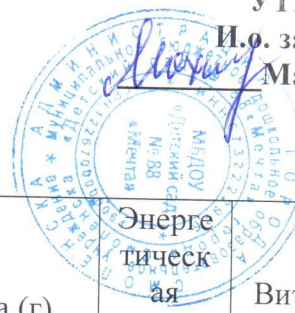


Пятница 10 (II) 23.05.2025



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ технологической карты
			Б	Ж	У			
Завтрак:	Каша вязкая пшениная	150	5,92	9,65	43,63	143,7	0,5	12
	Хлеб пшеничный с маслом	20/5	1,55	4,29	9,88	84,4	0	65
	Кофейный напиток с молоком	160	2,34	2	10,63	70	0,98	35
Второй завтрак:	Фрукты	95	0,4	0,4	9,3	44,7	10,1	68/2
	Салат из моркови с яблоком (до 01.03.текущего года)	35	0,36	0,08	5	22,58	1,76	8
	Борщ с капустой и картофелем	200	5,5	6	10,1	118,1	8,5	22
	Печень тушеная в соусе	60	18,4	9,5	4,1	205,7	13,5	111
	Картофельное пюре	130	2,7	4,4	17,7	121,3	8,7	44
	Компот из сушеных фруктов	150	0	0	4,9	19,4	0	39
	Хлеб ржаной	40	2,26	0,44	18,2	83,2	0	77
	Кисель из натурального сока	180	0,5	0,1	17,2	71,1	0,8	40
Лолдник:	Пирожок с повидлом	60	6,8	9,4	45,7	193,2	0,2	85
	Рыба запеченная в омлете	150	24,45	12,39	9,55	247,71	0,72	61
Ужин:	Винегрет	130	2,44	5,38	17,26	127,45	14,97	11
	Чай с сахаром	150	0,1	0	6	24,6	0,1	33
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,6	10,1	52,6	0	78/1
Всего день:			75,22	64,63	239,25	1629,74	60,83	

УТВЕРЖДАЮ

И.о. заведующего
Махаева Ю.Р.

Пятница 10 (II) 23.05.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ технологической карты
			Б	Ж	У			
Завтрак:	Каша вязкая пшеничная	200	6,69	10,94	48,25	184,1	2,01	12
	Хлеб пшеничный с маслом	30 / 5	2,28	4,34	14,76	116,3	0	65
	Кофейный напиток с молоком	180	3	3,1	11,5	86,3	0,5	35
Второй завтрак:	Фрукты	100	0,4	0,3	9,8	47	10,6	68/2
Обед:	Салат из моркови с яблоком (до 01.03. текущ.года)	50	0,59	0,11	7,47	34,24	2,63	8
	Борщ с капустой и картофелем	250	6,4	6,1	13,3	136,5	12,7	22
	Печень тушеная в соусе	80	22	11,9	7,3	259	26,6	111
	Картофельное пюре	150	3,5	4,7	22,9	148,4	11,1	44
	Компот из сушеных фруктов	200	0	0	5,8	23,2	0	39
	Хлеб ржаной	50	2,8	0,55	24,7	104	1,3	77
Полдник:	Кисель из натурального сока	200	0,4	0,1	16,7	80,1	0,6	40
	Пирожок с повидлом	70	8,2	10,4	58,9	361,7	0,2	85
Ужин:	Рыба запеченная в омлете	180	28,53	16,96	10,31	310,12	0,83	61
	Винегрет	150	3,3	4,3	19,9	133,3	10,3	11
	Чай с сахаром	180	0,1	0	8,2	33,1	0,3	33
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	78,9	0	78
Всего день:			90,47	74,04	294,55	2136,26	79,67	

УТВЕРЖДАЮ
И.о. заведующего
Махаева Ю.Р.

Понедельник 1 (I) 26.05.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)	№ технологической карты
			Б	Ж	У			
Завтрак:	Каша вязкая гречневая	150	5,92	9,65	43,63	135,97	1,81	19/1
	Хлеб пшеничный с маслом	20/5	1,55	4,29	9,88	84,4	0	65
	Сыр	10	2,3	3	0	36,4	0,1	64
	Кофейный напиток с молоком	160	2,34	2	10,63	70	98	35
Второй завтрак:	Сок	160	0,5	0,1	12,2	48	3,5	32
Обед:	Салат из белокачанной капусты (до 01.03)	35	0,75	2,05	2,3	30,86	11,62	4
	Суп картофельный вегетарианский	200	2,03	5,9	10,12	102,26	12,71	30
	Котлета мясная из свинины	60	10,7	20,728	5,9	245,5	0,5	45/1
	Макаронные изделия отварные с маслом	130	3,8	3,7	24	143,8	0	41
	Компот из свежих фруктов	150	0,16	0,16	11,9	50,7	1,98	37
	Хлеб ржаной	40	2,26	0,44	18,2	83,2	0	77
	Кисель из натурального сока	180	0,5	0,1	17,2	71,1	0,8	40
Ужин:	Печенье	30	0,6	0,7	15,5	70,8	0	107
	Драчена	100	16,096	25,264	13,424	194	2,2	101
	Салат из свеклы	35	0,6	3,04	4,52	43,77	2	6
	Чай с сахаром	150	0,1	0	6	24,6	0,1	33
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,6	10,1	52,6	0	78/1
Всего день			51,71	81,83	215,50	1487,96	38,3	

УТВЕРЖДАЮ
И.о. заведующего
Махаева Ю.Р..



Понедельник 1 (I) 26.05.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)	№ технологической карты
			Б	Ж	У			
Завтрак:	Каша вязкая гречневая	200	6,8	10,94	48,25	199	2,01	19/1
	Хлеб пшеничный с маслом	30 / 5	2,28	4,34	14,76	116,3	0	65
	Сыр	15	3,1	4	0	51	0,1	63
	Кофейный напиток с молоком	180	3	3,1	14,36	91	1,17	35
Второй завтрак:	Сок	160	0,5	0,1	10,1	46	2	
	Салат из белокачанной капусты (до 01.03. текущего года)	50	1,5	2	4,5	43	14,6	4
Обед:	Суп картофельный вегетарианский	250	2,27	6,22	11,3	111,08	14,19	30
	Котлета мясная из свинины	80	10,7	20,73	5,9	245,51	0,5	45/1
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,3	4,7	34,2	200	0	41
	Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	13,86	58,5	1,98	37
	Хлеб ржаной	50	2,8	0,55	24,7	104	1,3	77
Полдник	Кисель из натурального сока	200	0,4	0,1	16,7	80,1	0,6	
	Печенье	40	1,1	1,3	30,9	141,6	0	107
Ужин:	Драчена	120	16,096	25,3	13,4	208,6	0,2	101
	Салат из свеклы	50	1,3	2	7,4	53,1	3,5	6
	Чай с сахаром	180	0,1	0	8,2	33,1	0,3	33
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	78,9	0	78
Всего день			59,686	85,78	273,29	1860,8	41,85	

УТВЕРЖДАЮ
И.о. заведующего
Махаева Ю.Р.

Понедельник 1 (I) 26.05.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)	№ технологической карты
			Б	Ж	У			
Завтрак:	Каша вязкая гречневая	150	5,92	9,65	43,63	135,97	1,81	19/1
	Хлеб пшеничный с маслом	20/5	1,55	4,29	9,88	84,4	0	65
	Сыр	10	2,3	3	0	36,4	0,1	64
	Кофейный напиток с молоком	160	2,34	2	10,63	70	98	35
Второй завтрак:	Сок	160	0,5	0,1	12,2	48	3,5	32
Обед:	Салат из белокачанной капусты (до 01.03)	35	0,75	2,05	2,3	30,86	11,62	4
	Суп картофельный вегетарианский	200	2,03	5,9	10,12	102,26	12,71	30
	Котлета мясная из свинины	60	10,7	20,728	5,9	245,5	0,5	45/1
	Макаронные изделия отварные с маслом	130	3,8	3,7	24	143,8	0	41
	Компот из свежих фруктов	150	0,16	0,16	11,9	50,7	1,98	37
	Хлеб ржаной	40	2,26	0,44	18,2	83,2	0	77
	Хлеб ржаной	40	2,26	0,44	18,2	83,2	0	77
Полдник	Кисель из натурального сока	180	0,5	0,1	17,2	71,1	0,8	40
	Печенье	30	0,6	0,7	15,5	70,8	0	107
Ужин:	Драчена	100	16,096	25,264	13,424	194	2,2	101
	Салат из свеклы	35	0,6	3,04	4,52	43,77	2	6
	Чай с сахаром	150	0,1	0	6	24,6	0,1	33
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,6	10,1	52,6	0	78/1
Всего день			51,71	81,83	215,50	1487,96	38,3	

Вторник 2 (I) 27.05.2025



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)	№ технологической карты
			Б	Ж	У			
Завтрак:	Каша вязкая ячневая	150	5,92	9,65	43,63	177,26	1,81	17
	Хлеб пшеничный с маслом	20/5	1,55	4,29	9,88	84,4	0	65
	Какао с молоком	180	2,5	2,70	8,7	69,5	0,4	34
Второй завтрак:	Фрукты	95	0,4	0,4	9,3	44,7	10,1	68/2
	Салат из белокач.капусты с ябл(до 01.03.тек. года)	35	0,63	3,08	2,9	46,12	11	9
	Рассольник "Ленинградский"	200	2,83	3,73	18,38	119,35	7,42	27
	Запеканка картофельная с мясом	180	16,55	18,3	24,74	330,05	16,08	58
	Компот из сушеных фруктов	150	0	0	4,9	19,4	0	39
	Хлеб ржаной	40	2,26	0,44	18,2	83,2	0	77
Обедник:	Кефир	150	4,93	5,44	6,8	100,3	1,19	38
	Зефир	25	0,2	0,03	19,95	81,25	0	125
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,9	15,2	78,9	0	78
	Салат из моркови (до 01.03.тек.г)	35	0,42	0,03	5,21	23,17	1,12	3
	Зразы рыбные с яйцом	70	15,5	4,8	8,9	141,4	2,1	96
Ужин:	Соус сметанно-молочный	20	0,7	1,8	1,6	29	0	103
	Рис отварной	120	4,83	4,7	42,5	233,4	0,65	16/1
	Чай с лимоном	150	0,1	0	8	24,4	0	31
Всего:	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,6	10,1	52,6	0	78/1
			63,12	60,89	258,89	1738,40	51,87	

УТВЕРЖДАЮ
И.о. заведующего
Махаева Ю.Р.



Вторник 2 (I) 27.05.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)	№ технологической карты
			Б	Ж	У			
Завтрак:	Каша вязкая ячневая	200	6,69	10,94	48,25	175,92	2,01	17
	Хлеб пшеничный с маслом	30 / 5	2,28	4,34	14,76	116,3	0	65
	Какао с молоком	200	3,8	3,3	12,93	87,87	0,5	34
Второй завтрак:	Фрукты	100	0,4	0,3	9,8	47	10,6	68/2
Обед:	Салат из белокачанной капусты с яблоком (до 01.03. текущего года)	50	0,84	3,09	3,46	49,46	14,78	9
	Рассольник "Ленинградский"	250	3,49	5,11	22,7	151,52	7,87	27
	Запеканка картофельная с мясом	200	17,45	19,9	27,08	357,68	17,52	58
	Компот из сушеных фруктов	200	0	0	5,8	23,2	0	39
	Хлеб ржаной	50	2,8	0,55	24,7	104	1,3	77
	Салат из моркови (до 01.03.текущего года)	50	1	1,1	5,2	35,3	3,8	3
Полдник:	Зефир	25	0,4	0,06	39,9	162,5	0	125
	Кефир	200	5,8	6,4	8	118	1,4	38
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	78,9	0	78
Ужин:	Зразы рыбные с яйцом	70	16,3	4,8	13,3	162,3	0,7	96
	Соус сметанно-молочный	20	0,8	1,8	2,3	32,3	0	103
	Рис отварной	130	4,83	4,7	42,5	233,4	0,65	16/1
	Чай с сахаром	180	0,1	0	7,1	28,6	0	31
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	78,9	0	78
Всего день:			71,54	66,87	317,30	2043,2	61,13	

УТВЕРЖДА

И.о. заведующей
Махаева Ю

Среда 3 (I) 28.05.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ технологическо карты
			Б	Ж	У			
Завтрак:	Суп молочный рисовый	150	5,5	6,9	21,9	170,17	1,6	79
	Хлеб пшеничный с маслом	20/5	1,55	4,29	9,88	84,4	0	65
	Сыр	10	2,3	3	0	36,4	0,1	64
	Кофейный напиток с молоком	160	2,34	2	10,63	70	0,98	35
Второй завтрак	Сок	180	1	0,2	20,2	92	4	32/1
Обед:	Суп гороховый с гречками	200	8,1	4,4	19,5	200	11	83
	Котлета рубленая из птицы	60	9,43	6,47	9,98	164	0,5	52
	Капуста тушеная	130	3,02	3,4	8,5	78,3	29,7	53
	Компот из свежих фруктов	150	0,16	0,16	11,9	50,7	1,98	37
	Хлеб ржаной	40	2,26	0,44	18,2	83,2	0	77
Полдник:	Какао с молоком	180	2,5	2,7	8,7	69,5	0,4	34
	Печенье	30	2,3	2,9	22,3	125,1	0	81
Ужин:	Запеканка творожная с изюмом	130	21,86	13,97	25,23	319,42	2,78	87/1
	Соус сметанный	35	1,24	1,31	8,4	50,35	0,03	55
	Чай с сахаром	150	0,1	0	8	24,4	0	31
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,6	10,1	52,6	0	78/1
Всего день			65,16	52,74	213,42	1670,54	53,07	

УТВЕРЖДАЮ

И.о. заведующего
Махаева Ю.Р.

Среда 3 (I)28.05.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С	№ технологической карты
			Б	Ж	У			
Завтрак:	Суп молочный рисовый	200	9,25	10,78	34,21	265,9	1,8	79
	Хлеб пшеничный с маслом	30 / 5	2,28	4,34	14,76	116,3	0	65
	Сыр	15	3,1	4	0	51	0,1	63
	Кофейный напиток с молоком	180	3	3,1	11,5	86,3	0,5	35
Второй завтрак	Сок	180	1	0,2	20,2	92	4	32/1
Обед:	Суп гороховый с гречками	250	8,1	4,4	19,5	200	11	83
	Котлета рубленая из птицы	70	11	7,55	2,05	109,08	0	52
	Капуста тушеная	150	3,3	4,2	9,7	92	31	53
	Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	13,86	58,5	1,98	37
	Хлеб ржаной	50	2,8	0,55	24,7	104	1,3	77
Полдник:	Какао с молоком	200	2,9	3	10,1	79,8	0,5	34
	Печенье	40	3	3,92	29,8	166,8	0	81
Ужин:	Запеканка творожная с изюмом	150	21,86	13,97	25,23	319,42	2,78	87/1
	Соус сметанный	50	1	1,9	3,6	68,2	0	55
	Чай с лимоном	180	0,1	0	7,1	28,6	0	31
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	78,9	0	78
Всего день			75,13	62,31	241,07	1916,8	54,96	