

Самсонова

директор

МРОУ ВОИ

Самсонова

Самсонова

Утверждено
Директор МРОУ ВОИ
С.С. Павлов

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"СЕРВИС" М.П.
УСТАВ



с 1.2 и старше на 2024-2025 год

| № рецептуры | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг): А - мкг ретинола | | | | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | | | |
|-------------|----------------------------|--------------|------------------|-------|---------|--------|--------------------------------|---------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|---------------------------|--------|---------|--------|---------|---------|--|
| | | | Б | Ж | У | У | | В1 | В2 | С | А | РР | Са | Р | Мg | Fe | Na | K | I | Se | |
| 96 | Фирменное Блюдо 54-1г-2020 | 250 | 15,3 | 10,45 | 14,21 | 23,75 | 135 | 0,077 | 0,05 | 14,3 | 134 | 6,79 | 16,75 | 57,75 | 28 | 1,03 | 242,18 | 406,7 | 0,0196 | 0,0009 | |
| 389 | Мясо куриные рубленые | 100 | 6,36 | 6,6 | 39,24 | 242,4 | 212,09 | 0,07 | 0,08 | 20 | 6,27 | 5,31 | 20 | 144 | 0,2 | 0 | 210,67 | 229,34 | 0,016 | 0,00018 | |
| ПР | Сок фруктовый | 200 | 1 | 0,2 | 25,6 | 86,6 | 0,072 | 0,036 | 0 | 31,92 | 1,43 | 13,2 | 48 | 8,4 | 0,84 | 178 | 63,6 | 0,024 | 0,00012 | | |
| ПР | Хлеб пшеничный | 25 | 1,975 | 0,25 | 12,075 | 58,45 | 0,025 | 0,063 | 0,05 | 0 | 1,4 | 31,25 | 32,3 | 10,25 | 0,9 | 118,25 | 35,25 | 0 | 0,0072 | | |
| ПР | Хлеб ржаной | 50 | 2,5 | 0,5 | 22,8 | 105 | 0,116 | 0,558 | 0 | 0 | 0 | 9 | 0 | 10 | 2,06 | 301,5 | 57,5 | 0 | 0,0015 | | |
| | Итого | 805 | 30,135 | 22,5 | 137,675 | 839,54 | 0,38 | 0,787 | 38,35 | 172,2 | 15,13 | 104,2 | 296,1 | 64,85 | 7,63 | 1062,6 | 1032,39 | 0,0604 | 0,0107 | | |

Вторник 1 неделя

| № рецептуры | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг): А - мкг ретинола | | | | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | | | |
|-------------|------------------------------------|--------------|------------------|-------|--------|--------|--------------------------------|---------------------------------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|---------------------------|--------|--------|---------|---------|----|--|
| | | | Б | Ж | У | У | | В1 | В2 | С | А | РР | Са | Р | Мg | Fe | Na | K | I | Se | |
| 88 | Шти из свежей капусты с картофелем | 250 | 1,8 | 4,98 | 8,1 | 86,48 | 0,025 | 0,03 | 13,4 | 123,3 | 0,555 | 37 | 32,5 | 15,5 | 0,575 | 119,5 | 218 | 0,017 | 0,00038 | | |
| 256 | Мясо тушеное | 100 | 10,58 | 28,17 | 2,56 | 305 | 0,014 | 0,014 | 0 | 6,6 | 12 | 160 | 20 | 1,6 | 440 | 410 | 0,0021 | 0,00356 | | | |
| 686 | Чай с сахаром и лимон | 180 | 4,32 | 6,48 | 43,68 | 250,44 | 0,036 | 0,036 | 0 | 31,92 | 1,73 | 7,2 | 38,4 | 28,8 | 0,6 | 182,4 | 55,2 | 0,025 | 0,00086 | | |
| 489/ПР | Вулкан шкляна/Мучное изделие | 50/30 | 4,18 | 1,6 | 15,2 | 60 | 0,03 | 0,13 | 0,52 | 13,29 | 0,91 | 11,1 | 107 | 30,7 | 1,1 | 38,5 | 184 | 0,09 | 0,0018 | | |
| ПР | Хлеб ржаной | 50 | 2,5 | 0,5 | 22,8 | 105 | 0,116 | 0,558 | 0 | 0 | 0 | 9 | 0 | 10 | 2,06 | 301,5 | 57,5 | 0 | 0,0015 | | |
| | Итого | 830/810 | 23,68 | 41,73 | 114,77 | 949,92 | 0,296 | 0,808 | 13,92 | 181,2 | 9,795 | 187,45 | 424,1 | 121,2 | 6,665 | 1123,6 | 973,47 | 0,15 | 0,0081 | | |

Среда 1 неделя

| № рецептуры | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг): А - мкг ретинола | | | | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | | | |
|-----------------------------|--------------------------------|--------------|------------------|-------|---------|--------|--------------------------------|---------------------------------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|---------------------------|--------|---------|---------|---------|----|--|
| | | | Б | Ж | У | У | | В1 | В2 | С | А | РР | Са | Р | Мg | Fe | Na | K | I | Se | |
| 54-23-2020/54-33 | Омлет свежий (огурцы/помидоры) | 60 | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 10,65 | 0,03 | 0,02 | 10,5 | 42,9 | 0,27 | 14,5 | 20,5 | 6 | 0,45 | 3,5 | 129,5 | 1,2 | 0,32 | | |
| ПР | Суп-лапша домашняя | 250 | 7,6 | 5,7 | 20 | 161,1 | 0,05 | 0,04 | 1,1 | 6,37 | 5,9 | 63 | 23,08 | 44 | 1,9 | 442,9 | 58,74 | 0,02 | 0,0008 | | |
| Фирменное Блюдо 54-11г-2020 | Курица запеченная | 100 | 1,9 | 13,3 | 0 | 195,93 | 0,07 | 0,09 | 0 | 30,59 | 8,9 | 40 | 20 | 25 | 213,34 | 381,67 | 0,019 | 0,00219 | | | |
| 372 | Картофельное пюре | 180 | 3,72 | 7,2 | 23,64 | 174,96 | 0,14 | 0,13 | 12,24 | 38,52 | 2,37 | 45,8 | 10,8 | 33,6 | 1,2 | 193,2 | 748,8 | 0,034 | 0,00096 | | |
| ПР | Компот из свежих ягод | 200 | 1 | 0,2 | 25,6 | 86,6 | 0,02 | 0 | 4 | 0 | 0,2 | 14 | 14 | 8 | 2,8 | 12 | 240 | 0,008 | 0,008 | | |
| ПР | Хлеб пшеничный | 25 | 1,975 | 0,25 | 12,075 | 58,45 | 0,025 | 0,063 | 0,05 | 0 | 1,4 | 31,25 | 32,3 | 10,25 | 0,9 | 118,25 | 35,25 | 0 | 0,0072 | | |
| ПР | Хлеб ржаной | 50 | 2,5 | 0,5 | 22,8 | 105 | 0,116 | 0,558 | 0 | 0 | 0 | 9 | 0 | 10 | 2,06 | 301,5 | 57,5 | 0 | 0,0015 | | |
| | Итого | 865 | 36,395 | 27,25 | 106,015 | 792,69 | 0,451 | 0,901 | 27,89 | 118,4 | 7,214 | 218,55 | 415,7 | 136,9 | 34,31 | 1284,7 | 1651,46 | 1,281 | 0,36065 | | |

Четверг 1 недели

| № рецептуры | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг): А - мкг ретинол | | | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | | | |
|----------------------------|------------------------------|--------------|------------------|-------|---------|--------------------------------|--------------------------------|-------|------|-------|-------|--------|---------------------------|-------|--------|--------|---------|--------|---------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А | РР | Са | Р | Мg | Fe | Na | K | I | Se |
| 82 | Борщ с капустой и картофелем | 250 | 1,83 | 4,9 | 11,75 | 98,4 | 0,037 | 0,042 | 6,82 | 160,3 | 0,675 | 32,5 | 44,25 | 23,2 | 1,065 | 129,92 | 318,7 | 0,0203 | 0,00045 |
| Фирменное блюдо 54-Аг-2020 | Азу (месо тушеное с овощами) | 100 | 12,38 | 21 | 3,5 | 252,53 | 0,31 | 0,01 | 0,2 | 9,23 | 0,53 | 21,2 | 141,3 | 25,13 | 1,65 | 128,15 | 322,31 | 0,0021 | 0,00356 |
| 685 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 9,84 | 8,28 | 43,08 | 286,68 | 0,26 | 0,15 | 0 | 33 | 4,78 | 16,8 | 216 | 144 | 4,5 | 178,8 | 262,8 | 0,026 | 0,42 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 0 | 0,01 | 0 | 0,3 | 0,09 | 17 | 7,2 | 7 | 0,9 | 0,8 | 21 | 0 | 0 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 25 | 1,975 | 0,25 | 12,075 | 58,45 | 0,025 | 0,063 | 0,05 | 0 | 1,4 | 31,25 | 32,3 | 10,25 | 0,9 | 118,25 | 35,25 | 0 | 0,0072 |
| ПР | Хлеб ржаной | 50 | 2,5 | 0,5 | 22,8 | 105 | 0,116 | 0,558 | 0 | 0 | 0 | 9 | 0 | 10 | 2,06 | 301,5 | 57,5 | 0 | 0,0015 |
| | Итого | 805 | 28,725 | 34,93 | 108,205 | 859,06 | 0,748 | 0,833 | 7,07 | 202,8 | 7,475 | 127,75 | 441 | 219,6 | 11,075 | 857,42 | 1017,56 | 0,0484 | 0,43271 |

Пятница 1 недели

| № рецептуры | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг): А - мкг ретинол | | | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | | | |
|---------------------|-----------------------------|--------------|------------------|-------|---------|--------------------------------|--------------------------------|-------|------|-------|-------|--------|---------------------------|-------|-------|--------|--------|--------|---------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А | РР | Са | Р | Мg | Fe | Na | K | I | Se |
| 54-Бс-2020 | Суп картофельный с горохом | 250 | 8,35 | 5,75 | 20,35 | 166,43 | 0,19 | 0,07 | 5,95 | 121,5 | 2,09 | 33,75 | 100,5 | 36,25 | 1,85 | 119,75 | 478 | 0,019 | 0,0025 |
| 551 | Грени из пшеничного хлеба | 15 | 1,125 | 0,12 | 7,35 | 35,25 | 0,018 | 0,02 | 0 | 6,15 | 0,375 | 3,3 | 12 | 2,1 | 0,285 | 47,25 | 16,35 | 0,0006 | 0 |
| Фирменное блюдо 349 | Пельмени отварные | 200 | 7,2 | 12 | 20 | 216 | 0,24 | 0,12 | 0 | 0,02 | 3,06 | 57,94 | 160 | 32,6 | 2,1 | 35,21 | 146,78 | 0,01 | 0,00012 |
| 339 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,6 | 0 | 31,4 | 124 | 0 | 0 | 0 | 15 | 0,05 | 24 | 4 | 16 | 0,8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| ПР | Фрукты свежие (яблonya) | 130 | 1,17 | 0,26 | 10,53 | 58,9 | 0,052 | 0,036 | 78 | 0 | 0,26 | 44,2 | 29,9 | 16,9 | 0,38 | 16,9 | 256,1 | 0 | 0,001 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 25 | 1,975 | 0,25 | 12,075 | 58,45 | 0,025 | 0,063 | 0,05 | 0 | 1,4 | 31,25 | 32,3 | 10,25 | 0,9 | 118,25 | 35,25 | 0 | 0,0072 |
| ПР | Хлеб ржаной | 50 | 2,5 | 0,5 | 22,8 | 105 | 0,116 | 0,558 | 0 | 0 | 0 | 9 | 0 | 10 | 2,06 | 301,5 | 57,5 | 0 | 0,0015 |
| | Итого | 870 | 22,92 | 18,88 | 124,505 | 761,03 | 0,641 | 0,867 | 84 | 142,7 | 7,235 | 203,44 | 338,7 | 124,1 | 8,385 | 638,86 | 989,98 | 0,0296 | 0,01232 |

Суббота 1 недели

| № рецептуры | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг): А - мкг ретинол | | | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | | | |
|-------------|--------------------------|--------------|------------------|-------|--------|--------------------------------|--------------------------------|-------|-------|-------|-------|--------|---------------------------|-------|------|--------|---------|--------|---------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А | РР | Са | Р | Мg | Fe | Na | K | I | Se |
| 96 | Рассольник Ленинградский | 250 | 3 | 4,5 | 23,75 | 135 | 0,077 | 0,05 | 14,3 | 122 | 6,29 | 16,75 | 57,75 | 28 | 1,03 | 242,18 | 466,7 | 0,0196 | 0,0009 |
| 435 | Жаркое по домашнему | 230 | 23,1 | 22,19 | 19,6 | 371,4 | 0,14 | 0,21 | 10,9 | 40,48 | 9,48 | 28,75 | 264,5 | 51,75 | 3,91 | 333,5 | 943 | 0,051 | 0,00046 |
| 685 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 0 | 0,01 | 0 | 0,3 | 0,09 | 17 | 7,2 | 7 | 0,9 | 0,8 | 21 | 0 | 0 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 25 | 1,975 | 0,25 | 12,075 | 58,45 | 0,025 | 0,063 | 0,05 | 0 | 1,4 | 31,25 | 32,3 | 10,25 | 0,9 | 118,25 | 35,25 | 0 | 0,0072 |
| ПР | Хлеб ржаной | 50 | 2,5 | 0,5 | 22,8 | 105 | 0,116 | 0,558 | 0 | 0 | 0 | 9 | 0 | 10 | 2,06 | 301,5 | 57,5 | 0 | 0,0015 |
| | Итого | 755 | 30,775 | 27,44 | 93,225 | 727,85 | 0,358 | 0,891 | 25,25 | 162,8 | 17,76 | 102,75 | 361,8 | 107 | 8,8 | 996,23 | 1463,45 | 0,0706 | 0,01006 |

Понедельник 2 неделя

| № рецептуры | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг); А - мкг ретинол | | | | | | Минеральные в-ва (мг) | | | | | | |
|-------------|------------------------------------|--------------|------------------|-------|--------|--------------------------------|--------------------------------|-------|-------|-------|-------|--------|-----------------------|-------|-------|--------|---------|---------|---------|
| | | | Б | Ж | У | | B1 | B2 | C | A | pp | Ca | P | Mg | Fe | Na | K | I | Se |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 88 | Фирменное блюдо 54-1г-2020 | 250 | 1,8 | 4,98 | 8,1 | 84,48 | 0,025 | 0,03 | 13,4 | 123,3 | 0,555 | 37 | 32,25 | 15,5 | 0,575 | 218 | 0,017 | 0,00038 | |
| 342 | Мякеры, отварные | 180 | 6,36 | 5,6 | 39,24 | 242,4 | 0,072 | 0,08 | 0,34 | 6,27 | 5,31 | 43,16 | 144 | 33,34 | 2,34 | 210,67 | 0,0164 | 0,004 | |
| 423/ ПР | Компот из свежих плодов (из яблок) | 200 | 0,16 | 0,16 | 23,88 | 97,6 | 0,01 | 0,02 | 1,8 | 0,6 | 0 | 13,2 | 48 | 8,4 | 0,84 | 178 | 0,024 | 0,00012 | |
| ПР | Булочка школьная/Мульте изделие | 50/30 | 4,18 | 1,6 | 22,43 | 145 | 0,075 | 0,04 | 0 | 12,7 | 0 | 11,25 | 38,42 | 16,17 | 0,73 | 41,66 | 0,00024 | 0,0036 | |
| | Хлеб ржаной | 50 | 2,5 | 0,5 | 22,8 | 105 | 0,116 | 0,558 | 0 | 0 | 0 | 9 | 0 | 10 | 2,06 | 301,5 | 57,5 | 0 | |
| | Итого | 830/810 | 27 | 29,84 | 131,45 | 927,48 | 0,368 | 0,764 | 15,54 | 174,7 | 7,295 | 120,01 | 267,1 | 87,01 | 6,725 | 859,55 | 650,83 | 0,07354 | 0,00956 |

Вторник 2 неделя

| № рецептуры | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг); А - мкг ретинол | | | | | | Минеральные в-ва (мг) | | | | | | |
|------------------|--------------------------------|--------------|------------------|-------|---------|--------------------------------|--------------------------------|-------|-------|-------|------|--------|-----------------------|-------|-------|--------|---------|--------|---------|
| | | | Б | Ж | У | | B1 | B2 | C | A | pp | Ca | P | Mg | Fe | Na | K | I | Se |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 54-23-2020/54-33 | Овощи свежие (огурцы/помидоры) | 60 | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 10,65 | 0,03 | 0,02 | 10,5 | 42,9 | 0,27 | 14,5 | 20,5 | 6 | 0,45 | 3,5 | 129,5 | 1,2 | 0,32 |
| 54-9с-2020 | Суп картофельный с фасолью | 250 | 8,48 | 5,73 | 18 | 157,38 | 0,13 | 0,07 | 4,65 | 151 | 1,89 | 38 | 120,3 | 33,5 | 1,6 | 120,5 | 453,75 | 0,02 | 0,0025 |
| ПР | Гуляш из мраморного филе | 100 | 9,19 | 2,91 | 14,06 | 95,87 | 0,0013 | 0,05 | 0,013 | 15 | 0,09 | 21,41 | 74,88 | 13,88 | 1,84 | 345,5 | 223,15 | 0,039 | 0,00125 |
| 389 | Сол. фруктовый | 180 | 9,84 | 8,28 | 43,08 | 286,68 | 0,26 | 0,15 | 0 | 33 | 4,78 | 16,8 | 216 | 144 | 4,5 | 178,8 | 262,8 | 0,026 | 0,42 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 200 | 1 | 0,2 | 25,6 | 86,6 | 0,02 | 0 | 4 | 0 | 0 | 14 | 14 | 8 | 2,8 | 12 | 240 | 0,0008 | 0,0008 |
| ПР | Хлеб ржаной | 50 | 1,975 | 0,25 | 12,075 | 58,45 | 0,025 | 0,063 | 0,05 | 0 | 1,4 | 31,25 | 32,3 | 10,25 | 0,9 | 118,25 | 35,25 | 0 | 0,0072 |
| | Итого | 865 | 33,895 | 17,97 | 137,515 | 800,63 | 0,5823 | 0,911 | 29,21 | 281,9 | 8,63 | 144,96 | 477,9 | 225,6 | 14,15 | 1080,1 | 1401,95 | 1,2858 | 0,75325 |

Среда 2 неделя

| № рецептуры | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг); А - мкг ретинол | | | | | | Минеральные в-ва (мг) | | | | | | |
|-------------|--|--------------|------------------|--------|---------|--------------------------------|--------------------------------|-------|-------|-------|-------|--------|-----------------------|-------|------|--------|--------|---------|---------|
| | | | Б | Ж | У | | B1 | B2 | C | A | pp | Ca | P | Mg | Fe | Na | K | I | Se |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 54-7с-2020 | Суп картофельный с макаронными изделиями | 250 | 6,45 | 3,48 | 23,13 | 149,5 | 0,11 | 0,07 | 8,6 | 122 | 1,8 | 17,25 | 68,25 | 26 | 1,08 | 116,25 | 513 | 20,95 | 0,3 |
| 265 | Плов | 250 | 19,35 | 43,194 | 39,69 | 625,6 | 0,1 | 0,1 | 1,878 | 169,1 | 9,19 | 18,25 | 269,1 | 58,25 | 2,65 | 354,65 | 440,45 | 0,0023 | 0,00072 |
| 349 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,5 | 0 | 31,4 | 124 | 0 | 0 | 0 | 15 | 0,05 | 24 | 4 | 16 | 0,8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 338 | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,9 | 44,4 | 0,03 | 0,02 | 10 | 0 | 0,2 | 16 | 11 | 9 | 2,2 | 26 | 278 | 0,002 | 0,0003 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 25 | 1,975 | 0,25 | 12,075 | 58,45 | 0,025 | 0,063 | 0,05 | 0 | 1,4 | 31,25 | 32,3 | 10,25 | 0,9 | 118,25 | 35,25 | 0 | 0,0072 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 2,5 | 0,5 | 22,8 | 105 | 0,116 | 0,558 | 0 | 0 | 0 | 9 | 0 | 10 | 2,06 | 301,5 | 57,5 | 0 | 0,0015 |
| | Итого | 855 | 31,275 | 47,824 | 138,995 | 1106,95 | 0,381 | 0,811 | 20,53 | 306,1 | 12,64 | 115,75 | 384,7 | 129,5 | 9,69 | 896,65 | 1324,2 | 20,9543 | 0,30972 |

Четверг 2 недели

| № рецептуры | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг); А - мкг ретинола | | | | | | | | | | Минеральные в-ва (мг) | | | | | |
|-----------------|--|--------------|------------------|-------|---------|--------------------------------|---------------------------------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|-------|--------|--------|-----------------------|---------|---------|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А | РР | Са | P | Mg | Fe | Na | K | I | Se | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Б | Ж | У |
| 54-8с-2020 | Суп картофельный с горохом | 250 | 8,35 | 5,75 | 20,35 | 166,43 | 0,19 | 0,07 | 5,95 | 121,5 | 2,09 | 33,75 | 100,5 | 36,25 | 1,85 | 119,75 | 478 | 0,019 | 0,0025 | | | |
| 551 | Гречки из пшеничного хлеба | 15 | 1,125 | 0,12 | 7,35 | 35,25 | 0,018 | 0,02 | 0 | 6,15 | 0,375 | 3,3 | 12 | 2,1 | 0,285 | 47,25 | 16,35 | 0,0006 | 0 | | | |
| Фирменное блюдо | Курица запеченная | 100 | 19 | 13,3 | 0 | 195,93 | 0,07 | 0,09 | 0 | 30,59 | 8,9 | 40 | 220 | 25 | 213,34 | 381,67 | 0,019 | 0,00219 | | | | |
| 54-11г-2020 | Картофельное пюре | 180 | 3,72 | 7,2 | 23,64 | 174,96 | 0,14 | 0,13 | 12,24 | 38,52 | 2,37 | 46,8 | 100,8 | 33,6 | 1,2 | 193,2 | 748,8 | 0,034 | 0,00096 | | | |
| 685 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 0 | 0,01 | 0 | 0,3 | 0,09 | 17 | 7,2 | 0,9 | 0,8 | 21 | 0 | 0 | 0 | | | |
| 223 | Запеканка из творога с мясным студёным | 80 (70/10) | 11,68 | 8,84 | 25,2 | 216 | 0,054 | 0,12 | 0,42 | 58,5 | 0,72 | 176,01 | 194,1 | 23,91 | 0,58 | 82,16 | 193,2 | 0,032 | 0,0016 | | | |
| ПР | Хлеб пшеничный | 25 | 1,975 | 0,25 | 12,075 | 58,45 | 0,025 | 0,063 | 0,05 | 0 | 1,4 | 31,25 | 32,3 | 10,25 | 0,9 | 118,25 | 35,25 | 0 | 0,0072 | | | |
| ПР | Хлеб ржаной | 50 | 2,5 | 0,5 | 22,8 | 105 | 0,116 | 0,558 | 0 | 0 | 0 | 9 | 0 | 10 | 2,06 | 301,5 | 57,5 | 0 | 0,0015 | | | |
| Итого | | 900 | 48,55 | 35,96 | 126,415 | 1010,02 | 0,613 | 1,061 | 18,66 | 255,6 | 15,945 | 357,11 | 665,9 | 148,1 | 32,775 | 1076,3 | 193,77 | 0,0846 | 0,01595 | | | |

Пятница 2 недели

| № рецептуры | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг); А - мкг ретинола | | | | | | | | | | Минеральные в-ва (мг) | | | | | |
|-----------------|------------------------------|--------------|------------------|-------|---------|--------------------------------|---------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-----------------------|--------|---------|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А | РР | Са | P | Mg | Fe | Na | K | I | Se | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Б | Ж | У |
| 82 | Борщ с капустой и картофелем | 250 | 1,83 | 4,9 | 11,75 | 98,4 | 0,037 | 0,042 | 6,82 | 160,3 | 0,675 | 32,5 | 44,25 | 23,2 | 1,065 | 129,92 | 318,7 | 0,0203 | 0,00045 | | | |
| Фирменное блюдо | Азу (мясо тушеное с овощами) | 100 | 12,38 | 7,1 | 3,5 | 252,53 | 0,31 | 0,01 | 0,2 | 9,23 | 0,53 | 21,2 | 141,3 | 25,13 | 1,65 | 128,15 | 322,31 | 0,0021 | 0,00356 | | | |
| 54-1г-2020 | Макаронные отварные | 180 | 6,36 | 6,6 | 39,24 | 242,4 | 0,072 | 0,036 | 0 | 31,92 | 1,43 | 13,2 | 48 | 8,4 | 0,84 | 178 | 63,6 | 0,024 | 0,00012 | | | |
| 372 | Компот из свежих ягод | 200 | 1 | 0,2 | 25,6 | 86,6 | 0,02 | 0 | 4 | 0 | 0,2 | 14 | 14 | 8 | 2,8 | 12 | 240 | 0,008 | 0,008 | | | |
| ПР | Хлеб пшеничный | 25 | 1,975 | 0,25 | 12,075 | 58,45 | 0,025 | 0,063 | 0,05 | 0 | 1,4 | 31,25 | 32,3 | 10,25 | 0,9 | 118,25 | 35,25 | 0 | 0,0072 | | | |
| ПР | Хлеб ржаной | 50 | 2,5 | 0,5 | 22,8 | 105 | 0,116 | 0,558 | 0 | 0 | 0 | 9 | 0 | 10 | 2,06 | 301,5 | 57,5 | 0 | 0,0015 | | | |
| Итого | | 805 | 26,045 | 33,45 | 114,965 | 843,38 | 0,58 | 0,709 | 11,07 | 201,4 | 4,235 | 121,5 | 279,8 | 84,98 | 9,315 | 867,82 | 1037,36 | 0,0544 | 0,02083 | | | |

Суббота 2 недели

| № рецептуры | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг); А - мкг ретинола | | | | | | | | | | Минеральные в-ва (мг) | | | | | |
|-------------|----------------------------|--------------|------------------|-------|--------|--------------------------------|---------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|------|--------|-----------------------|-------|---------|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А | РР | Са | P | Mg | Fe | Na | K | I | Se | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Б | Ж | У |
| 54-9с-2020 | Суп картофельный с фасолью | 250 | 8,48 | 5,73 | 18 | 157,38 | 0,13 | 0,07 | 4,65 | 151 | 1,89 | 38 | 120,3 | 33,5 | 1,6 | 120,5 | 453,75 | 0,02 | 0,0025 | | | |
| 436 | Жаркое по домашнему | 230 | 23,1 | 22,19 | 19,6 | 371,4 | 0,14 | 0,21 | 10,9 | 40,48 | 9,48 | 28,75 | 264,5 | 51,75 | 3,91 | 333,5 | 943 | 0,051 | 0,00046 | | | |
| 686 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,3 | 0 | 15,2 | 60 | 0,03 | 0,13 | 0,52 | 13,29 | 0,91 | 111 | 107 | 30,7 | 1,1 | 38,5 | 184 | 0,09 | 0,0018 | | | |
| ПР | Хлеб пшеничный | 25 | 1,975 | 0,25 | 12,075 | 58,45 | 0,025 | 0,063 | 0,05 | 0 | 1,4 | 31,25 | 32,3 | 10,25 | 0,9 | 118,25 | 35,25 | 0 | 0,0072 | | | |
| ПР | Хлеб ржаной | 50 | 2,5 | 0,5 | 22,8 | 105 | 0,116 | 0,558 | 0 | 0 | 0 | 9 | 0 | 10 | 2,06 | 301,5 | 57,5 | 0 | 0,0015 | | | |
| Итого | | 755 | 36,355 | 28,67 | 87,675 | 752,23 | 0,441 | 1,031 | 16,12 | 204,8 | 13,68 | 218 | 524,1 | 136,2 | 9,57 | 912,25 | 1673,5 | 0,161 | 0,01346 | | | |