"Утверждаю"
ООО "ЛеМаС"

Директор _____/Лебедева М.С./

"Согласовано"
МАОУ "СОШ № 42" г.Перми

Директор _____/Кутищева Н.С./

Примерное меню (Сезон: Весенне - Летний)

Столовая (дополнительное питание)

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N блюда по сборн.
День 1						
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	1,4	6,1	8,5	94,4	№26/ECTH2018
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	0,7	8,1	1,8	82,7	№14/ECTH2018
САЛАТ "ГРЕЧЕСКИЙ"	100	3,6	17,5	2,4	181,7	№74/М2011
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	100	1,6	10,1	8,3	130,2	№9/ECTH2018
ПЕРВЫЕ БЛЮДА						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (2-Й ВАРИАНТ)	250	5,7	4,3	21,8	148,9	№144/П2013/5
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (ГОРБУША)100Г	100	13,3	9,6	4,5	158,0	№343/П2013/5
МЯСО ОТВАРНОЕ 50г	50	15,4	13,2	0,3	181,8	№317/ECTH2018
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ.	100	16,0	17,7	2,6	233,1	№325/ECTH2018
КУРА, ТУШЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ, В ГОРШОЧКАХ	275	29,1	12,7	26,0	334,5	10.29/М2003
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	13,5	19,3	3,6	242,1	№267/ECTH2018
СОСИСКА ОТВАРНАЯ 90Г	90	10,8	19,8	1,8	228,6	№351/ECTH2018
ШНИЦЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ 90Г	90	17,5	13,6	14,1	249,1	№337/ECTH2018
ПТИЦА ОТВАРНАЯ	100	26,1	26,3	1,5	347,5	№439/Диет.сб.М2
БЛЮДА ИЗ КРУП						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ.	200	7,3	6,6	37,3	238,0	№229/ECTH2018
ГАРНИРЫ						
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ (СПАГЕТТИ).	150	5,1	3,8	30,5	176,5	№257/ECTH2018
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	150	3,2	6,0	21,8	153,7	№374/ECTH2018/5
ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ /СМЕСЬ ОВОЩНАЯ	150	4,1	3,8	6,9	77,5	№156ECTH/2018/3
НАПИТКИ						
ЧАЙ С САХАРОМ	200			10,1	40,2	№458/ECTH2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		10,3	41,4	№459/ECTH2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	200			20,0	79,8	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	200					
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,0	0,2	22,0	93,8	№498/ECTH2018
МУЧНЫЕ И КОНДИТЕРСКИЕ БЛЮДА						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	1кус./ 30г.	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кус./30г	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5
ПИЦЦА ШКОЛЬНАЯ	100	11,2	12,0	31,2	277,4	№534/ECTH2018
СОСИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ	100	11,2	13,8	32,0	297,2	№533/ECTH2018
РАССТЕГАЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	72	6,6	6,8	29,3	204,8	696/94
ПИРОЖОК С ПОВИДЛОМ ПЕЧЕНЫЙ	75	4,5	3,5	44,1	226,2	№738/2004
ПИРОЖОК СО СВЕЖИМИ ЯБЛОКАМИ	75	4,4	3,6	34,7	189,2	№738/2004
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	75	5,3	5,7	29,2	189,0	№738/2004
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ.	50	3,5	5,9	30,8	190,1	№555/П2013/5
СОУСЫ						
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,3	1,1	2,0	18,8	№265/П2008
День 2						
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ /ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА/.	100	1,9	8,9	7,7	118,5	№148/ECTH2018
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100	1,1	6,2	3,6	74,3	№17/ECTH2018

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N блюда по сборн.
САЛАТ "ШКОЛЬНЫЙ"	100	1,2	10,1	6,8	123,0	39/М
САЛАТ "ГРЕЧЕСКИЙ"	100	3,6	17,5	2,4	181,7	№74/М2011
САЛАТ ПО-КОМИ-ПЕРМЯЦКИ (ИЗ КВ.КАПУСТЫ С МЯСОМ)	100	7,3	15,2	2,9	177,9	№52/1994
ПЕРВЫЕ БЛЮДА						
СУП "ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ"	250/5	2,0	5,9	9,4	99,1	№101/ЕСТН2018
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
РЫБА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	13,5	7,6	3,0	134,2	№297/ЕСТН2018
ФИЛЕ МИНТАЯ, ЗАПЕЧЕННОЕ ПО-РУССКИ	75/150/100	18,3	13,6	29,5	313,3	319/94
ГОВЯДИНА В КИСЛО-СЛАДКОМ СОУСЕ 50/20	70	16,4	15,6	10,5	248,4	№323/ЕСТН2018
ЯЗЫК ГОВЯЖИЙ ОТВАРНОЙ	50	13,5	10,2	2,2	154,1	358/94
КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ.	100	14,5	7,2	3,3	136,0	№364/ЕСТН2018
КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ (ПРИПУЩЕННЫЕ)	100/5	32,5	9,1	0,7	214,8	№440/Диет.сб.201
ШНИЦЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ ПРИПУЩЕННЫЕ 90Г	90	17,3	5,9	9,2	159,2	№369/ЕСТН2018/5
БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ 90Г	90	15,4	9,9	8,7	185,6	№405/Диет.сб.201
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ, СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/30	30,0	9,0	47,9	392,4	№283/ЕСТН2018
ШНИЦЕЛЬ ИЗ КАПУСТЫ	75/5	2,8	9,1	9,8	132,1	229/94
ГАРНИРЫ						
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (1-Й ВАРИАНТ)	150	4,1	9,1	19,6	177,2	№174/ЕСТН2018
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,7	5,6	36,0	216,8	№255/ЕСТН2018
КАША ГАРНИРНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,7	6,7	21,3	164,1	№213/ЕСТН2018
НАПИТКИ						
ЧАЙ С САХАРОМ	200			10,1	40,2	№458/ЕСТН2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		10,3	41,4	№459/ЕСТН2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	200			20,0	79,8	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	200					
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,0	0,2	22,0	93,8	№498/ЕСТН2018
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,7	0,3	24,6	103,8	№493/ЕСТН2018
МУЧНЫЕ И КОНДИТЕРСКИЕ БЛЮДА						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	1кус./ 30г.	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кус./30г	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5
ПИЦЦА ШКОЛЬНАЯ	100	11,2	12,0	31,2	277,4	№534/ЕСТН2018
СОСИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ	100	11,2	13,8	32,0	297,2	№533/ЕСТН2018
ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ	100г	6,3	6,5	34,9	223,0	№340П2008
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	75	5,3	5,7	29,2	189,0	№738/2004
РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ	72	7,5	4,9	29,5	192,1	696/94
ПИРОЖКИ, ПЕЧЕННЫЕ С ДЖЕМОМ	60	3,7	3,4	38,0	197,2	№529/ЕСТН2018
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	9,9	2,4	25,8	164,2	№528/ЕСТН2018
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	60	5,7	5,4	34,8	210,4	№538/ЕСТН2018
КЕКС ДИЕТИЧЕСКИЙ.	50	4,0	5,4	28,8	180,1	№728
СОУСЫ						
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,3	1,1	2,0	18,8	№265/П2008
<u>День 3</u>						
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
САЛАТ ИЗ РЕДИСА С ОГУРЦАМИ	100	0,9	10,1	2,6	104,9	№13/ЕСТН2018
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	100	1,5	6,2	13,3	114,1	№29/ЕСТН2018
САЛАТ "ГРЕЧЕСКИЙ"	100	3,6	17,5	2,4	181,7	№74/М2011
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,4	10,2	8,6	131,3	№47/ЕСТН2018
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	1,0	8,2	3,5	91,2	№18/ЕСТН2018
ПЕРВЫЕ БЛЮДА						
СУП "РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ" С ФРИКАДЕЛЬКАМИ.	250/17,5/5	6,4	9,6	17,3	180,9	№97/ЕСТН2018
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ФИЛЕ МИНТАЯ, ЗАПЕЧЕННОЕ С ОВОЩАМИ	50/50	12,0	8,8	4,5	144,9	№230/Москва
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	100	9,3	7,2	10,5	143,7	№349/П2013/5
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	100	15,6	17,5	4,7	238,4	№326/ЕСТН2018

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N блюда по сборн.
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 200Г	200	21,4	21,4	18,6	351,8	№327/ЕСТН2018
ШАШЛЫК ИЗ КУР	100/20	34,9	2,9	4,3	182,1	№10.10/М2003
ШНИЦЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	80	15,5	12,1	12,6	221,5	№337/ЕСТН2018
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/30	36,2	7,2	43,0	381,2	№278/ЕСТН2018
КОТЛЕТЫ КАПУСТНО-МОРКОВНЫЕ С МАСЛОМ	75/5	3,4	11,8	12,7	170,2	225/94
БЛЮДА ИЗ КРУП						
КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ.	200	7,3	8,5	29,8	224,4	№231/ЕСТН2018
ГАРНИРЫ						
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150	3,6	5,4	38,0	215,2	№385/ЕСТН2018
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150/7,5	3,2	6,1	25,4	168,8	№150/ЕСТН2018
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,7	5,6	36,0	216,8	№255/ЕСТН2018
ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ /СМЕСЬ ОВОЩНАЯ Б/ЗАМОРОЖ	150	3,3	1,8	6,7	55,6	№169ЕСТН2018/3
НАПИТКИ						
ЧАЙ С САХАРОМ	200			10,1	40,2	№458/ЕСТН2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		10,3	41,4	№459/ЕСТН2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	200			20,0	79,8	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	200					
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,0	0,2	22,0	93,8	№498/ЕСТН2018
КОМПОТ ИЗ ВИШЕН И ЯБЛОК	200	0,3	0,1	19,5	80,1	№487/ЕСТН2018
МУЧНЫЕ И КОНДИТЕРСКИЕ БЛЮДА						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	1кус./ 30г.	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кус./30г	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5
ПИЦЦА ШКОЛЬНАЯ	100	11,2	12,0	31,2	277,4	№534/ЕСТН2018
СОСИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ	100	11,2	13,8	32,0	297,2	№533/ЕСТН2018
ХАЧАПУРИ	100	14,9	11,7	40,7	327,5	№1457/1968
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	75	5,3	5,7	29,2	189,0	№738/2004
ПИРОЖКИ, ПЕЧЕННЫЕ С МЯСОМ	60	9,9	7,2	22,1	193,3	№529/ЕСТН2018
РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ	72	7,5	4,9	29,5	192,1	696/94
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	4,3	5,0	36,5	208,1	№541/ЕСТН2018
КЕКС "ТВОРОЖНЫЙ".	50	6,3	8,0	36,2	241,6	№584/П2013/5
СОУСЫ						
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,3	1,1	2,0	18,8	№265/П2008
День 4						
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	100	1,1	10,2	5,9	120,0	№10/ЕСТН2018
САЛАТ СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ	100	6,4	8,0	11,4	142,9	№45/ЕСТН2018
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	1,0	8,2	3,5	91,2	№18/ЕСТН2018
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	100	3,3	10,1	7,7	135,0	№32/ЕСТН2018
САЛАТ ПО-КОМИ-ПЕРМЯЦКИ (ИЗ КВ.КАПУСТЫ С МЯСОМ)	100	7,3	15,2	2,9	177,9	№52/1994
ПЕРВЫЕ БЛЮДА						
СУП "БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ" СО СМЕТАНОЙ	250/5	2,0	0,9	12,9	67,9	№92/ЕСТН2018
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (МИНТАЙ)	140	14,6	8,3	6,3	158,6	№343/П2013/5
МЯСО ТУШЕНОЕ.	80	12,7	14,7	2,0	190,9	№320/ЕСТН2018
КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С МЯСОМ, С МАСЛОМ.	200/5	27,0	20,9	28,5	409,7	№332/ЕСТН2018
ЛЮЛЯ-КЕБАБ	80	19,7	37,6	0,9	420,6	№428/1994
КУРИНАЯ ГРУДКА ФАРШИРОВАННАЯ	110	28,0	14,9	4,4	263,6	№854/М2011
КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ ПРИПУЩЕННЫЕ 90Г	90	17,3	5,2	9,2	153,2	№369/ЕСТН2018
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	13,5	19,3	3,6	242,1	№267/ЕСТН2018
КОТЛЕТЫ МОРКОВНЫЕ С МАСЛОМ	75/5	2,5	10,9	14,9	167,8	222/94
БЛЮДА ИЗ КРУП						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ.	200	7,3	6,6	37,3	238,0	№229/ЕСТН2018
ГАРНИРЫ						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	150	3,2	6,0	21,8	153,7	№374/ЕСТН2018

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N блюда по сборн.
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,7	5,6	36,0	216,8	№255/ЕСТН2018
ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ /СМЕСЬ ОВОЩНАЯ	150	4,1	3,8	6,9	77,5	№156ЕСТН/2018/3
НАПИТКИ						
ЧАЙ С САХАРОМ	200			10,1	40,2	№458/ЕСТН2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		10,3	41,4	№459/ЕСТН2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	200			20,0	79,8	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	200					
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,0	0,2	22,0	93,8	№498/ЕСТН2018
КОМПОТ ИЗ ВИШЕН И ЯБЛОК	200	0,3	0,1	19,5	80,1	№487/ЕСТН2018
МУЧНЫЕ И КОНДИТЕРСКИЕ БЛЮДА						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	1кус./ 30г.	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кус./30г	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5
ПИЦЦА ШКОЛЬНАЯ	100	11,2	12,0	31,2	277,4	№534/ЕСТН2018
СОСИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ	100	11,2	13,8	32,0	297,2	№533/ЕСТН2018
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	75	5,3	5,7	29,2	189,0	№738/2004
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	75	5,5	6,6	34,5	218,8	515/М
РАССТЕГАЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	72	6,6	6,8	29,3	204,8	696/94
ПИРОЖКИ, ПЕЧЕННЫЕ С МЯСОМ	60	9,9	7,2	22,1	193,3	№529/ЕСТН2018
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	4,3	5,0	36,5	208,1	№541/ЕСТН2018
КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ	50	3,0	5,5	30,1	181,6	№544/ЕСТН2018
МАННИК.	80	4,6	5,1	26,5	170,1	№547/ЕСТН2018
СОУСЫ						
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,3	1,1	2,0	18,8	№265/П2008
День 5						
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ	100	1,6	10,2	8,8	133,1	№47/ЕСТН2018
САЛАТ "ГРЕЧЕСКИЙ"	100	3,6	17,5	2,4	181,7	№74/М2011
САЛАТ ЗЕЛЕНЫЙ С ОГУРЦАМИ	100	2,2	7,7	2,7	88,8	№13/Диет.сб.2013
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (Н/УР.)С МОРКОВЬЮ Р/М.	100	1,7	10,1	9,8	137,6	№4/П2008
ФРУКТОВЫЙ МИКС С САХАРНОЙ ПУДРОЙ	130	1,0	0,5	14,5	66,4	Тех.карта
ПЕРВЫЕ БЛЮДА						
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	9,4	12,4	16,8	216,6	№120/ЕСТН2018
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
РЫБА ОТВАРНАЯ (ФИЛЕ ГОРБУШИ)50Г	50	12,9	4,3	0,5	92,0	№294/ЕСТН2018
ФИЛЕ МИНТАЯ, ЗАПЕЧЕННОЕ В ОМЛЕТЕ 75	75	12,0	9,8	5,1	156,2	№148 2001
ЯЗЫК ГОВЯЖИЙ ОТВАРНОЙ	50	13,5	10,2	2,2	154,1	358/94
БИФШТЕКС ПО-КАЗАЧЬИ	75	15,4	20,2	7,3	272,5	Сборн.нац. кухни
ПТИЦА ОТВАРНАЯ	100	26,1	26,3	1,5	347,5	№439/Диет.сб.М2
ФИЛЕ ИЗ КУР В БЕЛКАХ.	100	20,4	19,7	4,4	277,1	№10.15М2003
КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ".	90	17,0	8,6	13,9	201,2	№347/ЕСТН2018/3
ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ, СО СГУЩЕННЫМ	150/30	30,2	6,6	51,5	386,1	№284/ЕСТН2018
РУЛЕТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОВОЩАМИ, С СОУСОМ	200/50	5,9	16,3	37,5	320,4	№85/2001
БЛЮДА ИЗ КРУП						
КАША "ДРУЖБА".	200	5,3	10,3	28,4	227,5	№225/ЕСТН2018
ГАРНИРЫ						
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150/7,5	3,2	6,1	25,4	168,8	№150/ЕСТН2018
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,7	7,2	39,1	255,4	№204/ЕСТН2018
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,7	5,6	36,0	216,8	№255/ЕСТН2018
ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ /СМЕСЬ ОВОЩНАЯ Б/ЗАМОРОЖ	150	3,3	1,8	6,7	55,6	№169ЕСТН2018/3
НАПИТКИ						
ЧАЙ С САХАРОМ	200			10,1	40,2	№458/ЕСТН2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		10,3	41,4	№459/ЕСТН2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	200			20,0	79,8	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N блюда по сборн.
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	200					
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,0	0,2	22,0	93,8	№498/ECTH2018
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ /С ВИТАМИНОМ С/	200	0,3	0,2	20,2	84,1	№485/ECTH2018
МУЧНЫЕ И КОНДИТЕРСКИЕ БЛЮДА						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	1кус./ 30г.	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кус./30г	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5
ПИЦЦА ШКОЛЬНАЯ	100	11,2	12,0	31,2	277,4	№534/ECTH2018
СОСИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ	100	11,2	13,8	32,0	297,2	№533/ECTH2018
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	75	5,3	5,7	29,2	189,0	№738/2004
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	75	5,5	6,6	34,5	218,8	515/М
РАССТЕГАЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	72	6,6	6,8	29,3	204,8	696/94
ПИРОЖКИ, ПЕЧЕННЫЕ С МЯСОМ	60	9,9	7,2	22,1	193,3	№529/ECTH2018
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	9,9	2,4	25,8	164,2	№528/ECTH2018
СЛОЙКА С ПОВИДЛОМ	60	4,4	5,8	35,2	211,0	№572/П2013/5
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,3	5,4	29,0	181,5	№542/ECTH2018
БАНТИКИ С КОРИЦЕЙ	60	5,4	6,2	45,0	257,0	№665П2013
СОУСЫ						
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,3	1,1	2,0	18,8	№265/П2008
День 6						
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	0,7	8,1	1,8	82,7	№14/ECTH2018
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	100	1,6	10,1	8,3	130,2	№9/ECTH2018
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	1,0	8,2	3,5	91,2	№18/ECTH2018
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	100	1,5	6,2	13,3	114,1	№29/ECTH2018
САЛАТ ИЗ Б/КАПУСТЫ (Н/УР) С ПОМИДОРАМИ И ОГУРЦАМИ	100/2	1,3	10,1	3,5	110,7	№5/П2008
ПЕРВЫЕ БЛЮДА						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ.	250	2,9	3,0	20,8	121,2	№113/ECTH2018
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
РЫБНЫЕ ХЛЕБЦЫ ПАРОВЫЕ ИЗ МИНТАЯ	100	15,7	7,5	7,4	160,0	№303/ECTH2018
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ (ФИЛЕ ГОРБУШИ)50Г	50	12,8	4,3	0,3	90,7	№295/ECTH2018
МЯСО ОТВАРНОЕ 50г	50	15,4	13,2	0,3	181,8	№317/ECTH2018
БИФШТЕКС РУБЛЕНЫЙ ПАРОВОЙ	100	28,9	17,0		268,4	№330/ECTH2018
ФИЛЕ ИЗ КУР В БЕЛКАХ	75	15,3	14,8	3,3	207,8	№10.15М2003
КОТЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ".	90	15,7	9,5	10,6	190,3	№341/ECTH2018/3
БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ ПРИПУЩЕННЫЕ 90Г	90	17,3	5,2	9,2	153,2	№369/ECTH2018
СОСИСКА ОТВАРНАЯ 90Г	90	10,8	19,8	1,8	228,6	№351/ECTH2018
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	13,5	19,3	3,6	242,1	№267/ECTH2018
ШНИЦЕЛЬ ИЗ КАПУСТЫ	75/5	2,8	9,1	9,8	132,1	229/94
ГАРНИРЫ						
РИС, ПРИПУЩЕННЫЙ С ТОМАТОМ.	150	3,9	4,3	39,2	211,2	№386/ECTH2018
КАША ГАРНИРНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,7	6,7	21,3	164,1	№213/ECTH2018
КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	3,7	8,4	18,6	165,0	№179/ECTH2018
ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ /СМЕСЬ ОВОЩНАЯ	150	4,1	3,8	6,9	77,5	№156ECTH/2018/3
НАПИТКИ						
ЧАЙ С САХАРОМ	200			10,1	40,2	№458/ECTH2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		10,3	41,4	№459/ECTH2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	200			20,0	79,8	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	200					
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,0	0,2	22,0	93,8	№498/ECTH2018
МУЧНЫЕ И КОНДИТЕРСКИЕ БЛЮДА						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	1кус./ 30г.	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кус./30г	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5
ПИЦЦА ШКОЛЬНАЯ	100	11,2	12,0	31,2	277,4	№534/ECTH2018

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N блюда по сборн.
СОСИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ	100	11,2	13,8	32,0	297,2	№533/ECTH2018
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	75	5,3	5,7	29,2	189,0	№738/2004
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	75	5,5	6,6	34,5	218,8	515/М
РАССТЕГАЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	72	6,6	6,8	29,3	204,8	696/94
ПИРОЖКИ, ПЕЧЕННЫЕ С МЯСОМ	60	9,9	7,2	22,1	193,3	№529/ECTH2018
ТВОРОЖНИКИ ПЕСОЧНЫЕ	50	6,5	6,6	22,2	174,3	№577/П2013/5
БУЛОЧКА СДОБНАЯ С ПОМАДКОЙ 75Г	75	6,1	6,4	38,9	236,9	493/М
СОУСЫ						
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,3	1,1	2,0	18,8	№265/П2008
День 7						
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
САЛАТ ИЗ РЕДИСА С ОГУРЦАМИ	100	0,9	10,1	2,6	104,9	№13/ECTH2018
САЛАТ "ГРЕЧЕСКИЙ"	100	3,6	17,5	2,4	181,7	№74/М2011
САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ	100	2,3	6,6	2,9	80,1	№84/М2011
САЛАТ ЗЕЛЕНЫЙ С ОГУРЦАМИ	100	2,2	7,7	2,7	88,8	№13/Диет.сб.2013
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (Н/УР.)С МОРКОВЬЮ Р/М.	100	1,7	10,1	9,8	137,6	№4/П2008
ПЕРВЫЕ БЛЮДА						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250/5	2,0	6,0	11,3	107,5	№114/ECTH2018
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
РЫБА ОТВАРНАЯ (ФИЛЕ ГОРБУШИ)50Г	50	12,9	4,3	0,5	92,0	№294/ECTH2018
МЯСО ОТВАРНОЕ 50г	50	15,4	13,2	0,3	181,8	№317/ECTH2018
ЯЗЫК ГОВЯЖИЙ ОТВАРНОЙ	50	13,5	10,2	2,2	154,1	358/94
ШАШЛЫК ИЗ КУР	100/20	34,9	2,9	4,3	182,1	№10.10/М2003
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ -"ЁЖИКИ"	100	11,8	16,6	11,9	244,1	№350/ECTH2018/3
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР 90/5	90/5	15,2	15,9	7,9	235,6	№410/ECTH2013
ШНИЦЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ ПРИПУЩЕННЫЕ	100	19,3	5,8	10,2	170,2	№369/ECTH2018
СОСИСКА ОТВАРНАЯ 90Г	90	10,8	19,8	1,8	228,6	№351/ECTH2018
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	13,5	19,3	3,6	242,1	№267/ECTH2018
КОТЛЕТЫ КАПУСТНО-МОРКОВНЫЕ С МАСЛОМ	75/5	3,4	11,8	12,7	170,2	225/94
БЛЮДА ИЗ КРУП						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,3	10,2	32,0	245,0	№226/ECTH2018
ГАРНИРЫ						
РИС ОТВАРНОЙ	150	3,8	5,4	39,7	222,6	№384/ECTH2018
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,7	5,6	36,0	216,8	№255/ECTH2018
ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ /СМЕСЬ ОВОЩНАЯ Б/ЗАМОРОЖ	150	3,3	1,8	6,7	55,6	№169ECTH2018/3
КРАСНОЕ ЛОБИО С МАСЛОМ.	130	7,7	12,1	20,1	219,8	№1435/1968
НАПИТКИ						
ЧАЙ С САХАРОМ	200			10,1	40,2	№458/ECTH2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		10,3	41,4	№459/ECTH2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	200			20,0	79,8	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	200					
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,0	0,2	22,0	93,8	№498/ECTH2018
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК /С ВИТАМИНОМ С/	200	0,2	0,2	18,9	77,6	№484/ECTH2018
МУЧНЫЕ И КОНДИТЕРСКИЕ БЛЮДА						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	1кус./ 30г.	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кус./30г	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5
ПИЦЦА ШКОЛЬНАЯ	100	11,2	12,0	31,2	277,4	№534/ECTH2018
СОСИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ	100	11,2	13,8	32,0	297,2	№533/ECTH2018
ХАЧАПУРИ	100	14,9	11,7	40,7	327,5	№1457/1968
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	75	5,3	5,7	29,2	189,0	№738/2004
РАССТЕГАЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	72	6,6	6,8	29,3	204,8	696/94
ПИРОЖОК СЛОЕНЫЙ С ФРУКТАМИ	60	3,5	8,6	28,1	204,0	689/94
ПИРОЖКИ, ПЕЧЕННЫЕ С МЯСОМ	60	9,9	7,2	22,1	193,3	№529/ECTH2018
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,5	7,7	35,7	230,2	№539/ECTH2018

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N блюда по сборн.
КЕКС "ТВОРОЖНЫЙ".	50	6,3	8,0	36,2	241,6	№584/П2013/5
СОУСЫ						
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,3	1,1	2,0	18,8	№265/П2008
День 8						
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	1шт/40г	5,1	4,6	0,3	62,8	№266/ЕСТН2018
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ	100	1,6	10,2	8,8	133,1	№47/ЕСТН2018
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	100	0,6	10,1	1,6	99,4	№15/ЕСТН2018
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ 35/100	35/100	7,1	16,1	7,8	205,0	60/94
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (НОВ.УР) С ЯБЛОКАМИ	100	1,1	10,2	6,4	122,7	№6/П2008
ПЕРВЫЕ БЛЮДА						
СУП "БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ" СО СМЕТАНОЙ	250/5	3,9	1,1	16,5	91,6	№93/ЕСТН2018
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ФИЛЕ ГОРБУШИ, ЗАПЕЧЕННОЕ ПО-РУССКИ	75/150/100	22,9	19,2	29,5	381,8	319/94
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (МИНТАЙ)90Г	90	12,0	3,4	5,9	102,3	№307/ЕСТН2018
ГОВЯДИНА ТУШЕННАЯ С ЧЕРНОСЛИВОМ 100г	100	12,5	15,2	10,9	230,2	№322/ЕСТН2018
КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С МЯСОМ, С МАСЛОМ.	200/5	27,0	20,9	28,5	409,7	№332/ЕСТН2018
КОТЛЕТЫ, РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ 90Г	90	16,1	20,1	9,0	281,3	№444/Диет.сб.М2
КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ 90Г	90	17,5	13,6	14,1	249,1	№337/ЕСТН2018
СОСИСКА ОТВАРНАЯ 1ШТ	50Г	5,5	12,0	0,2	130,4	№351/ЕСТН2018
БЛЮДА ИЗ КРУП						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ.	200	7,3	6,6	37,3	238,0	№229/ЕСТН2018
ГАРНИРЫ						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	150	3,2	6,0	21,8	153,7	№374/ЕСТН2018
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,7	7,2	39,1	255,4	№204/ЕСТН2018
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,7	5,6	36,0	216,8	№255/ЕСТН2018
ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ /СМЕСЬ ОВОЩНАЯ	150	4,1	3,8	6,9	77,5	№156ЕСТН/2018/3
НАПИТКИ						
ЧАЙ С САХАРОМ	200			10,1	40,2	№458/ЕСТН2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		10,3	41,4	№459/ЕСТН2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	200			20,0	79,8	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	200					
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,0	0,2	22,0	93,8	№498/ЕСТН2018
КОМПОТ ИЗ ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ	200	0,2	0,2	17,4	71,9	№489/ЕСТН2018
МУЧНЫЕ И КОНДИТЕРСКИЕ БЛЮДА						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	1кус./ 30г.	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кус./30г	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5
ПИЦЦА ШКОЛЬНАЯ	100	11,2	12,0	31,2	277,4	№534/ЕСТН2018
СОСИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ	100	11,2	13,8	32,0	297,2	№533/ЕСТН2018
ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ	100г	6,3	6,5	34,9	223,0	№340П2008
ЭЛЕШ С ПТИЦЕЙ	125	15,0	21,7	35,6	397,8	№638/2001Н.К
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	75	5,3	5,7	29,2	189,0	№738/2004
ПИРОЖОК СЛОЕНЫЙ С ФРУКТАМИ	60	3,5	8,6	28,1	204,0	689/94
РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ	72	7,5	4,9	29,5	192,1	696/94
ПИРОЖКИ, ПЕЧЕННЫЕ С МЯСОМ	60	9,9	7,2	22,1	193,3	№529/ЕСТН2018
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	3,7	2,1	42,1	201,7	№527/ЕСТН2018
ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ	50	4,2	4,1	26,0	157,8	№535/ЕСТН2018
БАНТИКИ С КОРИЦЕЙ	60	5,4	6,2	45,0	257,0	№665П2013
СОУСЫ						
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,3	1,1	2,0	18,8	№265/П2008
День 9						
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	0,7	8,1	1,8	82,7	№14/ЕСТН2018
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	100	1,1	8,2	11,7	124,9	№28/ЕСТН2018

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N блюда по сборн.
САЛАТ "ГРЕЧЕСКИЙ"	100	3,6	17,5	2,4	181,7	№74/М2011
САЛАТ ЗЕЛЕНЫЙ С ОГУРЦАМИ	100	2,2	7,7	2,7	88,8	№13/Диет.сб.2013
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КАЛЬМАРАМИ	100	8,7	11,2	10,8	178,0	№40/ЕСТН2018
ПЕРВЫЕ БЛЮДА						
СУП "СОЛЯНКА ИЗ ПТИЦЫ"	250/5	6,5	10,9	3,8	139,5	№108/ЕСТН2018
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
РЫБА ОТВАРНАЯ (ФИЛЕ ГОРБУШИ)50Г	50	12,9	4,3	0,5	92,0	№294/ЕСТН2018
КНЕЛИ РЫБНЫЕ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ МИНТАЯ 90Г	90	12,4	1,6	4,9	83,7	№301/ЕСТН2018
ГОВЯДИНА В КИСЛО-СЛАДКОМ СОУСЕ 50/20	70	16,4	15,6	10,5	248,4	№323/ЕСТН2018
ЯЗЫК ГОВЯЖИЙ ОТВАРНОЙ	50	13,5	10,2	2,2	154,1	358/94
АЗУ.	220	18,5	19,2	27,1	355,3	№324/ЕСТН2018
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ	210	19,6	13,4	38,2	351,3	№372/ЕСТН2018
БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ ПРИПУЩЕННЫЕ 90Г	90	17,3	5,2	9,2	153,2	№369/ЕСТН2018
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	13,5	19,3	3,6	242,1	№267/ЕСТН2018
ШНИЦЕЛЬ ИЗ КАПУСТЫ.	100/5	3,7	10,9	13,0	165,2	229/94
ГАРНИРЫ						
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (2-Й ВАРИАНТ)	150	2,7	8,0	16,7	149,2	№175/ЕСТН2018
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,7	5,6	36,0	216,8	№255/ЕСТН2018
КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	3,7	8,4	18,6	165,0	№179/ЕСТН2018
НАПИТКИ						
ЧАЙ С САХАРОМ	200			10,1	40,2	№458/ЕСТН2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		10,3	41,4	№459/ЕСТН2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	200			20,0	79,8	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	200					
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,0	0,2	22,0	93,8	№498/ЕСТН2018
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ /С ВИТАМИНОМ С/	200	0,6		29,7	121,3	№492/ЕСТН2018
МУЧНЫЕ И КОНДИТЕРСКИЕ БЛЮДА						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	1кус./ 30г.	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кус./30г	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5
ПИЦЦА ШКОЛЬНАЯ	100	11,2	12,0	31,2	277,4	№534/ЕСТН2018
СОСИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ	100	11,2	13,8	32,0	297,2	№533/ЕСТН2018
ХАЧАПУРИ	100	14,9	11,7	40,7	327,5	№1457/1968
ЭЛЕШ С ПТИЦЕЙ	125	15,0	21,7	35,6	397,8	№638/2001Н.К
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	75	5,3	5,7	29,2	189,0	№738/2004
РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ	72	7,5	4,9	29,5	192,1	696/94
ПИРОЖКИ, ПЕЧЕННЫЕ С МЯСОМ	60	9,9	7,2	22,1	193,3	№529/ЕСТН2018
ТВОРОЖНИКИ ПЕСОЧНЫЕ	50	6,5	6,6	22,2	174,3	№577/П2013/5
СЛОЙКА С ПОВИДЛОМ	60	4,4	5,8	35,2	211,0	№572/П2013/5
БУЛОЧКА "ДОРОЖНАЯ"	60	4,5	9,3	35,2	242,3	№540/ЕСТН2018
СОУСЫ						
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,3	1,1	2,0	18,8	№265/П2008
<u>День 10</u>						
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
САЛАТ СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ	100	6,4	8,0	11,4	142,9	№45/ЕСТН2018
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ	100	1,3	8,1	6,9	105,4	№31/ЕСТН2018
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100	1,1	6,2	3,6	74,3	№17/ЕСТН2018
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (Н/УР.)С МОРКОВЬЮ Р/М.	100	1,7	10,1	9,8	137,6	№4/П2008
ПЕРВЫЕ БЛЮДА						
СУП-ХАРЧО С ГОВЯДИНОЙ	250	5,0	5,9	12,3	122,2	№106/ЕСТН2018
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
РЫБА АППЕТИТНАЯ	150	15,6	17,4	10,9	262,0	321/94
ФИЛЕ МИНТАЯ, ЗАПЕЧЕННОЕ В ОМЛЕТЕ 75	75	12,0	9,8	5,1	156,2	№148 2001
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	100	15,6	17,5	4,7	238,4	№326/ЕСТН2018
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	250	20,5	21,1	52,4	481,4	№329/ЕСТН2018

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N блюда по сборн.
ПТИЦА ОТВАРНАЯ	100	26,1	26,3	1,5	347,5	№439/Диет.сб.М2
ШНИЦЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ ПРИПУЩЕННЫЕ 90Г	90	17,3	5,9	9,2	159,2	№369/ЕСТН2018/5
СОСИСКА ОТВАРНАЯ 90Г	90	10,8	19,8	1,8	228,6	№351/ЕСТН2018
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ, СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/30	30,0	9,0	47,9	392,4	№283/ЕСТН2018
КОТЛЕТЫ СВЕКОЛЬНЫЕ.	100	3,5	10,3	22,4	196,3	223/94
БЛЮДА ИЗ КРУП						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ.	200	7,8	7,7	36,8	248,0	№232/ЕСТН2018
ГАРНИРЫ						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,7	5,6	36,0	216,8	№255/ЕСТН2018
КАПУСТА, ТУШЕННАЯ С МОРКОВЬЮ В МОЛОКЕ	150	3,7	4,2	13,3	105,6	№378/ЕСТН2018
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150/7,5	3,2	6,1	25,4	168,8	№150/ЕСТН2018
КРАСНОЕ ЛОБИО С МАСЛОМ.	130	7,7	12,1	20,1	219,8	№1435/1968
НАПИТКИ						
ЧАЙ С САХАРОМ	200			10,1	40,2	№458/ЕСТН2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		10,3	41,4	№459/ЕСТН2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	200			20,0	79,8	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	200					
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,0	0,2	22,0	93,8	№498/ЕСТН2018
КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ЯБЛОКАМИ	200	0,5	0,2	21,8	91,2	№486/ЕСТН2018
МУЧНЫЕ И КОНДИТЕРСКИЕ БЛЮДА						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	1кус./ 30г.	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кус./30г	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5
ПИЦЦА ШКОЛЬНАЯ	100	11,2	12,0	31,2	277,4	№534/ЕСТН2018
СОСИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ	100	11,2	13,8	32,0	297,2	№533/ЕСТН2018
ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ	60	6,1	5,9	35,1	218,0	№537/ЕСТН2018
ХАЧАПУРИ	100	14,9	11,7	40,7	327,5	№1457/1968
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	75	5,3	5,7	29,2	189,0	№738/2004
РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ	72	7,5	4,9	29,5	192,1	696/94
ПИРОЖКИ, ПЕЧЕННЫЕ С МЯСОМ	60	9,9	7,2	22,1	193,3	№529/ЕСТН2018
ПИРОЖКИ, ПЕЧЕННЫЕ СО СВЕЖИМИ ЯБЛОКАМИ	60	3,7	3,5	29,3	163,4	№529/ЕСТН2018
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,3	5,4	29,0	181,5	№542/ЕСТН2018
ВАТРУШКА "ЛАКОМКА".	50	9,1	10,6	17,5	201,9	№543/ЕСТН2018
МАННИК.	80	4,6	5,1	26,5	170,1	№547/ЕСТН2018
СОУСЫ						
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,3	1,1	2,0	18,8	№265/П2008
День 11						
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	1,0	8,2	3,5	91,2	№18/ЕСТН2018
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	100	3,3	10,1	7,7	135,0	№32/ЕСТН2018
САЛАТ "ГРЕЧЕСКИЙ"	100	3,6	17,5	2,4	181,7	№74/М2011
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (НОВ.УР) С ЯБЛОКАМИ	100	1,1	10,2	6,4	122,7	№6/П2008
ЯБЛОКИ ПЕЧЕНЫЕ.	160	0,6	0,6	33,4	141,0	№447/ЕСТН2018
ПЕРВЫЕ БЛЮДА						
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ С КУРОЙ	250/12,5	9,7	9,0	26,4	225,4	№126/ЕСТН2018
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
РЫБА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	13,5	7,6	3,0	134,2	№297/ЕСТН2018
ЗРАЗЫ "ДОНСКИЕ".	100	19,3	15,8	11,5	265,8	№318/1994
МЯСО ТУШЕНОЕ	100	15,9	18,3	2,5	238,6	№320/ЕСТН2018
ШАШЛЫК ИЗ КУР	100/20	34,9	2,9	4,3	182,1	№10.10/М2003
ПТИЦА ОТВАРНАЯ (ГОЛЕНЬ)	100	26,8	23,0	0,5	316,7	№439/Диет.сб.М2
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) 90/5	90/5	14,1	10,0	9,0	182,6	№346/ЕСТН2018
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ.	150/30	34,9	7,1	51,2	408,6	№285/ЕСТН2018
СОСИСКА ОТВАРНАЯ 90Г	90	10,8	19,8	1,8	228,6	№351/ЕСТН2018
БЛЮДА ИЗ КРУП						

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N блюда по сборн.
КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ.	200	7,3	8,5	29,8	224,4	№231/ЕСТН2018
ГАРНИРЫ						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	150	3,2	6,0	21,8	153,7	№374/ЕСТН2018
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,7	5,6	36,0	216,8	№255/ЕСТН2018
БАКЛАЖАНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ В СОУСЕ, ПО-КАЗАЧЬИ	135	2,9	9,6	12,7	148,8	№291/Диет.
НАПИТКИ						
ЧАЙ С САХАРОМ	200			10,1	40,2	№458/ЕСТН2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		10,3	41,4	№459/ЕСТН2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	200			20,0	79,8	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	200					
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,0	0,2	22,0	93,8	№498/ЕСТН2018
МУЧНЫЕ И КОНДИТЕРСКИЕ БЛЮДА						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	1кус./ 30г.	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кус./30г	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5
ПИЦЦА ШКОЛЬНАЯ	100	11,2	12,0	31,2	277,4	№534/ЕСТН2018
СОСИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ	100	11,2	13,8	32,0	297,2	№533/ЕСТН2018
ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ	60	6,1	5,9	35,1	218,0	№537/ЕСТН2018
ХАЧАПУРИ	100	14,9	11,7	40,7	327,5	№1457/1968
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	75	5,3	5,7	29,2	189,0	№738/2004
РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ	72	7,5	4,9	29,5	192,1	696/94
ПИРОЖКИ, ПЕЧЕННЫЕ С ДЖЕМОМ	60	3,7	3,4	38,0	197,2	№529/ЕСТН2018
ПИРОЖКИ, ПЕЧЕННЫЕ С МЯСОМ	60	9,9	7,2	22,1	193,3	№529/ЕСТН2018
СЛОЙКА "СВЕРДЛОВСКАЯ"	50	4,0	6,8	28,9	192,7	№557/П2013/5
СОУСЫ						
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,3	1,1	2,0	18,8	№265/П2008

День 12

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	100	1,6	10,3	11,8	146,0	№43/ЕСТН2018
СЕЛЬДЬ С ГАРНИРОМ /КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 25/70/5/	100	5,8	11,8	11,3	174,9	523/94
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100	1,1	6,2	3,6	74,3	№17/ЕСТН2018
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	100	1,1	8,2	11,7	124,9	№28/ЕСТН2018
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (Н/УР.)С МОРКОВЬЮ Р/М.	100	1,7	10,1	9,8	137,6	№4/П2008
ПЕРВЫЕ БЛЮДА						
СУП "БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ" СО СМЕТАНОЙ	250/5	2,0	0,9	12,9	67,9	№92/ЕСТН2018
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
МЯСО ОТВАРНОЕ 50г	50	15,4	13,2	0,3	181,8	№317/ЕСТН2018
ЯЗЫК ГОВЯЖИЙ ОТВАРНОЙ	50	13,5	10,2	2,2	154,1	358/94
ФИЛЕ ИЗ КУР В СЫРЕ	65	17,5	15,7	0,3	211,9	№10.14/2003
РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВОЙ 90Г	90	15,8	9,9	6,2	177,0	№342/ЕСТН2018
КОТЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ".	90	15,7	9,5	10,6	190,3	№341/ЕСТН2018/3
КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	120	17,4	8,7	4,0	163,2	№364/ЕСТН2018
СОСИСКА ОТВАРНАЯ 1ШТ	50Г	5,5	12,0	0,2	130,4	№351/ЕСТН2018
БИТОЧКИ МАННЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/30	6,6	3,6	44,4	236,2	№254/ЕСТН2018
ГАРНИРЫ						
КАША ГАРНИРНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,7	6,7	21,3	164,1	№213/ЕСТН2018
РИС ОТВАРНОЙ	150	3,8	5,4	39,7	222,6	№384/ЕСТН2018
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150/7,5	3,2	6,1	25,4	168,8	№150/ЕСТН2018
КАБАЧКИ ТУШЕНЫЕ	100	0,8	3,4	5,5	55,2	№692/Диет.сборн
НАПИТКИ						
ЧАЙ С САХАРОМ	200			10,1	40,2	№458/ЕСТН2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		10,3	41,4	№459/ЕСТН2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	200			20,0	79,8	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	200					

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N блюда по сборн.
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,0	0,2	22,0	93,8	№498/ECTH2018
НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	200	0,1		15,7	63,6	№494/ECTH2018
МУЧНЫЕ И КОНДИТЕРСКИЕ БЛЮДА						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	1кус./ 30г.	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кус./30г	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5
ПИЦЦА ШКОЛЬНАЯ	100	11,2	12,0	31,2	277,4	№534/ECTH2018
СОСИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ	100	11,2	13,8	32,0	297,2	№533/ECTH2018
ХАЧАПУРИ	100	14,9	11,7	40,7	327,5	№1457/1968
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	75	5,3	5,7	29,2	189,0	№738/2004
РАССТЕГАЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	72	6,6	6,8	29,3	204,8	696/94
ПИРОЖКИ, ПЕЧЕННЫЕ С МЯСОМ	60	9,9	7,2	22,1	193,3	№529/ECTH2018
ПИРОЖКИ, ПЕЧЕННЫЕ СО СВЕЖИМИ ЯБЛОКАМИ	60	3,7	3,5	29,3	163,4	№529/ECTH2018
БУЛОЧКА "ПЕРМСКАЯ"	60	3,9	6,7	31,2	200,1	№554/П2013/5
КЕКС ДИЕТИЧЕСКИЙ.	50	4,0	5,4	28,8	180,1	№728
СОУСЫ						
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,3	1,1	2,0	18,8	№265/П2008
День 13						
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
САЛАТ ИЗ РЕДИСА С ОГУРЦАМИ	100	0,9	10,1	2,6	104,9	№13/ECTH2018
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100	1,1	6,2	3,6	74,3	№17/ECTH2018
САЛАТ "ГРЕЧЕСКИЙ"	100	3,6	17,5	2,4	181,7	№74/М2011
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КАЛЬМАРАМИ	100	8,7	11,2	10,8	178,0	№40/ECTH2018
САЛАТ ИЗ Б/КАПУСТЫ (Н/УР) С ПОМИДОРАМИ И ОГУРЦАМИ	100/2	1,3	10,1	3,5	110,7	№5/П2008
ПЕРВЫЕ БЛЮДА						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (2-Й ВАРИАНТ)	250	5,7	4,3	21,8	148,9	№144/П2013/5
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
РЫБА ОТВАРНАЯ (ФИЛЕ ГОРБУШИ)50Г	50	12,9	4,3	0,5	92,0	№294/ECTH2018
ФИЛЕ МИНТАЯ, ЗАПЕЧЕННОЕ С ОВОЩАМИ	50/50	12,0	8,8	4,5	144,9	№230/Москва
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ.	100	16,0	17,7	2,6	233,1	№325/ECTH2018
ФИЛЕ ИЗ КУР В БЕЛКАХ.	100	20,4	19,7	4,4	277,1	№10.15М2003
ШАШЛЫК ИЗ КУР	100/20	34,9	2,9	4,3	182,1	№10.10/М2003
ПЕЧЕНЬ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ 97,5Г	97,5	16,4	11,9	8,4	206,4	409/94
КОТЛЕТЫ, РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ 90Г	90	16,1	20,1	9,0	281,3	№444/Диет.сб.М2
БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ 90Г	90	17,5	12,5	14,1	239,0	№337/ECTH2018
СОСИСКА ОТВАРНАЯ 90Г	90	10,8	19,8	1,8	228,6	№351/ECTH2018
ОЛАДЬИ ИЗ КАБАЧКОВ.	112,5	5,6	12,7	31,6	262,9	№266/1997
БЛЮДА ИЗ КРУП						
КАША "ДРУЖБА".	200	5,3	10,3	28,4	227,5	№225/ECTH2018
ГАРНИРЫ						
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,6	5,1	15,5	122,6	№377/ECTH2018
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ТОМАТОМ	150	6,1	6,0	36,1	223,0	№257/ECTH2018
КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	3,7	8,4	18,6	165,0	№179/ECTH2018
НАПИТКИ						
ЧАЙ С САХАРОМ	200			10,1	40,2	№458/ECTH2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		10,3	41,4	№459/ECTH2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	200			20,0	79,8	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	200					
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,0	0,2	22,0	93,8	№498/ECTH2018
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (С ВИТАМИНОМ С)	200	1,9	0,1	33,8	144,1	№491/ECTH2018
МУЧНЫЕ И КОНДИТЕРСКИЕ БЛЮДА						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	1кус./ 30г.	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кус./30г	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5
ПИЦЦА ШКОЛЬНАЯ	100	11,2	12,0	31,2	277,4	№534/ECTH2018

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N блюда по сборн.
СОСИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ	100	11,2	13,8	32,0	297,2	№533/ЕСТН2018
ХАЧАПУРИ	100	14,9	11,7	40,7	327,5	№1457/1968
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	75	5,3	5,7	29,2	189,0	№738/2004
РАССТЕГАЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	72	6,6	6,8	29,3	204,8	696/94
ПИРОЖКИ, ПЕЧЕННЫЕ С МЯСОМ	60	9,9	7,2	22,1	193,3	№529/ЕСТН2018
ПИРОЖКИ, ПЕЧЕННЫЕ СО СВЕЖИМИ ЯБЛОКАМИ	60	3,7	3,5	29,3	163,4	№529/ЕСТН2018
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ.	50	3,5	5,9	30,8	190,1	№555/П2013/5
БУЛОЧКА СДОБНАЯ С ПОМАДКОЙ 75Г	75	6,1	6,4	38,9	236,9	493/М
СОУСЫ						
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,3	1,1	2,0	18,8	№265/П2008
День 14						
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ 35/100	35/100	7,1	16,1	7,8	205,0	60/94
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (Н/УР.)С МОРКОВЬЮ Р/М.	100	1,7	10,1	9,8	137,6	№4/П2008
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,4	10,2	8,6	131,3	№47/ЕСТН2018
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ЯБЛОК	100	0,8	8,3	6,0	101,3	№19/ЕСТН2018
САЛАТ ИЗ РЕДИСА С ОГУРЦАМИ	100	0,9	10,1	2,6	104,9	№13/ЕСТН2018
ЯБЛОКИ ПЕЧЕНЫЕ.	160	0,6	0,6	33,4	141,0	№447/ЕСТН2018
ПЕРВЫЕ БЛЮДА						
СУП "РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ" СО СМЕТАНОЙ	250/5	2,4	1,1	15,2	80,4	№98/ЕСТН2018
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ФИЛЕ МИНТАЯ, ЗАПЕЧЕННОЕ ПО-РУССКИ	75/150/100	18,3	13,6	29,5	313,3	319/94
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (ГОРБУША)100Г	100	13,3	9,6	4,5	158,0	№343/П2013/5
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ 200г	200	16,4	16,9	41,9	385,1	№329/ЕСТН2018
ФИЛЕ КУРЫ,ЗАПЕЧЕННОЕ СО СТРУЧКОВОЙ ФАСОЛЬЮ И	150	22,7	10,2	4,3	199,3	№10.43/М2003
КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ".	90	17,0	8,6	13,9	201,2	№347/ЕСТН2018/3
ПТИЦА ОТВАРНАЯ	100	26,1	26,3	1,5	347,5	№439/Диет.сб.М2
СОСИСКА ОТВАРНАЯ 90Г	90	10,8	19,8	1,8	228,6	№351/ЕСТН2018
КОТЛЕТЫ КАПУСТНО-МОРКОВНЫЕ С МАСЛОМ	75/5	3,4	11,8	12,7	170,2	225/94
БЛЮДА ИЗ КРУП						
КАША "ЯНТАРНАЯ".	200	8,4	11,4	39,5	294,3	№269/П2013/5
ГАРНИРЫ						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	150	3,2	6,0	21,8	153,7	№374/ЕСТН2018
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,7	5,6	36,0	216,8	№255/ЕСТН2018
ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ /СМЕСЬ ОВОЩНАЯ	150	4,1	3,8	6,9	77,5	№156ЕСТН/2018/3
НАПИТКИ						
ЧАЙ С САХАРОМ	200			10,1	40,2	№458/ЕСТН2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		10,3	41,4	№459/ЕСТН2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	200			20,0	79,8	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	200					
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,0	0,2	22,0	93,8	№498/ЕСТН2018
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ /С ВИТАМИНОМ С/	200	0,3	0,2	20,2	84,1	№485/ЕСТН2018
МУЧНЫЕ И КОНДИТЕРСКИЕ БЛЮДА						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	1кус./ 30г.	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кус./30г	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5
ПИЦЦА ШКОЛЬНАЯ	100	11,2	12,0	31,2	277,4	№534/ЕСТН2018
СОСИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ	100	11,2	13,8	32,0	297,2	№533/ЕСТН2018
ХАЧАПУРИ	100	14,9	11,7	40,7	327,5	№1457/1968
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	75	5,3	5,7	29,2	189,0	№738/2004
ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ	100г	6,3	6,5	34,9	223,0	№340П2008
РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ	72	7,5	4,9	29,5	192,1	696/94
САМСА СЛОЕНАЯ С МЯСОМ	100	10,1	24,2	31,7	385,4	№1059/Сб.нац.кух
БУЛОЧКА "НЕЖНАЯ"	60	4,4	9,4	34,7	241,2	№560/П2013/5
ГРЕБЕШОК ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	60	5,8	4,5	47,7	254,6	№573/П2013/5

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N блюда по сборн.
СОУСЫ						
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,3	1,1	2,0	18,8	№265/П2008
День 15						
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	1,0	8,2	3,5	91,2	№18/ЕСТН2018
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	100	3,3	10,1	7,7	135,0	№32/ЕСТН2018
САЛАТ "СТУДЕНЧЕСКИЙ"	100	3,5	11,9	8,7	155,7	37/М
САЛАТ ПО-КОМИ-ПЕРМЯЦКИ (ИЗ КВ.КАПУСТЫ С МЯСОМ)	100	7,3	15,2	2,9	177,9	№52/1994
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	100	1,6	10,1	8,3	130,2	№9/ЕСТН2018
ПЕРВЫЕ БЛЮДА						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ.	250	2,9	3,0	20,8	121,2	№113/ЕСТН2018
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
РЫБА АППЕТИТНАЯ	150	15,6	17,4	10,9	262,0	321/94
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ (ФИЛЕ ГОРБУШИ)50Г	50	12,8	4,3	0,3	90,7	№295/ЕСТН2018
ГОВЯДИНА ТУШЕННАЯ С ЧЕРНОСЛИВОМ 100г	100	12,5	15,2	10,9	230,2	№322/ЕСТН2018
ЯЗЫК ГОВЯЖИЙ ОТВАРНОЙ	50	13,5	10,2	2,2	154,1	358/94
КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С МЯСОМ, С МАСЛОМ.	200/5	27,0	20,9	28,5	409,7	№332/ЕСТН2018
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 200Г	200	25,2	9,1	18,9	258,4	№373/ЕСТН2018
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	13,5	19,3	3,6	242,1	№267/ЕСТН2018
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ.	150/30	34,9	7,1	51,2	408,6	№285/ЕСТН2018
СОСИСКА ОТВАРНАЯ 90Г	90	10,8	19,8	1,8	228,6	№351/ЕСТН2018
ГАРНИРЫ						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ЛУКОМ	150	8,0	16,2	36,5	324,1	№205/ЕСТН2018
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,7	5,6	36,0	216,8	№255/ЕСТН2018
КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	3,7	8,4	18,6	165,0	№179/ЕСТН2018
БАКЛАЖАНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ В СОУСЕ, ПО-КАЗАЧЬИ	135	2,9	9,6	12,7	148,8	№291/Диет.
НАПИТКИ						
ЧАЙ С САХАРОМ	200			10,1	40,2	№458/ЕСТН2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		10,3	41,4	№459/ЕСТН2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	200			20,0	79,8	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	200					
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,0	0,2	22,0	93,8	№498/ЕСТН2018
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,7	0,3	24,6	103,8	№493/ЕСТН2018
МУЧНЫЕ И КОНДИТЕРСКИЕ БЛЮДА						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	1кус./ 30г.	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кус./30г	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5
ПИЦЦА ШКОЛЬНАЯ	100	11,2	12,0	31,2	277,4	№534/ЕСТН2018
СОСИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ	100	11,2	13,8	32,0	297,2	№533/ЕСТН2018
ХАЧАПУРИ	100	14,9	11,7	40,7	327,5	№1457/1968
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	75	5,3	5,7	29,2	189,0	№738/2004
РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ	72	7,5	4,9	29,5	192,1	696/94
ПИРОЖКИ, ПЕЧЕННЫЕ С МЯСОМ	60	9,9	7,2	22,1	193,3	№529/ЕСТН2018
ПИРОЖКИ, ПЕЧЕННЫЕ С ДЖЕМОМ	60	3,7	3,4	38,0	197,2	№529/ЕСТН2018
ПИРОЖОК СЛОЕНЫЙ С ТВОРОГОМ	60	8,7	8,8	21,4	199,0	689/94
ПИРОЖОК СЛОЕНЫЙ С ФРУКТАМИ	60	3,5	8,6	28,1	204,0	689/94
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,3	5,4	29,0	181,5	№542/ЕСТН2018
СОУСЫ						
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,3	1,1	2,0	18,8	№265/П2008
День 16						
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100	1,1	6,2	3,6	74,3	№17/ЕСТН2018
САЛАТ "ЗДОРОВЬЕ".	100	1,6	10,1	6,8	124,5	№21/М
САЛАТ "ГРЕЧЕСКИЙ"	100	3,6	17,5	2,4	181,7	№74/М2011
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	1шт/40г	5,1	4,6	0,3	62,8	№266/ЕСТН2018

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N блюда по сборн.
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (Н/УР.)С МОРКОВЬЮ Р/М.	100	1,7	10,1	9,8	137,6	№4/П2008
ПЕРВЫЕ БЛЮДА						
СУП "БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ" СО СМЕТАНОЙ	250/5	2,0	0,9	12,9	67,9	№92/ЕСТН2018
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ФИЛЕ МИНТАЯ, ЗАПЕЧЕННОЕ ПО-РУССКИ	75/150/100	18,3	13,6	29,5	313,3	319/94
ЯЗЫК ГОВЯЖИЙ ОТВАРНОЙ	50	13,5	10,2	2,2	154,1	358/94
РЫБА ОТВАРНАЯ (ФИЛЕ ГОРБУШИ)50Г	50	12,9	4,3	0,5	92,0	№294/ЕСТН2018
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	100	15,6	17,5	4,7	238,4	№326/ЕСТН2018
РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЯЙЦОМ (ПАРОВОЙ)100Г.	100	15,9	14,6	6,4	221,2	№198/П2008
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ 90/50	90/50	9,3	7,6	9,4	143,2	№331/ЕСТН2018
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/30	36,2	7,2	43,0	381,2	№278/ЕСТН2018
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	13,5	19,3	3,6	242,1	№267/ЕСТН2018
РУЛЕТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОВОЩАМИ, С СОУСОМ	200/50	5,9	16,3	37,5	320,4	№85/2001
БЛЮДА ИЗ КРУП						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ.	200	5,6	6,9	33,3	217,4	№233/ЕСТН2018
ГАРНИРЫ						
КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	3,7	8,4	18,6	165,0	№179/ЕСТН2018
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,7	7,2	39,1	255,4	№204/ЕСТН2018
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,7	5,6	36,0	216,8	№255/ЕСТН2018
КАБАЧКИ ТУШЕНЫЕ	100	0,8	3,4	5,5	55,2	№692/Диет.сборн
НАПИТКИ						
ЧАЙ С САХАРОМ	200			10,1	40,2	№458/ЕСТН2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		10,3	41,4	№459/ЕСТН2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	200			20,0	79,8	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	200					
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,0	0,2	22,0	93,8	№498/ЕСТН2018
МУЧНЫЕ И КОНДИТЕРСКИЕ БЛЮДА						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	1кус./ 30г.	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кус./30г	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5
ПИЦЦА ШКОЛЬНАЯ	100	11,2	12,0	31,2	277,4	№534/ЕСТН2018
СОСИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ	100	11,2	13,8	32,0	297,2	№533/ЕСТН2018
ХАЧАПУРИ	100	14,9	11,7	40,7	327,5	№1457/1968
ЭЛЕШ С ПТИЦЕЙ	125	15,0	21,7	35,6	397,8	№638/2001Н.К
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	75	5,3	5,7	29,2	189,0	№738/2004
РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ	72	7,5	4,9	29,5	192,1	696/94
ПИРОЖКИ, ПЕЧЕННЫЕ С МЯСОМ	60	9,9	7,2	22,1	193,3	№529/ЕСТН2018
РУЛЕТ С ОРЕХАМИ.	60	5,8	10,4	31,5	242,9	№581/П2013/5
СЛОЙКА С ПОВИДЛОМ	60	4,4	5,8	35,2	211,0	№572/П2013/5
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	60	5,7	5,4	34,8	210,4	№538/ЕСТН2018
СОУСЫ						
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,3	1,1	2,0	18,8	№265/П2008
День 17						
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
САЛАТ ИЗ Б/КАПУСТЫ (Н/УР) С ПОМИДОРАМИ И ОГУРЦАМИ	100/2	1,3	10,1	3,5	110,7	№5/П2008
САЛАТ ИЗ РЕДИСА С ОГУРЦАМИ	100	0,9	10,1	2,6	104,9	№13/ЕСТН2018
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	100	3,3	10,1	7,7	135,0	№32/ЕСТН2018
САЛАТ "ПРЕЛЕСТЬ".	100	1,4	0,2	14,6	65,4	33/М
ЯБЛОКО В СЛОЙКЕ	135	4,5	11,2	44,3	295,7	622/94
ПЕРВЫЕ БЛЮДА						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250/17,5	5,9	4,2	18,3	134,4	№121/ЕСТН2018
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
РЫБА ОТВАРНАЯ (ФИЛЕ ГОРБУШИ)50Г	50	12,9	4,3	0,5	92,0	№294/ЕСТН2018
МЯСО ДУХОВОЕ С КАРТОФЕЛЕМ.	250	16,8	19,0	26,2	342,7	№321/ЕСТН2018
ЯЗЫК ГОВЯЖИЙ ОТВАРНОЙ	50	13,5	10,2	2,2	154,1	358/94

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N блюда по сборн.
ШНИЦЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ 90Г	90	17,5	13,6	14,1	249,1	№337/ЕСТН2018
ШАШЛЫК ИЗ КУР	100/20	34,9	2,9	4,3	182,1	№10.10/М2003
КНЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ С РИСОМ 90Г	90	20,0	5,1	6,6	152,6	№368/ЕСТН2018
ЗАПЕКАНКА МОРКОВНАЯ С ТВОРОГОМ, СО СГ/МОЛОКОМ	150/30	19,2	9,8	44,9	344,3	№279/ЕСТН2018
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ.	150/30	34,9	7,1	51,2	408,6	№285/ЕСТН2018
КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ С МАСЛОМ	100/5	2,7	9,1	21,0	176,5	221/94
БЛЮДА ИЗ КРУП						
КАША "ЯНТАРНАЯ" 150Г	150	6,3	8,6	29,6	220,8	№269/П2013/5
ГАРНИРЫ						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	150	3,2	6,0	21,8	153,7	№374/ЕСТН2018
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (2-Й ВАРИАНТ)	150	2,7	8,0	16,7	149,2	№175/ЕСТН2018
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (СПАГЕТТИ).	150	5,7	5,6	36,0	216,8	№255/ЕСТН2018
НАПИТКИ						
ЧАЙ С САХАРОМ	200			10,1	40,2	№458/ЕСТН2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		10,3	41,4	№459/ЕСТН2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	200			20,0	79,8	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	200					
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,0	0,2	22,0	93,8	№498/ЕСТН2018
КОМПОТ ИЗ ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ	200	0,2	0,2	17,4	71,9	№489/ЕСТН2018
МУЧНЫЕ И КОНДИТЕРСКИЕ БЛЮДА						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	1кус./ 30г.	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кус./30г	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5
ПИЦЦА ШКОЛЬНАЯ	100	11,2	12,0	31,2	277,4	№534/ЕСТН2018
СОСИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ	100	11,2	13,8	32,0	297,2	№533/ЕСТН2018
ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ	100г	6,3	6,5	34,9	223,0	№340П2008
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	75	5,3	5,7	29,2	189,0	№738/2004
РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ	72	7,5	4,9	29,5	192,1	696/94
ПИРОЖКИ, ПЕЧЕННЫЕ С МЯСОМ	60	9,9	7,2	22,1	193,3	№529/ЕСТН2018
СЛОЙКА С ПОВИДЛОМ	60	4,4	5,8	35,2	211,0	№572/П2013/5
КЕКС "ТВОРОЖНЫЙ".	50	6,3	8,0	36,2	241,6	№584/П2013/5
СОУСЫ						
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,3	1,1	2,0	18,8	№265/П2008
<u>День 18</u>						
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ЯБЛОК	100	0,8	8,3	6,0	101,3	№19/ЕСТН2018
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	100	3,3	10,1	7,7	135,0	№32/ЕСТН2018
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	100	0,6	10,1	1,6	99,4	№15/ЕСТН2018
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	100	1,6	10,1	8,3	130,2	№9/ЕСТН2018
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	1шт/40г	5,1	4,6	0,3	62,8	№266/ЕСТН2018
ПЕРВЫЕ БЛЮДА						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250/5	2,0	6,0	11,3	107,5	№114/ЕСТН2018
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
РЫБА АППЕТИТНАЯ	150	15,6	17,4	10,9	262,0	321/94
КНЕЛИ РЫБНЫЕ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ МИНТАЯ 90Г	90	12,4	1,6	4,9	83,7	№301/ЕСТН2018
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	100	15,6	17,5	4,7	238,4	№326/ЕСТН2018
БИФШТЕКС РУБЛЕНЫЙ ПАРОВОЙ	100	28,9	17,0		268,4	№330/ЕСТН2018
ТЕФТЕЛИ	100	12,0	8,9	9,9	167,4	№345/ЕСТН2018
ФИЛЕ ИЗ КУР В БЕЛКАХ	75	15,3	14,8	3,3	207,8	№10.15М2003
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	13,5	19,3	3,6	242,1	№267/ЕСТН2018
ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ И РИСОМ.	100	8,2	14,5	7,9	194,9	№373/П2013/5
СОСИСКА ОТВАРНАЯ 90Г	90	10,8	19,8	1,8	228,6	№351/ЕСТН2018
ГАРНИРЫ						
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ 150Г	150	6,3	9,2	33,1	240,3	№260/ЕСТН2018
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ЛУКОМ И ТОМАТОМ	150	3,8	5,6	27,5	175,7	№170/ЕСТН2018

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N блюда по сборн.
КАША ГАРНИРНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,7	6,7	21,3	164,1	№213/ЕСТН2018
КАБАЧКИ ПРИПУЩЕННЫЕ	100	0,9	3,6	8,1	69,0	№234/П2008
НАПИТКИ						
ЧАЙ С САХАРОМ	200			10,1	40,2	№458/ЕСТН2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		10,3	41,4	№459/ЕСТН2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	200			20,0	79,8	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	200					
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,0	0,2	22,0	93,8	№498/ЕСТН2018
НАПИТОК "ВИТОШКА" ДЛЯ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	200			18,6	74,4	№506/ЕСТН2018
МУЧНЫЕ И КОНДИТЕРСКИЕ БЛЮДА						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	1кус./ 30г.	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кус./30г	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5
ПИЦЦА ШКОЛЬНАЯ	100	11,2	12,0	31,2	277,4	№534/ЕСТН2018
СОСИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ	100	11,2	13,8	32,0	297,2	№533/ЕСТН2018
ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ	100г	6,3	6,5	34,9	223,0	№340П2008
ХАЧАПУРИ	100	14,9	11,7	40,7	327,5	№1457/1968
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	75	5,3	5,7	29,2	189,0	№738/2004
РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ	72	7,5	4,9	29,5	192,1	696/94
ПИРОЖКИ, ПЕЧЕННЫЕ СО СВЕЖИМИ ЯБЛОКАМИ	60	3,7	3,5	29,3	163,4	№529/ЕСТН2018
ПИРОЖКИ, ПЕЧЕННЫЕ С МЯСОМ	60	9,9	7,2	22,1	193,3	№529/ЕСТН2018
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ.	75	12,3	3,0	32,3	205,2	№528/ЕСТН2018
ПЛЮШКА С САХАРОМ	75	5,3	3,5	49,6	251,0	106/86
СОУСЫ						
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,3	1,1	2,0	18,8	№265/П2008
День 19						
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	100	2,1	10,3	11,9	148,6	№42/ЕСТН2018
САЛАТ ИЗ РЕДИСА С ОГУРЦАМИ И ЯЙЦОМ	100	2,4	7,5	2,4	86,3	№42/П2013
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (Н/УР.)С МОРКОВЬЮ Р/М.	100	1,7	10,1	9,8	137,6	№4/П2008
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ПЕРЦЕМ	100	1,1	10,1	3,6	110,0	№21/П2008
САЛАТ СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ	100	6,4	8,0	11,4	142,9	№45/ЕСТН2018
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	1шт/40г	5,1	4,6	0,3	62,8	№266/ЕСТН2018
ПЕРВЫЕ БЛЮДА						
СУП "РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ" СО СМЕТАНОЙ	250/5	2,4	6,1	17,2	133,6	№97/ЕСТН2018
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ (ФИЛЕ ГОРБУШИ)50Г	50	12,8	4,3	0,3	90,7	№295/ЕСТН2018
ФИЛЕ МИНТАЯ, ЗАПЕЧЕННОЕ С ОВОЩАМИ	50/50	12,0	8,8	4,5	144,9	№230/Москва
ГОВЯДИНА В КИСЛО-СЛАДКОМ СОУСЕ 50/20	70	16,4	15,6	10,5	248,4	№323/ЕСТН2018
МЯСО ОТВАРНОЕ 50г	50	15,4	13,2	0,3	181,8	№317/ЕСТН2018
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ	210	19,6	13,4	38,2	351,3	№372/ЕСТН2018
КУРА, ТУШЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ, В ГОРШОЧКАХ	275	29,1	12,7	26,0	334,5	10.29/М2003
БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ 90Г	90	15,4	9,9	8,7	185,6	№405/Диет.сб.201
КОТЛЕТЫ, РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ 90Г	90	16,1	20,1	9,0	281,3	№444/Диет.сб.М2
СОСИСКА ОТВАРНАЯ 90Г	90	10,8	19,8	1,8	228,6	№351/ЕСТН2018
ГОЛУБЦЫ С КАРТОФЕЛЕМ.	150	4,5	8,5	14,4	152,5	3.74/М2003
БЛЮДА ИЗ КРУП						
КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ.	200	7,3	8,5	29,8	224,4	№231/ЕСТН2018
ГАРНИРЫ						
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150	3,6	5,4	38,0	215,2	№385/ЕСТН2018
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,6	5,1	15,5	122,6	№377/ЕСТН2018
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,7	5,6	36,0	216,8	№255/ЕСТН2018
НАПИТКИ						
ЧАЙ С САХАРОМ	200			10,1	40,2	№458/ЕСТН2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		10,3	41,4	№459/ЕСТН2018

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N блюда по сборн.
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	200			20,0	79,8	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	200					
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,0	0,2	22,0	93,8	№498/ECTH2018
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ /С ВИТАМИНОМ С/	200	0,6		29,7	121,3	№492/ECTH2018
МУЧНЫЕ И КОНДИТЕРСКИЕ БЛЮДА						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	1кус./ 30г.	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кус./30г	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5
ПИЦЦА ШКОЛЬНАЯ	100	11,2	12,0	31,2	277,4	№534/ECTH2018
СОСИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ	100	11,2	13,8	32,0	297,2	№533/ECTH2018
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	75	5,3	5,7	29,2	189,0	№738/2004
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ, С ЯЙЦОМ	75	4,6	4,7	27,7	171,4	№738/2004
РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ	72	7,5	4,9	29,5	192,1	696/94
ПИРОЖОК СЛОЕНЫЙ С ЯБЛОКАМИ.	60	3,3	8,6	25,9	193,9	689/94
ПИРОЖОК СЛОЕНЫЙ С МЯСОМ	60	9,4	14,6	19,0	244,7	689/94
ПОЛОСКА ПЕСОЧНАЯ С ПОВИДЛОМ	50	3,6	7,9	29,9	205,5	№586/П2013/5
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,3	5,4	29,0	181,5	№542/ECTH2018
СОУСЫ						
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,3	1,1	2,0	18,8	№265/П2008
День 20						
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	100	1,6	10,1	8,3	130,2	№9/ECTH2018
САЛАТ ИЗ РЕДИСА С ОГУРЦАМИ	100	0,9	10,1	2,6	104,9	№13/ECTH2018
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ЯБЛОК	100	0,8	8,3	6,0	101,3	№19/ECTH2018
САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ С МОРСКОЙ КАПУСТОЙ	100	1,6	10,3	9,8	138,0	№85/М2011
ПЕРВЫЕ БЛЮДА						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250/17,5	6,3	6,4	18,1	154,8	№121/ECTH2018
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ФИЛЕ ГОРБУШИ В ЯЙЦЕ	67,5	15,1	11,8	4,3	183,3	ДИЕТСБОРНИК
РЫБА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (МИНТАЙ).	100	13,5	7,6	3,0	134,2	№297/ECTH2018
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ.	100	16,0	17,7	2,6	233,1	№325/ECTH2018
ПТИЦА ОТВАРНАЯ	100	26,1	26,3	1,5	347,5	№439/Диет.сб.М2
КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С МЯСОМ, С МАСЛОМ.	200/5	27,0	20,9	28,5	409,7	№332/ECTH2018
КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ (ПРИПУЩЕННЫЕ)	100/5	32,5	9,1	0,7	214,8	№440/Диет.сб.201
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР 90/5	90/5	15,2	15,9	7,9	235,6	№410/ECTH2013
СОСИСКА ОТВАРНАЯ 90Г	90	10,8	19,8	1,8	228,6	№351/ECTH2018
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ, СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/30	30,0	9,0	47,9	392,4	№283/ECTH2018
ГАРНИРЫ						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,7	5,6	36,0	216,8	№255/ECTH2018
КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ С ЯЙЦОМ И ПОМИДОРАМИ.	150	9,8	12,5	20,6	234,1	№203/П2013/5
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150/7,5	3,2	6,1	25,4	168,8	№150/ECTH2018
ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ /СМЕСЬ ОВОЩНАЯ Б/ЗАМОРОЖ	150	3,3	1,8	6,7	55,6	№169ECTH2018/3
НАПИТКИ						
ЧАЙ С САХАРОМ	200			10,1	40,2	№458/ECTH2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		10,3	41,4	№459/ECTH2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	200			20,0	79,8	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	200					
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,0	0,2	22,0	93,8	№498/ECTH2018
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (С ВИТАМИНОМ С)	200	1,9	0,1	33,8	144,1	№491/ECTH2018
МУЧНЫЕ И КОНДИТЕРСКИЕ БЛЮДА						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	1кус./ 30г.	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кус./30г	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5
ПИЦЦА ШКОЛЬНАЯ	100	11,2	12,0	31,2	277,4	№534/ECTH2018

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N блюда по сборн.
СОСИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ	100	11,2	13,8	32,0	297,2	№533/ЕСТН2018
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	75	5,3	5,7	29,2	189,0	№738/2004
РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ	72	7,5	4,9	29,5	192,1	696/94
ПИРОЖОК С ПЕЧЕНЬЮ ПЕЧЕНЫЙ	75	10,5	6,0	29,9	215,2	№738/2004
ПИРОЖОК С ПОВИДЛОМ ПЕЧЕНЫЙ	75	4,5	3,5	44,1	226,2	№738/2004
КЕКС "ТВОРОЖНЫЙ".	50	6,3	8,0	36,2	241,6	№584/П2013/5
ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ	60	6,1	5,9	35,1	218,0	№537/ЕСТН2018
СОУСЫ						
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,3	1,1	2,0	18,8	№265/П2008
День 21						
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
САЛАТ ЗЕЛЕНЫЙ С ОГУРЦАМИ	100	2,2	7,7	2,7	88,8	№13/Диет.сб.2013
САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ	100	2,3	6,6	2,9	80,1	№84/М2011
САЛАТ ПО-КОМИ-ПЕРМЯЦКИ (ИЗ КВ.КАПУСТЫ С МЯСОМ)	100	7,3	15,2	2,9	177,9	№52/1994
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	100	3,3	10,1	7,7	135,0	№32/ЕСТН2018
ИКРА КАБАЧКОВАЯ /ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА/.	100	1,9	8,9	7,7	118,5	№148/ЕСТН2018
ПЕРВЫЕ БЛЮДА						
СУП "ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ"	250/5	2,0	5,9	9,4	99,1	№101/ЕСТН2018
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (ГОРБУША)100Г	100	13,3	9,6	4,5	158,0	№343/П2013/5
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	220	23,5	23,5	20,4	387,0	№327/ЕСТН2018
ГОВЯДИНА ТУШЕННАЯ С ЧЕРНОСЛИВОМ 100г	100	12,5	15,2	10,9	230,2	№322/ЕСТН2018
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ 200г	200	16,4	16,9	41,9	385,1	№329/ЕСТН2018
КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ"	100	18,9	9,6	15,4	223,6	№347/ЕСТН2018/3
СОСИСКА ОТВАРНАЯ 90Г	90	10,8	19,8	1,8	228,6	№351/ЕСТН2018
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/30	36,2	7,2	43,0	381,2	№278/ЕСТН2018
ШНИЦЕЛЬ ИЗ КАПУСТЫ.	100/5	3,7	10,9	13,0	165,2	229/94
БЛЮДА ИЗ КРУП						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ.	200	7,8	7,7	36,8	248,0	№232/ЕСТН2018
ГАРНИРЫ						
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (1-Й ВАРИАНТ)	150	4,1	9,1	19,6	177,2	№174/ЕСТН2018
КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	3,7	8,4	18,6	165,0	№179/ЕСТН2018
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,7	5,6	36,0	216,8	№255/ЕСТН2018
БАКЛАЖАНЫ ТУШЕНЫЕ С ПОМИДОРАМИ	100	2,0	21,1	6,0	221,7	№69/1994
НАПИТКИ						
ЧАЙ С САХАРОМ	200			10,1	40,2	№458/ЕСТН2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		10,3	41,4	№459/ЕСТН2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	200			20,0	79,8	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	200					
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,0	0,2	22,0	93,8	№498/ЕСТН2018
МУЧНЫЕ И КОНДИТЕРСКИЕ БЛЮДА						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	1кус./ 30г.	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кус./30г	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5
ПИЦЦА ШКОЛЬНАЯ	100	11,2	12,0	31,2	277,4	№534/ЕСТН2018
СОСИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ	100	11,2	13,8	32,0	297,2	№533/ЕСТН2018
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	75	5,3	5,7	29,2	189,0	№738/2004
ПИРОЖОК СЛОЕНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	60	3,5	9,7	18,6	175,4	689/94
ПИРОЖОК СЛОЕНЫЙ С МЯСОМ	60	9,4	14,6	19,0	244,7	689/94
РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ	72	7,5	4,9	29,5	192,1	696/94
БУЛОЧКА "К ЗАВТРАКУ" 60Г	60	6,1	1,7	31,1	164,1	№594/П2013
ВАТРУШКА ВЕНГЕРСКАЯ	85	8,8	15,9	33,1	310,5	№1099/82
СОУСЫ						
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,3	1,1	2,0	18,8	№265/П2008
День 22						

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N блюда по сборн.
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,4	10,2	8,6	131,3	№47/ЕСТН2018
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	1,0	8,2	3,5	91,2	№18/ЕСТН2018
САЛАТ "ГРЕЧЕСКИЙ"	100	3,6	17,5	2,4	181,7	№74/М2011
САЛАТ ЗЕЛЕНЫЙ С ОГУРЦАМИ	100	2,2	7,7	2,7	88,8	№13/Диет.сб.2013
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	100	3,3	10,1	7,7	135,0	№32/ЕСТН2018
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (Н/УР.)С МОРКОВЬЮ Р/М.	100	1,7	10,1	9,8	137,6	№4/П2008
ПЕРВЫЕ БЛЮДА						
СУП "БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ" СО СМЕТАНОЙ	250/5	2,0	0,9	12,9	67,9	№92/ЕСТН2018
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ (ФИЛЕ ГОРБУШИ)50Г	50	12,8	4,3	0,3	90,7	№295/ЕСТН2018
ФИЛЕ МИНТАЯ, ЗАПЕЧЕННОЕ С ОВОЩАМИ	50/50	12,0	8,8	4,5	144,9	№230/Москва
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	100	15,6	17,5	4,7	238,4	№326/ЕСТН2018
КУРА, ТУШЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ, В ГОРШОЧКАХ	275	29,1	12,7	26,0	334,5	10.29/М2003
ФИЛЕ ИЗ КУР В БЕЛКАХ	75	15,3	14,8	3,3	207,8	№10.15М2003
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ -"ЁЖИКИ"	100	11,8	16,6	11,9	244,1	№350/ЕСТН2018/3
ШНИЦЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ 90Г	90	17,5	13,6	14,1	249,1	№337/ЕСТН2018
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	13,5	19,3	3,6	242,1	№267/ЕСТН2018
СОСИСКА ОТВАРНАЯ 90Г	90	10,8	19,8	1,8	228,6	№351/ЕСТН2018
КОТЛЕТЫ МОРКОВНЫЕ С МАСЛОМ	75/5	2,5	10,9	14,9	167,8	222/94
ГАРНИРЫ						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	150	3,2	6,0	21,8	153,7	№374/ЕСТН2018
РИС ОТВАРНОЙ	150	3,8	5,4	39,7	222,6	№384/ЕСТН2018
ОВОЩИ ПО-КАРПАТСКИ	125	3,4	13,5	26,3	239,8	№226 Шк.сб.2004
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (СПАГЕТТИ).	150	5,7	5,6	36,0	216,8	№255/ЕСТН2018
НАПИТКИ						
ЧАЙ С САХАРОМ	200			10,1	40,2	№458/ЕСТН2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		10,3	41,4	№459/ЕСТН2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	200			20,0	79,8	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	200					
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,0	0,2	22,0	93,8	№498/ЕСТН2018
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК /С ВИТАМИНОМ С/	200	0,2	0,2	18,9	77,6	№484/ЕСТН2018
МУЧНЫЕ И КОНДИТЕРСКИЕ БЛЮДА						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	1кус./ 30г.	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кус./30г	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5
ПИЦЦА ШКОЛЬНАЯ	100	11,2	12,0	31,2	277,4	№534/ЕСТН2018
СОСИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ	100	11,2	13,8	32,0	297,2	№533/ЕСТН2018
ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ 100Г	100	10,2	9,8	58,5	363,3	№537/ЕСТН2018
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ.	75	12,3	3,0	32,3	205,2	№528/ЕСТН2018
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	75	5,3	5,7	29,2	189,0	№738/2004
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ, С ЯЙЦОМ	75	4,6	4,7	27,7	171,4	№738/2004
БУЛОЧКА "МЕДОВУШКА".	60	4,7	4,8	36,7	208,6	№556/П2013/5
ГРЕБЕШОК ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	60	5,8	4,5	47,7	254,6	№573/П2013/5
ТВОРОЖНИКИ ПЕСОЧНЫЕ	50	6,5	6,6	22,2	174,3	№577/П2013/5
СОУСЫ						
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,3	1,1	2,0	18,8	№265/П2008
<u>День 23</u>						
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100	1,1	6,2	3,6	74,3	№17/ЕСТН2018
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	0,7	8,1	1,8	82,7	№14/ЕСТН2018
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУКУРУЗОЙ И МОРКОВЬЮ.	100	1,7	6,5	11,8	112,7	№73/П2013/5
САЛАТ ИЗ РЕДИСА С ОГУРЦАМИ И ЯЙЦОМ	100	2,4	7,5	2,4	86,3	№42/П2013
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (НОВ.УР) С ЯБЛОКАМИ	100	1,1	10,2	6,4	122,7	№6/П2008
ПЕРВЫЕ БЛЮДА						

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N блюда по сборн.
СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	250	5,2	6,3	24,6	175,6	№129/ECTH2018
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ФИЛЕ РЫБЫ, ЗАПЕЧЕННОЕ ПО-РУССКИ.	50/100/62,5	16,4	15,5	28,1	317,5	319/94
РЫБНЫЕ ХЛЕБЦЫ ПАРОВЫЕ ИЗ МИНТАЯ 90г	90	14,2	6,7	6,7	144,0	№303/ECTH2018
МЯСО ТУШЕНОЕ.	80	12,7	14,7	2,0	190,9	№320/ECTH2018
ШАШЛЫК ИЗ КУР	100/20	34,9	2,9	4,3	182,1	№10.10/М2003
КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	120	17,4	8,7	4,0	163,2	№364/ECTH2018
ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ И РИСОМ	200	16,4	29,0	15,9	389,8	№373/П2013/5
СОСИСКА ОТВАРНАЯ 90Г	90	10,8	19,8	1,8	228,6	№351/ECTH2018
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ, СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/30	30,0	9,0	47,9	392,4	№283/ECTH2018
БЛЮДА ИЗ КРУП						
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ.	200	7,7	10,6	39,1	282,3	№220/ECTH2018
ГАРНИРЫ						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,7	5,6	36,0	216,8	№255/ECTH2018
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,7	7,2	39,1	255,4	№204/ECTH2018
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ЛУКОМ И ТОМАТОМ	150	3,8	5,6	27,5	175,7	№170/ECTH2018
КРАСНОЕ ЛОБИО С МАСЛОМ.	130	7,7	12,1	20,1	219,8	№1435/1968
НАПИТКИ						
ЧАЙ С САХАРОМ	200			10,1	40,2	№458/ECTH2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		10,3	41,4	№459/ECTH2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	200			20,0	79,8	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	200					
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,0	0,2	22,0	93,8	№498/ECTH2018
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА, КУРАГИ, ИЗЮМА(с витамином С	200	1,0	0,2	32,6	135,8	№599/Диет.
МУЧНЫЕ И КОНДИТЕРСКИЕ БЛЮДА						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	1кус./ 30г.	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кус./30г	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5
ПИЦЦА ШКОЛЬНАЯ	100	11,2	12,0	31,2	277,4	№534/ECTH2018
СОСИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ	100	11,2	13,8	32,0	297,2	№533/ECTH2018
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	75	5,3	5,7	29,2	189,0	№738/2004
ПИРОЖКИ, ПЕЧЕННЫЕ СО СВЕЖИМИ ЯБЛОКАМИ	60	3,7	3,5	29,3	163,4	№529/ECTH2018
ПИРОЖКИ, ПЕЧЕННЫЕ С МЯСОМ	60	9,9	7,2	22,1	193,3	№529/ECTH2018
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,3	5,4	29,0	181,5	№542/ECTH2018
СЛОЙКА С ПОВИДЛОМ	60	4,4	5,8	35,2	211,0	№572/П2013/5
КЕКС "ТВОРОЖНЫЙ".	50	6,3	8,0	36,2	241,6	№584/П2013/5
СОУСЫ						
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,3	1,1	2,0	18,8	№265/П2008
<u>День 24</u>						
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
САЛАТ ИЗ РЕДИСА С ОГУРЦАМИ	100	0,9	10,1	2,6	104,9	№13/ECTH2018
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100	1,1	6,2	3,6	74,3	№17/ECTH2018
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	100	3,3	10,1	7,7	135,0	№32/ECTH2018
САЛАТ ЗЕЛЕНЫЙ С ОГУРЦАМИ	100	2,2	7,7	2,7	88,8	№13/Диет.сб.2013
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (Н/УР.)С МОРКОВЬЮ Р/М.	100	1,7	10,1	9,8	137,6	№4/П2008
ПЕРВЫЕ БЛЮДА						
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ С КУРОЙ	250/12,5	9,7	9,0	26,4	225,4	№126/ECTH2018
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
РЫБА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ /минтай/	120	12,5	4,7	3,6	106,4	№297/ECTH2018
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	100	15,6	17,5	4,7	238,4	№326/ECTH2018
БИФШТЕКС РУБЛЕНЫЙ ПАРОВОЙ В СОУСЕ МОЛОЧНОМ	100	21,0	13,6	2,5	216,0	№330/ECTH2018
ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	100/5	32,7	13,5	0,8	255,2	№443/Диет.сб.М2
ФИЛЕ ИЗ КУР В БЕЛКАХ	75	15,3	14,8	3,3	207,8	№10.15М2003
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ 90/50	90/50	9,3	7,6	9,4	143,2	№331/ECTH2018
СОСИСКА ОТВАРНАЯ 90Г	90	10,8	19,8	1,8	228,6	№351/ECTH2018

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N блюда по сборн.
ОМЛЕТ С КОЛБАСОЙ	150/5	14,5	21,6	2,9	264,1	№311/П2013/7
БЛЮДА ИЗ КРУП						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ.	200	5,6	6,9	33,3	217,4	№233/ЕСТН2018
ГАРНИРЫ						
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150/7,5	3,2	6,1	25,4	168,8	№150/ЕСТН2018
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,7	5,6	36,0	216,8	№255/ЕСТН2018
ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ /СМЕСЬ ОВОЩНАЯ	150	4,1	3,8	6,9	77,5	№156ЕСТН/2018/3
НАПИТКИ						
ЧАЙ С САХАРОМ	200			10,1	40,2	№458/ЕСТН2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		10,3	41,4	№459/ЕСТН2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	200			20,0	79,8	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	200					
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		20,2	81,0	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,0	0,2	22,0	93,8	№498/ЕСТН2018
КОМПОТ ИЗ ГРУШИ СУШЕННОЙ (С ВИТАМИНОМ С)	200	0,7	0,2	33,8	139,4	№491/ЕСТН2018
МУЧНЫЕ И КОНДИТЕРСКИЕ БЛЮДА						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	1кус./ 30г.	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кус./30г	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5
ПИЦЦА ШКОЛЬНАЯ	100	11,2	12,0	31,2	277,4	№534/ЕСТН2018
СОСИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ	100	11,2	13,8	32,0	297,2	№533/ЕСТН2018
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	75	5,3	5,7	29,2	189,0	№738/2004
ПИРОЖОК С ПОВИДЛОМ ПЕЧЕНЫЙ	75	4,5	3,5	44,1	226,2	№738/2004
ПИРОЖКИ, ПЕЧЕННЫЕ СО СВЕЖИМИ ЯБЛОКАМИ	60	3,7	3,5	29,3	163,4	№529/ЕСТН2018
ПИРОЖКИ, ПЕЧЕННЫЕ С МЯСОМ	60	9,9	7,2	22,1	193,3	№529/ЕСТН2018
ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ	50	4,2	4,1	26,0	157,8	№535/ЕСТН2018
СОУСЫ						
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,3	1,1	2,0	18,8	№265/П2008