



Утверждаю
 Директор ООО "Спирит"
 И.Г.Тамова



Примерное 2-х недельное меню для учащихся 12 лет и старше, больных ожирением

| № рецеп. | Наименование блюд | Выход | Белки, г | Жиры, г | Углевод ы, г | Энергетическая ценность, ккал |
|---------------------------------|---|-------------|---------------|---------------|-----------------|-------------------------------|
| 1 неделя | | | | | | |
| 1 ДЕНЬ | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| №340 сбор.2004/210 Дели 2015 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 80 | 7,610 | 8,840 | 5,744 | 133 |
| №173/2015г.,Дели | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ | 250/5 | 9,437 | 11,717 | 44,092 | 320 |
| №376 Дели 2015 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15/7 | 0,273 | 0,057 | 15,230 | 63 |
| | ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ | 25 | 1,5 | 0,25 | 17,25 | 77 |
| | Итого: | 582 | 18,820 | 20,864 | 82,316 | 593 |
| ОБЕД | | | | | | |
| № 338/2015 г Дели | ФРУКТ (Яблоко) | 120 | 0,480 | 0,480 | 11,760 | 53 |
| №47/2015г.,Дели | САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ | 100 | 1,551 | 5,080 | 15,175 | 113 |
| № 111 сб.рецептур 2004 г. | БОРЩ СИБИРСКИЙ (без томатной пасты) | 250 | 3,730 | 2,350 | 31,480 | 162 |
| №266/2015г.,Дели | БИФШТЕКС РУБЛЕННЫЙ | 100г | 15,283 | 14,827 | 9,865 | 234 |
| №302/2015г.,Дели | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 180 | 7,940 | 6,470 | 53,050 | 302 |
| № 705 Сбор. рецеп. 2004 г | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА | 200 | 0,210 | 0,050 | 15,020 | 61 |
| | ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ 40 г | 40 | 1,92 | 1,96 | 8,8 | 59 |
| | Итого: | 990 | 31,114 | 31,217 | 140,700 | 984 |
| | ВСЕГО | 1572 | 49,934 | 52,081 | 223,016 | 1577 |
| 2 ДЕНЬ | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| № 338 Дели 2015 г | ФРУКТ (Мандарин) | 90 | 0,480 | 0,480 | 4,760 | 56 |
| №14/2015г. Дели | Масло Сливочное (Поршиями) | 10 | 7,30 | 7,55 | 0,8 | 100 |
| №173/2015г.,Дели | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ (с маслом) | 250/ 5 | 8,585 | 9,537 | 56,178 | 345 |
| №377/2015г.,Дели | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 200/ 15 | 0,320 | 0,140 | 20,440 | 84 |
| | ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ | 25 | 1,5 | 0,25 | 17,25 | 77 |
| | Итого: | 595 | 18,185 | 17,96 | 99,428 | 662 |
| ОБЕД | | | | | | |
| №52/2015г. Дели | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (с маслом) | 100 | 0,758 | 1,088 | 8,360 | 46 |
| №99/2015г. Дели | СУП ОВОЩНОЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 250 /10 | 3,275 | 4,332 | 25,045 | 152 |
| №291/2015г. Дели | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (без томатной пасты) | 50/180 | 20,200 | 22,195 | 39,166 | 442 |
| №348/2015г. Дели | КОМПЛОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0,440 | 0,020 | 29,760 | 121 |
| | ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ | 40 | 1,92 | 1,96 | 8,8 | 59 |
| | Итого: | 830 | 26,593 | 29,595 | 111,131 | 820 |
| | ВСЕГО | 1425 | 44,778 | 47,552 | 210,559 | 1482 |
| 3 ДЕНЬ | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| № 338/2015 г Дели | ФРУКТ (Банан) | 120 | 0,480 | 0,480 | 11,760 | 53 |
| №29/2015г.,Дели | Яицо отварное | 1 шт | 6,255 | 5,918 | 0,28 | 79 |
| №303/2015г.,Дели | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА с маслом | 200/5 | 9,181 | 11,940 | 50,409 | 346 |
| №378/2015г.,Дели | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 200 | 0,210 | 0,050 | 15,020 | 61 |
| | ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ | 25 | 1,5 | 0,25 | 17,25 | 77 |
| | Итого: | 598 | 17,626 | 18,638 | 94,719 | 616 |

| ОБЕД | | | | | | |
|--------------------------------------|--|----------|--------|--------|---------|------|
| № 338/2015 г Дели | ФРУКТ (Груша) | 120 | 0,480 | 0,480 | 11,760 | 53 |
| № 59/2015 г Дели | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ | 100 | 0,990 | 0,140 | 8,780 | 40 |
| №88/2015г, Дели | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (без томатной пасты) | 250 | 2,430 | 3,680 | 10,400 | 88 |
| №260/2015г, Дели | ГУЛЯШ (без томатной пасты, пшенич. муки) | 50/50 | 15,194 | 17,678 | 10,845 | 263 |
| №136/2015г, Дели | ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ | 180 | 6,42 | 6,140 | 38,8 | 236 |
| № 631 Сбор. рецеп. 2004 г | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК | 200/15/7 | 0,440 | 0,020 | 29,760 | 121 |
| | ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ | 40 | 1,92 | 1,96 | 8,8 | 59 |
| | Итого: | 1012 | 27,874 | 30,098 | 119,145 | 860 |
| | ВСЕГО | 1610 | 45,500 | 48,736 | 213,864 | 1476 |
| 4 ДЕНЬ | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| №340 сбор. 2004/210 Дели 2015 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 80 | 7,610 | 8,840 | 5,744 | 133 |
| №173/2015г, Дели | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ | 250/5 | 9,437 | 11,717 | 44,092 | 320 |
| №376 Дели 2015 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15/7 | 0,273 | 0,057 | 15,230 | 63 |
| | ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ | 25 | 1,5 | 0,25 | 17,25 | 77 |
| | Итого: | 582 | 18,820 | 20,864 | 82,316 | 593 |
| ОБЕД | | | | | | |
| №45/2015г, Дели | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 100 | 1,551 | 4,085 | 15,175 | 104 |
| №102/2015г, Дели | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 250 | 3,816 | 3,475 | 26,965 | 156 |
| №289/2015г, Дели | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ (без томатной пасты, пшенич. муки) | 180/50г | 20,772 | 19,855 | 49,180 | 459 |
| № 704 2004 г | НАПИТОК ИЗ КУРАГИ | 200/15 | 0,210 | 0,050 | 15,020 | 61 |
| | ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ | 40 | 1,92 | 1,96 | 8,8 | 59 |
| | Итого: | 835 | 28,269 | 29,425 | 115,140 | 839 |
| | ВСЕГО | 1417 | 47,089 | 50,289 | 197,456 | 1432 |
| 5 ДЕНЬ | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| № 338 Дели 2015 г | ФРУКТ (Апельсин) | 90 | 0,480 | 0,480 | 4,760 | 56 |
| №14/2015г Дели | Маело Сливочное (Порridge) | 10 | 7,30 | 7,55 | 0,8 | 97 |
| №173/2015г, Дели | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ (с маслом) | 250/5 | 8,585 | 9,537 | 56,178 | 345 |
| №377/2015г, Дели | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 200 | 0,320 | 0,140 | 20,140 | 84 |
| | ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ | 25 | 1,5 | 0,25 | 17,25 | 77 |
| | Итого: | 580 | 18,185 | 17,957 | 99,428 | 659 |
| ОБЕД | | | | | | |
| № 338/2015 г Дели | ФРУКТ (яблоко зеленое) | 120 | 0,480 | 0,480 | 26,74 | 113 |
| № 63 Дели 2015 г | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | 100 | 1,430 | 3,051 | 9,105 | 68 |
| №98/2015г, Дели | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (без томатной пасты) | 250 | 2,430 | 3,680 | 10,400 | 84 |
| № 464 Сбор. рецеп. 2004 г | ЛЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (без пшенич. хлеба) | 100 | 12,270 | 12,280 | 1,760 | 172 |
| Сб., М. Дели плюс, 2015, рецеп. №199 | ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ | 180 | 9,114 | 6,260 | 42,956 | 265 |
| № 705 Сбор. рецеп. 2004 г | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА | 200 | 0,210 | 0,050 | 15,020 | 61 |
| | ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ | 40 | 1,92 | 1,96 | 8,8 | 59 |
| | Итого: | 990 | 27,854 | 27,761 | 114,781 | 822 |
| | ВСЕГО | 1370 | 46,039 | 45,718 | 214,209 | 1481 |

| 6 ДЕНЬ | | | | | | |
|-------------------------------|--|----------|--------|--------|---------|------|
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| № 338/2015 г. Дели | ФРУКТ (Груша) | 120 | 0,480 | 0,480 | 11,760 | 53 |
| №29/2015г. Дели | Яйцо отварное | 1 шт | 6,255 | 5,918 | 0,28 | 79 |
| № 305, Сбор. рец. 2004 г. | КАША МОЛОЧНАЯ "ЯНТАРНАЯ" с МАСЛОМ | 200/5 | 9,146 | 13,700 | 42,128 | 328 |
| №378/2015г. Дели | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 200/15 | 0,210 | 0,050 | 15,020 | 61 |
| | ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ | 25 | 1,5 | 0,25 | 17,25 | 77 |
| | Итого: | 613 | 17,591 | 20,398 | 86,438 | 598 |
| ОБЕД | | | | | | |
| №47/2015г. Дели | САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ | 100 | 1,551 | 4,080 | 15,175 | 104 |
| №97/2015г. Дели | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ МЯСНЫМИ | 250 /10 | 4,900 | 5,000 | 25,045 | 166 |
| № 268/2015г. Дели | КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ (без пшенич. муки, хлеба, сухарей) | 100г | 16,478 | 14,950 | 7,340 | 230 |
| №139/2015г. Дели | КАПУСТА ТУШЕНАЯ (без томатной пасты, пшенич. муки) | 180 | 4,300 | 4,570 | 28,900 | 172 |
| № 700 Сбор. рецеп. 2004 г. | НАПИТОК ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КЛУКВЫ | 200 | 0,125 | 0,050 | 24,877 | 100 |
| | ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ | 40 | 1,92 | 1,96 | 8,8 | 59 |
| | Итого: | 850 | 29,274 | 30,610 | 110,137 | 831 |
| | ВСЕГО | 1463 | 46,865 | 51,008 | 196,575 | 1429 |
| 2 неделя | | | | | | |
| 1 ДЕНЬ | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| №340 сбор. 2004/210 Дели 2015 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 80 | 7,610 | 8,840 | 5,744 | 133 |
| №173/2015г. Дели | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ | 250/5 | 9,437 | 11,717 | 44,092 | 317 |
| №376 Дели 2015 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15/7 | 0,273 | 0,057 | 15,230 | 63 |
| | ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ | 25 | 1,5 | 0,25 | 17,25 | 77 |
| | Итого: | 582 | 18,820 | 20,864 | 82,316 | 590 |
| ОБЕД | | | | | | |
| № 338/2015 г. Дели | ФРУКТ (Банан) | 120 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 53 |
| №45/2015г. Дели | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОМАННОЙ КАПУСТЫ | 100 | 1,551 | 4,085 | 15,175 | 104 |
| № 111 сб. рецептур 2004 г. | БОРЩ СИБИРСКИЙ (без томатной пасты) | 250 | 3,730 | 2,350 | 31,480 | 162 |
| № 281/2015г. Дели | БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (без хлеба) | 100 | 16,750 | 13,300 | 8,400 | 220 |
| №304/2015г. Дели | РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ | 180/5 | 4,640 | 5,270 | 36,060 | 210 |
| № 631 Сбор. рецеп. 2004 г. | КОМПОТ ИЗ УРЮКА | 200/15 | 0,210 | 0,050 | 15,020 | 61 |
| | ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ | 40 | 1,92 | 1,96 | 8,8 | 59 |
| | Итого: | 1010 | 29,281 | 27,495 | 136,695 | 869 |
| | ВСЕГО | 1592 | 48,101 | 48,359 | 209,011 | 1459 |
| 2 ДЕНЬ | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| № 338 Дели 2015 г. | ФРУКТ (Мандарин) | 90 | 0,480 | 0,480 | 4,760 | 56 |
| №14/2015г. Дели | Масло сливочное (Порциями) | 10 | 7,30 | 7,55 | 0,8 | 97 |
| №173/2015г. Дели | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ (с маслом) | 250/ 5 | 8,585 | 9,537 | 56,178 | 345 |
| №377/2015г. Дели | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 200 | 0,320 | 0,140 | 20,440 | 84 |
| | ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ | 25 | 1,5 | 0,25 | 17,25 | 77 |
| | Итого: | 580 | 18,185 | 17,957 | 99,428 | 659 |
| ОБЕД | | | | | | |
| №52/2015г. Дели | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (с маслом) | 100 | 0,758 | 1,088 | 8,360 | 46 |
| №99/2015г. Дели | СУП ОВОЩНОЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 250 /10 | 3,275 | 4,332 | 25,045 | 152 |
| №288/2015г. Дели | ПИЦЦА ОТВАРНАЯ | 100 | 15,990 | 16,170 | 7,320 | 238 |
| № 541/2004 год | РАГУ ОВОЩНОЕ | 180 | 4,360 | 4,850 | 35,300 | 203 |
| № 705 Сбор. рецеп. 2004 г. | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА | 200 | 0,210 | 0,050 | 15,020 | 61 |
| | ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ | 40 | 1,920 | 1,96 | 8,8 | 59 |
| | Итого: | 880 | 26,513 | 28,450 | 109,85 | 802 |
| | ВСЕГО | 1460 | 44,698 | 46,407 | 209,278 | 1461 |
| 3 ДЕНЬ | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| № 338/2015 г. Дели | ФРУКТ (Груша) | 120 | 0,480 | 0,480 | 11,760 | 53 |
| №29/2015г. Дели | ЯЙЦО ОТВАРНОЕ | 1 шт | 6,255 | 5,918 | 0,28 | 79 |
| №303/2015г. Дели | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА с маслом | 200/5 | 9,181 | 11,940 | 50,409 | 346 |
| №378/2015г. Дели | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 200 | 0,210 | 0,050 | 15,020 | 61 |
| | ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ | 25 | 1,5 | 0,25 | 17,25 | 77 |
| | Итого: | 598 | 17,626 | 18,638 | 94,719 | 616 |

| ОБЕД | | | | | | |
|-------------------|----------------------------|-------|--------|--------|---------|------|
| № 338 Дели 2015 г | ФРУКТ (Яблоко красное) | 120 | 0,480 | 0,480 | 11,760 | 56 |
| №47/2015г, Дели | САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ | 100 | 1,551 | 4,080 | 15,175 | 104 |
| №98/2015г, Дели | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПКОЙ | 250г | 2,356 | 1,400 | 12,900 | 74 |
| № 371 Сбор. 2004г | ГОРБУША ПРИПУЩЕННАЯ | 100 | 17,070 | 18,650 | 2,020 | 244 |
| №312/2015г, Дели | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ | 180/5 | 3,864 | 4,460 | 50,480 | 258 |
| №348/2015г, Дели | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0,210 | 0,050 | 15,020 | 61 |
| | ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ | 40 | 1,92 | 1,96 | 8,8 | 59,2 |
| | Итого: | 995 | 27,451 | 31,080 | 116,155 | 856 |
| | ВСЕГО | 1593 | 45,077 | 49,718 | 210,874 | 1472 |

4 ДЕНЬ

ЗАВТРАК

| | | | | | | |
|-------------------------------|--|----------|--------|--------|--------|-----|
| №340 сбор. 2004/210 Дели 2015 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 80 | 7,610 | 8,840 | 5,744 | 133 |
| №173/2015г, Дели | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ | 250/5 | 9,437 | 11,717 | 44,092 | 320 |
| №376/2015г, Дели | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15/7 | 0,273 | 0,057 | 15,230 | 63 |
| | ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ | 25 | 1,5 | 0,25 | 17,25 | 77 |
| | Итого: | 582 | 18,820 | 20,864 | 82,316 | 593 |

ОБЕД

| | | | | | | |
|-------------------|---|--------|--------|--------|---------|------|
| № 338 Дели 2015 г | ФРУКТ (Мандарин) | 120 | 0,480 | 0,480 | 11,760 | 53 |
| №45/2015г, Дели | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 100 | 1,551 | 4,083 | 15,175 | 104 |
| №102/2015г, Дели | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 250 | 3,816 | 3,475 | 26,965 | 156 |
| №291/2015г, Дели | ПЮРЕ ИЗ ПТИЦЫ (без томатной пасты) | 50/180 | 20,200 | 22,195 | 39,166 | 437 |
| № 704 2004 г | НАПИТОК ИЗ КУРАГИ | 200/15 | 0,210 | 0,050 | 15,020 | 61 |
| | ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ | 40 | 1,92 | 1,96 | 8,8 | 59,2 |
| | Итого: | 955 | 28,177 | 32,245 | 116,886 | 870 |
| | ВСЕГО | 1537 | 46,997 | 53,109 | 199,202 | 1463 |

5 ДЕНЬ

ЗАВТРАК

| | | | | | | |
|-------------------|---|-------|--------|--------|--------|-----|
| № 338 Дели 2015 г | ФРУКТ (Мандарин) | 90 | 0,480 | 0,480 | 4,760 | 56 |
| №14/2015г, Дели | Масло сливочное (Порциями) | 10 | 7,30 | 7,35 | 0,8 | 97 |
| №173/2015г, Дели | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ (с маслом) | 250/5 | 8,585 | 9,537 | 56,178 | 345 |
| №377/2015г, Дели | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 200 | 0,320 | 0,140 | 20,440 | 84 |
| | ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ | 25 | 1,5 | 0,25 | 17,25 | 77 |
| | Итого: | 580 | 18,185 | 17,957 | 99,428 | 689 |

ОБЕД

| | | | | | | |
|----------------------------|--|------|--------|--------|---------|------|
| № 338 Дели 2015 г | ФРУКТ (Банан) | 120 | 0,480 | 0,480 | 11,760 | 56 |
| № 62 Дели 2015 г | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | 100 | 1,430 | 3,051 | 9,105 | 68 |
| №88/2015г, Дели | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (без томатной пасты) | 250 | 2,430 | 3,680 | 10,400 | 88 |
| №288/2015г, Дели | ПИЦЦА ОТВАРНАЯ | 100 | 15,990 | 16,170 | 7,320 | 238 |
| №302/2015г, Дели | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 180 | 7,940 | 6,470 | 53,050 | 302 |
| № 631 Сбор. рецепт. 2004 г | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК | 200 | 0,440 | 0,020 | 31,760 | 129 |
| | ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ | 25 | 1,5 | 0,25 | 17,25 | 77 |
| | Итого: | 975 | 30,210 | 30,121 | 140,645 | 958 |
| | ВСЕГО | 1555 | 48,395 | 48,078 | 240,073 | 1617 |

6 ДЕНЬ

ЗАВТРАК

| | | | | | | |
|-------------------|---------------------------------------|-------|--------|--------|--------|-----|
| № 338/2015 г Дели | ФРУКТ (Апельсин) | 120 | 0,480 | 0,480 | 11,760 | 53 |
| №29/2015г, Дели | Ябло отварное | 1 шт | 6,255 | 5,918 | 0,28 | 79 |
| №303/2015г, Дели | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА с маслом | 200/5 | 9,181 | 11,940 | 50,409 | 346 |
| №378/2015г, Дели | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 200 | 0,210 | 0,050 | 15,020 | 61 |
| | ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ | 25 | 1,5 | 0,25 | 17,25 | 77 |
| | Итого: | 598 | 17,626 | 18,638 | 94,719 | 616 |

ОБЕД

| | | | | | | |
|-----------------|----------------------------|-----|-------|-------|--------|-----|
| №47/2015г, Дели | САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ | 100 | 1,551 | 4,080 | 15,175 | 104 |
|-----------------|----------------------------|-----|-------|-------|--------|-----|

| | | | | | | |
|---------------------------|--|--------|--------|--------|---------|------|
| №97/2015г. Деся | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 250/10 | 4,900 | 5,000 | 25,045 | 166 |
| № 268/2015г. Деся | КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ (без пшенич. муки, хлеба, сухарей) | 100г | 16,478 | 14,950 | 7,340 | 230 |
| № 541/2004 год | РАГУ ОВОЩНОЕ | 180 | 4,360 | 4,850 | 35,300 | 203 |
| № 700 Сбор. рецеп. 2004 г | НАПИТОК ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КВЮКВЫ | 200 | 0,125 | 0,050 | 24,877 | 100 |
| | ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ | 40 | 1,92 | 1,96 | 8,8 | 59,2 |
| | Итого: | 885 | 29,334 | 30,890 | 116,537 | 862 |
| | Всего | 1483 | 46,960 | 49,528 | 211,256 | 1478 |