







УТВЕРЖДАЮ:  
(Мозговая С.В.)  
13.06.23

Заведующий  
Приказ № 85а/ОУ  
Д.С. № 74



**3 день (среда)**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
<b>Завтрак 1</b>						
Каша молочная пшеничная	200	2,77	0,7	25,36	118,8	Азбука питания №301
Бутерброд с маслом и сыром (горячий)	45/5	2,75	8,5	16,44	153	Азбука питания №409
Чай с сахаром	180	0,2	0,2	16,0	60,06	Азбука питания №704
<b>Итого за завтрак</b>	<b>430</b>	<b>5,72</b>	<b>9,4</b>	<b>57,8</b>	<b>331,06</b>	
<b>Завтрак 2</b>						
Сок фруктовый (фрукты свежие)	100	0,5	0,1	10,05	45,79	Азбука питания №703
Вода питьевая	300					
<b>Обед</b>						
Суп Лизьен	200	2,32	1,16	10,01	118,2	Азбука питания №108
Шницель мясной	80	9,72	10,56	6,89	165,33	Азбука питания №203
Рагу овощное	150	2,5	3,39	9,63	84,2	Азбука питания №225
Хлеб ржаной	25	1,49	0,25	11,0	46,87	Азбука питания
Батон	25	2,46	0,86	16,74	85,7	Азбука питания
Компот из сухофруктов	200	0,94	-	24,85	96,61	Азбука питания №702
<b>Итого за обед</b>	<b>680</b>	<b>20,49</b>	<b>16,96</b>	<b>81,26</b>	<b>596,9</b>	
<b>Полдник</b>						
Какао	180	5,74	6,34	7,92	110,8	Азбука питания №701
Свежая выпечка	70	6,7	7,9	26,5	201,4	Азбука питания №404
<b>Итого за полдник</b>	<b>250</b>	<b>12,44</b>	<b>14,24</b>	<b>34,42</b>	<b>312,2</b>	
<b>Ужин</b>						
Запеканка творожная	150	19,3	12,9	20,7	288	Азбука питания №501
Соус молочный шоколадный	50	1,83	2,73	3,93	66,13	Азбука питания №603
Чай с сахаром	200	-	-	16	40,7	Азбука питания №704
Кондитерские изделия (вафли)	50	1,5	2,0	7,2	81,2	Азбука питания
<b>Итого за ужин</b>	<b>450</b>	<b>22,63</b>	<b>17,63</b>	<b>47,83</b>	<b>476</b>	
<b>Итого:</b>	<b>1910</b>	<b>65,69</b>	<b>67,95</b>	<b>231,6</b>	<b>1866,62</b>	

Исполнитель: старшая медсестра \_\_\_\_\_

После 01.03. овощи прошлого года подвергаются термической обработке







5 день (пятница)

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
<b>Завтрак 1</b>						
Каша молочная рисовая	200	13,4	15,46	67,9	305,1	Азбука питания №307
Батон с маслом	45/5	2,75	8,5	16,44	153	Азбука питания №409
Чай с сахаром	180	0,2	0,2	16	60,06	Азбука питания №704
<b>Итого за завтрак</b>	<b>430</b>	<b>16,35</b>	<b>24,16</b>	<b>100,34</b>	<b>518,16</b>	
<b>Завтрак 2</b>						
Сок фруктовый (фрукты свежие)	100	0,5	0,1	10,05	45,79	Азбука питания №703
Вода питьевая	300					
<b>Обед</b>						
Рассольник со сметаной	200	11,68	4,16	13,28	96,6	Азбука питания №110
Овощи тушеные	150	3,75	5,09	14,44	126,32	Азбука питания №217
Котлета куриная	80	9,15	9,94	6,49	155,6	Азбука питания №207
Хлеб ржаной	25	1,49	0,25	11,00	46,87	Азбука питания
Батон	25	2,46	0,86	16,74	85,7	Азбука питания
Компот из сухофруктов	180	0,94	-	24,85	96,61	Азбука питания №702
<b>Итого за обед</b>	<b>660</b>	<b>29,47</b>	<b>20,3</b>	<b>86,53</b>	<b>607,7</b>	
<b>Полдник</b>						
Булка «Ромашка»	70	3,7	3,7	13,8	103,6	Азбука питания
Молоко	180	4,5	5,4	7,2	110,8	Азбука питания №706
<b>Итого за полдник</b>	<b>250</b>	<b>8,2</b>	<b>9,1</b>	<b>21</b>	<b>214,4</b>	
<b>Ужин</b>						
Сырники	150	6,7	10,8	42,6	196,20	Азбука питания №502
Сладкий соус	50	7,3	11,2	15,84	167,2	Азбука питания №601
Чай с сахаром	200	0,2	0,2	16,0	60,06	Азбука питания №704
Кондитерские изделия (печенье, пряник, вафли)	50	1,5	2,0	7,2	81,2	Азбука питания
<b>Итого за ужин</b>	<b>450</b>	<b>15,7</b>	<b>31,4</b>	<b>81,64</b>	<b>504,66</b>	
<b>Итого:</b>	<b>1890</b>	<b>70,22</b>	<b>85,06</b>	<b>299,56</b>	<b>1890,71</b>	

Исполнитель: старшая медсестра

После 01.03. овощи прошлого года подвергаются термической обработке

Заведующий

Приказ №85а

УТВЕРЖДАЮ

(Мозговая С.В.)

13.06.23

6 день (понедельник)



Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
<b>Завтрак 1</b>						
Макароны отварные с маслом и сахаром	150	5,52	4,51	22,7	217,9	Азбука питания №222
Печенье с маслом	45/5	1,7	1,5	22,0	108,6	Азбука питания №408
Чай с сахаром	200	0,2	0,2	16,0	60,6	Азбука питания №704
<b>Итого за завтрак</b>	<b>400</b>	<b>7,42</b>	<b>6,21</b>	<b>60,7</b>	<b>387,1</b>	
<b>Завтрак 2</b>						
Сок фруктовый (фрукты свежие)	100	0,5	0,1	10,05	45,79	Азбука питания №703
Вода питьевая	300					
<b>Обед</b>						
Свекольник со сметаной	200/6	1,68	1,34	7,38	72,8	Азбука питания №101
Картофель по домашнему	150	2,5	3,39	9,63	84,2	Азбука питания № 225
Салат из свежих овощей	50	0,66	4,03	4,25	53,9	Азбука питания №608
Хлеб ржаной	25	1,49	0,25	11,0	46,87	Азбука питания
Батон	25	2,46	0,86	16,74	85,7	
Компот из сухофруктов	180	0,94	-	24,85	96,61	Азбука питания №702
<b>Итого за обед</b>	<b>660</b>	<b>15,19</b>	<b>14,63</b>	<b>78,77</b>	<b>538,68</b>	
<b>Полдник</b>						
Какао напиток на молоке	180	6,48	6,46	25	185,8	Азбука питания №701
Свежая выпечка (манник)	70	5,84	7,7	49,0	220,4	Азбука питания №402
<b>Итого за полдник</b>	<b>250</b>	<b>12,32</b>	<b>14,16</b>	<b>74</b>	<b>406,2</b>	
<b>Ужин</b>						
Каша молочная пшеничная	200	7,44	8,06	35,28	243,92	Азбука питания №302
Батон	50	12,46	0,86	16,74	85,7	Азбука питания
Чай с сахаром	200	0,2	0,2	16,0	60,06	Азбука питания №704
<b>Итого за ужин</b>	<b>450</b>	<b>20,01</b>	<b>9,12</b>	<b>57,7</b>	<b>389,68</b>	
<b>Итого:</b>	<b>1860</b>	<b>55,44</b>	<b>44,12</b>	<b>281,22</b>	<b>1767,45</b>	

Исполнитель медсестра

С 01.03. овощи прошлого года подвергаются термической обработке



Заведующий

Приказ №85а

Д/с № 74

УТВЕРЖДАЮ

(Мозговая С.В.)

13.06.23

7 день (вторник)

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
<b>Завтрак 1</b>						
Каша молочная геркулесовая	200	11,4	9,64	54,9	160,8	Азбука питания №303
Бутерброд с маслом и сыром	40/5/15	11,63	24,74	26,76	381,17	Азбука питания №410
Кофейный напиток на молоке (какао)	180	4,16	5,47	24,01	159,77	Азбука питания №705
Вода питьевая (на весь день)	300					
Итого за завтрак	460	27,19	39,85	105,67	703,42	
<b>Завтрак 2</b>						
Сок фруктовый (фрукты свежие)	100	0,5	0,1	10,05	45,79	Азбука питания №703
<b>Обед</b>						
Суп рыбный	200	1,58	6,19	12,34	112,47	Азбука питания №102
Пудинг из печени	80	17,88	2,4	4,77	144,00	Азбука питания №210
Рис отварной	150	3,6	5,3	36,7	209,7	Азбука питания №223
Салат из свежих овощей	50	0,45	2,35	2,96	34,8	Азбука питания № 56
Хлеб ржаной	25	1,49	0,25	11,00	46,87	Азбука питания
Батон	25	2,46	0,86	16,74	85,7	Азбука питания
Компот из сухофруктов	180	0,94	-	24,85	96,61	Азбука питания №702
Итого за обед	700	28,4	17,35	109,36	730,15	
<b>Полдник</b>						
Булка «Ромашка»	70	3,7	3,7	13,8	75,3	Азбука питания
Кисло-молочная продукция (кефир)	180	4,5	5,4	7,2	110,8	Азбука питания №706
Итого за полдник	250	8,2	9,1	21	186,1	
<b>Ужин</b>						
Биточки рыбные	100	11,7	13,5	4,78	186,27	Азбука питания №509
Икра овощная	80	1,52	7,1	6,2	95,2	Азбука питания №618
Хлеб ржаной	25	1,49	0,25	11,00	46,87	Азбука питания
Батон	25	1,7	0,7	11,5	61,0	Азбука питания
Чай с сахаром	200	0,2	0,2	16,0	60,06	Азбука питания №704
Итого за ужин	450	16,61	21,75	49,48	449,4	
итого	1960	80,9	88,15	295,56	2114,86	

Исполнитель: старшая медсестра

С 01.03. овощи прошлого года подвергаются термической обработке

УТВЕРЖДАЮ:  
 (Мозговая С.В.)  
 13.06.23



8 день (среда)

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
<b>Завтрак 1</b>						
Каша пшенная молочная жидкая	200	6	5,8	43,8	248	Азбука питания №304
Бутерброд с маслом и сыром (горячий)	45/5	2,75	8,5	16,44	153	Азбука питания №409
Чай с сахаром	180	0,2	0,2	16,0	60,06	Азбука питания №704
<b>Итого за завтрак</b>	<b>430</b>	<b>8,95</b>	<b>14,5</b>	<b>76,24</b>	<b>461,06</b>	
<b>Завтрак 2</b>						
Сок фруктовый, (фрукты свежие)	100	0,5	0,1	10,05	45,79	Азбука питания №703
Вода питьевая (весь день)	300					
<b>Обед</b>						
Суп с клецками	200	2,98	8,62	16,88	135,69	Азбука питания №103
Котлета мясная с соусом	80	6,99	4,5	9,9	108,2	Азбука питания №208
Гречка отварная	120	2,89	4,23	16,17	144,43	Азбука питания №224
Овощи свежие(помидор, огурец)	40	0,38	0,07	1,61	8,05	Азбука питания №619
Хлеб ржаной	25	1,49	0,25	11,00	46,87	Азбука питания
Батон	25	2,46	0,86	16,74	85,7	Азбука питания
Компот из сухофруктов	180	0,94	-	24,85	96,61	Азбука питания №702
<b>Итого за обед</b>	<b>670</b>	<b>18,13</b>	<b>18,53</b>	<b>107,15</b>	<b>671,34</b>	
<b>Полдник</b>						
Кондитерские изделия (печенье)	50	10,25	5,75	23	235	Азбука питания
Молоко	200	12	9,6	12,6	201	Азбука питания №706
<b>Итого за полдник</b>	<b>250</b>	<b>22,25</b>	<b>15,35</b>	<b>45,6</b>	<b>436</b>	
<b>Ужин</b>						
Лапшевник	200	17,9	19,2	23,4	382,4	Азбука питания №503
Соус (сладкий, молочный)	50	1,83	2,72	3,92	66,13	Азбука питания №602
Чай с сахаром	200	0,2	0,2	16,0	60,06	Азбука питания №704
<b>Итого за ужин</b>	<b>450</b>	<b>29,93</b>	<b>22,12</b>	<b>43,32</b>	<b>508,599</b>	
<b>Итого:</b>	<b>1900</b>	<b>69,46</b>	<b>69,6</b>	<b>258,36</b>	<b>2122,78</b>	

Исполнитель: старшая медсестра \_\_\_\_\_

С 01.03. овощи прошлого года подвергаются термической обработке



Заведующий

Приказ №85а

9 день(четверг)

УТВЕРЖДАЮ

(Мозговая С.В.)

13.06.23



Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
<b>Завтрак 1</b>						
Каша манная	200	6,32	10,18	26,34	223,16	Азбука питания №305
Бутерброд с маслом	40/5/	6,56	13,96	15,08	214,94	Азбука питания №410
Кофейный напиток на молоке (какао)	200	4,16	5,47	24,01	159,77	Азбука питания №705
Вода питьевая (на весь день)	300					
Итого за завтрак	457	17,04	29,61	65,43	597,87	
<b>Завтрак 2</b>						
Витаминный напиток, (фрукты свежие), сок	100	0,4	-	11,3	46,0	Азбука питания №703
<b>Обед</b>						
Суп лапша	200	3,44	0,5	8,36	61,2	Азбука питания №104
Голубцы ленивые	80	13,9	13,36	2,61	183,12	Азбука питания №219
Картофель отварной	150	6,7	5,7	30,6	267,26	Азбука питания №306
Овощи свежие(помидор, огурец)	40	0,38	0,07	1,61	8,05	Азбука питания №619
Хлеб ржаной	25	1,49	0,25	11,00	46,87	Азбука питания
Батон	25	2,46	0,86	16,74	85,7	Азбука питания
Компот из сухофруктов	180	0,94	-	24,85	96,61	Азбука питания №702
Итого за обед	700	29,31	20,74	95,77	498,74	
<b>Полдник</b>						
Бутерброд с повидлом	40/10	1,0	13,8	16,0	180,6	Азбука питания №411
Кефир	200	12	9,6	12,6	201	Азбука питания №707
Итого за полдник	250	13	23,4	28,6	381,6	
<b>Ужин</b>						
Суфле рыбное	100	30,4	1,07	7,76	151,09	Азбука питания №221
Икра овощная	85	0,53	4,03	3,07	50,43	Азбука питания №612
Хлеб ржаной	25	1,49	0,25	11,00	46,87	Азбука питания
Батон	40	1,46	0,86	16,74	85,7	Азбука питания
Чай с сахаром	200	0,2	0,2	16,0	60,06	Азбука питания №704
Итого за ужин	455	35,08	6,41	54,57	394,15	
Итого	1957	94,83	80,16	255,67	1918,36	

Исполнитель: старшая медсестра

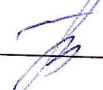
С 01.03. овощи прошлого года подвергаются термической обработке



УТВЕРЖДАЮ:  
 (Мозговая С.В.)  
 13.06.23

10 день (пятница)

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
<b>Завтрак 1</b>						
Каша молочная сборная	200	6,68	10,32	25,6	222,7	Азбука питания №307
Бутерброд с маслом	40/5	2,75	8,5	16,44	153	Азбука питания №409
Чай с сахаром	180	0,2	0,2	16	60,06	Азбука питания №704
Вода питьевая	300					
<b>Итого за завтрак</b>	<b>425</b>	<b>9,63</b>	<b>19,02</b>	<b>58,04</b>	<b>435,76</b>	
<b>Завтрак 2</b>						
Фрукты свежие, (сок фруктовый)	100	0,5	0,1	10,05	45,79	Азбука питания №703
<b>Обед</b>						
Суп крестьянский со сметаной	200	8,16	7,58	16,7	180,8	Азбука питания №105
Яйцо отварное	60	10,11	7,59	5,18	134,9	Азбука питания № 213
Капуста тушеная с мясом	150	3,18	6,72	6,98	119,7	Азбука питания №218
Хлеб ржаной	25	1,49	0,25	11,0	46,87	Азбука питания
Батон	25	2,46	0,86	16,74	85,7	Азбука питания
Кисель	200	2,04	-	23,5	174,28	Азбука питания №708
<b>Итого за обед</b>	<b>650</b>	<b>27,44</b>	<b>23</b>	<b>80,1</b>	<b>742,25</b>	
<b>Полдник</b>						
Свежая выпечка (булочка)	70	2,17	3,51	18,25	113,19	Азбука питания №405
Кисло- молочная продукция (йогурт)	180	4,5	5,4	7,2	110,8	Азбука питания №706
<b>Итого за полдник</b>	<b>250</b>	<b>6,67</b>	<b>8,91</b>	<b>25,45</b>	<b>223,99</b>	
<b>Ужин</b>						
Творожно – рисовый пудинг	180	27,74	12,47	71,39	204,83	Азбука питания №504
Молоко сгущенное	20	0,55	1,0	4,8	31,1	Азбука питания
Кондитерские изделия (вафли)	50	1,2	2,0	5,2	81,2	Азбука питания
Чай с сахаром	200	0,2	0,2	16,0	60,06	Азбука питания №704
<b>Итого за ужин</b>	<b>450</b>	<b>29,69</b>	<b>15,67</b>	<b>97,39</b>	<b>677,19</b>	
<b>Итого:</b>	<b>1875</b>	<b>73,93</b>	<b>67,4</b>	<b>274,68</b>	<b>1806,98</b>	

Исполнитель: старшая медсестра 

С 01.03. овощи прошлого года подвергаются термической обработке