

**Менюготавливаемых блюд**

Диета: 7 Осень-зима 12-18 интернат

Неделя: 1

День: 1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Завтрак</b>							
	Суп молочный с макаронными изделиями (12-18)	300	7	12	23	190	15 058,01
	Бутерброды с маслом (12-18)	35	2	11	12	148	15 093,03
	Хлеб пшеничный (12-18)	40	3		19	94	4,01
	Кофейный напиток на молоке (12-18)	200	4	4	17	119	15 062,02
	Итого за Завтрак	575	16	27	71	551	
<b>Завтрак 2</b>							
	Яблоки (12-18)	185	1	1	18	87	11 029,01
	Чай б/с (12-18)	115					19
	Итого за Завтрак 2	300	1	1	18	87	
<b>Обед</b>							
	Зеленый горошек (12-18)	100	3		7	40	15 181,01
	Суп картофельный с рыбными консервами (12-18)	275	10	13	19	218	15 030,06
	Азу из говядины (12-18)	275	14	17	38	379	15 037,03
	Хлеб пшеничный (12-18)	80	6	1	38	188	4,01
	Хлеб Дарницкий (ржаной) (12-18)	70	5	1	22	122	15 001,03
	Компот из сухофруктов (12-18)	200			23	96	15 066,02
	Итого за Обед	1 000	38	32	147	1 043	
<b>Полдник</b>							
	Сок (12-18)	200	1		20	95	15 113,03
	Вафли (12-18)	20	1	1	15	70	15 129,01
	Итого за Полдник	220	2	1	35	165	
<b>Ужин</b>							
	Плов из отварной курицы (12-18.)	300	15	20	37	373	15 104,05
	Масло сливочное (12-18)	15	5	8	11	113	15 105,03
	Хлеб пшеничный (12-18)	55	4		26	129	4,01
	Хлеб Дарницкий (ржаной) (12-18)	50	3	1	15	87	15 001,03
	Чай с сахаром (12-18)	200			15	60	15 065,02
	Итого за Ужин	620	27	29	104	762	
<b>Ужин 2</b>							
	Кефир (12-18)	220	6	2	8	112	15 110,02
	Итого за Ужин 2	220	6	2	8	112	
	Итого за день	2 935	90	92	383	2 720	

**Менюготавливаемых блюд (лист 2)**

Диета: 7 Осень-зима 12-18 интернат

Неделя: 1

День: 2

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Завтрак</b>							
	Каша молочная овсяная из Геркулеса (12-18)	250	9	17	37	267	15 059,05
	Яйцо вареное (12-18)	40	4	5	15	73	15 114,06
	Хлеб пшеничный (12-18)	50	4		24	118	4,01
	Какао на молоке (12-18)	200	5	5	17	129	15 064,03
	Итого за Завтрак	540	22	27	93	587	
<b>Завтрак 2</b>							
	Апельсины (12-18)	185	2		15	80	15 183
	Чай б/с (12-18)	115					19
	Итого за Завтрак 2	300	2		15	80	
<b>Обед</b>							
	Салат картофельный с кукурузой и морковью (12-18)	100	2	5	11	98	15 077,04
	Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и сметаной (12-18)	275	6	7	14	183	15 032,02
	Котлеты Любительская рыбные (12-18)	120	12	7	10	178	15 098,02
	Рагу из овощей (12-18.)	200	4	5	16	133	15 051,05
	Хлеб пшеничный (12-18)	80	6	1	38	188	4,01
	Хлеб Дарницкий (ржаной) (12-18)	70	5	1	22	122	15 001,03
	Напиток из шиповника (12-18)	200	1		23	108	15 070,04
	Итого за Обед	1 045	36	26	134	1 010	
<b>Полдник</b>							
	Сок (12-18)	200	1		20	95	15 113,03
	Печенье (12-18)	20		3	16	85	15 126,01
	Итого за Полдник	220	1	3	36	180	
<b>Ужин</b>							
	Бифштекс рубленый паровой (12-18)	80	4	9	10	166	15 224,01
	Макаронные изделия отварные (12-18)	200	2	9	29	197	15 054,02
	Хлеб пшеничный (12-18)	50	4		24	118	4,01
	Хлеб Дарницкий (ржаной) (12-18)	50	3	1	15	87	15 001,03
	Молоко кипяченое (12-18)	250	8	9	12	155	15 150,01
	Итого за Ужин	630	21	28	90	723	
<b>Ужин 2</b>							
	Снежок (12-18)	250	8	9	15	140	15 152,01
	Итого за Ужин 2	250	8	9	15	140	
	Итого за день	2 985	90	93	383	2 720	

Менюготавливаемых блюд (лист 3)

Диета: 7 Осень-зима 12-18 интернат

Неделя: 1

День: 3

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Завтрак</b>							
	Запеканка творожная (12-18.)	240	13	12	25	341	15 055,04
	Бутерброды с сыром (12-18)	45	7	7	13	142	15 090,03
	Хлеб пшеничный (12-18)	40	3		19	94	4,01
	Кофейный напиток со сгущенным молоком (12-18)	200	3	2	21	113	11 049,04
	Итого за Завтрак	525	26	21	78	690	
<b>Завтрак 2</b>							
	Груша (12-18)	185	1	1	19	87	15 153,02
	Чай б/с (12-18)	115					19
	Итого за Завтрак 2	300	1	1	19	87	
<b>Обед</b>							
	Салат из свеклы отварной (12-18)	110	1	6	9	80	15 079,03
	Суп картофельный с бобовыми, мясом (12-18)	275	7	8	24	131	144
	Котлеты из говядины (12-18.)	90	7	17	10	166	15 038,04
	Каша гречневая рассыпчатая (12-18.)	150	5	8	27	147	6 027,01
	Хлеб пшеничный (12-18)	80	6	1	38	188	4,01
	Хлеб Дарницкий (ржаной) (12-18)	70	5	1	22	122	15 001,03
	Компот из чернослива (12-18)	200			22	91	15 162,01
	Итого за Обед	975	31	41	152	925	
<b>Полдник</b>							
	Сок (12-18)	200	1		20	95	15 113,03
	Пряники (12-18)	20	1	1	14	73	15 157,01
	Итого за Полдник	220	2	1	34	168	
<b>Ужин</b>							
	Рыба, запеченная с яйцом (12-18)	250	8	4	6	179	15 190,01
	Картофель отварной (12-18.)	150	3	7	19	157	15 117,02
	Масло сливочное (12-18)	20	6	10	14	150	15 105,03
	Хлеб пшеничный (12-18)	55	4		26	129	4,01
	Хлеб Дарницкий (ржаной) (12-18)	50	3	1	15	87	15 001,03
	Чай с лимоном (12-18)	200			9	28	15 063,03
	Итого за Ужин	725	24	22	89	730	
<b>Ужин 2</b>							
	Ряженка (12-18)	220	6	6	11	120	15 195
	Итого за Ужин 2	220	6	6	11	120	
	Итого за день	2 965	90	92	383	2 720	

Менюготавливаемых блюд (лист 4)

Диета: 7 Осень-зима 12-18 интернат

Неделя: 1

День: 4

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Завтрак</b>							
	Каша молочная манная (12-18.)	250	15	13	22	277	2,01
	Бутерброды с маслом (12-18)	35	2	11	12	148	15 093,03
	Хлеб пшеничный (12-18)	40	3		19	94	4,01
	Чай с молоком (12-18)	200	2		9	70	15 108,03
	Итого за Завтрак	525	22	24	62	589	
<b>Завтрак 2</b>							
	Бананы (12-18)	185	3	1	39	170	15 135,01
	Чай б/с (12-18)	115					19
	Итого за Завтрак 2	300	3	1	39	170	
<b>Обед</b>							
	Салат овощной с зеленым горошком(12-18)	100	2	7	5	103	15 189,01
	Рассольник ленинградский,с мясом и сметаной (12-18)	275	3	8	17	158	15 029,02
	Рыба жареная (12-18)	120	14	6	9	166	15 053,06
	Картофельное пюре (12-18.)	200	4	10	14	212	15 044,04
	Хлеб пшеничный (12-18)	80	6	1	38	188	4,01
	Хлеб Дарницкий (ржаной) (12-18)	70	5	1	22	122	15 001,03
	Компот из кураги (12-18)	200	1		21	87	15 068,03
	Итого за Обед	1 045	35	33	126	1 036	
<b>Полдник</b>							
	Сок (12-18)	200	1		20	95	15 113,03
	Зефир (12-18)	20	1	2	12	64	15 136,01
	Итого за Полдник	220	2	2	32	159	
<b>Ужин</b>							
	Макаронник с мясом (12-18.)	275	14	25	37	292	15 097,06
	Хлеб пшеничный (12-18)	50	4		24	118	4,01
	Хлеб Дарницкий (ржаной) (12-18)	50	3	1	15	87	15 001,03
	Чай с сахаром (12-18)	200			15	60	15 065,02
	Итого за Ужин	575	21	26	91	557	
<b>Ужин 2</b>							
	Биойогурт ( 12-18)	220	7	6	33	209	15 133,01
	Итого за Ужин 2	220	7	6	33	209	
	Итого за день	2 885	90	92	383	2 720	

Менюготавливаемых блюд (лист 5)

Диета: 7 Осень-зима 12-18 интернат

Неделя: 1

День: 5

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Завтрак</b>							
	Каша молочная пшениная (12-18)	250	9	10	24	230	15 061,03
	Сыр порц (12-18)	35	6	8	27	131	15 151,01
	Хлеб пшеничный (12-18)	50	4		24	118	4,01
	Кофейный напиток на молоке (12-18)	200	4	4	17	119	15 062,02
	Итого за Завтрак	535	23	22	92	598	
<b>Завтрак 2</b>							
	Яблоки (12-18)	185	1	1	18	87	11 029,01
	Чай б/с (12-18)	115					19
	Итого за Завтрак 2	300	1	1	18	87	
<b>Обед</b>							
	Салат картофельный с кукурузой и морковью (12-18)	100	2	5	11	98	15 077,04
	Борщ с картофелем,капустой,с мясом и сметаной (12-18)	275	3	8	16	136	128
	Плов из отварной курицы (12-18.)	300	15	20	37	373	15 104,05
	Хлеб пшеничный (12-18)	80	6	1	38	188	4,01
	Хлеб Дарницкий (ржаной) (12-18)	70	5	1	22	122	15 001,03
	Компот из сухофруктов (12-18)	200			23	96	15 066,02
	Итого за Обед	1 025	31	35	147	1 013	
<b>Полдник</b>							
	Сок (12-18)	200	1		20	95	15 113,03
	Вафли (12-18)	20	1	1	15	70	15 129,01
	Итого за Полдник	220	2	1	35	165	
<b>Ужин</b>							
	Картофельная запеканка с мясом (12-18.)	275	13	15	12	313	15 036,04
	Масло сливочное (12-18)	15	5	8	11	113	15 105,03
	Хлеб пшеничный (12-18)	55	4		26	129	4,01
	Хлеб Дарницкий (ржаной) (12-18)	50	3	1	15	87	15 001,03
	Чай с сахаром (12-18)	200			15	60	15 065,02
	Итого за Ужин	595	25	24	79	702	
<b>Ужин 2</b>							
	Молоко кипяченое (12-18)	250	8	9	12	155	15 150,01
	Итого за Ужин 2	250	8	9	12	155	
	Итого за день	2 925	90	92	383	2 720	

Менюготавливаемых блюд (лист 6)

Диета: 7 Осень-зима 12-18 интернат

Неделя: 1

День: 6

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Завтрак</b>							
	Пудинг из творога запеченый (12-18.)	240	16	15	41	338	319,01
	Яйцо вареное (12-18)	40	4	5	15	73	15 114,06
	Хлеб пшеничный (12-18)	50	4		24	118	4,01
	Какао на молоке (12-18)	200	5	5	17	129	15 064,03
	Итого за Завтрак	530	29	25	97	658	
<b>Завтрак 2</b>							
	Апельсины (12-18)	185	2		15	80	15 183
	Чай б/с (12-18)	115					19
	Итого за Завтрак 2	300	2		15	80	
<b>Обед</b>							
	Маринад овощной с сайрой (12-18)	120	3	2	11	118	15 074,02
	Суп картофельный с курицей и клецками (12-18)	275	6	9	15	115	146
	Говядина, тушеная с капустой (12-18.)	250	9	13	21	243	15 100,04
	Хлеб пшеничный (12-18)	80	6	1	38	188	4,01
	Хлеб Дарницкий (ржаной) (12-18)	70	5	1	22	122	15 001,03
	Компот из изюма (12-18)	200			23	92	15 068,04
	Итого за Обед	995	29	26	130	878	
<b>Полдник</b>							
	Сок (12-18)	200	1		20	95	15 113,03
	Блинчики с маслом (12-18)	145	5	18	29	305	15 081,02
	Итого за Полдник	345	6	18	49	400	
<b>Ужин</b>							
	Рагу из курицы (12-18.)	275	9	13	23	309	15 042,04
	Хлеб пшеничный (12-18)	55	4		26	129	4,01
	Хлеб Дарницкий (ржаной) (12-18)	50	3	1	15	87	15 001,03
	Чай с вареньем (12-18)	200			13	39	15 175,02
	Итого за Ужин	580	16	14	77	564	
<b>Ужин 2</b>							
	Снежок (12-18)	250	8	9	15	140	15 152,01
	Итого за Ужин 2	250	8	9	15	140	
	Итого за день	3 000	90	92	383	2 720	

Менюготавливаемых блюд (лист 7)

Диета: 7 Осень-зима 12-18 интернат

Неделя: 1

День: 7

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Завтрак</b>							
	Омлет натуральный (12-18)	150	14	23	13	279	15 204
	Бутерброды с сыром (12-18)	45	7	7	13	142	15 090,03
	Хлеб пшеничный (12-18)	50	4		24	118	4,01
	Кофейный напиток на молоке (12-18)	200	4	4	17	119	15 062,02
	Итого за Завтрак	445	29	34	67	658	
<b>Завтрак 2</b>							
	Груша (12-18)	185	1	1	19	87	15 153,02
	Чай б/с (12-18)	115					19
	Итого за Завтрак 2	300	1	1	19	87	
<b>Обед</b>							
	Винегрет овощной (12-18)	110	1	3	4	95	15 073,02
	Суп крестьянский с крупой,с и сметаной (12-18)	275	7	11	14	184	15 033,02
	Рыба тушеная с овощами (12-18)	250	8	15	26	272	15 052,02
	Хлеб пшеничный (12-18)	80	6	1	38	188	4,01
	Хлеб Дарницкий (ржаной) (12-18)	70	5	1	22	122	15 001,03
	Напиток из шиповника (12-18)	200	1		23	108	15 070,04
	Итого за Обед	985	28	31	127	969	
<b>Полдник</b>							
	Сок (12-18)	200	1		20	95	15 113,03
	Ватрушка с творогом (12-18)	80	7	3	52	188	12 004,04
	Итого за Полдник	280	8	3	72	283	
<b>Ужин</b>							
	Тефтели из говядины с рисом (12-18)	115	5	8	20	191	15 045,02
	Рагу из овощей (12-18.)	200	4	5	16	133	15 051,05
	Хлеб пшеничный (12-18)	55	4		26	129	4,01
	Хлеб Дарницкий (ржаной) (12-18)	50	3	1	15	87	15 001,03
	Чай с лимоном (12-18)	200			9	28	15 063,03
	Итого за Ужин	620	16	14	86	568	
<b>Ужин 2</b>							
	Молоко кипяченое (12-18)	250	8	9	12	155	15 150,01
	Итого за Ужин 2	250	8	9	12	155	
	Итого за день	2 880	90	92	383	2 720	

Менюготавливаемых блюд (лист 8)

Диета: 7 Осень-зима 12-18 интернат

Неделя: 2

День: 1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Завтрак</b>							
	Каша молочная Дружба (12-18)	250	7	16	12	234	15 057,03
	Яйцо вареное (12-18)	40	4	5	15	73	15 114,06
	Хлеб пшеничный (12-18)	50	4		24	118	4,01
	Какао на молоке (12-18)	200	5	5	17	129	15 064,03
	Итого за Завтрак	540	20	26	68	554	
<b>Завтрак 2</b>							
	Яблоки (12-18)	185	1	1	18	87	11 029,01
	Чай б/с (12-18)	115					19
	Итого за Завтрак 2	300	1	1	18	87	
<b>Обед</b>							
	Кукуруза консервированная (12-18)	100	6		6	32	175,01
	Суп картофельный с рыбными консервами (12-18)	275	10	13	19	218	15 030,06
	Жаркое по домашнему (12-18.)	275	13	23	22	408	15 048,04
	Хлеб пшеничный (12-18)	80	6	1	38	188	4,01
	Хлеб Дарницкий (ржаной) (12-18)	70	5	1	22	122	15 001,03
	Напиток из шиповника (12-18)	200	1		23	108	15 070,04
	Итого за Обед	1 000	41	38	130	1 076	
<b>Полдник</b>							
	Сок (12-18)	200	1		20	95	15 113,03
	Печенье (12-18)	20		3	16	85	15 126,01
	Итого за Полдник	220	1	3	36	180	
<b>Ужин</b>							
	Биточки из курицы (12-18)	120	11	14	12	211	412,02
	Хлеб пшеничный (12-18)	50	4		24	118	4,01
	Рис припущенный (12-18)	150	2	3	32	138	15 050,02
	Хлеб Дарницкий (ржаной) (12-18)	50	3	1	15	87	15 001,03
	Чай с сахаром (12-18)	200			15	60	15 065,02
	Итого за Ужин	570	20	18	98	614	
<b>Ужин 2</b>							
	Биойогурт (12-18)	220	7	6	33	209	15 133,01
	Итого за Ужин 2	220	7	6	33	209	
	Итого за день	2 850	90	92	383	2 720	

Менюготавливаемых блюд (лист 9)

Диета: 7 Осень-зима 12-18 интернат

Неделя: 2

День: 2

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Завтрак</b>							
	Каша молочная пшениная (12-18)	250	9	10	24	230	15 061,03
	Бутерброды с сыром (12-18)	45	7	7	13	142	15 090,03
	Хлеб пшеничный (12-18)	40	3		19	94	4,01
	Кофейный напиток на молоке (12-18)	200	4	4	17	119	15 062,02
	Итого за Завтрак	535	23	21	73	585	
<b>Завтрак 2</b>							
	Апельсины (12-18)	185	2		15	80	15 183
	Чай б/с (12-18)	115					19
	Итого за Завтрак 2	300	2		15	80	
<b>Обед</b>							
	Салат овощной с зеленым горошком(12-18)	110	2	8	6	113	15 189,01
	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей(12-18)	275	6	8	19	137	158
	Котлета рыбная с маслом (12-18)	120	15	9	19	239	15 213,01
	Картофель отварной (12-18.)	150	3	7	19	157	15 117,02
	Хлеб пшеничный (12-18)	80	6	1	38	188	4,01
	Хлеб Дарницкий (ржаной) (12-18)	70	5	1	22	122	15 001,03
	Компот из чернослива (12-18)	200			22	91	15 162,01
	Итого за Обед	1 005	37	34	145	1 047	
<b>Полдник</b>							
	Сок (12-18)	200	1		20	95	15 113,03
	Зефир (12-18)	25	1	3	15	80	15 136,01
	Итого за Полдник	225	2	3	35	175	
<b>Ужин</b>							
	Запеканка капустная с говядиной (12-18.)	250	9	22	35	385	15 102,03
	Хлеб пшеничный (12-18)	55	4		26	129	4,01
	Яйцо вареное (12-18)	40	4	5	15	73	15 114,06
	Хлеб Дарницкий (ржаной) (12-18)	50	3	1	15	87	15 001,03
	Чай с вареньем (12-18)	200			13	39	15 175,02
	Итого за Ужин	595	20	28	104	713	
<b>Ужин 2</b>							
	Ряженка (12-18)	220	6	6	11	120	15 195
	Итого за Ужин 2	220	6	6	11	120	
	Итого за день	2 880	90	92	383	2 720	

**Менюготавливаемых блюд (лист 10)**

**Диета:** 7 Осень-зима 12-18 интернат

**Неделя:** 2

**День:** 3

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Завтрак</b>							
	Каша молочная овсяная из Геркулеса (12-18)	250	9	17	37	267	15 059,05
	Хлеб пшеничный (12-18)	50	4		24	118	4,01
	Чай с молоком (12-18)	200	2		9	70	15 108,03
	Итого за Завтрак	500	15	17	70	455	
<b>Завтрак 2</b>							
	Бананы (12-18)	185	3	1	39	170	15 135,01
	Чай б/с (12-18)	115					19
	Итого за Завтрак 2	300	3	1	39	170	
<b>Обед</b>							
	Салат из свеклы отварной (12-18)	110	1	6	9	80	15 079,03
	Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и сметаной (12-18)	275	6	7	14	183	15 032,02
	Бифштекс рубленый паровой (12-18)	80	4	9	10	166	15 224,01
	Рагу из овощей (12-18.)	200	4	5	16	133	15 051,05
	Хлеб пшеничный (12-18)	80	6	1	38	188	4,01
	Хлеб Дарницкий (ржаной) (12-18)	70	5	1	22	122	15 001,03
	Компот из изюма (12-18)	200			23	92	15 068,04
	Итого за Обед	1 015	26	29	132	964	
<b>Полдник</b>							
	Сок (12-18)	200	1		20	95	15 113,03
	Вафли (12-18)	20	1	1	15	70	15 129,01
	Итого за Полдник	220	2	1	35	165	
<b>Ужин</b>							
	Рыба ,запеченая с картофелем по-русски (12-18)	275	18	21	22	373	15 185
	Хлеб пшеничный (12-18)	55	4		26	129	4,01
	Сыр порц (12-18)	30	5	7	23	112	15 151,01
	Хлеб Дарницкий (ржаной) (12-18)	50	3	1	15	87	15 001,03
	Молоко кипяченое (12-18)	250	8	9	12	155	15 150,01
	Итого за Ужин	660	38	38	98	856	
<b>Ужин 2</b>							
	Ацедофелин (12-18)	220	6	6	9	110	15 522,01
	Итого за Ужин 2	220	6	6	9	110	
	Итого за день	2 915	90	92	383	2 720	

Менюготавливаемых блюд (лист 11)

Диета: 7 Осень-зима 12-18 интернат

Неделя: 2

День: 4

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Завтрак</b>							
	Пудинг из творога паровой (12-18.)	250	22	16	34	361	317,01
	Яйцо вареное (12-18)	40	4	5	15	73	15 114,06
	Хлеб пшеничный (12-18)	50	4		24	118	4,01
	Какао со сгущенным молоком (12-18)	200	4	5	25	162	11 055,04
	Итого за Завтрак	540	34	26	98	714	
<b>Завтрак 2</b>							
	Груша (12-18)	185	1	1	19	87	15 153,02
	Чай б/с (12-18)	115					19
	Итого за Завтрак 2	300	1	1	19	87	
<b>Обед</b>							
	Винегрет овощной (12-18)	110	1	3	4	95	15 073,02
	Суп картофельный с бобовыми, мясом (12-18)	275	7	8	24	131	144
	Печень по-строгановски 12-18	120	11	17	4	245	15 028,02
	Макаронные изделия отварные (12-18)	150	1	7	22	148	15 054,02
	Хлеб пшеничный (12-18)	80	6	1	38	188	4,01
	Хлеб Дарницкий (ржаной) (12-18)	70	5	1	22	122	15 001,03
	Компот из кураги (12-18)	200	1		21	87	15 068,03
	Итого за Обед	1 005	32	37	135	1 016	
<b>Полдник</b>							
	Сок (12-18)	200	1		20	95	15 113,03
	Печенье (12-18)	20		3	16	85	15 126,01
	Итого за Полдник	220	1	3	36	180	
<b>Ужин</b>							
	Тефтели из говядины с рисом (12-18)	115	5	8	20	191	15 045,02
	Хлеб пшеничный (12-18)	55	4		26	129	4,01
	Картофельное пюре (12-18.)	150	3	8	11	159	15 044,04
	Хлеб Дарницкий (ржаной) (12-18)	50	3	1	15	87	15 001,03
	Чай с лимоном (12-18)	200			9	28	15 063,03
	Итого за Ужин	570	15	17	81	594	
<b>Ужин 2</b>							
	Снежок (12-18)	230	7	8	14	129	15 152,01
	Итого за Ужин 2	230	7	8	14	129	
	Итого за день	2 865	90	92	383	2 720	

Менюготавливаемых блюд (лист 12)

Диета: 7 Осень-зима 12-18 интернат

Неделя: 2

День: 5

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Завтрак</b>							
	Каша молочная манная (12-18.)	250	15	13	22	277	2,01
	Бутерброды с сыром (12-18)	45	7	7	13	142	15 090,03
	Хлеб пшеничный (12-18)	40	3		19	94	4,01
	Кофейный напиток на молоке (12-18)	200	4	4	17	119	15 062,02
	Итого за Завтрак	535	29	24	71	632	
<b>Завтрак 2</b>							
	Яблоки (12-18)	185	1	1	18	87	11 029,01
	Чай б/с (12-18)	115					19
	Итого за Завтрак 2	300	1	1	18	87	
<b>Обед</b>							
	Салат картофельный с кукурузой и морковью (12-18)	110	2	6	12	107	15 077,04
	Борщ с картофелем,капустой,с мясом и сметаной (12-18)	250	2	8	14	124	128
	Гуляш из говядины (12-18.)	120	4	11	36	164	15 041,04
	Каша гречневая рассыпчатая (12-18)	150	7	7	25	212	15 049,02
	Хлеб пшеничный (12-18)	80	6	1	38	188	4,01
	Хлеб Дарницкий (ржаной) (12-18)	70	5	1	22	122	15 001,03
	Напиток из шиповника (12-18)	200	1		23	108	15 070,04
	Итого за Обед	980	27	34	170	1 025	
<b>Полдник</b>							
	Сок (12-18)	200	1		20	95	15 113,03
	Пряники (12-18)	25	1	2	18	92	15 157,01
	Итого за Полдник	225	2	2	38	187	
<b>Ужин</b>							
	Картофельная запеканка с мясом (12-18.)	250	12	14	11	285	15 036,04
	Хлеб пшеничный (12-18)	50	4		24	118	4,01
	Масло сливочное (12-18)	20	6	10	14	150	15 105,03
	Хлеб Дарницкий (ржаной) (12-18)	50	3	1	15	87	15 001,03
	Чай с вареньем (12-18)	200			13	39	15 175,02
	Итого за Ужин	570	25	25	77	679	
<b>Ужин 2</b>							
	Ацедофелин (12-18)	220	6	6	9	110	15 522,01
	Итого за Ужин 2	220	6	6	9	110	
	Итого за день	2 830	90	92	383	2 720	

Менюготавливаемых блюд (лист 13)

Диета: 7 Осень-зима 12-18 интернат

Неделя: 2

День: 6

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Завтрак</b>							
	Омлет с сыром (12-18)	160	17	15	48	287	309,01
	Бутерброды с маслом (12-18)	40	3	12	13	170	15 093,03
	Хлеб пшеничный (12-18)	40	3		19	94	4,01
	Чай с молоком (12-18)	200	2		9	70	15 108,03
	Итого за Завтрак	440	25	27	89	621	
<b>Завтрак 2</b>							
	Апельсины (12-18)	185	2		15	80	15 183
	Чай б/с (12-18)	115					19
	Итого за Завтрак 2	300	2		15	80	
<b>Обед</b>							
	Салат из свеклы с чесноком (12-18)	120	2	2	10	117	59,01
	Суп картофельный с мясными фрикадельками (12-18)	260	3	5	14	114	15 027,03
	Говядина, тушеная с капустой (12-18.)	250	9	13	21	243	15 100,04
	Хлеб пшеничный (12-18)	80	6	1	38	188	4,01
	Хлеб Дарницкий (ржаной) (12-18)	70	5	1	22	122	15 001,03
	Компот из сухофруктов (12-18)	200			23	96	15 066,02
	Итого за Обед	980	25	22	128	880	
<b>Полдник</b>							
	Сок (12-18)	200	1		20	95	15 113,03
	Блинчики с маслом (12-18)	145	5	18	29	305	15 081,02
	Итого за Полдник	345	6	18	49	400	
<b>Ужин</b>							
	Курица в соусе с томатом 12-18.	160	6	8	26	118	15 222,02
	Хлеб пшеничный (12-18)	50	4		24	118	4,01
	Рагу из овощей (12-18.)	200	4	5	16	133	15 051,05
	Хлеб Дарницкий (ржаной) (12-18)	50	3	1	15	87	15 001,03
	Молоко кипяченое (12-18)	250	8	9	12	155	15 150,01
	Итого за Ужин	710	25	23	93	611	
<b>Ужин 2</b>							
	Кефир (12-18)	250	7	2	9	128	15 110,02
	Итого за Ужин 2	250	7	2	9	128	
	Итого за день	3 025	90	92	383	2 720	

Менюготавливаемых блюд (лист 14)

Диета: 7 Осень-зима 12-18 интернат

Неделя: 2

День: 7

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Завтрак</b>							
	Запеканка творожная (12-18.)	240	13	12	25	341	15 055,04
	Сыр порц (12-18)	30	5	7	23	112	15 151,01
	Хлеб пшеничный (12-18)	50	4		24	118	4,01
	Чай с молоком (12-18)	200	2		9	70	15 108,03
	Итого за Завтрак	520	24	19	81	641	
<b>Завтрак 2</b>							
	Яблоки (12-18)	185	1	1	18	87	11 029,01
	Чай б/с (12-18)	115					19
	Итого за Завтрак 2	300	1	1	18	87	
<b>Обед</b>							
	Маринад овощной с сайрой (12-18)	120	3	2	11	118	15 074,02
	Суп крестьянский с крупой,с и сметаной (12-18)	275	7	11	14	184	15 033,02
	Котлета из говядины (12-18)	80	7	12	8	156	15 038,06
	Капуста тушеная (12-18.)	200	4	9	19	181	15 046,05
	Хлеб пшеничный (12-18)	80	6	1	38	188	4,01
	Хлеб Дарницкий (ржаной) (12-18)	70	5	1	22	122	15 001,03
	Компот из кураги (12-18)	200	1		21	87	15 068,03
	Итого за Обед	1 025	33	36	133	1 036	
<b>Полдник</b>							
	Сок (12-18)	200	1		20	95	15 113,03
	Ватрушка с творогом (12-18)	80	7	3	52	188	12 004,04
	Итого за Полдник	280	8	3	72	283	
<b>Ужин</b>							
	Рыба, тушеная в сметанном соусе (12-18)	250	6	15	6	161	342,01
	Хлеб пшеничный (12-18)	55	4		26	129	4,01
	Картофельное пюре (12-18.)	150	3	8	11	159	15 044,04
	Хлеб Дарницкий (ржаной) (12-18)	50	3	1	15	87	15 001,03
	Чай с лимоном (12-18)	200			9	28	15 063,03
	Итого за Ужин	705	16	24	67	564	
<b>Ужин 2</b>							
	Молоко кипяченое (12-18)	250	8	9	12	155	15 150,01
	Итого за Ужин 2	250	8	9	12	155	
	Итого за день	3 080	90	92	383	2 720	

Составил \_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_