

Согласовано ГАИОУ СО «ННХТ»

Утверждено ИИЦусова ЛВ

Зам. директора ГАИОУ СО «ННХТ» Колесникова Е.И.

| наименование | Вес, кг | Белки на 100 гр | Жиры на 100 гр | Углеводы на 100 гр | Ккал. на 100 гр |
|----------------------------------|--------------|-----------------|----------------|--------------------|-----------------|
| 30.09.2024 | | | | | |
| завтрак | | | | | |
| Запеканка из творога со сметаной | 0,150/0,030 | 11,8 | 7,3 | 20,3 | 194,8 |
| Сосиска отварная | 0,050 | 9,9 | 18,9 | 0,7 | 212,4 |
| Хлеб белый сельский | 0,070 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |
| Хлеб рж/пш | 0,070 | 8,1 | 3,4 | 42,2 | 222 |
| Чай-заварка с сахаром | 0,0,05/0,015 | 0,1 | 0 | 7 | 28 |
| ИТОГО | 0,57 | | | | 891,6 |
| обед | | | | | |
| Салат витаминный | 0,100 | 2 | 7,5 | 6,5 | 97,2 |
| Суп с фрикадельками | 0,040/0,250 | 2,6 | 3 | 3,9 | 53,1 |
| Котлета куриная | 0,08 | 17 | 10 | 11 | 200 |
| Картофельное пюре | 0,18 | 2,2 | 4,2 | 13,8 | 104,2 |
| Хлеб белый сельский | 0,035 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |
| Компот | 0,200 | 0,3 | 0,1 | 14,7 | 58 |
| ИТОГО | 0.885 | | | | 746,9 |
| 1.10.2024 | | | | | |
| завтрак | | | | | |
| Каша рисовая на молоке | 0,250 | 3 | 3 | 16 | 97 |
| Масло сливочное | 0,010 | 0,5 | 82,5 | 0,8 | 748 |
| сыр | 0,020 | 23,2 | 29,5 | 0 | 364 |
| Чай-заварка с сахаром | 0,0,05/0,015 | 0,1 | 0 | 7 | 28 |
| Булочка колобок | 0,050 | 8,6 | 2,7 | 57,1 | 287 |
| Хлеб белый сельский | 0,035 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |
| ИТОГО | 0,565 | | | | 1758,4 |
| обед | | | | | |
| винегрет | 0,100 | 9,45 | 30,7 | 20,7 | 215 |
| Борщ с курицей | 0,010/0,250 | 1,2 | 2,4 | 5,9 | 47,8 |
| Макароньы отварные | 0,18 | 7 | 13 | 10 | 195 |
| Тефтели фирменные | 0,1 | 13 | 20 | 4 | 250 |
| Хлеб белый сельский | 0,04 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |
| Хлеб рж/пш | 0,035 | 8,1 | 3,4 | 42,2 | 222 |
| Компот | 0,200 | 0,3 | 0,1 | 14,7 | 58 |
| ИТОГО | 0.915 | | | | 1222,2 |
| 2.10.2024 | | | | | |
| Завтрак | | | | | |

| | | | | | |
|----------------------------------|-------------|------|------|------|-------|
| Каша дружба на молоке | 0,250 | 4,8 | 3 | 23,6 | 140,7 |
| Яйцо отварное | 0,040 | 12,6 | 10,6 | 1,12 | 155 |
| Хлеб белый сельский | 0,07 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |
| Компот из сухофруктов | 0,200 | 0,4 | 0,1 | 16 | 65,9 |
| ИТОГО | 0.560 | | | | 596 |
| обед | | | | | |
| Салат из белокочанной капусты | 0,100 | 1,5 | 1,7 | 7,2 | 50,2 |
| Суп лапша с курицей | 0,010/0,250 | 4,2 | 4 | 8,2 | 85 |
| Котлета по-домашнему | 0,100 | 14,1 | 15,7 | 6,6 | 222,5 |
| Гречневая каша | 0,18 | 4,2 | 1,1 | 18,6 | 100,9 |
| Компот | 0,200 | 0,3 | 0,1 | 14,7 | 58 |
| Хлеб белый сельский | 0,04 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |
| Хлеб рж/пш | 0,035 | 8,1 | 3,4 | 42,2 | 222 |
| ИТОГО | 0.915 | | | | 973 |
| 3.10.2024 | | | | | |
| завтрак | | | | | |
| Плов | 0,200 | 10 | 3 | 14 | 120 |
| блинчик со сметаной | 0,060/0,020 | 5,5 | 8 | 30 | 210 |
| Хлеб белый сельский | 0,070 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |
| Чай-заварка с сахаром | 0,05/0,015 | 0,1 | 0 | 7 | 28 |
| ИТОГО | 0.550 | | | | 592,4 |
| обед | | | | | |
| Салат из моркови с сахаром | 0,100/0,015 | 1,3 | 2,4 | 9,1 | 60,9 |
| Суп с клецками | 0,010/0,250 | 4,1 | 2,1 | 5,3 | 56,9 |
| Капуста тушеная | 0,18 | 1,4 | 0,7 | 4,9 | 30,4 |
| Сосиска отварная | 0,1 | 9,9 | 18,9 | 0,7 | 212,4 |
| Компот | 0,200 | 0,3 | 0,1 | 14,7 | 58 |
| Хлеб белый сельский | 0,04 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |
| Хлеб рж/пш | 0,035 | 8,1 | 3,4 | 42,2 | 222 |
| ИТОГО | 0,93 | | | | 875 |
| 4.10.2024 | | | | | |
| завтрак | | | | | |
| Каша пшенная | 0,250 | 3,8 | 5,3 | 10,3 | 103,1 |
| Булочка колобок | 0,050 | 8,6 | 2,7 | 57,1 | 287 |
| Чай-заварка с сахаром | 0,050/0,015 | 0,1 | 0 | 7 | 28 |
| Хлеб белый сельский | 0,035 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |
| ИТОГО | 0.570 | | | | 652,5 |
| обед | | | | | |
| Салат с редисом ,огурцом и яйцом | 0,100/0,022 | 4 | 5 | 3 | 77 |
| Щи со свежей капустой | 0,010/0,250 | 4,17 | 4,49 | 2,59 | 77,91 |
| Макароны отварные | 0,18 | 5,3 | 4,9 | 32,8 | 196,8 |
| Котлета куриная | 0,08 | 17 | 10 | 11 | 200 |
| Компот | 0,200 | 0,3 | 0,1 | 14,7 | 58 |

Согласовано РАЙОН СО «ННХТ»

Утверждено ИП Усова ЛВ

зам. директора СП «ННХТ»

| | | | | | |
|------------------------------|-------------|------|------|-------|---------|
| Хлеб белый сельский | 0,04 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |
| Хлеб рж/пш | 0,035 | 8,1 | 3,4 | 42,2 | 222 |
| ИТОГО | 0,917 | | | | 1066,11 |
| 7.10.2024 | | | | | |
| завтрак | | | | | |
| Омлет с зеленым горошком | 0,180/0,020 | 11,9 | 13,1 | 5,9 | 324,4 |
| Компот из сухофруктов | 0,200 | 0,4 | 0,1 | 16 | 65,9 |
| Булочка колобок | 0,050 | 8,6 | 2,7 | 57,1 | 287 |
| Хлеб рж/пш | 0,070 | 8,1 | 3,4 | 42,2 | 222 |
| Хлеб белый сельский | 0,07 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |
| ИТОГО | 0,56 | | | | 1133,7 |
| обед | | | | | |
| Салат витаминный | 0,100 | 2 | 7,5 | 6,5 | 97,2 |
| Рассольник | 0,010/0,250 | 2,8 | 3,3 | 11,76 | 358 |
| Окорочок | 0,1 | 24,9 | 13,6 | 4 | 237 |
| Картофельное пюре | 0,18 | 2,2 | 4,2 | 13,8 | 104,2 |
| Хлеб белый сельский | 0,035 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |
| Хлеб рж/пш | 0,04 | 8,1 | 3,4 | 42,2 | 222 |
| Компот | 0,200 | 0,3 | 0,1 | 14,7 | 58 |
| ИТОГО | 0,915 | | | | 1310,8 |
| 8.10.2024 | | | | | |
| Завтрак | | | | | |
| Каша дружба на молоке | 0,250 | 4,8 | 3 | 23,6 | 140,7 |
| Блинчик со сгущенным молоком | 0,060/20 | 15,5 | 8 | 30 | 210 |
| Хлеб белый сельский | 0,035 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |
| Чай-заварка с сахаром | 0,05/0,015 | 0,4 | 0,1 | 16 | 65,9 |
| ИТОГО | 0,565 | | | | 651 |
| обед | | | | | |
| винегрет | 0,100 | 9,45 | 30,7 | 20,7 | 215 |
| Борщ с курицей | 0,010/0,250 | 1,2 | 2,4 | 5,9 | 47,8 |
| Жаркое по-домашнему | 0,200 | 7 | 13 | 10 | 195 |
| Хлеб белый сельский | 0,070 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |
| Хлеб рж/пш | 0,035 | 8,1 | 3,4 | 42,2 | 222 |
| Компот | 0,200 | 0,3 | 0,1 | 14,7 | 58 |
| ИТОГО | 0,865 | | | | 972,2 |
| 9.10.2024 | | | | | |
| завтрак | | | | | |
| Каша рисовая на молоке | 0,250 | 3 | 3 | 16 | 97 |
| Масло сливочное | 0,010 | 0,5 | 82,5 | 0,8 | 748 |
| сыр | 0,020 | 23,2 | 29,5 | 0 | 364 |
| Чай-заварка с сахаром | 0,05/0,015 | 0,1 | 0 | 7 | 28 |

| | | | | | |
|----------------------------------|-------------|------|------|------|--------|
| Булочка колобок | 0,050 | 8,6 | 2,7 | 57,1 | 287 |
| Хлеб рж/пш | 0,04 | 8,1 | 3,4 | 42,2 | 222 |
| ИТОГО | 0,57 | | | | 1746 |
| обед | | | | | |
| Салат из белокочанной капусты | 0,100 | 1,5 | 1,7 | 7,2 | 50,2 |
| Суп-лапша с курицей | 0,010/0,250 | 4,2 | 4 | 8,2 | 85 |
| Котлета по-домашнему | 0,100 | 14,1 | 15,7 | 6,6 | 222,5 |
| Гречневая каша | 0,18 | 4,2 | 1,1 | 18,6 | 100,9 |
| Хлеб белый сельский | 0,04 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |
| Хлеб рж/пш | 0,04 | 8,1 | 3,4 | 42,2 | 222 |
| Компот | 0,200 | 0,3 | 0,1 | 14,7 | 58 |
| ИТОГО | 0.920 | | | | 973 |
| 10.10.2024 | | | | | |
| завтрак | | | | | |
| Макароны отварные | 0,180 | 5,3 | 4,9 | 32,8 | 196,8 |
| Сосиска отварная | 0,050 | 9,9 | 18,9 | 0,7 | 212,4 |
| Хлеб белый сельский | 0,070 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |
| Хлеб рж/пш | 0,070 | 8,1 | 3,4 | 42,2 | 222 |
| Компот из сухофруктов | 0,200 | 0,4 | 0,1 | 16 | 65,9 |
| ИТОГО | 0,57 | | | | 931,5 |
| обед | | | | | |
| Салат Весенний | 0,100 | 2 | 7 | 6 | 95 |
| Суп с фрикадельками | 0,040/0,250 | 2,6 | 3 | 3,9 | 53,1 |
| Тефтели фирменные | 0,1 | 13 | 20 | 4 | 250 |
| Картофельное пюре | 0,18 | 2,2 | 4,2 | 13,8 | 104,2 |
| Хлеб белый сельский | 0,035 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |
| Хлеб рж/пш | 0,04 | 8,1 | 3,4 | 42,2 | 222 |
| Компот | 0,200 | 0,3 | 0,1 | 14,7 | 58 |
| ИТОГО | 0.945 | | | | 1016,7 |
| 11.10.2024 | | | | | |
| Завтрак | | | | | |
| Каша дружба на молоке | 0,250 | 4,8 | 3 | 23,6 | 140,7 |
| Яйцо отварное | 0,040 | 12,6 | 10,6 | 1,12 | 155 |
| Хлеб белый сельский | 0,035 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |
| Компот из сухофруктов | 0,200 | 0,4 | 0,1 | 16 | 65,9 |
| Хлеб рж/пш | 0,035 | 8,1 | 3,4 | 42,2 | 222 |
| ИТОГО | 0.560 | | | | 818 |
| обед | | | | | |
| Салат из моркови с сахаром | 0,100/0,015 | 1,3 | 2,4 | 9,1 | 60,9 |
| Суп лапша с курицей | 0,010/0,250 | 4,2 | 4 | 8,2 | 85 |
| Котлета по-домашнему | 0,100 | 14,1 | 15,7 | 6,6 | 222,5 |
| Гречневая каша | 0,18 | 4,2 | 1,1 | 18,6 | 100,9 |
| Компот | 0,200 | 0,3 | 0,1 | 14,7 | 58 |
| Хлеб белый сельский | 0,04 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |

Согласовано ГАПОУ СО «ННХТ»

Утверждено ИИ Усова ЛВ

зак. директора ИИ Усова ЛВ

| | | | | | |
|----------------------------------|-------------|------|------|------|--------|
| Хлеб рж/пш | 0,035 | 8,1 | 3,4 | 42,2 | 222 |
| ИТОГО | 0.910 | | | | 983,7 |
| 14.10.2024 | | | | | |
| завтрак | | | | | |
| Запеканка из творога со сметаной | 0,150/0,030 | 11,8 | 7,3 | 20,3 | 194,8 |
| Сосиска отварная | 0,050 | 9,9 | 18,9 | 0,7 | 212,4 |
| Хлеб белый сельский | 0,070 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |
| Хлеб рж/пш | 0,070 | 8,1 | 3,4 | 42,2 | 222 |
| Чай-заварка с сахаром | 0,05/0,015 | 0,1 | 0 | 7 | 28 |
| ИТОГО | 0,57 | | | | 891,6 |
| обед | | | | | |
| Салат витаминный | 0,100 | 2 | 7,5 | 6,5 | 97,2 |
| Суп с фрикадельками | 0,040/0,250 | 2,6 | 3 | 3,9 | 53,1 |
| Котлета куриная | 0,08 | 17 | 10 | 11 | 200 |
| Картофельное пюре | 0,18 | 2,2 | 4,2 | 13,8 | 104,2 |
| Хлеб белый сельский | 0,035 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |
| Компот | 0,200 | 0,3 | 0,1 | 14,7 | 58 |
| ИТОГО | 0.885 | | | | 746,9 |
| 15.10.2024 | | | | | |
| завтрак | | | | | |
| Каша рисовая на молоке | 0,250 | 3 | 3 | 16 | 97 |
| Масло сливочное | 0,010 | 0,5 | 82,5 | 0,8 | 748 |
| сыр | 0,020 | 23,2 | 29,5 | 0 | 364 |
| Чай-заварка с сахаром | 0,05/0,015 | 0,1 | 0 | 7 | 28 |
| Булочка колобок | 0,050 | 8,6 | 2,7 | 57,1 | 287 |
| Хлеб белый сельский | 0,035 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |
| ИТОГО | 0,57 | | | | 1758,4 |
| обед | | | | | |
| винегрет | 0,100 | 9,45 | 30,7 | 20,7 | 215 |
| Борщ с курицей | 0,010/0,250 | 1,2 | 2,4 | 5,9 | 47,8 |
| Макаронны отварные | 0,18 | 7 | 13 | 10 | 195 |
| Тефтели фирменные | 0,1 | 13 | 20 | 4 | 250 |
| Хлеб белый сельский | 0,04 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |
| Хлеб рж/пш | 0,035 | 8,1 | 3,4 | 42,2 | 222 |
| Компот | 0,200 | 0,3 | 0,1 | 14,7 | 58 |
| ИТОГО | 0.915 | | | | 1222,2 |
| 16.10.2024 | | | | | |
| Завтрак | | | | | |
| Каша дружба на молоке | 0,250 | 4,8 | 3 | 23,6 | 140,7 |
| Яйцо отварное | 0,040 | 12,6 | 10,6 | 1,12 | 155 |

| | | | | | |
|-------------------------------------|-------------|------|------|------|---------|
| Хлеб белый сельский | 0,07 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |
| Компот из сухофруктов | 0,200 | 0,4 | 0,1 | 16 | 65,9 |
| ИТОГО | 0.560 | | | | 596 |
| обед | | | | | |
| Салат из белокочанной капусты | 0,100 | 1,5 | 1,7 | 7,2 | 50,2 |
| Суп лапша с курицей | 0,010/0,250 | 4,2 | 4 | 8,2 | 85 |
| Котлета по-домашнему | 0,100 | 14,1 | 15,7 | 6,6 | 222,5 |
| Гречневая каша | 0,18 | 4,2 | 1,1 | 18,6 | 100,9 |
| Компот | 0,200 | 0,3 | 0,1 | 14,7 | 58 |
| Хлеб белый сельский | 0,04 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |
| Хлеб рж/пш | 0,035 | 8,1 | 3,4 | 42,2 | 222 |
| ИТОГО | 0.915 | | | | 973 |
| 17.10.2024 | | | | | |
| завтрак | | | | | |
| Плов | 0,200 | 10 | 3 | 14 | 120 |
| блинчик со сметаной | 0,060/0,020 | 5,5 | 8 | 30 | 210 |
| Хлеб белый сельский | 0,070 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |
| Чай-заварка с сахаром | 0,05/0,015 | 0,1 | 0 | 7 | 28 |
| ИТОГО | 0.550 | | | | 592,4 |
| обед | | | | | |
| Салат из моркови с сахаром | 0,100/0,015 | 1,3 | 2,4 | 9,1 | 60,9 |
| Суп с клецками | 0,010/0,250 | 4,1 | 2,1 | 5,3 | 56,9 |
| Капуста тушеная | 0,18 | 1,4 | 0,7 | 4,9 | 30,4 |
| Сосиска отварная | 0,1 | 9,9 | 18,9 | 0,7 | 212,4 |
| Компот | 0,200 | 0,3 | 0,1 | 14,7 | 58 |
| Хлеб белый сельский | 0,04 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |
| Хлеб рж/пш | 0,035 | 8,1 | 3,4 | 42,2 | 222 |
| ИТОГО | 0,93 | | | | 875 |
| 18.10.2024 | | | | | |
| завтрак | | | | | |
| Каша пшеничная | 0,250 | 3,8 | 5,3 | 10,3 | 103,1 |
| Булочка колобок | 0,050 | 8,6 | 2,7 | 57,1 | 287 |
| Чай-заварка с сахаром | 0,05/0,015 | 0,1 | 0 | 7 | 28 |
| Хлеб белый сельский | 0,07 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |
| ИТОГО | 0.570 | | | | 652,5 |
| обед | | | | | |
| Салат с редисом ,огурцом и яйцом | 0,100/0,022 | 4 | 5 | 3 | 77 |
| Щи со свежей капустой | 0,010/0,250 | 4,17 | 4,49 | 2,59 | 77,91 |
| Макароны отварные | 0,18 | 5,3 | 4,9 | 32,8 | 196,8 |
| Котлета куриная | 0,08 | 17 | 10 | 11 | 200 |
| Компот | 0,200 | 0,3 | 0,1 | 14,7 | 58 |
| Хлеб белый сельский | 0,04 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |
| Хлеб рж/пш | 0,035 | 8,1 | 3,4 | 42,2 | 222 |
| ИТОГО | 0,917 | | | | 1066,11 |

| | | | | | |
|-------------------------------|-------------|------|------|------|--------|
| ИТОГО | 0,57 | | | | 1746 |
| обед | | | | | |
| Салат из белокочанной капусты | 0,100 | 1,5 | 1,7 | 7,2 | 50,2 |
| Суп-лапша с курицей | 0,010/0,250 | 4,2 | 4 | 8,2 | 85 |
| Котлета по-домашнему | 0,100 | 14,1 | 15,7 | 6,6 | 222,5 |
| Гречневая каша | 0,18 | 4,2 | 1,1 | 18,6 | 100,9 |
| Хлеб белый сельский | 0,04 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |
| Хлеб рж/пш | 0,04 | 8,1 | 3,4 | 42,2 | 222 |
| Компот | 0,200 | 0,3 | 0,1 | 14,7 | 58 |
| ИТОГО | 0.920 | | | | 973 |
| 24.10.2024 | | | | | |
| завтрак | | | | | |
| Макаронны отварные | 0,180 | 5,3 | 4,9 | 32,8 | 196,8 |
| Сосиска отварная | 0,050 | 9,9 | 18,9 | 0,7 | 212,4 |
| Хлеб белый сельский | 0,070 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |
| Хлеб рж/пш | 0,070 | 8,1 | 3,4 | 42,2 | 222 |
| Компот из сухофруктов | 0,200 | 0,4 | 0,1 | 16 | 65,9 |
| ИТОГО | 0,57 | | | | 931,5 |
| обед | | | | | |
| Салат Весенний | 0,100 | 2 | 7 | 6 | 95 |
| Суп с фрикадельками | 0,040/0,250 | 2,6 | 3 | 3,9 | 53,1 |
| Тефтели фирменные | 0,1 | 13 | 20 | 4 | 250 |
| Картофельное пюре | 0,18 | 2,2 | 4,2 | 13,8 | 104,2 |
| Хлеб белый сельский | 0,035 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |
| Хлеб рж/пш | 0,04 | 8,1 | 3,4 | 42,2 | 222 |
| Компот | 0,200 | 0,3 | 0,1 | 14,7 | 58 |
| ИТОГО | 0.945 | | | | 1016,7 |
| 25.10.2024 | | | | | |
| Завтрак | | | | | |
| Каша дружба на молоке | 0,250 | 4,8 | 3 | 23,6 | 140,7 |
| Яйцо отварное | 0,040 | 12,6 | 10,6 | 1,12 | 155 |
| Хлеб белый сельский | 0,07 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |
| Компот из сухофруктов | 0,200 | 0,4 | 0,1 | 16 | 65,9 |
| ИТОГО | 0.560 | | | | 596 |
| обед | | | | | |
| Салат из моркови с сахаром | 0,100/0,015 | 1,3 | 2,4 | 9,1 | 60,9 |
| Суп лапша с курицей | 0,010/0,250 | 4,2 | 4 | 8,2 | 85 |
| Котлета по-домашнему | 0,100 | 14,1 | 15,7 | 6,6 | 222,5 |
| Гречневая каша | 0,18 | 4,2 | 1,1 | 18,6 | 100,9 |
| Компот | 0,200 | 0,3 | 0,1 | 14,7 | 58 |
| Хлеб белый сельский | 0,04 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |
| Хлеб рж/пш | 0,035 | 8,1 | 3,4 | 42,2 | 222 |
| ИТОГО | 0.910 | | | | 983,7 |

Согласовано ГАПОУ СО «ННХТ»

Утверждено ИИ Усова ЛВ

зам. директора СПР Усова ЛВ ЕИ.

| 28.10.2024 | | | | | |
|----------------------------------|--------------|------|------|------|---------------|
| завтрак | | | | | |
| Запеканка из творога со сметаной | 0,150/0,030 | 11,8 | 7,3 | 20,3 | 194,8 |
| Сосиска отварная | 0,050 | 9,9 | 18,9 | 0,7 | 212,4 |
| Хлеб белый сельский | 0,070 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |
| Хлеб рж/пш | 0,070 | 8,1 | 3,4 | 42,2 | 222 |
| Чай-заварка с сахаром | 0,0,05/0,015 | 0,1 | 0 | 7 | 28 |
| ИТОГО | 0,57 | | | | 891,6 |
| обед | | | | | |
| Салат витаминный | 0,100 | 2 | 7,5 | 6,5 | 97,2 |
| Суп с фрикадельками | 0,040/0,250 | 2,6 | 3 | 3,9 | 53,1 |
| Котлета куриная | 0,08 | 17 | 10 | 11 | 200 |
| Картофельное пюре | 0,18 | 2,2 | 4,2 | 13,8 | 104,2 |
| Хлеб белый сельский | 0,035 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |
| Компот | 0,200 | 0,3 | 0,1 | 14,7 | 58 |
| ИТОГО | 0.885 | | | | 746,9 |
| 29.10.2024 | | | | | |
| завтрак | | | | | |
| Каша рисовая на молоке | 0,250 | 3 | 3 | 16 | 97 |
| Масло сливочное | 0,010 | 0,5 | 82,5 | 0,8 | 748 |
| сыр | 0,020 | 23,2 | 29,5 | 0 | 364 |
| Чай-заварка с сахаром | 0,0,05/0,015 | 0,1 | 0 | 7 | 28 |
| Булочка колобок | 0,050 | 8,6 | 2,7 | 57,1 | 287 |
| Хлеб белый сельский | 0,035 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |
| ИТОГО | 0,565 | | | | 1758,4 |
| обед | | | | | |
| винегрет | 0,100 | 9,45 | 30,7 | 20,7 | 215 |
| Борщ с курицей | 0,010/0,250 | 1,2 | 2,4 | 5,9 | 47,8 |
| Макаронны отварные | 0,18 | 7 | 13 | 10 | 195 |
| Тефтели фирменные | 0,1 | 13 | 20 | 4 | 250 |
| Хлеб белый сельский | 0,04 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |
| Хлеб рж/пш | 0,035 | 8,1 | 3,4 | 42,2 | 222 |
| Компот | 0,200 | 0,3 | 0,1 | 14,7 | 58 |
| ИТОГО | 0.915 | | | | 1222,2 |
| 30.10.2024 | | | | | |
| Завтрак | | | | | |
| Каша дружба на молоке | 0,250 | 4,8 | 3 | 23,6 | 140,7 |
| Яйцо отварное | 0,040 | 12,6 | 10,6 | 1,12 | 155 |
| Хлеб белый сельский | 0,07 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |



| | | | | | |
|----------------------------------|--------------|------|------|------|----------------|
| Компот из сухофруктов | 0,200 | 0,4 | 0,1 | 16 | 65,9 |
| ИТОГО | 0.560 | | | | 596 |
| обед | | | | | |
| Салат из белокочанной капусты | 0,100 | 1,5 | 1,7 | 7,2 | 50,2 |
| Суп лапша с курицей | 0,010/0,250 | 4,2 | 4 | 8,2 | 85 |
| Котлета по-домашнему | 0,100 | 14,1 | 15,7 | 6,6 | 222,5 |
| Гречневая каша | 0,18 | 4,2 | 1,1 | 18,6 | 100,9 |
| Компот | 0,200 | 0,3 | 0,1 | 14,7 | 58 |
| Хлеб белый сельский | 0,04 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |
| Хлеб рж/пш | 0,035 | 8,1 | 3,4 | 42,2 | 222 |
| ИТОГО | 0.915 | | | | 973 |
| 31.10.2024 | | | | | |
| завтрак | | | | | |
| Плов | 0,200 | 10 | 3 | 14 | 120 |
| блинчик со сметаной | 0,060/0,020 | 5,5 | 8 | 30 | 210 |
| Хлеб белый сельский | 0,070 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |
| Чай-заварка с сахаром | 0,05/0,015 | 0,1 | 0 | 7 | 28 |
| ИТОГО | 0.550 | | | | 592,4 |
| обед | | | | | |
| Салат из моркови с сахаром | 0,100/0,015 | 1,3 | 2,4 | 9,1 | 60,9 |
| Суп с клецками | 0,010/0,250 | 4,1 | 2,1 | 5,3 | 56,9 |
| Капуста тушеная | 0,18 | 1,4 | 0,7 | 4,9 | 30,4 |
| Сосиска отварная | 0,1 | 9,9 | 18,9 | 0,7 | 212,4 |
| Компот | 0,200 | 0,3 | 0,1 | 14,7 | 58 |
| Хлеб белый сельский | 0,04 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |
| Хлеб рж/пш | 0,035 | 8,1 | 3,4 | 42,2 | 222 |
| ИТОГО | 0,93 | | | | 875 |
| 1.11.2024 | | | | | |
| завтрак | | | | | |
| Каша пшеничная | 0,250 | 3,8 | 5,3 | 10,3 | 103,1 |
| Булочка колобок | 0,050 | 8,6 | 2,7 | 57,1 | 287 |
| Чай-заварка с сахаром | 0,050/0,015 | 0,1 | 0 | 7 | 28 |
| Хлеб белый сельский | 0,035 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |
| ИТОГО | 0.570 | | | | 652,5 |
| обед | | | | | |
| Салат с редисом ,огурцом и яйцом | 0,100/0,022 | 4 | 5 | 3 | 77 |
| Щи со свежей капустой | 0,010/0,250 | 4,17 | 4,49 | 2,59 | 77,91 |
| Макаронны отварные | 0,18 | 5,3 | 4,9 | 32,8 | 196,8 |
| Котлета куриная | 0,08 | 17 | 10 | 11 | 200 |
| Компот | 0,200 | 0,3 | 0,1 | 14,7 | 58 |
| Хлеб белый сельский | 0,04 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 |
| Хлеб рж/пш | 0,035 | 8,1 | 3,4 | 42,2 | 222 |
| ИТОГО | 0,917 | | | | 1066,11 |