

№ рецептурн. сборника	Наименование блюда	Выход		Перечень продуктов	Если		Садё	
		если	сад		брутто	нетто	брутто	нетто
ДЕНЬ ПЕРВЫЙ: ПОНЕДЕЛЬНИК								
1-й завтрак								
14	Суп молочный с макаронными изделиями	150	180	1.молоко 2.вода 3.макаронные изделия м.отвар.макарон.издели й 4.масло сливочное 5.сахар 6.соль	120 18 12 - 1.5 1.5 1	120 18 12 34.5 1.5 1.5 1	144 22 14.4 - 1.8 1.8 1,1	144 22 14.4 41.4 1.8 1.8 1,1
98	Кофейный напиток на молоке	150	180	1.кофейный напиток 2.молоко 3.вода 4.сахарный песок	1.8 113 62 12	1.8 113 62 12	1.8 135 74 14	1.8 135 74 14
	Хлеб пшеничный	30	40	1.хлеб пшеничный	30	30	40	40
2-ой завтрак								
	Сок пром.произ- ва	100	150	1.сок фруктовый	100	100	150	150
Обед								
10	Суп картофельный с бобовыми (горохом лущеным) на мясном бульоне	150/16	180/16	1.картофель 2.горох лущеный 3.морковь 4.лук репчатый 5.масло сливочное 6.бульон или вода 7.соль 8.лавровый лист	41/44/47/50 12 9/10.5 7.5 1.8 105 1.5 0,006	30 12 8 6 1.8 105 1.5 0,006	49/52/56/65 14,6 11/12.6 9 2.2 126 1.8 0,008	36 14 9 7.2 2.2 126 1.8 0,008

66	Картофельная запеканка с мясом	150	200	1.картофель 2.молоко 3.яйца 4.говядина 5.масло растительное 6.лук репчатый 7.масло сливочное или масло растительное 8.масло сливочное 9.сухари панировочные 10.соль 11.лавровый лист	149/159/171/185 24 1/7 65 3 18 2.3 2 1.8 3 1,5 0,02	111 24 7.5 48 3 15 2.3 2 1.8 3 1,5 0,02	198/212/228/246 32 1/5 86 4 24 3 2.6 2,4 4 2 0,02	192 32 10 64 4 20 3 2.6 2,4 4 2 0,02
84	Соус красный основной	20	40	1.бульон или отвар или вода 2.масло сливочное 3.мука пшеничная 4.томатная паста 5.морковь до 01.01 с 01.01 6.лук репчатый 7.сахарный песок 8.соль 9.лавровый лист	- 1 1 0,8 2 2,2 0,7 0,3 0,2 0,02	20 1 1 0,8 1,6 1,6 0,6 0,3 0,2 0,02	- 2 2 1,6 4 4,4 1 0,6 0,4 0,02	40 2 2 1,6 3,2 3,2 0,8 0,6 0,4 0,02
	Огурец соленый	20	30	1.огурец соленый		20		30
	Хлеб ржаной	30	38	1.хлеб ржаной	30	30	38	38
91	Компот из смеси сухофруктов с вит. «С».	150	180	1.сухофрукты 2.сах.песок 3.кислота лимонная 4.вода	15 15 0,1 150	14,6 15 0,1 150	18 18 0,1 180	17,6 18 0,1 180
				ПОЛДНИК				
108	Ватрушка с	60	70	1.мука пшеничная	34	34	41	41

	ПОВИДЛОМ			2.сах.песок	1.8	1.8	2	2
				3.масло сливочное	1,5	1,5	1.8	1.8
				4.яйца	1/10	4	1/10	4
				5.соль	0,5	0,5	0,6	0,6
				6.дрожжи	1	1	1,2	1,2
				7.молоко	13	13	15	15
				8.масло растительное	2	2	2,2	2,2
				9.повидло(джем)	18.6	18	21.7	21
96	Чай с сахаром	150	180	1.чай	0,4	0,4	0,4	0,4
				2.вода	102	102	122	122
				3.сах.песок	12	12	14	14
День второй: вторник								
				1-й завтрак				
34	Каша молочная из хлопьев овсяных «Геркулес» жидкая	150	180	1.хл.овс. «Геркулес»	15	15	18	18
				2.молоко	84	84	101	101
				3.вода	56	56	67	67
				4.сах.песок	3	3	3.6	3.6
				5.соль	1.5	1.5	1.8	1.8
				6.масло сливочное	3	3	4	4
100	Какао с молоком	150	180	1.какао-порошок	3	3	3.6	3.6
				2.молоко	113	113	135	135
				3.вода	50	50	59	59
				4.сах.песок	12	12	14	14
	Хлеб пшеничный	15	20	1.хлеб пшеничный	15	15	20	20
	Бутерброд с маслом	15/5	20/5	1.хлеб пшеничный	15	15	20	20
				2.масло сливочное	5	5	5	5
				2-ой завтрак				
112	Напиток из ягод	100	150	1.ягоды замороженные	13,2	12,5	19,8	18,8
				2. Вода	102	102	153	153
				3.Сахар	10	10	15	15

				обед				
7	Щи из св.капусты с картофелем и с мясом со сметаной	150/16/ 5	200/16/ 5	1.капуста св.белокачанная 2.картофель 3.морковь до01.01 С 01.01 4.лук репчатый 5.томат.паста 6.масло сливочное 7.бульон или вода 8.соль 9.лавровый лист 10.говядина 1 кат. 11.сметана	38 24/26/27/30 9 11 7.5 0,6 1.8 120 1.5 0,006 30 5	303 18 7.5 7.5 6 0,6 1.8 120 1.5 0,006 20 5	50 32/34/36/40 15 14 10 0.8 2.4 160 2 0,008 30 5	40 24 10 10 8 0.8 2.4 160 2 0,008 20 5
51	Котлета рыбная	60	70	1.треска(пикша) или минтай 2.хлеб пшеничный 3.вода 4.сухари панировочные 5.соль 6.масло растительное 7.яйцо	53 60 11 15 6 0,6 3 1/6	39 39 11 15 6 0,6 3 6	62 68 12.6 17.5 7 0,7 3.5 1/6	46 46 12.6 17.5 7 0,7 3.5 6
73	Рис отварной	120	140	1.крупа рисовая 2.вода 3.соль 4.масло сливочное	42 252 1,2 4,2	42 252 1,2 4,2	49 294 1,4 5	49 294 1,4 5
	Икра морковная	30	60	1.Морковь до 01.01 с 01.01 масса варен. очищен. моркови 2.Лук репчатый	28 30 6	26 26 22 5	56 59 12	54 54 44 10
	Хлеб ржаной	30	38	1.хлеб ржаной	30	30	38	38

91	Компот из смеси сухофруктов с вит «С».	150	180	1.сухофрукты 2.вода 3.сах.песок 4.кислота лимонная	15 150 15 0,05	14,6 150 15 0,05	18 180 18 0,1	17,6 180 18 0,1
				ПОЛДНИК				
46	Запеканка из творога	80/20	100/20	1.творог 2.молоко 3.манка 4.яйца 5.сах.песок 6.соль 7.масло растительное 8.сухари панировочные 9.молоко сгущенное	72.8 9.6 5.6 1/6 5.6 0.7 2 2.4 20	72 9.6 5.6 4 5.6 0.7 2 2.4	91 12 7 1/6 7 0.9 2.5 3 20	90 12 7 5 7 0.9 2.5 3
96	Чай с сахаром	150	180	1.чай 2.вода 3.сах.песок	0,4 102 11	0,4 102 11	0,4 122 14	0,4 122 14
День третий: среда								
				1-й завтрак				
32	Каша пшеничная молочная жидкая	150	180	1.крупа пшеничная 2.молоко 3.вода 4.сах.песок 5.соль 6.масло сливочное	20 81 54 3 1,5 3	20 81 54 3 1,5 3	23 97 65 3.6 1.8 3.6	23 97 65 3.6 1.8 3.6
98	Кофейный напиток на молоке	150	180	1.кофейный напиток 2.молоко 3.вода 4.сах.песок	3 113 50 12	3 113 50 12	3,6 135 74 14	3,6 135 74 14
	Хлеб пшеничный	30	40	1.хлеб пшеничный	30	30	40	40
				2-ой завтрак				

113	Напиток из шиповника	100	150	1.Шиповник 2.Вода 3. Сахар	10 100 10	10 100 10	15 150 15	15 150 15
				обед				
6	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150/5	200/8	1.свекла до 01.01 С 01.01 2.капуста свежая Или квашенная 3.картофель 4.морковь до 01.01 С 01.01 5.лук репчатый 6.том.паста 7.масло сливочное 8.бульон или вода 9.соль 10.лавровый лист 11.сметана	30 32 15 14 17/17,1/18/19,5 9 11 8 1,8 1,8 120 1,5 0,006 5	24 24 12 9 12 7,5 7,5 6 1,8 1,8 120 1,5 0,006 5	40 42 20 18 22/23/24/26 12 12 14 10 14 2,4 2,4 160 2 0,008 5	32 32 16 12 16 10 10 8 2,4 2,4 160 2 0,008 5
55	Гуляш из говядины	50	70	1.говядина 2.масло растительное 3.лук репчатый 4.том.паста 5.мука пшеничная 6.соль 7.лавровый лист	65 3 10 2,4 2 0,4 0,01	48 3 8 2,4 2 0,4 0,01	65 3 12 3 2,5 0,5 0,01	48 3 10 3 2,5 0,5 0,01
75	Макаронные изделия отварные	120	140	1.макаронные изделия 2.вода 3.соль 4.масло сливочное	41 244 1,8 4,2	41 244 1,8 4,2	48 285 2,1 4,9	48 285 2,1 4,9
	Огурец свежий	20	30	1.огурец свежий	21	20	31	30

	Хлеб ржаной	30	38	1.хлеб ржаной	30	30	38	38
90	Компот из свежих яблок с вит. «С»	150	180	1. Яблоки 2.сах.песок 3.кислота лимонная 4.вода	34 18 0,05 121,5	30 18 0,05 121,5	40,1 21,6 0,1 146	36 21,6 0,1 146
				ПОЛДНИК				
104	Сдоба обыкновенная	60	70	1.мука пшеничная 2.сах.песок 3.масло сливочное 4.соль 5.дрожжи 6.молоко 7.яйца 8.масло растительное	42 4,2 1,2 0,6 0,6 19 1/10 0,2	42 4,2 1,2 0,6 0,6 19 4 0,2	60 6 4 0,8 0,8 22 1/8 0,2	60 6 4 0,8 0,8 22 5 0,2
97	Чай сладкий с молоком	150	180	1.чай 2.вода 3.молоко 4.сах.песок	0,3 27 80 12	0,3 27 80 12	0,4 32 95 14	0,4 32 95 14
	Фрукты свежие(яблоки)	150	150	1.яблоки	150	150	150	150
День четвертый-четверг								
				1-й завтрак				
33	Каша рисовая молочная жидкая	150	180	1.крупа рисовая 2.молоко 3.вода 4.сах.песок 5.соль 6.масло сливочное	20 81 54 3 1,5 3	20 81 54 3 1,5 3	23,4 97 65 3,6 1,8 3,6	23,4 97 65 3,6 1,8 3,6
100	Какао с молоком	150	180	1.какао порошок 2.молоко 3.вода	3 113 50	3 113 50	3,6 135 59	3,6 135 59

				4.сах.песок	12	12	14	14
	Хлеб пшеничный	15	20	1.хлеб пшеничный	15	15	20	20
	Бутерброд с сыром	15/10	20/15	1.хлеб пшеничный 2.сыр порционный	15 10	15 10	25 15	25 15
				2-й завтрак				
112 Справ. 2017г.	Напиток из замороженных ягод	100	150	1.Заморожен. ягоды 2.Вода 3.Сахар	13,2 102 12	12,5 102 12	15,8 153 16	15,0 153 16
				обед				
101 стр.28	Суп картофельный с крупой(пшено) с мясом	150/16	200/16	1.картофель 2.крупя пшено 3.морковь до 01.01 С 01.01 4.лук репчатый 5.масло сливочное 6.бульон или вода 7.говядина 1 кат. 8.соль	60/65/69/75 3 7,5 8 7,5 1,8 113 30 1,5	45 3 6 6 6 1,8 113 20 1,5	80/86/93/100 4 10 12 10 2 150 30 2	60 4 8 8 8,4 2 150 20 2
59	Котлета мясная	60	80	1.говядина 2.хлеб пшеничный 3.лук репчатый 4.вода 5.соль 6.сухари панировочные 7.яйцо 8.масло растительное	49 15 7,2 12 0,6 6 1/6 3,5	36 15 6 12 0,6 6 7 3,5	66 20 10 16 0,8 8 1/6 4	48 20 8 16 0,8 8 7 4

82	Капуста тушеная	120	140	1.капуста белокочанная 2.масло сливочное 3.морковь до 01.01 С 01.01 4.лук репчатый 5.том.паста 6.соль	173 4,8 3 3,6 6 2,8 1,2	138 4,8 2,4 2,4 4,8 2,8 1,2	201 5,6 3,5 4,2 7 3,4 1,4	161 5,6 2,8 2,8 5,6 3,4 1,4
	Хлеб ржаной	30	38	1.хлеб ржаной	30	30	38	38
90	Компот из свежих яблок с вит. «С»	150	180	1.яблоки 2.вода 3.сах.песок 4.кислота лимонная	34 121,5 18 0,05	30 121,5 18 0,05	41 146 22 0,1	36 146 22 0,1
				ПОЛДНИК				
103	Кисломолочный напиток Снежок	160	180	1.снежок	166	160	187	180
	Хлеб пшеничный	30	40	1.хлеб пшеничный	30	30	40	40
	Фрукты свежие (яблоко)	150	150	Яблоко	150	150	150	150
День пятый-пятница								
				1-ый завтрак				
31	Каша манная молочная жидкая	150	180	1.крупа манная 2.молоко 3.соль 4. масло сливочное 5. Вода	15 84 1,5 3 56	15 84 1,5 3 56	18 101 1,8 3,6 67	18 101 1,8 3,6 67
98	Кофейный напиток на молоке	150	180	1.кофейный напиток 2.молоко 3.вода	3 112 50	3 112 50	3,6 135 74	3,6 135 74

				4.сах.песок	12	12	14	14
	Хлеб пшеничный	30	40	1.хлеб пшеничный	30	30	40	40
				2-й завтрак				
113	Напиток из шиповника	100	100	1.Шиповник	10	10	10	10
				2.Вода	90	90	90	90
				3.Сахар	10	10	10	10
				обед				
9	Суп картофельный с мясными фрикадельками	150/29	200/29	1.картофель	90/96/104/112	68	120/128/138/150	90
				2.морковь до 01.01	7,5	6	10	8
				С 01.01	8	6	10,6	8
				3.лук репчатый	7,5	6	10	8
				4.масло сливочное	1,8	1,8	2	2
				5.бульон или вода	105	105	140	140
				6.соль	1,5	1,5	2	2
				7.лавровый лист	0,006	0,006	0,008	0,008
				Фрикадельки				
				1.говядина	39	29	39	29
				2.лук репчатый	3	2,5	3	2,5
				3.яйца	1/20	2	1/20	2
				4.вода	2,5	2,5	2,5	2,5
81 Стр.171 Сборн 2017	Печень тушеная в соусе	50	70	1.печень говяжья	85	70,5	119	99
				2.мука пшеничная	3	3	4,2	4,2
				3.соль	0,75	0,75	1	1
				4.масло растительное	5	5	7	7
				Масса готов печени		50		70
				Для соуса:				
				1.сметана	11,5	11,5	16	16
				2. мука пшеничная	3,5	3,5	4,9	4,9
				3.бульон или вода	34	34	48	48

				4.лук репчатый	12	10	16,8	14
				5.масло сливочное	1	1	1,4	1,4
				6.томатная паста	2	2	2,8	2,8
				7.соль	0,5	0,5	0,7	0,7
				Масса готов соуса		50		50
78	Картофельное пюре	120	140	1.картофель	120/128/138/150	68	140/160/161/175	105
				2.молоко	42	42	50	50
				3.масло сливочное	4,5	4,5	5,4	5,4
				4.соль	1,5	1,5	1,8	1,8
	Огурец свежий(соленый)	20	30	1.огурец свежий	21	20	31	30
	Хлеб ржаной	30	38	1.хлеб ржаной	30	30	38	38
95	Напиток лимонный	160	180	1.лимоны	12.8	8	14.4	9
				2.вода	171	171	189	214
				3.сах.песок	17	17	22	22
				ПОЛДНИК				
75	Макаронны отварные	120	140	1.макарон.изделия	41	41	48	48
				2.вода	244	244	285	285
				4.соль	1,8	1,8	2,1	2,1
				7.масло сливочное	4,2	4,2	4,9	4,9
96	Чай с сахаром	150	180	1.Чай	0,3	0,3	0,4	0,4
				2.Вода	102	102	122	122
				3.Сахар-песок	12	12	14	14
Неделя:2-ая								
День первый-понедельник								
				1-й завтрак				
31	Каша манная молочная жидкая	150	180	1.крупа манная	15	15	18	18
				2.молоко	84	84	101	101
				3.вода	56	56	67	67
				4.сах.песок	3	3	4	4

				5.соль	1.5	1.5	1,8	1,8
				6.масло сливочное	3	3	4	4
100	Какао с молоком	150	180	1.какао порошок	3	3	3.6	3.6
				2.молоко	113	113	135	135
				3.вода	50	50	59	59
				4.сах.песок	12	12	14	14
	Хлеб пшеничный	30	40	1.хлеб пшеничный	30	30	40	40
				2-й завтрак				
	Сок фруктовый	100	150	1.сок фруктовый	100	100	150	150
				обед				
9	Суп картофельный на мясном бульоне	150/16	200/16	1.картофель	90/96/104/112	68	150/160/173/188	113
				2.морковь до 01.01	7.5	6	10	8
				С 01.01	8	6	10.6	8
				3.лук репчатый	7.5	6	10	8
				4.масло сливочное	1.8	1.8	2	2
				5.бульон или вода	105	105	140	140
				6.соль	1.5	1.5	2	2
64	«Ежики» мясные	60/30	80/30	1.говядина	50	37	67	50
				2.вода	3	3	4	4
				3.яйца	1/12	4	1/12	4
				4.крупа рисовая	9	9	12	12
				5.вода	19	19	26	26
				6.соль	1,1	1,1	1,4	1,4
				7.чеснок	1.8	1,2	2,4	1,6
				8.лук репчатый	7,2	6	7,2	6
				9.масло растительное	1,2	1,2	1,2	1,2
				10.том.паста	3	3	3	3
				11.мука пшеничная	2	2	2	2
				12.лавровый лист	0,002	0,002	0,003	0,003
84	Соус красный	20	40	1.бульон,отвар или вода	20	20	40	40

	основной			2.масло сливочное 3.мука пшеничная 4.том.паста 5.морковь 6.лук репчатый 7.сах.песок 8.соль 9.лавровый лист	0.5 1 0.8 2 0.5 0.3 0,2 0,006	0.5 1 0.8 1.6 0.4 0,3 0,2 0,006	1 2 1.6 4 1 0.6 0,4 0,01	1 2 1.6 3.2 0.8 0.6 0,4 0,01
5	Икра свекольная	80	100	1.свекла до 01.01 С 01.01 Масса вар.очищен.свеклы 2.лук репчатый 3.масло растительное 4.том.паста 5.кислота лимонная 6.сах.песок 7.соль	77 82 - 16.8 5.6 3.2 0,02 1,0 0,4	77 82 60 14.4 5.6 3.2 0,02 1,0 0,4	96 102 - 21 7 4 0,03 1,2 0,5	96 102 75 18 7 4 0,03 1,2 0,5
	Хлеб ржаной	30	38	1.хлеб ржаной	30	30	38	38
91	Компот из смеси сухофруктов с вит «С»	150	180	1.сухофрукты 2.сах песок 3.кислота лимонная 4.вода	15 15 0,1 150	14,7 15 0,1 150	18 18 0,1 180	17,6 18 0,1 180
				Полдник				
107	Булочка «Веснушка»	60	70	1.мука пшеничная 2.масло сливочное 3.сах.песок 4.изюм 5.дрожжи 6.соль	42 3.6 4.2 2,2 1,2 0,4	42 3.6 4.2 2 1,2 0,4	50 4,2 5 2,2 1,4 0,5	50 4,2 5 2 1,4 0,5

				7.молоко	17	17	20	20
				8.масло растительное	0,2	0,2	0,2	0,2
				9.яйцо(на меланж)	1/10	4	1/10	4
114 стр.229 сборни .2017	Кисель из джема	150	180	1.повидло,джем или варенье	18	18	22	22
				2.сах.песок	6	6	7	7
				3.крахмал картофельный	4.5	4.5	6	6
				4.кислота лимонная	0,15	0,15	0,2	0,2
				5.вода	143	143	172	172
День второй-вторник								
1-й завтрак								
38	Каша молочная жидкая «Дружба»	150	180	1.крупа пшеничная	15	15	18	18
				2.крупа рисовая	12	12	14.4	14.4
				3.молоко	78	78	94	94
				4.вода	51	51	61	61
				5.сах.песок	3	3	3.6	3.6
				6.соль	1.5	1.5	1.8	1.8
				7.масло сливочное	3	3	3.6	3.6
97	Чай с молоком	150	180	1.чай	0,3	0,3	0,4	0,4
				2.молоко	80	80	32	3
				3.вода	27	27	74	74
				4.сах.песок	12	12	14	14
	Хлеб пшеничный	15	20	1.хлеб пшеничный	15	15	20	20
	Бутерброд с маслом	15/5	20/5	1.хлеб пшеничный	15	15	20	20
				2.масло сливочное	5	5	5	5
2-й завтрак								
112	Напиток из замороженных ягод	100	150	1.ягоды	10,5	10,5	18,5	17,5
				2.сахар	10	10	17	17
				3.вода	102	102	153	153
обед								

9	Суп картофельный со свежей рыбой со сметаной	150/30/ 5	200/40/ 5	1.картофель 2.морковь до 01.01 С 01.01 3.лук репчатый 4.масло сливочное 5.бульон или вода 6.соль 7.лавровый лист 8.свежая рыба 9.сметана	90/96/104/113 7,5 8 7,5 1,8 105 1,5 0,006 50 5	68 6 6 6 1,8 105 1,5 0,006 36,5 5	120/128/138/150 10 13,3 10 2 140 2 0,008 70 5	90 8 8 8 2 140 2 0,008 51 5
48	Рыба тушеная в томате с овощами	60	80	1.треска Или минтай Или пикша 2.вода или бульон 3.морковь 4.лук репчатый 5.том.паста 6.масло растительное 7.сах.песок 8.соль 9.лавровый лист	100 104 104 22 33/35 11,4 4,8 6 2,4 1,2 0,006	73 74 74 22 26,4 9,6 4,8 6 2,4 1,2 0,006	133 137 133 30 44 15 6 8 3 1,5 0,01	93 97 97 30 35 13 6 8 3 1,5 0,01
78	Картофельное пюре	120	140	1.картофель 2.молоко 3.масло сливочное 4.соль	120/128/138/150 34 3,6 1,2	90 34 3,6 1,2	140/160/161/175 39 4,2 1,4	105 39 4,2 1,4
	Огурец свежий(соленый)	20	30	1.огурец свежий	21	20	31	30
	Хлеб ржаной	30	38	1.хлеб ржаной	30	30	38	38
96	Чай сладкий с лимоном	160	180/7	1.чай 2.вода 3.сах.песок 4.лимон	0,4 109 12 -	0,4 109 12 -	0,4 122 14 8	0,4 122 14 7

				ПОЛДНИК				
46	Запеканка из творога	80	100	1.творог 2.молоко 3.крупа манная 4.яйца 5.сах.песок 6.соль 7.масло растительное 8.сухари панировочные	109,2 14,4 8,4 1/6 8,4 1 3 3,6	108 14,4 8,4 6 8,4 1 3 3,6	136 18 10,5 1/6 10,5 1 3 4,5	135 18 10,5 7 10,5 1 3 4,5
85	Соус сметанный сладкий	20	40	1.сметана 2.мука пшеничная 3.бульон,вода или отвар Масса белого соуса 4.соль 5.сах.песок	10 1 10 - 0,2 4	10 1 10 10 0,2 4	20 2 20 - 0,4 5	20 2 20 20 0,4 5
96	Чай с сахаром	150	180	1.чай 2.вода 3.сах.песок	0,3 109 12	0,3 109 12	0,4 122 14	0,4 122 14
День третий-среда								
1-й завтрак								
37	Каша молочная кукурузная жидкая	150	180	1.крупа кукурузная 2.молоко 3.вода 4.сах.песок 5.соль 6.масло сливочное	21 75 51 3 1,5 3	21 75 51 3 1,5 3	25 90 61 3,6 1,8 3,6	25 90 61 3,6 1,8 3,6
100	Какао с молоком	150	180	1.какао порошок 2.молоко 3.вода 4.сах.песок	3 113 50 12	3 113 50 12	3,6 135 59 14	3,6 135 59 14
	Хлеб пшеничный	30	40	1.хлеб пшеничный	30	30	40	40

				2-й завтрак				
113	Напиток из шиповника	100	150	1.шиповник 2.вода 3.сахар	10 90 10	10 90 10	15 150 15	15 150 15
				обед				
193 стр.42	Свекольник с мясом со сметаной	150/16/ 5	200/16/ 5	1.свекла Масса свеклы вар.очищен. 2.картофель Масса картоф.вар.очищен. 3.морковь до 01.01 С 01.01 4.лук репчатый 5.масло сливочное 6.сах.песок 7.бульон или вода 8.том.паста 9.говядина 1 кат. 10.сметана	50 - 36/39/42/45 - 7,5 8 7,5 3 0,9 120 0,8 30 5	39 38 27 28 6 6 6 3 0,9 120 0,8 20 5	64 - 46/50/55/60 - 10 10,6 8 4 1,2 160 1 30 5	51,2 50 35 34 8 8 6 4 1,2 160 1 20 5
63	Тефтели мясные	60	70	1.говядина 2.хлеб пшеничный 3.вода 4.лук репчатый 5.масло сливочное 6.яйцо 7.мука пшеничная 8.соль 9.масло растительное	41 12 16,2 14,4 1,5 1/8 4 0,6 3	30 12 16,2 12 1,5 5 4 0,6 3	48 14 19 16,8 2 1/8 4 0,7 4	35 14 19 14 2 5 4 0,7 4
84	Соус красный	20	40	1.бульон,отвар или вода	20	20	40	40

	основной			2.масло сливочное	0,5	0,5	1	1
				3.мука пшеничная	1	1	2	2
				4.том.паста	0,8	0,8	1,6	1,6
				5.морковь	2	1,6	5	4
				6.лук репчатый	0,5	0,4	1,8	1
				7.сах.песок	0,3	0,3	0,6	0,6
				8.соль	0,2	0,2	0,4	0,4
				9.лавровый лист	0,006	0,006	0,01	0,01
74	Каша гречневая рассыпчатая	120	140	1.крупа гречневая	55	55	64	64
				2.вода	83	83	97	97
				3.соль	1,2	1,2	1,4	1,4
				4.масло сливочное	4,2	4,2	4,9	4,9
	Огурец свежий	20	30	1.огурец свежий	21	20	31	30
	Хлеб ржаной	30	38	1.хлеб ржаной	30	30	38	38
90	Компот из свежих яблок с вит. «С».	150	180	1.яблоки	34	30	41	36
				2.вода	129	129	155	155
				3.сах.песок	18	18	22	22
				4.кислота лимонная	0,1	0,1	0,1	0,1
				ПОЛДНИК				
54 стр.117	Пудинг манный со сгущенным молоком	80/20	100/20	1.крупа манная	21	21	30	30
				2.молоко	20	20	30	30
				3.вода(на кашу манную)	47	47	58	58
				4.яйцо	¼	10	¼	10
				5.сах.песок	6,4	6,4	10	10
				6.масло сливочное	4	4	5	5
				7.масло растительное	2	2	2	2
				8.сухари пшеничные	2,4	2,4	3	3
				9.молоко сгущенное	20	20	20	20
96	Чай с сахаром	150	180	1.чай	0,3	0,3	0,4	0,4
				2.вода	109	109	122	122
				3.сах.песок	12	12	14	14

День четвертый-четверг

1-й завтрак

40	Каша молочная гречневая вязкая	150	180	1.крупa гречневая 2.молоко 3.вода 4.сах.песок 5.соль 6.масло сливочное	20 80 54 3 1,5 3	20 80 54 3 1,5 3	23,4 96 65 3,6 1,8 3,6	23,4 96 65 3,6 1,8 3,6
98	Кофейный напиток на молоке	150	180	1.кофейный напиток 2.молоко 3.вода 4.сах. песок	3 113 53 12	3 113 53 12	3,6 135 74 14	3,6 135 74 14
	Хлеб пшеничный	30	40	1.хлеб пшеничный	30	30	40	40
				2-й завтрак				
112	Напиток из замороженных ягод	100	150	1.заморож. ягоды 2.вода 3.сахар	13,2 102 12	12,5 102 12	16,2 154 16	15,5 154 16
				обед				
8	Рассольник «Ленинградский» с мясом	150/16	200/16	1.картофель 2.крупa рисовая 3.морковь до 01.01 С 01.01 4.лук репчатый 5.огурцы соленые 6.масло сливочное 7.бульон или вода 8.соль 9.лавровый лист 10.говядина 1 кат.	60/65/69/75 3 7,5 8 3,6 10,5 1,8 113 1,5 0,006 30	45 3 6 6 3 9 1,8 113 1,5 0,006 20	72/77/83/90 3.6 9 9.5 4.3 12.6 2,2 135 1.8 0,008 30	54 3.6 7.2 7.2 3.6 10.8 2.2 135 1.8 0,008 20
59	Шницель из говядины	60	70	1.говядина 2.хлеб пшеничный	49 15	36 15	57 17.5	42 17.5

				3.лук репчатый	7,2	6	8.4	7
				4.чеснок	0,9	0,7	1	0,8
				5.вода	12	12	14	14
				6.соль	0,6	0,6	0,7	0.7
				7.сухари панировочные	6	6	7	7
				Масса п/фр.	-	76	-	86
				8.масло растительное	3	3	3.6	3.6
				9.яйцо	1/6	5	1/6	5
83	Рагу овощное	120	140	1.картофель	53/56/61/66	40	62/66/71/77	46
				2.морковь до 01.01	33,6	26,4	39	31
				С 01.01	35	26,4	41	31
				3.лук репчатый	29	24	34	28
				4.капуста свежая	34	26	40	31
				5.горошек	-	12	-	14
				зел.консервирован.				
				6.том.паста	3,8	3,8	4,5	4,5
				7.масло сливочное	8,4	8,4	9,8	9,8
				8.сах.песок	1,2	1,2	1,4	1,4
				9.соль	1,2	1,2	1,4	1,4
				10.лавров.лист	0,02	0,02	0,03	0,03
	Хлеб ржаной	30	38	1.хлеб ржаной	30	30	38	38
91	Компот из смеси сухофруктов с Вит С	150	180	1.сухофрукты	15	14,7	18	17,8
				2.вода	150	150	180	180
				3.сах.песок	15	15	18	18
				ПОЛДНИК				
103	Кисломолочный напиток «Йогурт» питьевой	160	180	1.йогурт	166	160	187	180
104	Сдоба обыкновенная	60	70	1.мука пшеничная	43	43	52	52
				2.сах.песок	4,2	4,2	5	5
				3.масло сливочное	3	3	3,5	3,5

				4.соль	0,6	0,6	0,7	0,7
				5.дрожжи	0,6	0,6	0,7	0,7
				6.молоко	19	19	23	23
				7.яйцо	1/10	4	1/10	4
				8.масло растительное	0,2	0,2	0,2	0,2
День пятый-пятница								
1-й завтрак								
43	Омлет натуральный	80	100	1.яйцо	1,5шт.	60	2шт.	75
				2.молоко	24	24	30	30
				3.соль	0,4	0,4	0,5	0,5
				Масса омлетной смеси	-	84	-	105
				4.масло сливочное	4	4	5	5
100	Какао с молоком	150	180	1.какао порошок	3	3	3,6	3,6
				2.молоко	113	113	150	150
				3.вода	50	50	50	50
				4.сах.песок	12	12	14	14
	Хлеб пшеничный	30	40	1.хлеб пшеничный	30	30	40	40
2-й завтрак								
	Напиток из шиповника	100	150	1.шиповник	10	10	15	15
				2.Вода	100	100	100	100
				3.Сахар	10	10	15	15
Обед								
13	Суп с макаронными изделиями с курин.мясом	150/10	200/10	1.макаронные изделия	12	12	16	16
				2.морковь до 01.01	7,5	6	10	8
				С 01.01	8	6	10,6	8
				3.лук репчатый	7,5	6	10	8
				4.масло сливочное	1,8	1,8	2,4	2,4
				5.том.паста	0,3	0,3	0,4	0,4
				6.бульон или вода	143	143	190	190
				7.соль	1,5	1,5	2	2

				8.лавровый лист	0,006	0,006	0,008	0,008
				9.кура(охлажден.филе)	-	27	-	27
71	Котлета рубленая из птицы	50	70	1.курица(филе)	-	35	-	50
				2.хлеб пшеничный	12,5	12,5	18	18
				3.вода	12,5	12,5	18,2	18,2
				4.сухари панировочные	5	5	7	7
				5.соль	0,5	0,5	0,7	0,7
				Масса п/фр.	-	62,5	-	87,5
				6.масло растительное	2,5	2,5	3,5	3,5
				7.яйцо	1/6	56	1/6	6
78	Картофельное пюре	120	140	1.картофель	120/128/138/150	90	140/150/161/175	105
				2.молоко	34	34	39	39
				3.масло сливочное	3,6	3,6	4,2	4,2
				4.соль	1,2	1,2	1,4	1,4
	Горошек зеленый консервированный	20	30	1.Горошек зеленый	21	20	31	30
	Хлеб ржаной	30	38	1.хлеб ржаной	30	30	38	38
90	Компот из св.груш с вит. «С».	150	180	1.груши	34	30	40	36
				2.вода	129	129	155	155
				3.сах.песок	18	18	22	22
				4.кислота лимонная	0,05	0,05	0,1	0,1
Полдник								
54 стр.117	Пудинг рисовый с повидлом	80/15	100/20	1.крупа рисовая	21	21	26	26
				2.вода	46,5	46,5	58	58
				3.сах.песок	6	6	8	8
				4.яйца	¼	10	1/4	00
				5.масло растительное	2	2	2	2
				6.сухари панировочные	2,4	2,4	3	3
				7.повидло	15	15	20	20
				8.молоко	30	30	50	50

				9. соль	0,8	0,8	1	1
				9.масло сливочное	4	4	5	5
263	Чай без сахара	150	180	1.чай	0,4	0,4	0,5	0,5
				2.вода	40	40	45	45
				Чай-заварка		40		45
				Вода	113	113	135	135