помидоры) О                                                                                                             | 60          | 0,66                | 0,12  | 2,28   | 14,40                             |
|             | <u>ОБЕД</u>    | Суп картофельный с фрикадельками (мясными)                                                                                                 | 200         | 1,76                | 2,36  | 41,76  | 138,40                            |
|             | <u>ОБЕД</u>    | Жаркое по-домашнему                                                                                                                        | 240         | 28,37               | 25,32 | 18,12  | 413,45                            |
|             | <u>ОБЕД</u>    | Компот из свежих плодов или ягод (из плодов)                                                                                               | 180         | 0,45                | 0,18  | 20,79  | 86,40                             |
|             | <u>ОБЕД</u>    | Хлеб ржаной О                                                                                                                              | 30          | 1,98                | 0,36  | 10,02  | 52,20                             |
|             | <u>ОБЕД</u>    | Хлеб пшеничный (Валетек 8)                                                                                                                 | 20          | 1,52                | 0,16  | 9,84   | 46,60                             |
|             | О ЗА ОБЕД:     |                                                                                                                                            | 730         | 34,74               | 28,50 | 102,81 | 751,45                            |
|             | ГО ЗА ДЕНЬ:    |                                                                                                                                            | 1230        | 46,09               | 39,92 | 166,16 | 1154,45                           |
| 6           |                |                                                                                                                                            |             |                     |       |        |                                   |
|             | <u>ЗАВТРАК</u> | Сыр сычужный твердый порциями                                                                                                              | 10          | 2,56                | 2,61  | 0,00   | 34,30                             |
|             | <u>ЗАВТРАК</u> | Плоды свежие (яблоки)                                                                                                                      | 100         | 0,40                | 0,40  | 9,80   | 47,00                             |
|             |                | Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" вязкая                                                                                                  | 140         | 5,99                | 9,88  | 22,06  | 201,18                            |
|             | <u>ЗАВТРАК</u> | Чай с сахаром                                                                                                                              | 200         | 0,10                | 0,00  | 15,00  | 60,00                             |
|             | <u>ЗАВТРАК</u> | Хлеб ржаной                                                                                                                                | 30          | 1,98                | 0,36  | 10,02  | 52,20                             |

| №<br>п/п | Прием пищи     | Наименование блюда                                  | Выход блюда | Пищевые вещества, г |       |        | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|----------|----------------|-----------------------------------------------------|-------------|---------------------|-------|--------|-----------------------------------|
|          |                |                                                     |             | Б                   | Ж     | У      |                                   |
|          |                |                                                     |             |                     |       |        |                                   |
|          | <u>ЗАВТРАК</u> | Батон нарезной                                      | 20          | 1,50                | 0,58  | 10,28  | 52,40                             |
|          | ГО ЗА ЗАВТРАК: |                                                     | 500         | 12,53               | 13,83 | 67,16  | 447,08                            |
|          | <u>ОБЕД</u>    | Овощи натуральные (огурцы) О                        | 60          | 0,48                | 0,06  | 1,50   | 8,40                              |
|          | <u>ОБЕД</u>    | Щи из свежей капусты с картофелем                   | 200         | 1,40                | 3,98  | 18,22  | 81,60                             |
|          | <u>ОБЕД</u>    | Курица в соусе томатном                             | 90          | 10,20               | 10,12 | 3,08   | 144,00                            |
|          | <u>ОБЕД</u>    | Каша гречневая рассыпчатая                          | 150         | 8,55                | 7,85  | 37,08  | 253,05                            |
|          | <u>ОБЕД</u>    | Напиток с витаминами "Валетек Классные<br>Витамины" | 180         | 0,00                | 0,00  | 17,46  | 67,50                             |
|          | <u>ОБЕД</u>    | Хлеб ржаной О                                       | 30          | 1,98                | 0,36  | 10,02  | 52,20                             |
|          | <u>ОБЕД</u>    | Хлеб пшеничный (Валетек 8)                          | 20          | 1,52                | 0,16  | 9,84   | 46,60                             |
|          | ГО ЗА ОБЕД:    |                                                     | 730         | 24,13               | 22,53 | 97,20  | 653,35                            |
|          | ГО ЗА ДЕНЬ:    |                                                     | 1230        | 36,66               | 36,36 | 164,36 | 1100,43                           |
| 7        |                |                                                     |             |                     |       |        |                                   |
|          | <u>ЗАВТРАК</u> | Масло сливочное                                     | 10          | 0,05                | 8,25  | 0,08   | 74,80                             |
|          | <u>ЗАВТРАК</u> | Йогурт                                              | 115         | 5,75                | 3,68  | 9,78   | 100,05                            |
|          | <u>ЗАВТРАК</u> | Каша ячневая молочная с маслом сливочным            | 130         | 3,90                | 3,45  | 19,96  | 126,75                            |
|          | <u>ЗАВТРАК</u> | Кофейный напиток с молоком                          | 200         | 3,20                | 2,70  | 15,90  | 79,00                             |
|          | <u>ЗАВТРАК</u> | Хлеб ржаной                                         | 30          | 1,98                | 0,36  | 10,02  | 52,20                             |
|          | <u>ЗАВТРАК</u> | Батон нарезной                                      | 20          | 1,50                | 0,58  | 10,28  | 52,40                             |
|          | ГО ЗА ЗАВТРАК: |                                                     | 505         | 16,38               | 19,02 | 66,02  | 435,20                            |
|          | <u>ОБЕД</u>    | Салат из свеклы отварной                            | 60          | 0,90                | 3,30  | 5,04   | 53,40                             |
|          | <u>ОБЕД</u>    | Суп- пюре из разных овощей                          | 200         | 2,34                | 4,02  | 10,64  | 88,20                             |
|          | <u>ОБЕД</u>    | Плов из отварного мяса                              | 240         | 18,14               | 17,86 | 47,23  | 422,40                            |
|          | <u>ОБЕД</u>    | Компот из свежих плодов или ягод (из плодов)        | 180         | 0,45                | 0,18  | 20,79  | 86,40                             |

| №<br>п/п | Прием пищи     | Наименование блюда                | Выход блюда | Пищевые вещества, г |       |        | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|----------|----------------|-----------------------------------|-------------|---------------------|-------|--------|-----------------------------------|
|          |                |                                   |             | Б                   | Ж     | У      |                                   |
|          |                |                                   |             |                     |       |        |                                   |
|          | <u>ОБЕД</u>    | Хлеб ржаной О                     | 30          | 1,98                | 0,36  | 10,02  | 52,20                             |
|          | <u>ОБЕД</u>    | Хлеб пшеничный (Валетек 8)        | 20          | 1,52                | 0,16  | 9,84   | 46,60                             |
|          | О ЗА ОБЕД:     |                                   | 730         | 25,33               | 25,88 | 103,56 | 749,20                            |
|          | ГО ЗА ДЕНЬ:    |                                   | 1235        | 41,71               | 44,90 | 169,58 | 1234,40                           |
| 8        | ✓              |                                   |             |                     |       |        |                                   |
|          | <u>ЗАВТРАК</u> | Овощи натуральные (помидоры) 3    | 60          | 0,66                | 0,12  | 2,28   | 14,40                             |
|          | <u>ЗАВТРАК</u> | Масло сливочное                   | 10          | 0,05                | 8,25  | 0,08   | 74,80                             |
|          | <u>ЗАВТРАК</u> | Каша пшеничная молочная жидкая    | 180         | 7,02                | 8,52  | 32,22  | 255,24                            |
|          | <u>ЗАВТРАК</u> | Чай с лимоном                     | 200         | 0,10                | 0,00  | 15,20  | 61,00                             |
|          | <u>ЗАВТРАК</u> | Хлеб ржаной                       | 30          | 1,98                | 0,36  | 10,02  | 52,20                             |
|          | <u>ЗАВТРАК</u> | Батон нарезной                    | 20          | 1,50                | 0,58  | 10,28  | 52,40                             |
|          | О ЗА ЗАВТРАК:  |                                   | 500         | 11,31               | 17,83 | 70,08  | 510,04                            |
|          | <u>ОБЕД</u>    | Плоды свежие (яблоки)             | 100         | 0,40                | 0,40  | 9,80   | 47,00                             |
|          | <u>ОБЕД</u>    | Борщ с капустой и картофелем      | 200         | 3,46                | 4,00  | 18,52  | 95,89                             |
|          | <u>ОБЕД</u>    | Птица отварная                    | 90          | 21,21               | 14,66 | 0,51   | 218,57                            |
|          | <u>ОБЕД</u>    | Макаронные изделия отварные       | 150         | 5,65                | 0,67  | 29,04  | 144,90                            |
|          | <u>ОБЕД</u>    | Компот из плодов или ягод сушеных | 180         | 0,27                | 0,00  | 18,09  | 72,90                             |
|          | <u>ОБЕД</u>    | Хлеб ржаной О                     | 30          | 1,98                | 0,36  | 10,02  | 52,20                             |
|          | <u>ОБЕД</u>    | Хлеб пшеничный (Валетек 8)        | 20          | 1,52                | 0,16  | 9,84   | 46,60                             |
|          | О ЗА ОБЕД:     |                                   | 770         | 34,49               | 20,25 | 95,82  | 678,06                            |
|          | О ЗА ДЕНЬ:     |                                   | 1270        | 45,80               | 38,08 | 165,90 | 1188,10                           |
|          | ✓              |                                   |             |                     |       |        |                                   |
|          | <u>ЗАВТРАК</u> | Сыр сычужный твердый порциями     | 10          | 2,56                | 2,61  | 0,00   | 34,30                             |
|          | <u>ЗАВТРАК</u> | Молоко сгущенное                  | 25          | 1,80                | 2,12  | 13,88  | 82,00                             |
|          | <u>ЗАВТРАК</u> | Пудинг из творога паровой         | 220         | 30,65               | 23,91 | 48,40  | 530,93                            |
|          | <u>ЗАВТРАК</u> | Какао с молоком (2-й вариант)     | 200         | 5,00                | 4,40  | 31,70  | 186,00                            |

| №<br>п/п | Прием пищи            | Наименование блюда                                              | Выход блюда | Пищевые вещества, г |       |        | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|----------|-----------------------|-----------------------------------------------------------------|-------------|---------------------|-------|--------|-----------------------------------|
|          |                       |                                                                 |             | Б                   | Ж     | У      |                                   |
|          |                       |                                                                 |             |                     |       |        |                                   |
|          | <u>ЗАВТРАК</u>        | Хлеб ржаной                                                     | 30          | 1,98                | 0,36  | 10,02  | 52,20                             |
|          | <u>ЗАВТРАК</u>        | Батон нарезной                                                  | 20          | 1,50                | 0,58  | 10,28  | 52,40                             |
|          | <u>ГО ЗА ЗАВТРАК:</u> |                                                                 | 505         | 43,49               | 33,98 | 114,28 | 937,83                            |
|          | <u>ОБЕД</u>           | Овощи натуральные (помидоры) О                                  | 60          | 0,66                | 0,12  | 2,28   | 14,40                             |
|          | <u>ОБЕД</u>           | Суп из овощей с фасоль                                          | 200         | 2,94                | 3,52  | 12,22  | 92,40                             |
|          | <u>ОБЕД</u>           | Шницель рыбный натуральный (с маслом)                           | 90          | 12,74               | 12,82 | 7,48   | 196,36                            |
|          | <u>ОБЕД</u>           | Картофель отварной                                              | 150         | 2,85                | 6,15  | 19,05  | 142,50                            |
|          |                       | Напиток с витаминами "Валетек Классные<br>Витамины"             | 180         | 0,00                | 0,00  | 17,46  | 67,50                             |
|          | <u>ОБЕД</u>           | Хлеб ржаной О                                                   | 30          | 1,98                | 0,36  | 10,02  | 52,20                             |
|          | <u>ОБЕД</u>           | Хлеб пшеничный (Валетек 8)                                      | 20          | 1,52                | 0,16  | 9,84   | 46,60                             |
|          | <u>ГО ЗА ОБЕД:</u>    |                                                                 | 730         | 22,69               | 23,13 | 78,35  | 611,96                            |
|          | <u>ГО ЗА ДЕНЬ:</u>    |                                                                 | 1235        | 66,18               | 57,11 | 192,63 | 1549,79                           |
| 10       |                       |                                                                 |             |                     |       |        |                                   |
|          | <u>ЗАВТРАК</u>        | Овощи натуральные (огурцы) 3                                    | 60          | 0,48                | 0,06  | 1,50   | 8,40                              |
|          | <u>ЗАВТРАК</u>        | Масло сливочное                                                 | 10          | 0,05                | 8,25  | 0,08   | 74,80                             |
|          |                       | Каша жидкая молочная из гречневой крупы (с<br>маслом и сахаром) | 180         | 7,43                | 10,62 | 36,95  | 274,09                            |
|          | <u>ЗАВТРАК</u>        | Чай с лимоном                                                   | 200         | 0,10                | 0,00  | 15,20  | 61,00                             |
|          | <u>ЗАВТРАК</u>        | Хлеб ржаной                                                     | 30          | 1,98                | 0,36  | 10,02  | 52,20                             |
|          | <u>ЗАВТРАК</u>        | Батон нарезной                                                  | 20          | 1,50                | 0,58  | 10,28  | 52,40                             |
|          | <u>ГО ЗА ЗАВТРАК:</u> |                                                                 | 500         | 11,54               | 19,87 | 74,03  | 522,89                            |
|          | <u>ОБЕД</u>           | Салат из свеклы отварной                                        | 60          | 0,90                | 3,30  | 5,04   | 53,40                             |
|          | <u>ОБЕД</u>           | Суп с крупой (перловой, рисовой, манной)                        | 200         | 3,28                | 4,06  | 14,83  | 96,20                             |
|          | <u>ОБЕД</u>           | Котлеты мясные                                                  | 90          | 16,02               | 15,75 | 12,87  | 257,40                            |
|          | <u>ОБЕД</u>           | Рагу из овощей                                                  | 150         | 3,00                | 8,02  | 12,75  | 135,00                            |

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП  
Сертификат: 307419508320837767574833120201242969401703522609  
Владелец: С.С.Иванов Т.А.Иванова И.В.Иванович  
Действителен с 03.09.2023 по 02.09.2024

| №<br>порядка   | Прием пищи | Наименование блюда                                                    | Выход блюда | Пищевые вещества, г |       |        | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|----------------|------------|-----------------------------------------------------------------------|-------------|---------------------|-------|--------|-----------------------------------|
|                |            |                                                                       |             | Б                   | Ж     | У      |                                   |
|                |            |                                                                       |             |                     |       |        |                                   |
|                | ОБЕД       | Компот из свежих плодов (черешня, вишня, слива, персики или абрикосы) | 180         | 0,40                | 0,14  | 25,38  | 104,94                            |
|                | ОБЕД       | Хлеб ржаной О                                                         | 30          | 1,98                | 0,36  | 10,02  | 52,20                             |
|                | ОБЕД       | Хлеб пшеничный (Валетек 8)                                            | 20          | 1,52                | 0,16  | 9,84   | 46,60                             |
| Итого за обед: |            |                                                                       | 730         | 27,10               | 31,79 | 90,73  | 745,74                            |
| Итого за день: |            |                                                                       | 1230        | 38,64               | 51,66 | 164,76 | 1268,63                           |