

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
1	1	Завтрак	закуска	Салат из свежей капусты	60	0,93	3,05	5,64	54,31	13\08	2,98
			гор.блюдо	Поджарка из свинины	95	14,33	29,05	4,39	336,94	376/94	61,5
				Каша гречневая вязкая	150	4,48	4,44	19,55	133,76	464/94	7,69
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	52-2гн/22	1,56
			хлеб	Хлеб пшеничный	37,5	2,85	0,3	18,45	88,13		3,24
			хлеб	Хлеб дарницкий	20	1,32	0,24	6,68	34,8		1,57
			фрукты								
				Пирог маный	50	3,18	10,88	24,29	208,38	ттк 89	15,21
			итого		612,5	27,29	47,96	85,5	883,12		93,75
1	1	Обед	закуска	Салат из свежей капусты	80	1,24	4,07	7,51	72,42	13\08	3,96
			1 блюдо	Суп картофельный с вермишелью	200	1,3	1,99	9,83	61,75	46/08	4,06
			2 блюдо	Поджарка из свинины	95	14,33	29,05	4,39	336,94	376/94	61,5
			гарнир	Каша гречневая вязкая	150	4,48	4,44	19,55	133,76	464/94	7,69
			напиток	Чай с схаром	200	0,2	0	6,5	26,8	52-2гн/22	1,56
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	52,5	3,99	0,42	25,83	123,38		4,53
			хлеб черн.	Хлеб дарницкий	28	1,85	0,34	9,35	48,72		2,2
				Рулетик с повидлом	50	4,11	5,83	24,7	165,25	ттк 38	8,25
			итого		855,5	31,5	46,14	107,66	969,02		93,75
1	1	Итого за день:			1468	58,79	94,1	193,16	1852,14		187,5
1	2	Завтрак	закуска	Салат из свежих огурцов с салатной заправкой	60	0,38	6,05	0,97	62,94	1\08	6,37
			гор.блюдо	Суфле "Золотая рыбка"	110	11,52	17,35	7,76	232,39	87/08	53,7
				Пюре картофельное	150	3,06	4,43	20,05	130,86	472/94	11,05
			гор.напиток	Сок в индивидуальной упаковке	200	1	0,2	20,2	92		17,82
			хлеб	Хлеб пшеничный	37,5	2,85	0,3	18,45	88,13		3,24
			хлеб	Хлеб дарницкий	20	1,32	0,24	6,68	34,8		1,57
			фрукты								
			итого		577,5	20,13	28,57	74,11	641,12		93,75
1	2	Обед	закуска	Салат из свежих огурцов с салатной заправкой	60	0,38	6,05	0,97	62,94	1\08	6,37
			1 блюдо	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	210	1,61	4,45	9,73	85,41	39/08	7,38
			2 блюдо	Суфле "Золотая рыбка"	100	14,04	13,93	7,64	209,86	87/08	44,4
			гарнир	Пюре картофельное	150	3,06	4,43	20,05	130,86	472/94	11,05
			напиток	Сок в индивидуальной упаковке	200	1	0,2	20,2	92		17,82
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	52,5	3,99	0,42	25,83	123,38		4,53
			хлеб черн.	Хлеб дарницкий	28	1,85	0,34	9,35	48,72		2,2
			итого		800,5	25,93	29,82	93,77	753,17		93,75
1	2	Итого за день:			1378	46,06	58,39	167,88	1394,29		187,5
1	3	Завтрак	закуска	Салат из свежих помидоров	60	0,66	3,11	2,69	42,69	2\08	7,23

				Котлета "Московская" с соусом	91	11,12	12,94	10,45	202,33	475/97	40,15
			гор.блюдо	Картофель тушёный с овощами	150	3,04	7,58	23,33	172,34	тتك 31	7,61
			гор.напиток	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	86	54-23гн/22	10,72
			хлеб	Хлеб пшеничный	23,5	1,79	0,19	11,56	55,23		2,03
			хлеб	Хлеб дарницкий	20	1,32	0,24	6,68	34,8		1,57
			фрукты								
				Полоска песочная с повидлом	75	4,14	12,96	36,28	275,28	300/79	24,44
			итого		619,5	25,87	39,92	102,29	868,67		93,75
1	3	Обед	закуска	Салат из свежих помидоров	75	0,77	7,63	2,9	84,9	2\08	9,98
			1 блюдо	Суп картофельный с горохом	200	4,44	3,91	14,16	108,11	47/08	4,3
			2 блюдо	Котлета "Московская" с соусом	91	11,12	12,94	10,45	202,33	475/97	40,15
			гарнир	Картофель тушёный с овощами	150	3,04	7,58	23,33	172,34	тتك 31	7,61
			напиток	Сок в индивидуальной упаковке	200	1	0,2	20,2	92		17,82
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	38,5	2,93	0,31	18,94	90,48		3,32
			хлеб черн.	Хлеб дарницкий	28	1,85	0,34	9,35	48,72		2,2
				Плюшка "Московская"	75	6,91	9,19	49,07	301,76		8,37
			итого		857,5	32,06	42,1	148,4	1100,64		93,75
1	3	Итого за день:			1477	57,93	82,02	250,69	1969,31		187,5
1	4	Завтрак	закуска	Салатик овощной	75	1,49	11,72	6,15	135,8	тتك	7,87
			гор.блюдо	Колобок "Новинка" с соусом	100	9,06	12,48	7,92	179,91	тتك 52	28,66
				Каша пшеничная вязкая на молоке	150	5,88	5,77	26,52	179,24	464/94	15,9
			гор.напиток	Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,6	100,4	54-21гн/22	13,11
			хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5		2,59
			хлеб	Хлеб дарницкий	20	1,323	0,24	6,68	34,8		1,57
			фрукты								
				Слойка с творогом	50	6,74	9,22	21,37	175,7	тتك 83	24,05
			итого		625	31,373	43,27	96	876,35		93,75
1	4	Обед	закуска	Салатик овощной	60	1,19	9,38	4,92	108,64	тتك	6,29
			1 блюдо	Агырчи шыд со сметаной	205	1,76	2,86	10,13	73,01	44/08	6,34
			2 блюдо	Колобок "Новинка" с соусом	100	9,06	12,48	7,92	179,91	тتك 52	28,66
			гарнир	Каша пшеничная вязкая на молоке	150	5,88	5,77	26,52	179,24	464/94	13,25
			напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн/22	1,56
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,75		3,88
			хлеб черн.	Хлеб дарницкий	28	1,85	0,34	9,35	48,75		2,2
				Слойка с творогом	70	9,43	12,9	29,92	245,98	тتك 83	31,57
			итого		858	32,79	44,09	117,4	968,08		93,75
1	4	Итого за день:			1483	64,163	87,36	213,4	1844,43		187,5
1	5	Завтрак	закуска	Салат "Золотая осень"	65	1,11	6,59	7,6	94,82	13/96	7,23
			гор.блюдо	Котлета "Калорийная" с соусом	90	9,69	17,34	10,54	237,56	201/04	33,22

				Макаронные изделия отварные	150	6,05	2,58	37,44	193,14	ттк 59	7,06
			гор.напиток	Кисель из клюквы	200	0,1	0	14,1	56,8	54-25хн/22	13,7
			хлеб	Хлеб пшеничный	24	1,82	0,19	11,81	56,4		2,07
			хлеб	Хлеб дарницкий	20	1,32	0,24	6,68	34,8		1,57
			фрукты								
				Пирог манный	85	5,41	18,5	41,29	354	25	28,9
			итого		634	25,5	45,44	129,46	1027,52		93,75
1	5	Обед	закуска	Салат "Золотая осень"	65	1,11	6,59	7,6	94,82	13/96	7,23
			1 блюдо	Суп из овощей со сметаной	205	1,53	4,58	8,25	80,31	56/08	6,76
			2 блюдо	Котлета "Калорийная" с соусом	90	9,69	17,34	10,54	237,56	201/04	33,22
			гарнир	Макаронные изделия отварные	150	6,05	2,58	37,44	193,14	ттк 59	7,06
			напиток	Кисель из клюквы	200	0,1	0	14,1	56,8	54-25хн/22	13,7
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	39	2,96	0,31	19,19	91,65		3,36
			хлеб черн.	Хлеб дарницкий	28	1,85	0,34	9,35	48,72		2,2
				Шаньга с сыром	65	8,29	8,54	19,68	186,71	416/04	20,22
			итого		842	31,58	40,28	126,15	989,71		93,75
1	5	Итого за день:			1476	57,08	85,72	255,61	2017,23		187,5
2	1	Завтрак	закуска	Салат "Новинка"	70	1,74	7,75	5,89	100,68	ттк №54	7,92
			гор.блюдо	Гуляш из свинины	90	12,78	23,25	1,92	268,06	ттк №29	53,71
				Макаронные изделия отварные	150	6,05	2,58	37,44	193,14	ттк 59	7,06
			гор.напиток	Сок в индивидуальной упаковке (в ассортименте)	200	1	0,2	20,2	92		20,25
			хлеб	Хлеб пшеничный	37,5	2,85	0,3	18,45	88,13		3,24
			хлеб	Хлеб дарницкий	20	1,32	0,24	6,68	34,8		1,57
			фрукты								
			итого		567,5	25,74	34,32	90,58	776,81		93,75
2	1	Обед	закуска	Салат "Новинка"	75	2,07	8,32	6,75	110,57	ттк №54	8,45
			1 блюдо	Суп "Крестьянский" со сметаной	210	1,92	5,47	10,28	97,94	48/08	6,33
			2 блюдо	Гуляш из свинины	90	12,78	23,25	1,92	268,06	ттк №29	53,71
			гарнир	Макаронные изделия отварные	150	6,05	2,58	37,44	193,14	ттк 59	7,06
			напиток	Сок в ассортименте (разливной)	200	1	0,2	20,2	92		11,47
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	52,5	3,99	0,42	25,83	123,38		4,53
			хлеб черн.	Хлеб дарницкий	28	1,85	0,34	9,35	48,72		2,2
			итого		805,5	29,66	40,58	111,77	933,81		93,75
2	1	Итого за день:			1373	55,4	74,9	202,35	1710,62		187,5
2	2	Завтрак	закуска	Салат "Витаминный"	75	1,15	11,32	7,28	135,98	27/94	10,33
			гор.блюдо	Запеканка "Загадка" с маслом сливочным	105	12,71	12,49	10,87	205,11	217/04	47,44
				Картофель тушёный с овощами	150	3,04	7,58	23,33	172,34	ттк 31	7,61

			гор.напиток	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1х/22	6,26
			хлеб	Хлеб пшеничный	37,5	2,85	0,3	18,45	88,13		3,24
			хлеб	Хлеб дарницкий	20	1,32	0,24	6,68	34,8		1,57
			фрукты								
				Сочень из песочного теста с творогом	50	5,93	6,39	21,22	164,1	177/08	17,3
			итого		637,5	27,5	38,32	107,63	881,46		93,75
2	2	Обед	закуска	Салат "Витаминный"	75	1,15	11,32	7,28	135,98	27/94	10,33
			1 блюдо	Суп картофельный с горохом	200	4,44	3,91	14,16	8,11	47/08	3,79
			2 блюдо	Запеканка "Загадка"	100	12,67	9,3	10,81	175,68	217/04	41,73
			гарнир	Картофель тушёный с овощами	150	3,04	7,58	23,33	172,34	ттк 31	7,61
			напиток	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1х/22	6,26
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	52,5	3,99	0,42	25,83	123,38		4,53
			хлеб черн.	Хлеб дарницкий	28	1,85	0,34	9,35	48,72		2,2
				Сочень из песочного теста с творогом	50	5,93	6,39	21,22	164,1	177/08	17,3
			итого		855,5	33,57	39,26	131,78	909,31		93,75
2	2	Итого за день:			1493	61,07	77,58	239,41	1790,77		187,5
2	3	Завтрак	закуска	Салат из свежих огурцов с салатной заправкой	85	0,54	8,57	1,38	89,16	1\08	9,12
			гор.блюдо	Колбаски "Нежные" с соусом	90	8,92	11,9	5,58	164,78	ттк № 21	28,53
				Пюре картофельное	150	3,06	4,43	20,05	130,86	472/94	11,05
			гор.напиток	Напиток апельсиновый	200	0,2	0	8	33	54-33хн/22	5,79
			хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5		2,59
			хлеб	Хлеб дарницкий	20	1,32	0,24	6,68	34,8		1,57
			фрукты								
				Йогурт ароматизированный в инд.упак.	180	4,5	5,22	19,8	140,4		35,1
			итого		755	20,82	30,6	76,25	663,5		93,75
2	3	Обед	закуска	Салат из свежих огурцов с салатной заправкой	60	0,38	6,05	0,97	62,94	1\08	6,37
			1 блюдо	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	205	1,55	3,57	6,85	66,04	41/08	5,06
			2 блюдо	Колбаски "Нежные" с соусом	90	8,92	11,9	5,58	164,78	ттк № 21	28,53
			гарнир	Пюре картофельное	150	3,06	4,43	20,05	130,86	472/94	11,05
			напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн/22	1,56
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,75		3,88
			хлеб черн.	Хлеб дарницкий	28	1,85	0,34	9,35	48,72		2,2
				Йогурт ароматизированный в инд.упак.	180	4,5	5,22	19,8	140,4		35,1
			итого		958	23,88	31,87	91,24	746,29		93,75
2	3	Итого за день:			1713	44,7	62,47	167,49	1409,79		187,5
2	4	Завтрак	гор.блюдо	Каша пшённая молочная с маслом сливочным	155	6,05	6,31	29,92	198,1	257/94	13,47
				Запеканка из творога	120	24,86	4,57	14,89	198,45	106/08	51,03
				Молоко сгущёное	25	1,8	2,13	13,88	82		7,3
			гор.напиток	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9	54-3гн/22	3,23

			хлеб	Хлеб пшеничный	37,5	2,85	0,3	18,45	88,13		3,24
			хлеб	Хлеб дарницкий	20	1,32	0,24	6,68	34,8		1,57
			фрукты	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5		13,38
			итого		707,5	37,78	14,15	105,22	699,88		93,22
2	4	Обед	закуска	Салат "Бабушкин"	80	1,42	11,01	5,55	128,52	ттек № 25	8,94
			1 блюдо	Борщ сибирский со сметаной	210	1,48	3,9	8,28	74,14	113/94	9,11
			2 блюдо	Биточек из говядины с соусом	100	11,53	9,78	12,57	184,23	416/94	40,55
			гарнир	Каша рисовая молочная вязкая	150	4,4	6,19	22,1	160,18	464/94	16,24
			напиток	Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,6	100,4	54-21гн/22	13,11
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	41,7	3,17	0,33	20,52	98		3,6
			хлеб черн.	Хлеб дарницкий	28	1,85	0,34	9,35	48,72		2,2
			итого		809,7	28,45	35,15	90,97	794,19		93,75
2	4	Итого за день:			1517,2	66,23	49,3	196,19	1494,07		186,97
2	5	Завтрак	закуска	Салат "Космос"	80	5,03	11,81	4,55	144,04	ттек	16,13
			гор.блюдо	Колобок "Новинка" с соусом	100	10,44	14,26	8,29	202,88	ттек 52	33,16
				Рис отварной	150	3,7	4,8	36,5	203,5	54-6г/22	15,14
			гор.напиток	Сок в ассортименте (разливной)	200	1	0,2	20,2	92		11,47
			хлеб	Хлеб пшеничный	28,75	7,6	0,8	49,2	235		2,48
			хлеб	Хлеб дарницкий	20	1,32	0,24	6,68	34,8		1,57
			фрукты								
				Коржик молочный	70	4,6	6,82	43,48	249,56	182/08	13,8
			итого		648,75	33,69	38,93	168,9	1161,78		93,75
2	5	Обед	закуска	Бутерброд с сыром	58,75	7,27	4,34	21,53	155,31		16,24
			1 блюдо	Суп из овощей со сметаной	205	1,53	4,58	8,25	80,31	56/08	6,76
			2 блюдо	Колобок "Новинка" с соусом	100	10,44	14,26	8,29	202,88	ттек 52	33,16
			гарнир	Рис отварной	150	3,7	4,8	36,5	203,5	54-6г/22	15,14
			напиток	Сок в индивидуальной упаковке (в ассортименте)	200	1	0,2	20,2	92		20,25
			хлеб бел.								
			хлеб черн.	Хлеб дарницкий	28	1,85	0,34	9,35	48,72		2,2
			итого		741,75	25,79	28,52	104,12	782,72		93,75
2	5	Итого за день:			1390,5	59,48	67,45	273,02	1944,5		187,5
		Среднее значение за период:			1476,87	57,0903	73,929	215,92	1742,715		187,447