

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции (гр.)	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	Цена (руб.)
187 304 Таб.4 Пром.произв. 951	1-й день						
	обед						
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,40	3,91	6,79	67,80	20-00
	Плов из птицы	200	20,30	17,00	35,69	377,00	37-05
	Огурцы соленные	30	0,9	2,6	16,7	31,0	5-00
	Батон йодированный	60	2,4	0,3	16,2	75	6-19
	Напиток кофейный	200	0,5	-	31,5	128	5-00
	Итого за обед:		25,50	23,81	106,88	678,80	
							73-24
209 282 134 Пром.произв. 869	2-й день						
	обед						
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	1,58	2,19	11,66	72,60	20-00
	Тефтели мясные	60	10,57	12,52	10,04	196	27-24
	Рагу овощное	150	4,53	5,5	25,8	127,3	15-00
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,25	0,5	20,05	95	4-00
	Компот из свежих яблодов	200	0,20	0,20	22,30	110	7-00
	Итого за обед:		20,13	20,91	89,85	600,9	
							73-24
206 608 688 Таб.4 Пром.произв. Пром.произв.	3-й день						
	обед						
	Суп картофельный с бобовыми (горохом)	250	4,39	4,22	13,06	107,8	20-00
	Котлеты из говядины	50	9,33	6,93	9,42	137,25	22-05
	Спагетти с маслом	150	5,52	4,52	26,45	168,45	15-00
	Помидор зеленый соленый	30	1,0	2,1	4,91	36,9	5-00
	Батон йодированный	60	2,4	0,3	16,2	75	6-19
	Напиток фруктовый	200	0,2	-	14,00	28	5-00
	Итого за обед:		22,84	18,07	84,04	553,40	
							73-24
	4-й день						

170	обед						
280	Борщ с капустой и картофелем						
679	Мясо тушеное	250	1,45	3,93	100,20	82,00	20-00
Таб.4	Рис отварной	60	8,87	9,83	11,71	171,00	27-05
Пром.произв.	Овощи квашенные	150	7,46	5,61	35,84	230,45	10-00
Пром. произв.	Батон йодированный	30	0,82	3,71	5,06	56,88	5-00
	Сок яблочный	60	2,4	0,3	16,2	75	6-19
			0,4	-	24,76	94,20	5-00
	Итого за обед:	200					
			21,4	23,38	193,77	709,53	
							73-24
	5-й день						
	обед						
197	Рассольник «Петербургский»	250	1,6	4,09	13,54	97,40	20-00
486	Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	60	13,87	7,85	6,53	150,50	27-05
694	Картофельное пюре	150	3,06	4,80	20,45	137,25	15-00
Пром.произв.	Батон йодированный	60	2,4	0,3	16,2	75	6-19
Пром. произв.	Напиток смородиновый	200	0,2	-	14,00	28	5-00
	Итого за обед:		21,13	17,04	70,72	488,15	
							73-24
	6-й день						
	обед						
206	Солянка домашняя	250	1,87	2,26	13,31	81,00	20-00
280	Мясо тушеное	60	15,68	18,23	7,03	281,25	27-05
679	Каша пшеничная с маслом	150	6,60	4,38	35,27	213,71	10-00
33	Салат из свёклы отварной	50	0,86	3,65	5,02	56,34	5-00
Пром.произв.	Батон йодированный	60	2,4	0,3	16,2	75	6-19
859	Компот из свежих плодов	200	0,20	0,20	22,30	110	5-00
	Итого за обед:		27,61	29,02	99,13	817,55	
							73-24
	7-й день						
	обед						
208	Суп -лапша с курицей	250	2,15	2,27	13,71	83,80	20-00
608	Шницель мясной	60	9,33	6,93	9,42	137,25	29-24
65	Рагу овощное	150	5,5	4,5	26,9	169,1	15-00
Пром.произв.	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,25	0,5	20,05	95,0	4-00
869	Кисель из свежих плодов	200	0,14	0,04	27,50	110,80	5-00
	Итого за обед:		20,37	14,24	97,58	595,95	
							73-24
	8-й день						
	обед						
206	Суп картофельный с фасолью	250	4,39	4,22	13,06	107,8	20-00
286	Гуляш с соусом	60	8,87	6,93	9,42	138	27-05
688	Вермишель отварная с маслом	150	5,52	4,52	26,45	168,45	10-00
Таб. 4	Огурцы соленые	30	1,0	2,4	4,9	46,26	5-00
Пром.произв.	Батон йодированный	60	2,4	0,3	16,2	75	6-19
Пром.произв.	Напиток фруктовый	200	0,2	-	14,00	28	5-00
	Итого за обед:		22,38	18,37	84,03	563,51	
							73-24
	9-й день						

204	обед						
282	Суп картофельный с рисовой крупой	250	1,58	2,19	11,66	72,60	20-00
688	Котлеты рубленые из цыпленка	70	10,57	12,52	10,04	196	29-24
Таб.4	Макароны отварные с маслом	150	3,06	4,80	20,45	137	10-00
Пром.произв.	Овощи сезонные	50	1,0	2,51	4,91	46,26	5-00
869	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,25	0,5	20,05	95	4-00
	Компот из свежих плодов	200	0,20	0,20	22,30	110	5-00
	Итого за обед:		19,66	22,72	89,41	656,86	
							73-24
	10-й день						
	обед						
170	Борщ с капустой и картофелем	250	1,45	3,93	100,20	82	20-00
286	Тефтели мясные	60	8,87	9,83	11,71	171,00	27-05
679	Каша гречневая	150	7,46	5,61	35,84	230,45	10-00
50	Икра кабачковая	50	1,2	-	14,00	28	5-00
Пром.произв.	Батон йодированный	40	2,4	0,3	16,2	75	6-19
Пром.произв.	Напиток фруктовый	200	0,4	-	24,76	94,20	5-00
	Итого за обед:		21,78	19,67	202,71	680,65	
							73-24