

## Меню приготавливаемых блюд

Недел

я: 1

День: понедельник

Рацион: ОЛ 2023

| Прием пищи              | Наименование блюда                     | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|--|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|                         |  |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| <b>Завтрак</b>          |  |           |                  |      |          |                         |             |
|                         | Каша рисовая молочная вязкая (174-17)  | 150       | 4                | 8    | 23       | 183                     | 174,17      |
|                         | Омлет натуральный                      | 89        | 9                | 10   | 2        | 126                     | 438,05      |
|                         | Какао с молоком сгущенным              | 181       | 3                | 3    | 19       | 119                     | 383,17      |
|                         | Сыр (порциями) Полу-тв.                | 11        | 3                | 3    |          | 37                      | 15          |
|                         | Чурек                                  | 50        | 5                | 1    | 33       | 157                     | 1 035       |
|                         | Фрукты свежие яблоки**                 | 100       |                  |      | 10       | 47                      | 338,11      |
| <b>Итого за Завтрак</b> |  | 581       | 24               | 25   | 87       | 669                     |             |
| <b>Обед</b>             |  |           |                  |      |          |                         |             |
|                         | Овощи натуральные свежие-огурец        | 60        |                  |      |          | 7                       | 71,17       |
|                         | Суп гороховый с картофелем вег         | 250       | 7                | 8    | 23       | 199                     | 100,1       |
|                         | Рыба тушеная в томате с овощами 229-17 | 100       | 11               | 6    | 3        | 105                     | 229,17      |
|                         | Макаронные изделия отварные (309-17)   | 150       | 5                | 4    | 27       | 174                     | 309,17      |
|                         | Компот из сушеных фруктов (394)        | 200       | 1                |      | 19       | 78                      | 394,15      |
|                         | Чурек                                  | 50        | 5                | 1    | 33       | 157                     | 1 035       |
| <b>Итого за Обед</b>    |  | 810       | 29               | 19   | 105      | 720                     |             |
| <b>Итого за день</b>    |  | 1 391     | 53               | 44   | 192      | 1389                    |             |

(лист 2)

Недел

я: 1

День: вторник

Рацион: ОЛ 2023

| Прием пищи              | Наименование блюда                                 | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|--|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|                         |  |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| <b>Завтрак</b>          |  |           |                  |      |          |                         |             |
|                         | Каша пшеничная жидкая                              | 200       | 4                | 7    | 26       | 187                     | 0,21        |
|                         | Сырники из творога запеченные со сгущенным молоком | 90        | 11               | 12   | 31       | 293                     | 219,17      |
|                         | Чай с сахаром 411-2017                             | 200       |                  |      | 15       | 61                      | 411,17      |
|                         | Банан  | 120       | 2                | 1    | 25       | 115                     | 509         |
|                         | Чурек  | 50        | 5                | 1    | 33       | 157                     | 1 035       |
| <b>Итого за Завтрак</b> |  | 660       | 22               | 21   | 130      | 813                     |             |
| <b>Обед</b>             |  |           |                  |      |          |                         |             |
|                         | Борщ вегетарианский (мелкошинкованный)             | 250       | 2                | 5    | 12       | 100                     | 65          |
|                         | Плов из птицы или кролика 291                      | 180       | 15               | 16   | 32       | 259                     | 291,17      |
|                         | Сок фруктовый                                      | 180       | 1                |      | 23       | 99                      | 311,01      |
|                         | Чурек  | 50        | 5                | 1    | 33       | 157                     | 1 035       |
|                         | Фрукты свежие мандарины **                         | 100       | 1                |      | 8        | 38                      | 13 059,02   |
| <b>Итого за Обед</b>    |  | 760       | 24               | 22   | 108      | 653                     |             |

|               |       |    |    |     |      |  |
|---------------|-------|----|----|-----|------|--|
| Итого за день | 1 420 | 46 | 43 | 238 | 1466 |  |
|---------------|-------|----|----|-----|------|--|

(лист 3)

Рацион: ОЛ 2023      Недел я: 1      День: среда

| Прием пищи              | Наименование блюда                          | Вес блюда    | Пищевые вещества |           |            | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|---|--------------|------------------|-----------|------------|-------------------------|-------------|
|                         |   |              | Белки            | Жиры      | Углеводы   |                         |             |
| <b>Завтрак</b>          |   |              |                  |           |            |                         |             |
|                         | Каша гречневая молочная вязкая (173-17)     | 150          | 6                | 8         | 23         | 195                     | 173,17      |
|                         | Яйцо куриное диетическое, сваренное вкрутую | 41           | 5                | 5         |            | 57                      | 5 003       |
|                         | Чай со сгущенным молоком                    | 200          | 3                | 3         | 21         | 129                     | 413,01      |
|                         | Сыр (порциями) Полу-тв.                     | 11           | 3                | 3         |            | 37                      | 15          |
|                         | Черешня                                     | 100          | 1                |           | 11         | 52                      |             |
|                         | Чурек                                       | 50           | 5                | 1         | 33         | 157                     | 1 035       |
| <b>Итого за Завтрак</b> |   | <b>552</b>   | <b>23</b>        | <b>20</b> | <b>88</b>  | <b>627</b>              |             |
| <b>Обед</b>             |   |              |                  |           |            |                         |             |
|                         | Овощи натуральные свежие-помидор            | 60           | 1                |           | 2          | 11                      | 71          |
|                         | Суп вермишелью на курином бульоне, жидкий   | 248          | 1                | 4         | 6          | 70                      | 100,03      |
|                         | Куры отварные                               | 90           | 22               | 19        |            | 259                     | 13 044      |
|                         | Картофельное пюре                           | 158          | 3                | 5         | 12         | 136                     | 251         |
|                         | Компот из изюма                             | 200          |                  |           | 20         | 82                      | 348,15      |
|                         | Чурек                                       | 50           | 5                | 1         | 33         | 157                     | 1 035       |
| <b>Итого за Обед</b>    |   | <b>806</b>   | <b>32</b>        | <b>29</b> | <b>73</b>  | <b>715</b>              |             |
| <b>Итого за день</b>    |   | <b>1 358</b> | <b>55</b>        | <b>49</b> | <b>161</b> | <b>1342</b>             |             |

| Рацион: ОЛ 2023         |   | Недел<br>я: 1 |                  | День: четверг |              |   |                    |
|-------------------------|---|---------------|------------------|---------------|--------------|---|--------------------|
| Прием<br>пищи           | Наименование блюда                      | Вес<br>блюда  | Пищевые вещества |               |              | Энерге-<br>тическа<br>я<br>ценност<br>ь | №<br>рецепту<br>ры |
|                         |   |               | Белки            | Жиры          | Углево<br>ды |   |                    |
| <b>Завтрак</b>          |   |               |                  |               |              |   |                    |
|                         | Каша перловая рассыпчатая               | 150           | 5                | 4             | 32           | 187                                     | 0,09               |
|                         | Птица тушеная - Соус сметанный (290-17) | 106           | 15               | 18            | 3            | 232                                     | 290,17             |
|                         | Чай с сахаром 411-2017                  | 200           |                  |               | 15           | 61                                      | 411,17             |
|                         | Сыр (порциями) Полу-тв.                 | 10            | 3                | 3             |              | 34                                      | 15                 |
|                         | Чурек                                   | 50            | 5                | 1             | 33           | 157                                     | 1 035              |
| <b>Итого за Завтрак</b> |   | 516           | 28               | 26            | 83           | 671                                     |                    |
| <b>Обед</b>             |   |               |                  |               |              |   |                    |
|                         | Банан                                   | 103           | 2                | 1             | 22           | 99                                      | 509                |
|                         | Суп крестьянский с крупой               | 200           | 9                | 11            | 18           | 209                                     | 134                |
|                         | Котлеты мясные запеченые                | 90            | 14               | 5             | 8            | 131                                     | 13 042             |
|                         | Макаронные изделия отварные (309-17)    | 150           | 5                | 4             | 27           | 174                                     | 309,17             |
|                         | Компот из свежих плодов (вишня)         | 100           |                  |               | 10           | 43                                      | 631,02             |
|                         | Чурек                                   | 50            | 5                | 1             | 33           | 157                                     | 1 035              |
|                         | Соус томатный                           | 50            | 1                | 2             | 3            | 37                                      | 366                |
| <b>Итого за Обед</b>    |   | 743           | 36               | 24            | 121          | 850                                     |                    |
| <b>Итого за день</b>    |   | 1 259         | 64               | 50            | 204          | 1521                                    |                    |

(лист 5)

| Рацион: ОЛ 2023         |   | Недел<br>я: 1 |                  | День: пятница |              |   |                    |
|-------------------------|---|---------------|------------------|---------------|--------------|---|--------------------|
| Прием<br>пищи           | Наименование блюда                                | Вес<br>блюда  | Пищевые вещества |               |              | Энерге-<br>тическа<br>я<br>ценност<br>ь | №<br>рецепту<br>ры |
|                         |   |               | Белки            | Жиры          | Углево<br>ды |   |                    |
| <b>Завтрак</b>          |   |               |                  |               |              |   |                    |
|                         | Каша пшеничная молочная вязкая                    | 200           | 10               | 11            | 44           | 310                                     | 173,17             |
|                         | Яйца вареные"                                     | 40            | 5                | 5             |              | 63                                      | 227                |
|                         | Чай с лимоном                                     | 200           |                  |               | 7            | 30                                      | 686                |
|                         | Салат витаминный (2 вариант) (49-17)              | 61            | 1                | 4             | 5            | 61                                      | 49,17              |
|                         | Чурек   | 45            | 5                | 1             | 29           | 141                                     | 1 035              |
| <b>Итого за Завтрак</b> |   | 546           | 21               | 21            | 85           | 605                                     |                    |
| <b>Обед</b>             |   |               |                  |               |              |   |                    |
|                         | Вафли   | 40            | 2                | 12            | 25           | 217                                     | 13 053             |
|                         | Суп перловый с овощами вегетарианский со сметаной | 230           | 2                | 4             | 13           | 92                                      | 192                |
|                         | Мясо тушеное с овощами в соусе                    | 170           | 16               | 5             | 13           | 158                                     | 290                |
|                         | Сок фруктовый                                     | 180           | 1                |               | 23           | 99                                      | 311,01             |
|                         | Чурек   | 45            | 5                | 1             | 29           | 141                                     | 1 035              |
| <b>Итого за Обед</b>    |   | 665           | 26               | 22            | 103          | 707                                     |                    |
| <b>Итого за день</b>    |   | 1 211         | 47               | 43            | 188          | 1312                                    |                    |

(лист 6)

Рацион: ОЛ 2023

Недел  
я: 1

День: суббота

| Прием<br>пищи           | Наименование блюда  | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |           |              | Энерге-<br>тическа<br>я<br>ценност<br>ь | №<br>рецепту<br>ры |
|-------------------------|---|--------------|------------------|-----------|--------------|---|--------------------|
|                         |   |              | Белки            | Жиры      | Углево<br>ды |   |                    |
| <b>Завтрак</b>          |   |              |                  |           |              |   |                    |
|                         | Салат из белокачанной<br>капусты и моркови с<br>растительным маслом | 60           | 1                | 4         | 6            | 66                                      | 43                 |
|                         | Каша гречневая молочная<br>вязкая (173-17)                          | 150          | 6                | 8         | 23           | 195                                     | 173,17             |
|                         | Какао с молоком<br>сгущенным  | 200          | 3                | 4         | 21           | 131                                     | 383,17             |
|                         | Сыр (порциями) Полу-тв.   | 11           | 3                | 3         |              | 37                                      | 15                 |
|                         | Чурек   | 50           | 5                | 1         | 33           | 157                                     | 1 035              |
| <b>Итого за Завтрак</b> |   | <b>471</b>   | <b>18</b>        | <b>20</b> | <b>83</b>    | <b>586</b>                              |                    |
| <b>Обед</b>             |   |              |                  |           |              |   |                    |
|                         | Суп- "Хинкал"   | 250          | 12               | 5         | 24           | 187                                     | 351                |
|                         | Тефтели мясные (2-й<br>вариант) - Соус<br>сметанный                 | 108          | 7                | 6         | 7            | 112                                     | 304                |
|                         | Картофель отварной (с<br>маслом)                                    | 160          | 3                | 4         | 27           | 155                                     | 203                |
|                         | Чай с сахаром 411-2017  | 200          |                  |           | 15           | 61                                      | 411,17             |
|                         | Чурек   | 45           | 5                | 1         | 29           | 141                                     | 1 035              |
| <b>Итого за Обед</b>    |   | <b>763</b>   | <b>27</b>        | <b>16</b> | <b>102</b>   | <b>656</b>                              |                    |
| <b>Итого за день</b>    |   | <b>1 234</b> | <b>45</b>        | <b>36</b> | <b>185</b>   | <b>1242</b>                             |                    |

| Рацион: ОЛ 2023         |  | Недел<br>я: 2 |                  | День: понедельник |              |   |                    |
|-------------------------|--|---------------|------------------|-------------------|--------------|---|--------------------|
| Прием<br>пищи           | Наименование блюда                               | Вес<br>блюда  | Пищевые вещества |                   |              | Энерге-<br>тическа<br>я<br>ценност<br>ь | №<br>рецепту<br>ры |
|                         |  |               | Белки            | Жиры              | Углево<br>ды |   |                    |
| <b>Завтрак</b>          |  |               |                  |                   |              |   |                    |
|                         | Каша пшеничная жидкая<br>молочная                | 200           | 8                | 6                 | 33           | 211                                     | 0,22               |
|                         | Какао с молоком(382-17)                          | 200           | 4                | 3                 | 25           | 147                                     | 382,17             |
|                         | Чурек  | 50            | 5                | 1                 | 33           | 157                                     | 1 035              |
|                         | Сыр (порциями) Полу-тв.                          | 12            | 3                | 3                 |              | 41                                      | 15                 |
|                         | Черешня  | 95            | 1                |                   | 10           | 49                                      |                    |
| <b>Итого за Завтрак</b> |  | 557           | 21               | 13                | 101          | 605                                     |                    |
| <b>Обед</b>             |  |               |                  |                   |              |   |                    |
|                         | Кукуруза сахарная                                | 30            | 1                |                   | 3            | 17                                      | 54,2               |
|                         | Борщ вегетарианский с<br>картофелем, со сметаной | 250           | 2                | 6                 | 11           | 106                                     | 82,17              |
|                         | Куры отварные                                    | 90            | 22               | 19                |              | 259                                     | 13 044             |
|                         | Каша перловая<br>рассыпчатая                     | 151           | 5                | 4                 | 32           | 188                                     | 0,09               |
|                         | Компот из сушеных<br>фруктов (394)               | 200           | 1                |                   | 19           | 78                                      | 394,15             |
|                         | Чурек  | 50            | 5                | 1                 | 33           | 157                                     | 1 035              |
| <b>Итого за Обед</b>    |  | 771           | 36               | 30                | 98           | 805                                     |                    |
| <b>Итого за день</b>    |  | 1 328         | 57               | 43                | 199          | 1410                                    |                    |

| Рацион: ОЛ 2023         |   | Недел<br>я: 2 |                  | День: вторник |              |   |                    |
|-------------------------|---|---------------|------------------|---------------|--------------|---|--------------------|
| Прием<br>пищи           | Наименование блюда                                | Вес<br>блюда  | Пищевые вещества |               |              | Энерге-<br>тическа<br>я<br>ценност<br>ь | №<br>рецепту<br>ры |
|                         |   |               | Белки            | Жиры          | Углево<br>ды |   |                    |
| <b>Завтрак</b>          |   |               |                  |               |              |   |                    |
|                         | Сыр (порциями) Полу-тв.                           | 10            | 3                | 3             |              | 34                                      | 15                 |
|                         | Суп молочный с<br>изделиями макаронными           | 200           | 6                | 8             | 20           | 181                                     | 2 016              |
|                         | Чай с лимоном                                     | 200           |                  |               | 7            | 30                                      | 686                |
|                         | Яйцо куриное<br>диетическое, сваренное<br>вкрутую | 41            | 5                | 5             |              | 57                                      | 5 003              |
|                         | Чурек   | 50            | 5                | 1             | 33           | 157                                     | 1 035              |
|                         | Яблоки  | 80            |                  |               | 8            | 38                                      | 813                |
| <b>Итого за Завтрак</b> |   | 581           | 19               | 17            | 68           | 497                                     |                    |
| <b>Обед</b>             |   |               |                  |               |              |   |                    |
|                         | Кукуруза сахарная                                 | 60            | 1                |               | 7            | 35                                      | 54,2               |
|                         | Суп картофельный с<br>макаронными изделиями       | 250           | 3                | 3             | 21           | 121                                     | 88,15              |
|                         | Котлеты мясные<br>запеченные                      | 80            | 12               | 4             | 7            | 116                                     | 13 042             |
|                         | Каша гречневая<br>рассыпчатая                     | 150           | 9                | 8             | 38           | 260                                     | 171                |
|                         | Сок фруктовый                                     | 180           | 1                |               | 23           | 99                                      | 311,01             |
|                         | Чурек   | 50            | 5                | 1             | 33           | 157                                     | 1 035              |
| <b>Итого за Обед</b>    |   | 770           | 31               | 16            | 129          | 788                                     |                    |
| <b>Итого за день</b>    |   | 1 351         | 50               | 33            | 197          | 1285                                    |                    |

Рацион: ОЛ 2023

Недел  
я: 2

День: среда

| Прием пищи              | Наименование блюда                     | Вес блюда    | Пищевые вещества |           |            | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|--|--------------|------------------|-----------|------------|-------------------------|-------------|
|                         |  |              | Белки            | Жиры      | Углеводы   |                         |             |
| Завтрак                 | Суп молочный с макаронными изделиями.  | 200          | 5                | 5         | 16         | 125                     | 120         |
|                         | Чай с сахаром 411-2017                 | 200          |                  |           | 15         | 61                      | 411,17      |
|                         | Сыр (порциями) Полу-тв.                | 10           | 3                | 3         |            | 34                      | 15          |
|                         | Масло (порциями)                       | 10           |                  | 8         |            | 71                      | 6           |
|                         | Чурек                                  | 45           | 5                | 1         | 29         | 141                     | 1 035       |
|                         | Фрукты свежие бананы**                 | 100          | 1                | 1         | 20         | 89                      | 10,16       |
| <b>Итого за Завтрак</b> |  | <b>565</b>   | <b>14</b>        | <b>18</b> | <b>80</b>  | <b>521</b>              |             |
| Обед                    | Салат из моркови с маслом растительным | 60           | 1                | 6         | 7          | 84                      | 49,04       |
|                         | Суп из чечевицы                        | 250          | 7                | 8         | 22         | 191                     | 102,17      |
|                         | Гуляш из отварного мяса (246-17)       | 80           | 14               | 13        | 5          | 173                     | 246,17      |
|                         | Каша гречневая рассыпчатая             | 150          | 9                | 8         | 38         | 260                     | 171         |
|                         | Компот из изюма                        | 180          |                  |           | 18         | 74                      | 348,15      |
|                         | Чурек                                  | 45           | 5                | 1         | 29         | 141                     | 1 035       |
| <b>Итого за Обед</b>    |  | <b>765</b>   | <b>36</b>        | <b>36</b> | <b>119</b> | <b>923</b>              |             |
| <b>Итого за день</b>    |  | <b>1 330</b> | <b>50</b>        | <b>54</b> | <b>199</b> | <b>1444</b>             |             |

Недел  
я: 2

Рацион: ОЛ 2023

День: четверг

| Прием пищи              | Наименование блюда                   | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|--------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|                         |                                      |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| Завтрак                 | Макароны отварные запеченные с яйцом | 150       | 8                | 8    | 29       | 216                     | 252,06      |
|                         | Чай с сахаром 411-2017               | 200       |                  |      | 15       | 61                      | 411,17      |
|                         | Чурек                                | 50        | 5                | 1    | 33       | 157                     | 1 035       |
|                         | Сыр (порциями) Полу-тв.              | 10        | 3                | 3    |          | 34                      | 15          |
|                         | Масло (порциями)                     | 10        |                  | 8    |          | 71                      | 6           |
|                         | Черешня                              | 100       | 1                |      | 11       | 52                      |             |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                      | 520       | 17               | 20   | 88       | 591                     |             |
| Обед                    | Салат "Здоровье"                     | 60        | 1                | 4    | 3        | 51                      | 15          |
|                         | Суп-лапша домашняя                   | 250       | 2                | 3    | 9        | 76                      | 113,17      |
|                         | Котлета мясная запеченая (268-17)    | 84        | 15               | 19   | 13       | 279                     | 26,17       |
|                         | Рис отварной с овощами               | 200       | 4                | 8    | 44       | 264                     | 334         |
|                         | Чай с лимоном                        | 200       |                  |      | 7        | 30                      | 686         |
|                         | Чурек                                | 50        | 5                | 1    | 33       | 157                     | 1 035       |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                      | 844       | 27               | 35   | 109      | 857                     |             |
| <b>Итого за день</b>    |                                      | 1 364     | 44               | 55   | 197      | 1448                    |             |

Недел  
я: 2

Рацион: ОЛ 2023

День: пятница

| Прием пищи              | Наименование блюда  | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|---|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|                         |   |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| Завтрак                 | Банан   | 70        | 1                |      | 15       | 67                      | 509         |
|                         | Каша пшеничная рассыпчатая                                  | 150       | 4                | 8    | 34       | 202                     | 171         |
|                         | Чай с сахаром 411-2017                                      | 200       |                  |      | 15       | 61                      | 411,17      |
|                         | Сыр (порциями) Полу-тв.                                     | 15        | 4                | 4    |          | 51                      | 15          |
|                         | Чурек   | 50        | 5                | 1    | 33       | 157                     | 1 035       |
| <b>Итого за Завтрак</b> |   | 485       | 14               | 13   | 97       | 538                     |             |
| Обед                    | Салат зеленый с огурцами и помидорами с маслом растительным | 100       | 1                | 5    | 1        | 59                      | 19,17       |
|                         | Суп картофельный с бобовыми                                 | 250       | 6                | 5    | 20       | 146                     | 102,17      |
|                         | Плов с мясом  | 150       | 10               | 5    | 36       | 225                     | 443         |
|                         | Сок фруктовый   | 180       | 1                |      | 23       | 99                      | 311,01      |
|                         | Чурек   | 50        | 5                | 1    | 33       | 157                     | 1 035       |
|                         | <b>Итого за Обед</b>  |           | 730              | 23   | 16       | 113                     | 686         |
| <b>Итого за день</b>    |   | 1 215     | 37               | 29   | 210      | 1224                    |             |

Недел  
я: 2

Рацион: ОЛ 2023

День: суббота

| Прием пищи              | Наименование блюда  | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|---|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|                         |   |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| <b>Завтрак</b>          | Омлет натуральный   | 80        | 8                | 9    | 2        | 113                     | 438,05      |
|                         | Каша рисовая молочная вязкая (174-17)                             | 150       | 4                | 8    | 23       | 183                     | 174,17      |
|                         | Чай с сахаром 411-2017  | 200       |                  |      | 15       | 61                      | 411,17      |
|                         | Сыр (порциями) Полу-тв.   | 10        | 3                | 3    |          | 34                      | 15          |
|                         | Чурек   | 50        | 5                | 1    | 33       | 157                     | 1 035       |
| <b>Итого за Завтрак</b> |   | 490       | 20               | 21   | 73       | 548                     |             |
| <b>Обед</b>             | Бананы  | 70        | 1                |      | 15       | 67                      | 809         |
|                         | Морковь с сахаром   | 60        | 1                |      | 7        | 31                      | 13          |
|                         | Суп вермишелью на мясном бульоне, жидкий                          | 258       | 3                | 5    | 12       | 102                     | 100,12      |
|                         | Гуляш из отварного мяса (246-17)                                  | 100       | 17               | 16   | 6        | 216                     | 246,17      |
|                         | Каша пшеничная вязкая (173-17)                                    | 150       | 4                | 8    | 23       | 174                     | 173,17      |
|                         | Компот из сушеных фруктов (витаминизирован Аскорбиновой кислотой) | 180       |                  | 2    | 27       | 109                     | 349         |
|                         | Чурек   | 50        | 5                | 1    | 33       | 157                     | 1 035       |
| <b>Итого за Обед</b>    |   | 868       | 31               | 32   | 123      | 856                     |             |
| <b>Итого за день</b>    |   | 1 358     | 51               | 53   | 196      | 1404                    |             |