

**ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ  
РАЦИОН ПИТАНИЯ  
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5-9 КЛАССОВ  
МБОУ «НЕКЛЮДОВСКАЯ ООШ  
ИМ. Б.В.КУРЦЕВА»**

## 1 День

| № рецептуры          | Наименование блюда  | выход      | молоко    | хлеб пш.       | Масло сливоч     | Картофель    | соль       | минтай         | мука пш.        | Лук репчатый | Сметана    | Какао     | Песок сахарный | масло раст. | Хлеб ржаной | яблоко        | свекла    | огурцы сол. | морковь |          |
|----------------------|---|------------|-----------|----------------|------------------|--------------|------------|----------------|-----------------|--------------|------------|-----------|----------------|-------------|-------------|---------------|-----------|-------------|---------|----------|
|                      | <b>Завтрак</b>  |            |           |                |                  |              |            |                |                 |              |            |           |                |             |             |               |           |             |         |          |
| 71/2004              | Винегрет овощной  | 100        |           |                |                  | 33           | 0,5        |                |                 | 24           |            |           |                | 10          |             |               | 19        | 40          | 18      |          |
| 520/2004             | Пюре картофельное   | 150        | 24        |                | 5                | 171          | 0,5        |                |                 |              |            |           |                |             |             |               |           |             |         |          |
| 394/2004<br>600/2004 | Тефтели рыбные с соусом сметанным                         | 80/30      | 16        | 11             |                  |              | 1,5        | 75             | 6+2             | 14           | 7,5        |           |                | 6           |             |               |           |             |         |          |
| 693/2004             | Какао с молоком   | 200        | 100       |                |                  |              |            |                |                 |              |            | 2,16      | 15             |             |             |               |           |             |         |          |
|                      | Хлеб ржаной   | 30         |           |                |                  |              |            |                |                 |              |            |           |                |             | 30          |               |           |             |         |          |
|                      | Фрукт свежий (яблоко)                                     | 109        |           |                |                  |              |            |                |                 |              |            |           |                |             |             | 109           |           |             |         |          |
|                      | итого на 1 чел  |            | 0,1<br>4  | 0,011          | 0,00<br>5        | 0,20<br>4    | 0,002<br>5 | 0,07<br>5      | 0,008           | 0,03<br>8    | 0,007<br>5 | 0,00<br>2 | 0,01<br>5      | 0,01<br>6   | 0,03        | 0,11          | 0,01<br>9 | 0,04        | 0,018   | 0        |
|                      | цена  |            | 67        | 81             | 675              | 20           | 16         | 165            | 40              | 26           | 238        | 350       | 75             | 125         | 47          | 92            | 24        | 105,3       | 29      |          |
|                      | итого за завтрак  | 53,80      | 9,3<br>8  | 0,89           | 3,38             | 4,08         | 0,04       | 12,3<br>8      | 0,32            | 0,99         | 1,79       | 0,76      | 1,13           | 2,00        | 1,41        | 10,0<br>9     | 0,46      | 4,21        | 0,52    | 0,0<br>0 |
|                      | <b>Обед</b>   | выход      | вермешель | хлеб пшеничный | Масло растительн | песок сахар. |            | грудка куриная | горошек зеленый | лук реп.     | картофель  | морковь   | капуста св.    | лимон       | хлеб рж.    | лавровый лист | соль      |             |         |          |
| 140/2004             | Суп с макаронными изделиями, картофелем и куриной грудкой | 250/1<br>5 | 10        |                | 5                |              |            | 27             |                 | 12           | 100        | 13        |                |             |             |               | 1         |             |         |          |
| 541/2004             | Рагу из овощей с куриной грудкой                          | 200/5<br>0 |           |                | 6                |              |            | 90             | 72              | 27           | 123        | 57        | 71             |             |             | 0,16          | 1         |             |         |          |
| 699/2004             | Напиток лимонный  | 200        |           |                |                  | 24           |            |                |                 |              |            |           |                | 16          |             |               |           |             |         |          |
|                      | Хлеб ржаной   | 40         |           |                |                  |              |            |                |                 |              |            |           |                |             | 40          |               |           |             |         |          |
|                      | Хлеб пшеничный  | 33         |           | 33             |                  |              |            |                |                 |              |            |           |                |             |             |               |           |             |         |          |
|                      | итого на 1 чел  |            | 0,0<br>1  | 0,033<br>5     | 0,01<br>1        | 0,02<br>4    | 0          | 0,11<br>7      | 0,072           | 0,03<br>9    | 0,223      | 0,07      | 0,07<br>1      | 0,01<br>6   | 0,04        | 2Е-<br>04     | 0,00<br>2 |             |         |          |
|                      | цена  |            | 56        | 81             | 125              | 75           |            | 288            | 130             | 26           | 20         | 29        | 26             | 170         | 47          | 720           | 16        |             |         |          |
|                      | итого за обед   | 63,6       | 0,5<br>6  | 2,711<br>8     | 1,37<br>5        | 1,8          | 0          | 33,7           | 9,36            | 1,01<br>4    | 4,46       | 2,03      | 1,84<br>6      | 2,72        | 1,88        | 0,11<br>5     | 0,03<br>2 | 0           | 0       |          |

## 2 День

| № рецептур ы         | Наименование блюда                             | выход  | сок               | яйцо      | масло слив. | молоко      |          | соль  | Хлеб пшеничн |           |           |          |          |           |            |             |              |                   |      |    |
|----------------------|--|--------|-------------------|-----------|-------------|-------------|----------|-------|--------------|-----------|-----------|----------|----------|-----------|------------|-------------|--------------|-------------------|------|----|
|                      |  |        |                   |           |             |             |          |       |              |           |           |          |          |           |            |             |              |                   |      |    |
|                      | <b>Завтрак</b>                                 |        |                   |           |             |             |          |       |              |           |           |          |          |           |            |             |              |                   |      |    |
| 340/2004             | Омлет натуральный                              | 170    |                   | 136       | 9           | 48          |          | 1     |              |           |           |          |          |           |            |             |              |                   |      |    |
|                      | Сок  | 200    | 200               |           |             |             |          |       |              |           |           |          |          |           |            |             |              |                   |      |    |
|                      | Хлеб пшеничный                                 | 25     |                   |           |             |             |          |       | 25           |           |           |          |          |           |            |             |              |                   |      |    |
|                      |  |        |                   |           |             |             |          |       |              |           |           |          |          |           |            |             |              |                   |      |    |
|                      | итого на 1 чел                                 |        | 0,2               | 0,13<br>6 | 0,009       | 0,048       |          | 0,001 | 0,02<br>5    |           |           |          | 0        |           |            | 0           |              | 0                 |      | 0  |
|                      | цена   |        | 85                | 187,<br>5 | 675         | 67          |          | 16    | 81           |           | 80        | 0        | 0        | 0         |            |             |              |                   |      |    |
|                      | итого за завтрак                               | 53,8   | 17                | 25,5      | 6,075       | 3,216       | 0        | 0,016 | 1,99<br>3    | 0         | 0         | 0        | 0        | 0         | 0          | 0           | 0            | 0                 | 0    | 0  |
|                      | <b>Обед</b>                                    | выход  | куриная<br>грудка | молоко    | морковь     | масло слив. | хлеб рж. | сахар | соль         | сыр       | картофель | свекла   | лук реп. | Минтай    | сухофрукты | капуста св. | масло растит | помидор<br>свежий |      |    |
|                      |  |        |                   |           |             |             |          |       |              |           |           |          |          |           |            |             |              |                   |      |    |
| 110/2004             | Борщ с капустой и картофелем и куриной грудкой | 250/20 | 36                |           | 16          |             |          | 2     | 2            |           | 27        | 50       | 12       |           |            | 25          | 5            |                   |      |    |
| 386/2004<br>597/2004 | Рыба запеченая под молоч. соусом               | 80/30  |                   | 15        |             | 3+4         |          |       | 0,5          | 2         |           |          | 6        | 138       |            |             |              |                   |      |    |
| 520/2004             | Картофельное пюре                              | 180    |                   | 29        |             | 5           |          |       | 1            |           | 205       |          |          |           |            |             |              |                   |      |    |
| 639/2004(2)          | Компот из сухофруктов                          | 200    |                   |           |             |             |          | 15    |              |           |           |          |          |           | 20         |             |              |                   |      |    |
|                      | Хлеб ржаной                                    | 30     |                   |           |             |             | 30       |       |              |           |           |          |          |           |            |             |              |                   |      |    |
|                      | Помидор свежий порционно                       | 60     |                   |           |             |             |          |       |              |           |           |          |          |           |            |             |              |                   |      | 60 |
|                      |  |        |                   |           |             |             |          |       |              |           |           |          |          |           |            |             |              |                   |      |    |
|                      | итого на 1 чел                                 |        | 0,03<br>6         | 0,04<br>4 | 0,016       | 0,012       | 0,03     | 0,017 | 0,00<br>3    | 0,00<br>2 | 0,23<br>2 | 0,0<br>5 | 0,018    | 0,13<br>8 | 0,02       | 0,025       | 0,00<br>5    |                   | 0,06 |    |
|                      | цена   |        | 288               | 67        | 29          | 675         | 47       | 75    | 16           | 590       | 20        | 24       | 26       | 165       | 125        | 26          | 125          | 80                |      |    |
|                      | итого за обед                                  | 63,6   | 10,3<br>7         | 2,94<br>8 | 0,464       | 8,1         | 1,41     | 1,275 | 0,04<br>8    | 1,18      | 4,64      | 1,2      | 0,468    | 22,7<br>7 | 2,5        | 0,65        | 0,62<br>5    | 4,82<br>8         |      |    |

3 День

| № рецептуры    | Наименование блюда                      | выход  | творог | Морковь | Масло растительное | сахар | мука пшенич | яйца   | Молоко сгущенное |       | соль   | хлеб пш. | чай    |       |       |             |               |      |                |
|----------------|---|--------|--------|---------|--------------------|-------|-------------|--------|------------------|-------|--------|----------|--------|-------|-------|-------------|---------------|------|----------------|
|                |   |        |        |         |                    |       |             |        |                  |       |        |          |        |       |       | огурцы сол. | масло сливоч. | рис  | песок сахарный |
| <b>Завтрак</b> |   |        |        |         |                    |       |             |        |                  |       |        |          |        |       |       |             |               |      |                |
| 360/2004       | Сырники с морковью со сгущенным молоком | 180/29 | 127    | 45      | 5                  | 11    | 25          | 7      | 29               |       | 1,5    |          |        |       |       |             |               |      |                |
| 685/2004       | Чай с сахаром                           | 200    |        |         |                    | 15    |             |        |                  |       |        |          | 0,72   |       |       |             |               |      |                |
|                | хлеб пшеничный                          | 40     |        |         |                    |       |             |        |                  |       |        | 40       |        |       |       |             |               |      |                |
|                | <b>итого на 1 чел</b>                   |        | 0,127  | 0,045   | 0,005              | 0,026 | 0,025       | 0,007  | 0,029            |       | 0,0015 | 0,04     | 0,0007 |       |       |             |               |      |                |
|                | <b>цена</b>                             |        | 290    | 29      | 125                | 75    | 40          | 187,5  | 245              |       | 16     | 81       | 550    |       |       |             |               |      |                |
|                | <b>итого за завтрак</b>                 | 53,80  | 36,83  | 1,305   | 0,625              | 1,95  | 1           | 1,3125 | 7,105            | 0     | 0,024  | 3,25     | 0,396  | 0     | 0     |             |               |      |                |
| <b>Обед</b>    |   |        |        |         |                    |       |             |        |                  |       |        |          |        |       |       |             |               |      |                |
| 132/2004       | Рассольник "Ленинградский"              | 250    |        | 45      |                    |       | 1           |        | 100              | 5     | 13     | 6        | 5      |       |       |             |               |      |                |
| 437/2004       | Гуляш из куриных грудок                 | 60/50  | 108    |         |                    |       | 1           |        |                  |       | 10     | 12       | 6      |       | 4     |             |               |      |                |
| 511/2004       | Рис отварной                            | 180    |        |         | 5                  | 65    | 1           |        |                  |       |        |          |        |       |       |             |               |      |                |
|                | Огурец свежий порционно                 | 30     |        |         |                    |       |             |        |                  |       |        |          |        |       |       | 30          |               |      |                |
| 699/2004       | Напиток апельсиновый                    | 200    |        |         |                    |       |             | 24     |                  |       |        |          |        |       | 22    |             |               |      |                |
|                | Хлеб ржаной                             | 47     |        |         |                    |       |             |        |                  |       |        |          |        |       |       |             | 30            |      |                |
|                | хлеб пшеничный                          | 32     |        |         |                    |       |             |        |                  |       |        |          |        |       |       |             |               | 30   |                |
|                | <b>итого на 1 чел</b>                   |        | 0,108  | 0,045   | 0,005              | 0,065 | 0,003       | 0,024  | 0,1              | 0,005 | 0,023  | 0,018    | 0,011  | 0,022 | 0,004 | 0,03        | 0,03          | 0,03 |                |
|                | <b>цена</b>                             |        | 288    | 105,26  | 675                | 102   | 16          | 75     | 20               | 30    | 29     | 26       | 125    | 165   | 40    | 120         | 47            | 81   |                |
|                | <b>итого за обед</b>                    | 63,60  | 31,10  | 4,74    | 3,38               | 6,63  | 0,05        | 1,80   | 2,00             | 0,15  | 0,67   | 0,47     | 1,38   | 3,63  | 0,16  | 3,62        | 1,41          | 2,43 | 0,00           |

## 4 день

| № рецептуры           | Наименование блюда                             | выход  | молоко | масло сливочное | хлеб пшеничный | сахар        | макаронны      | Какао           | Соль    | грудка куриная | сахари паниров. | масло растител  | печенье |             |            |       |    |        |      |
|-----------------------|--|--------|--------|-----------------|----------------|--------------|----------------|-----------------|---------|----------------|-----------------|-----------------|---------|-------------|------------|-------|----|--------|------|
|                       | <b>Завтрак</b>                                 |        |        |                 |                |              |                |                 |         |                |                 |                 |         |             |            |       |    |        |      |
| 498/2004              | котлета куриная                                | 90     | 15     |                 | 16             |              |                |                 | 0,6     | 96             | 6               | 4               |         |             |            |       |    |        |      |
| 332/2004              | Макаронны отварные                             | 180    |        | 6               |                |              | 61             |                 | 0,6     |                |                 |                 |         |             |            |       |    |        |      |
| 693/2004              | Какао с молоком                                | 200    | 100    |                 |                | 15           |                | 2,16            |         |                |                 |                 |         |             |            |       |    |        |      |
|                       | Хлеб пшеничный                                 | 40     |        |                 | 40             |              |                |                 |         |                |                 |                 |         |             |            |       |    |        |      |
|                       | Печенье  | 23     |        |                 |                |              |                |                 |         |                |                 |                 | 23      |             |            |       |    |        |      |
|                       | итого на 1 чел                                 |        | 0,115  | 0,006           | 0,056          | 0,015        | 0,061          | 0,002           | 0,00125 | 0,096          | 0,006           | 0,004           | 0,023   | 0           | 0          |       |    |        |      |
|                       | цена   |        | 67     | 675             | 81             | 75           | 56             | 350             | 16      | 288            | 80              | 125             | 155     |             |            |       |    |        |      |
|                       | итого за завтрак                               | 53,80  | 7,705  | 4,05            | 4,536          | 1,125        | 3,416          | 0,756           | 0,02    | 27,648         | 0,48            | 0,5             | 3,56    | 0           | 0          | 0     | 0  | 0      | 0    |
|                       | <b>Обед</b>                                    | Выход  | печень | морковь         | сахар          | лук репчатый | куриная грудка | масло раститель | капуста | картофель      | мука пшенич     | масло сливочное | сметана | хлеб ржаной | сухофрукты | греча |    |        | соль |
| 124/2004              | Щи из св.капусты с картофелеми куриной грудкой | 250/20 |        | 13              |                | 12           | 36             | 5               | 63      | 40             |                 |                 |         |             |            |       |    |        | 1    |
| 431/2004(600/2004(3)) | Печень по -строгановски                        | 50/50  | 88     |                 |                |              |                |                 |         |                | 4               | 10              | 12,5    |             |            |       |    |        | 0,5  |
| 516/2004              | Греча отварная                                 | 180    |        |                 |                |              |                |                 |         |                |                 | 5               |         |             |            |       | 76 |        | 1    |
| 539/2004(2)           | Компот из сухофруктов                          | 200    |        |                 | 15             |              |                |                 |         |                |                 |                 |         |             | 20         |       |    |        |      |
|                       | Хлеб ржаной                                    | 32     |        |                 |                |              |                |                 |         |                |                 |                 |         | 32          |            |       |    |        |      |
|                       | итого на 1 чел                                 |        | 0,088  | 0,013           | 0,015          | 0,012        | 0,036          | 0,005           | 0,063   | 0,04           | 0,004           | 0,015           | 0,013   | 0,032       | 0,02       | 0,076 | 0  | 0,0025 |      |
|                       | цена   |        | 295    | 29              | 75             | 26           | 288            | 125             | 26      | 20             | 40              | 675             | 238     | 47          | 125        | 67    | 81 | 16     |      |
|                       | итого за обед                                  | 63,6   | 25,96  | 0,377           | 1,125          | 0,312        | 10,368         | 0,625           | 1,638   | 0,8            | 0,16            | 10,125          | 2,975   | 1,503       | 2,5        | 5,092 | 0  | 0,04   |      |

## 5 День

| № рецептуры          | Наименование продукта                             | выход  | яйцо   | сахар          | масло слив.     | хлеб пшен. | Сметана        | рис         | соль   |          | сгущенное молоко | Молоко  | Кофейный напиток | Сухари паниров. | сыр    | творог   | мандарин |              |         |         |     |
|----------------------|---|--------|--------|----------------|-----------------|------------|----------------|-------------|--------|----------|------------------|---------|------------------|-----------------|--------|----------|----------|--------------|---------|---------|-----|
|                      | <b>Завтрак</b>                                    |        |        |                |                 |            |                |             |        |          |                  |         |                  |                 |        |          |          |              |         |         |     |
|                      | Хлеб пшеничный                                    | 40     |        |                |                 | 40         |                |             |        |          |                  |         |                  |                 | 20     |          |          |              |         |         |     |
| 315/2004             | Запеканка творожно - рисовая со сгущенным молоком | 180/20 | 7      | 9              | 4               |            | 4              | 54          | 1,5    |          | 20               |         |                  | 4               |        | 29       |          |              |         |         |     |
| 692/2004             | Кофейный напиток                                  | 200    |        | 15             |                 |            |                |             |        |          |                  | 50      | 4                |                 |        |          |          |              |         |         |     |
|                      | Фрукт свежий (мандарин)                           | 109    |        |                |                 |            |                |             |        |          |                  |         |                  |                 |        |          |          |              |         |         | 109 |
|                      | итого на 1 чел                                    |        | 0,007  | 0,024          | 0,004           | 0,04       | 0,004          | 0,054       | 0,0015 |          | 0,02             | 0,05    | 0,004            | 0,004           | 0      | 0,029    | 0,109    |              |         |         |     |
|                      | цена  |        | 187,5  | 75             | 675             | 81         | 238            | 102         | 16     |          | 245              | 67      | 410              | 80              | 590    | 290      | 180      |              |         |         |     |
|                      | итого за завтрак                                  | 53,8   | 1,3125 | 1,8            | 2,7             | 3,24       | 0,952          | 5,508       | 0,024  | 0        | 4,9              | 3,35    | 1,64             | 0,32            | 0      | 8,41     | 19,64    |              |         |         |     |
|                      | <b>Обед</b>                                       | выход  | яйцо   | песок сахарный | масло сливочное | минтай     | грудка куриная | капуста св. | соль   | мука пш. | картофель        | морковь | лук реп.         | крупя перловая  | молоко | хлеб рж. | сок      | Масло растит | крахмал | помидор |     |
|                      | Помидор свежий порционно                          | 70     |        |                |                 |            |                |             |        |          |                  |         |                  |                 |        |          |          |              |         |         | 73  |
| 134/2004             | Суп Крестьянский с крупой и куриной грудкой       | 250/20 |        |                |                 |            | 36             | 38          | 0,4    |          | 33               | 13      | 12               | 10              |        |          |          | 5            |         |         |     |
| 400/2004<br>598/2004 | Суфле рыбное под соусом молочным густым           | 80/30  | 8,8    |                | 4               | 126        |                |             | 0,5    | 4        |                  |         |                  |                 | 23     |          |          | 3            |         |         |     |
| 520/2004             | Картофельное пюре                                 | 180    |        |                | 5               |            |                |             | 0,5    |          | 205              |         |                  |                 | 29     |          |          |              |         |         |     |
| 645/2004             | Кисель из сока                                    | 200    |        | 24             |                 |            |                |             |        |          |                  |         |                  |                 |        |          |          |              |         | 60      | 10  |
|                      | хлеб ржаной                                       | 30     |        |                |                 |            |                |             |        |          |                  |         |                  |                 |        | 30       |          |              |         |         |     |
|                      | итого на 1 чел                                    |        | 0,0088 | 0,024          | 0,009           | 0,126      | 0,036          | 0,038       | 0,0014 | 0,004    | 0,238            | 0,013   | 0,012            | 0,01            | 0,052  | 0,03     | 0,06     | 0,008        | 0,01    | 0,073   |     |
|                      | цена  |        | 187,5  | 75             | 675             | 165        | 288            | 26          | 16     | 40       | 20               | 29      | 26               | 30              | 67     | 47       | 45       | 125          | 160     | 80      |     |
|                      | итого за обед                                     | 63,6   | 1,65   | 1,8            | 6,075           | 20,79      | 10,368         | 0,988       | 0,0224 | 0,16     | 4,76             | 0,377   | 0,312            | 0,3             | 3,484  | 1,41     | 2,7      | 1            | 1,6     | 5,804   |     |

6 день

| № рецептуры | Наименование блюда                       | выход     | пшено  | молоко     | сахар      | сливочное масло | яблоко         | масло растительн | яйцо     | Хлеб пшенич | Дрожжи      | мука пшен. | Чай     | Соль    | Лимон    | сыр            |          |       |               |      |  |    |
|-------------|--|-----------|--------|------------|------------|-----------------|----------------|------------------|----------|-------------|-------------|------------|---------|---------|----------|----------------|----------|-------|---------------|------|--|----|
| 266/1994    | Каша пшенная молочная                    | 200/5     | 25     | 160        | 2          | 5               |                |                  |          |             |             |            |         | 0,8     |          |                |          |       |               |      |  |    |
| 686/2004    | Чай с сахаром и лимоном                  | 200/15/8  |        |            | 15         |                 |                |                  |          |             |             |            | 0,72    |         | 8        |                |          |       |               |      |  |    |
|             | Сыр порционный                           | 15        |        |            |            |                 |                |                  |          |             |             |            |         |         |          |                |          |       |               |      |  | 17 |
|             | Хлеб пшеничный                           | 30        |        |            |            |                 |                |                  |          | 30          |             |            |         |         |          |                |          |       |               |      |  |    |
| 766/2004    | Сдоба обыкновенная                       | 100       |        | 17         | 7,5        | 2+3             |                | 1                | 3        |             | 1           | 74         |         | 1       |          |                |          |       |               |      |  |    |
|             | Фрукт свежий (яблоко)                    | 155       |        |            |            |                 | 155            |                  |          |             |             |            |         |         |          |                |          |       |               |      |  |    |
|             | итого на 1 чел                           |           | 0,025  | 0,177      | 0,0245     | 0,01            | 0,155          | 0,001            | 0,003    | 0,03        | 0,001       | 0,074      | 0,0007  | 0,0018  | 0,008    | 0,017          |          |       |               |      |  |    |
|             | цена                                     |           | 42     | 67         | 75         | 675             | 92             | 125              | 187,5    | 81          | 140         | 40         | 550     | 16      | 170      | 590            |          |       |               |      |  |    |
|             | итого за завтрак                         | 53,80     | 1,05   | 11,859     | 1,8375     | 6,75            | 14,28          | 0,125            | 0,5625   | 2,43        | 0,14        | 2,96       | 0,396   | 0,0288  | 1,36     | 10,02          |          |       |               |      |  |    |
|             | <b>Обед</b>                              | выход     | молоко | сухофрукты | мука пшен. | Масло раститель | песок сахарный | лим. К-та        | говядина | свекла      | капуста св. | картофель  | Морковь | сметана | Лук реп. | масло сливочно | хлеб рж. | соль  | сухари панир. | хлеб |  |    |
| 109/2004    | Свекольник со сметаной                   | 250/10    |        |            |            |                 | 3              | 0,17             |          | 69          | 19          |            | 13      | 10      | 12       | 5              |          | 1     |               |      |  |    |
| 478/2004    | Запеканка картофельная с молочным соусом | 50/150/30 | 15     |            | 2          | 2+2+4           |                |                  | 79       |             |             | 211        |         |         | 16       |                |          | 1     | 4             |      |  |    |
| 639/2004    | Компот из сухофруктов                    | 200       |        | 20         |            |                 | 15             | 0,2              |          |             |             |            |         |         |          |                |          |       |               |      |  |    |
|             | Хлеб ржаной                              | 40        |        |            |            |                 |                |                  |          |             |             |            |         |         |          |                | 40       |       |               |      |  |    |
|             | Хлеб пшеничный                           | 40        |        |            |            |                 |                |                  |          |             |             |            |         |         |          |                |          |       |               |      |  |    |
|             | итого на 1 чел                           |           | 0,015  | 0,02       | 0,002      | 0,008           | 0,018          | 4E-04            | 0,079    | 0,069       | 0,019       | 0,211      | 0,013   | 0,01    | 0,028    | 0,005          | 0,04     | 0,002 | 0,004         | 0,   |  |    |
|             | цена                                     |           | 67     | 125        | 40         | 125             | 75             | 700              | 490      | 24          | 26          | 20         | 29      | 238     | 26       | 675            | 47       | 16    | 80            |      |  |    |
|             | итого за обед                            | 63,6      | 1,005  | 2,5        | 0,08       | 1               | 1,35           | 0,259            | 38,71    | 1,656       | 0,494       | 4,22       | 0,377   | 2,38    | 0,728    | 3,375          | 1,88     | 0,032 | 0,32          | 3,2  |  |    |

## 7 день

| № рецептуры | Наименованию блюда                | выход  | рис                | Масло растительное | Куриная грудка | молоко      | Хлеб пшеничный | сахар | Кофейный напиток | Соль           | лук репч | морковь |   |           | масло слив         |       |          |      |               |
|-------------|-----------------------------------|--------|--------------------|--------------------|----------------|-------------|----------------|-------|------------------|----------------|----------|---------|---|-----------|--------------------|-------|----------|------|---------------|
|             | <b>Завтрак</b>                    |        |                    |                    |                |             |                |       |                  |                |          |         |   |           |                    |       |          |      |               |
| 443/2004    | Плов с куриной грудкой            | 50/150 | 51                 | 8                  | 90             |             |                |       |                  | 1              | 9        | 19      |   |           |                    |       |          |      |               |
| 692/2004    | Кофейный напиток                  | 200    |                    |                    |                | 50          |                | 15    | 4                |                |          |         |   |           |                    |       |          |      |               |
|             | Б-д с маслом сливочным            | 30/18  |                    |                    |                |             | 30             |       |                  |                |          |         |   |           | 18                 |       |          |      |               |
|             | <b>итого на 1 чел</b>             |        | 0,051              | 0,008              | 0,09           | 0,05        | 0,03           | 0,015 | 0,004            | 0,001          | 0,009    | 0,019   | 0 | 0         | 0,018              | 0     |          |      |               |
|             | <b>цена</b>                       |        | 102                | 125                | 288            | 67          | 81             | 75    | 410              | 16             | 26       | 29      |   |           | 675                |       |          |      |               |
|             | <b>итого за завтрак</b>           | 53,8   | 5,202              | 1                  | 25,92          | 3,35        | 2,43           | 1,125 | 1,64             | 0,016          | 0,234    | 0,551   | 0 | 0         | 12,33              | 0     |          |      |               |
|             | <b>Обед</b>                       | выход  | масло растительное | хлеб пшеничный     | грудка куриная | хлеб ржаной | сок            | сахар | мука пшеничная   | капуста свежая | лук      | морковь |   | картофель | консерва "горбуша" | соль  | хлеб рж. | соль | сухари панир. |
| 142/2004    | Суп с рыбными консервами          | 250/25 | 3                  |                    |                |             |                |       |                  |                | 12       | 13      |   | 133       | 25                 | 1     |          |      |               |
| 534/2004    | Капуста тушеная с куриной грудкой | 50/150 | 5                  |                    | 90             |             |                | 4     | 2,1              | 213            | 8,5      | 10      |   |           |                    | 1     |          |      |               |
|             | Сок                               | 200    |                    |                    |                |             | 200            |       |                  |                |          |         |   |           |                    |       |          |      |               |
|             | Хлеб ржаной                       | 40     |                    |                    |                | 40          |                |       |                  |                |          |         |   |           |                    |       |          |      |               |
|             | Хлеб пшеничный                    | 44     |                    | 44                 |                |             |                |       |                  |                |          |         |   |           |                    |       |          |      |               |
|             | <b>итого на 1 чел</b>             |        | 0,008              | 0,0443             | 0,09           | 0,04        | 0,2            | 0,004 | 0,0021           | 0,213          | 0,021    | 0,023   | 0 | 0,133     | 0,025              | 0,002 |          |      |               |
|             | <b>цена</b>                       |        | 125                | 81                 | 288            | 47          | 45             | 75    | 40               | 26             | 26       | 29      |   | 20        | 496                | 16    |          |      |               |
|             | <b>итого за обед</b>              | 63,6   | 1                  | 3,586              | 25,92          | 1,88        | 9              | 0,3   | 0,084            | 5,538          | 0,533    | 0,667   | 0 | 2,66      | 12,4               | 0,032 | 0        | 0    | 0             |



## 8 День

| № рецептуры | наименования блюда                           | выход  | молоко   | Какао порошок | мука пшеничная     | Минтай          | сахар  | Картофель | Соль      | Масло растительное | Масло сливочное | хлеб пшеничный | Сметана | лук репчатый |       | яблоко |         |         |   |       |
|-------------|--|--------|----------|---------------|--------------------|-----------------|--------|-----------|-----------|--------------------|-----------------|----------------|---------|--------------|-------|--------|---------|---------|---|-------|
|             | <b>Завтрак</b>                               |        |          |               |                    |                 |        |           |           |                    |                 |                |         |              |       |        |         |         |   |       |
| 394/2004    | Тефтели рыбные с соусом сметанным(№600 IIIк) | 80/30  | 16       |               | 6+2                | 75              |        |           | 0,5       | 6                  |                 | 11             | 7,5     | 14           |       |        |         |         |   |       |
| 520/2004    | Картофельное пюре                            | 180    | 29       |               |                    |                 |        | 205       | 0,5       |                    | 5               |                |         |              |       |        |         |         |   |       |
| 693/2004    | Какао с молоком                              | 200    | 100      | 2,16          |                    |                 | 15     |           |           |                    |                 |                |         |              |       |        |         |         |   |       |
|             | Хлеб пшеничный                               | 30     |          |               |                    |                 |        |           |           |                    |                 | 30             |         |              |       |        |         |         |   |       |
|             | Фрукт свежий (яблоко)                        | 172    |          |               |                    |                 |        |           |           |                    |                 |                |         |              |       |        |         |         |   | 172   |
|             | итого на 1 чел                               |        | 0,145    | 0,00216       | 0,008              | 0,075           | 0,015  | 0,205     | 0,001     | 0,006              | 0,005           | 0,041          | 0,0075  | 0,014        |       |        |         |         |   | 0,172 |
|             | цена   |        | 67       | 350           | 40                 | 165             | 75     | 20        | 16        | 125                | 675             | 81             | 238     | 26           |       |        |         |         |   | 92    |
|             | итого за завтрак                             | 53,8   | 9,715    | 0,756         | 0,32               | 12,38           | 1,125  | 4,1       | 0,016     | 0,75               | 3,375           | 3,321          | 1,785   | 0,364        | 0     | 15,8   |         |         |   |       |
|             | <b>Обед</b>                                  | выход  | говядина | помидор       | Масло растительное | масло сливочное | чай    | лук реп.  | картофель | фасоль             | мука пшеничная  | греча          | соль    | хлеб рж.     | сахар | свекла | морковь | капуста |   |       |
| 19/2004     | Салат из свежих помидоров                    | 80     |          | 72            | 4                  |                 |        | 24        |           |                    |                 |                | 1       |              |       |        |         |         |   |       |
| 111/2004    | Борщ сибирский                               | 250    |          |               | 5                  |                 |        | 12        | 13        | 5                  |                 |                | 1       |              | 3     | 50     | 16      | 25      |   |       |
| 437/2004    | Гуляш из говядины                            | 50/50  | 78       |               | 5                  |                 |        | 12        |           |                    | 3               |                | 0,5     |              |       |        | 3       |         |   |       |
| 508/2004    | Каша рассыпчатая гречневая                   | 180    |          |               |                    | 6               |        |           |           |                    |                 | 76             | 0,8     |              |       |        |         |         |   |       |
| 685/2004    | Чай с сахаром                                | 200/15 |          |               |                    |                 | 0,72   |           |           |                    |                 |                |         |              | 15    |        |         |         |   |       |
|             | Хлеб ржаной                                  | 46     |          |               |                    |                 |        |           |           |                    |                 |                |         | 46           |       |        |         |         |   |       |
|             | итого 1 чел                                  |        | 0,078    | 0,072         | 0,014              | 0,006           | 0,0007 | 0,048     | 0,013     | 0,005              | 0,003           | 0,076          | 0,0033  | 0,0463       | 0,018 | 0,05   | 0,019   | 0,025   | 0 |       |
|             | цена   |        | 490      | 80            | 125                | 675             | 550    | 26        | 20        | 145                | 40              | 67             | 16      | 47           | 75    | 24     | 29      | 26      |   |       |
|             | итого за обед                                | 63,6   | 38,22    | 5,76          | 1,75               | 4,05            | 0,396  | 1,248     | 0,26      | 0,725              | 0,12            | 5,092          | 0,0528  | 2,1752       | 1,35  | 1,2    | 0,551   | 0,65    | 0 |       |

9 День

| № рецептуры | Наименование блюда                          | выход  | молоко             | Вермишель | Масло слив. | сахар         | Кофейный напиток | Соль         | Хлеб пшен.   |                |        | мука   | творог | дрожжи      | яйцо   |                |        |        |       |
|-------------|---|--------|--------------------|-----------|-------------|---------------|------------------|--------------|--------------|----------------|--------|--------|--------|-------------|--------|----------------|--------|--------|-------|
|             | <b>Завтрак</b>                              |        |                    |           |             |               |                  |              |              |                |        |        |        |             |        |                |        |        |       |
|             | Б-д с маслом сливоч                         | 20/51  |                    |           | 20          |               |                  |              | 51           |                |        |        |        |             |        |                |        |        |       |
|             | Вермишель молочная с маслом сливочным       | 250/5  | 215                | 22        | 5           | 2             |                  | 0,5          |              |                |        |        |        |             |        |                |        |        |       |
| 692/2004    | Кофейный напиток                            | 200    | 50                 |           |             | 15            | 4                |              |              |                |        |        |        |             |        |                |        |        |       |
| 786/2004    | Булочка "Творожная"                         | 70     | 12                 |           | 1,5         | 6             |                  | 0,5          |              |                |        | 41+0,5 | 18,5   | 1,5         | 6+1,5  |                |        |        |       |
|             |   |        |                    |           |             |               |                  |              |              |                |        |        |        |             |        |                |        |        |       |
|             | итого на 1 чел                              |        | 0,277              | 0,022     | 0,0265      | 0,023         | 0,004            | 0,001        | 0,051        |                |        | 0,0415 | 0,0185 | 0,0015      | 0,0075 |                |        |        |       |
|             | цена  |        | 67                 | 56        | 675         | 75            | 410              | 16           | 81           | 0              |        | 40     | 290    | 140         | 187,5  |                |        |        |       |
|             | итого за завтрак                            | 53,80  | 18,559             | 1,232     | 17,8875     | 1,725         | 1,64             | 0,016        | 4,1          | 0              | 0      | 1,66   | 5,365  | 0,21        | 1,4063 | 0              |        |        |       |
|             | <b>Обед</b>                                 | выход  | масло растительное | морковь   | картофель   | крупа рисовая | сахар            | лук репчатый | масло сливоч | грудка куриная | минтай | молоко | яблоко | хлеб ржаной | соль   | хлеб пшеничный | сахари | свекла | сыр   |
|             |   |        |                    |           |             |               |                  |              |              |                |        |        |        |             |        |                |        |        |       |
| 138/2004    | Суп картофельный с крупой и грудкой куриной | 15/250 | 5                  | 13        | 100         | 5             |                  | 12+3         |              | 27             |        |        |        |             | 1      |                |        |        |       |
| 388/2004    | Котлеты рыбные                              | 100    | 6                  |           |             |               |                  |              |              |                | 93     | 22     |        |             | 0,5    | 15             | 8      |        |       |
| 520/2004    | Картофельное пюре                           | 180    |                    |           | 205         |               |                  |              | 5            |                |        | 29     |        |             | 1      |                |        |        |       |
| 50/2004     | Салат из свеклы с сыром                     | 100    | 15                 |           |             |               |                  |              |              |                |        |        |        |             | 0,5    |                |        | 91     | 18    |
| 631/2004    | Компот из свежих фруктов                    | 200    |                    |           |             |               | 15               |              |              |                |        |        | 45     |             |        |                |        |        |       |
|             | Хлеб ржаной                                 | 64     |                    |           |             |               |                  |              |              |                |        |        |        | 64          |        |                |        |        |       |
|             |   |        |                    |           |             |               |                  |              |              |                |        |        |        |             |        |                |        |        |       |
|             | итого на 1 чел                              |        | 0,026              | 0,013     | 0,305       | 0,005         | 0,015            | 0,015        | 0,005        | 0,027          | 0,093  | 0,051  | 0,045  | 0,0642      | 0,003  | 0,015          | 0,008  | 0,091  | 0,018 |
|             | цена  |        | 125                | 29        | 20          | 102           | 75               | 26           | 675          | 288            | 165    | 67     | 92     | 47          | 16     | 81             | 80     | 24     | 590   |
|             | итого за обед                               | 63,6   | 3,25               | 0,377     | 6,1         | 0,51          | 1,125            | 0,39         | 3,375        | 7,776          | 15,35  | 3,417  | 4,14   | 3,018       | 0,048  | 1,215          | 0,64   | 2,184  | 10,62 |

## 10 день

| № рецептуры | Наименование блюда             | выход  | Говядина | картофель       | хлеб ржаной | сахари паниров. | чай     | сахар      | Соль       | масло растительное | хлеб пшеничный | огурец       | масло сливочное | молоко |                |       |               |                |                |    |
|-------------|--------------------------------|--------|----------|-----------------|-------------|-----------------|---------|------------|------------|--------------------|----------------|--------------|-----------------|--------|----------------|-------|---------------|----------------|----------------|----|
|             |                                |        |          |                 |             |                 |         |            |            |                    |                |              |                 |        | соль           | сахар | лимонная к-та | хлеб пшеничный |                |    |
|             | <b>Завтрак</b>                 |        |          |                 |             |                 |         |            |            |                    |                |              |                 |        |                |       |               |                |                |    |
| 520/2004    | Картофельное пюре              | 180    |          | 205             |             |                 |         |            | 1          |                    |                |              | 5               | 29     |                |       |               |                |                |    |
| 451/2004    | Котлета мясная                 | 80     | 59       |                 |             | 8               |         |            | 1          | 5                  | 14             |              |                 | 19     |                |       |               |                |                |    |
| 685/2004    | Чай с сахаром                  | 200/15 |          |                 |             |                 | 0,72    | 15         |            |                    |                |              |                 |        |                |       |               |                |                |    |
|             | Хлеб ржаной                    | 48     |          |                 | 48          |                 |         |            |            |                    |                |              |                 |        |                |       |               |                |                |    |
|             | Огурец свежий порционно        | 65     |          |                 |             |                 |         |            |            |                    |                | 66           |                 |        |                |       |               |                |                |    |
|             | итого на 1 чел                 |        | 0,059    | 0,205           | 0,048       | 0,008           | 0,00072 | 0,015      | 0,002      | 0,005              | 0,014          | 0,0668       | 0,005           | 0,048  |                |       |               |                |                |    |
|             | цена                           |        | 490      | 20              | 47          | 80              | 550     | 75         | 16         | 125                | 81             | 120          | 675             | 67     | 0              |       |               |                |                |    |
|             | итого за завтрак               | 53,8   | 28,91    | 4,1             | 2,237       | 0,64            | 0,396   | 1,125      | 0,032      | 0,625              | 1,134          | 8,01         | 3,375           | 3,216  | 0              |       |               |                |                |    |
|             | <b>Обед</b>                    | выход  | мука пш. | масло сливочное | морковь     | хлеб рж.        | сметана | сухофрукты | масло раст | картофель          | капуста св.    | лук репчатый | фасоль          | рис    | грудка куриная | соль  | сахар         | лимонная к-та  | хлеб пшеничный |    |
| 135/2004    | Суп овощной                    | 250    |          |                 | 13          |                 |         |            | 5          | 67                 | 25             | 12           | 5               |        |                | 1     |               |                |                |    |
| 511/2004    | Рис отварной                   | 180    |          | 5               |             |                 |         |            |            |                    |                |              |                 | 65     |                | 0,5   |               |                |                |    |
| 423/2004    | Бефстроганов из куриной грудки | 65/50  | 4        |                 |             |                 | 20      |            | 7          |                    |                | 27           |                 |        | 117            | 1     |               |                |                |    |
| 639/2004    | Компот из сухофруктов          | 200    |          |                 |             |                 |         | 20         |            |                    |                |              |                 |        |                |       | 15            | 0,2            |                |    |
|             | Хлеб ржаной                    | 45     |          |                 |             | 45              |         |            |            |                    |                |              |                 |        |                |       |               |                |                |    |
|             | Хлеб пшеничный                 | 42     |          |                 |             |                 |         |            |            |                    |                |              |                 |        |                |       |               |                |                | 42 |
|             | итого на 1 чел                 |        | 0,004    | 0,005           | 0,013       | 0,045           | 0,02    | 0,02       | 0,012      | 0,067              | 0,025          | 0,039        | 0,005           | 0,065  | 0,117          | 0,003 | 0,015         | 0,0002         | 0,0425         |    |
|             | цена                           |        | 40       | 675             | 29          | 47              | 238     | 125        | 125        | 20                 | 26             | 26           | 145             | 102    | 288            | 16    | 75            | 700            | 81             |    |
|             | итого за обед                  | 63,6   | 0,16     | 3,375           | 0,377       | 2,115           | 4,76    | 2,5        | 1,5        | 1,34               | 0,65           | 1,014        | 0,725           | 6,63   | 33,7           | 0,048 | 1,125         | 0,14           | 3,445          |    |

|             |  | 11День |                |                 |              |         |                |                  |            |        |                 |         |         |                 |           |             |        |              |   |
|-------------|--|--------|----------------|-----------------|--------------|---------|----------------|------------------|------------|--------|-----------------|---------|---------|-----------------|-----------|-------------|--------|--------------|---|
| № рецептуры | Наименование блюда                       | выход  | творог         | масло сливочное | сметана      | яйцо    | Рис            | кофейный напиток | сахар      | Молоко | Сухари паниров. | соль    | зефир   | хлеб пшеничный  |           |             |        |              |   |
|             | <b>Завтрак</b>                           |        |                |                 |              |         |                |                  |            |        |                 |         |         |                 |           |             |        |              |   |
| 315/2004    | Запеканка рисовая с творогом со сметаной | 200/20 | 32             | 6               | 6+20         | 8       | 60             |                  | 10         | 124    | 5               | 0,5     |         |                 |           |             |        |              |   |
| 692/2004    | Кофейный напиток                         | 200    |                |                 |              |         |                | 4                | 15         | 50     |                 |         |         |                 |           |             |        |              |   |
|             | Зефир                                    | 37     |                |                 |              |         |                |                  |            |        |                 |         | 37      |                 |           |             |        |              |   |
|             | Хлеб пшеничный                           | 30     |                |                 |              |         |                |                  |            |        |                 |         |         | 30              |           |             |        |              |   |
|             | итого на 1 чел                           |        | 0,032          | 0,006           | 0,026        | 0,008   | 0,06           | 0,004            | 0,025      | 0,174  | 0,005           | 0,0005  | 0,03761 | 0,03            |           |             |        |              |   |
|             | цена                                     |        | 290            | 675             | 238          | 187,5   | 102            | 410              | 75         | 67     | 80              | 16      | 230     | 81              |           |             |        |              |   |
|             | итого за завтрак                         | 53,80  | 9,28           | 4,05            | 6,188        | 1,5     | 6,12           | 1,64             | 1,875      | 11,658 | 0,4             | 0,008   | 8,65    | 2,43            | 0         | 0           | 0      |              |   |
|             | <b>Обед</b>                              | выход  | капуста квашен | масло сливоч    | лук репчатый | морковь | грудка куриная | яйца             | сухофрукты | сахар  | хлеб ржаной     | макарон | соль    | масло раститель | картофель | мука пшенич | молоко | хлеб пшеничн |   |
| 129/2004    | Щи из квашеной капусты с картофелем      | 250    | 72             |                 | 12           | 13      |                |                  |            |        |                 |         | 1       | 5               | 33        |             |        |              |   |
| 503/2004    | Суфле из куриных грудок                  | 80/30  |                | 3               | 8            | 8       | 99             | 21               |            |        |                 |         | 1       | 3               |           | 4           | 22     |              |   |
| 516/2004    | Макарон                                  | 180    |                | 5               |              |         |                |                  |            |        |                 | 61      | 1       |                 |           |             |        |              |   |
| 639/2004    | Компот из сухофруктов                    | 200    |                |                 |              |         |                |                  | 20         | 15     |                 |         |         |                 |           |             |        |              |   |
|             | Хлеб ржаной                              | 40     |                |                 |              |         |                |                  |            |        | 40              |         |         |                 |           |             |        |              |   |
|             | Хлеб пшеничный                           | 28     |                |                 |              |         |                |                  |            |        |                 |         |         |                 |           |             |        | 28           |   |
|             | итого на 1 чел                           |        | 0,072          | 0,008           | 0,02         | 0,021   | 0,099          | 0,021            | 0,02       | 0,015  | 0,04            | 0,061   | 0,003   | 0,008           | 0,033     | 0,004       | 0,022  | 0,028        |   |
|             | цена                                     |        | 140            | 675             | 26           | 29      | 288            | 187,5            | 125        | 75     | 47              | 56      | 16      | 125             | 20        | 40          | 65     | 81           |   |
|             | итого за обед                            | 63,6   | 10,08          | 5,4             | 0,52         | 0,609   | 28,512         | 3,938            | 2,5        | 1,125  | 1,88            | 3,416   | 0,048   | 1               | 0,66      | 0,16        | 1,43   | 2,237        | 0 |

## 12 День

| № рецептуры | Наименование блюда                          | выход  | мука пшеничная | молоко   | сахар          | дрожжи         | сгущенное молоко | масло растительное | Сок     | банан         | Соль   |       |             |       |                  |               |   |   |   |
|-------------|---|--------|----------------|----------|----------------|----------------|------------------|--------------------|---------|---------------|--------|-------|-------------|-------|------------------|---------------|---|---|---|
|             | <b>Завтрак</b>                              |        |                |          |                |                |                  |                    |         |               |        |       |             |       |                  |               |   |   |   |
| 726/2004    | Блины со сгущенным молоком                  | 200/41 | 100            | 158      | 3,5            | 3,5            | 41               | 10,1               |         |               | 0,5    |       |             |       |                  |               |   |   |   |
|             | Сок   | 200    |                |          |                |                |                  |                    | 200     |               |        |       |             |       |                  |               |   |   |   |
|             | бФрукт свежий (банан)                       | 165    |                |          |                |                |                  |                    |         | 165           |        |       |             |       |                  |               |   |   |   |
|             | итого на 1 чел                              |        | 0,1            | 0,158    | 0,0035         | 0,0035         | 0,041            | 0,0101             | 0,2     | 0,165         | 0,0005 | 0     |             |       |                  |               |   |   |   |
|             | цена  |        | 40             | 67       | 75             | 140            | 245              | 125                | 45      | 110           | 16     | 130   |             |       |                  |               |   |   |   |
|             | итого за завтрак                            | 53,80  | 4              | 10,586   | 0,2625         | 0,49           | 10,06            | 1,2674             | 9       | 18,13         | 0,008  | 0     | 0           |       |                  |               |   |   |   |
|             | <b>Обед</b>                                 | Выход  | картофель      | говядина | огурцы соленые | куриная грудка | лук репч.        | мука пшенич        | морковь | крупа рисовая | изюм   | Сахар | хлеб ржаной | соль  | масло растительн | хлеб пшеничны |   |   |   |
| 138/2004    | Суп картофельный с крупой и куриной грудкой | 250/20 | 100            |          |                | 36             | 12               |                    | 13      | 5             |        |       | 1           | 3     |                  |               |   |   |   |
| 438/2004    | Азу   | 40/150 | 128            | 65       | 36             |                | 14               | 2                  | 2,5     |               |        |       | 1           | 5     |                  |               |   |   |   |
| 638/2004    | Компот из изюма                             | 200    |                |          |                |                |                  |                    |         |               | 10     | 15    |             |       |                  |               |   |   |   |
|             | Хлеб ржаной                                 | 64     |                |          |                |                |                  |                    |         |               |        |       | 64          |       |                  |               |   |   |   |
|             | Хлеб пшеничный                              | 50     |                |          |                |                |                  |                    |         |               |        |       |             |       |                  | 50            |   |   |   |
|             | итого на 1 чел                              |        | 0,228          | 0,065    | 0,036          | 0,036          | 0,026            | 0,002              | 0,0155  | 0,005         | 0,01   | 0,015 | 0,064       | 0,002 | 0,008            | 0,05          | 0 |   |   |
|             | цена  |        | 20             | 490      | 105,26         | 288            | 26               | 40                 | 29      | 102           | 210    | 75    | 47          | 16    | 125              | 81            |   |   |   |
|             | итого за обед                               | 63,6   | 4,56           | 31,85    | 3,7894         | 10,368         | 0,676            | 0,08               | 0,4495  | 0,51          | 2,1    | 1,125 | 3,01        | 0,032 | 1                | 4,05          | 0 | 0 | 0 |

13 День

| № рецептуры             | Наименование блюда                             | выход  | греча   | масло слив      | Соль      | говядина | морковь | чай     | сахар        | лук         | масло растительное | мука            | хлеб ржаной    | печенье |             |        |        |    |      |         |
|-------------------------|--|--------|---------|-----------------|-----------|----------|---------|---------|--------------|-------------|--------------------|-----------------|----------------|---------|-------------|--------|--------|----|------|---------|
|                         | <b>Завтрак</b>                                 |        |         |                 |           |          |         |         |              |             |                    |                 |                |         |             |        |        |    |      |         |
| 437/2004                | Гуляш из говядины                              | 50/50  |         |                 | 0,8       | 80       | 3       |         |              | 12          | 5                  | 3               |                |         |             |        |        |    |      |         |
| 508/2004                | Каша гречневая рассыпчатая                     | 150/5  | 63      | 5               | 0,8       |          |         |         |              |             |                    |                 |                |         |             |        |        |    |      |         |
| 685/2004                | Чай с сахаром                                  | 200/15 |         |                 |           |          |         | 0,72    | 15           |             |                    |                 |                |         |             |        |        |    |      |         |
|                         | Хлеб ржаной                                    | 30     |         |                 |           |          |         |         |              |             |                    |                 | 30             |         |             |        |        |    |      |         |
|                         | Печенье  | 19     |         |                 |           |          |         |         |              |             |                    |                 |                | 19      |             |        |        |    |      |         |
|                         | итого на 1 чел                                 |        | 0,063   | 0,005           | 0,0016    | 0,08     | 0,003   | 0,00072 | 0,015        | 0,012       | 0,005              | 0,003           | 0,03           | 0,019   |             |        |        |    |      |         |
|                         | цена   |        | 67      | 675             | 16        | 490      | 29      | 550     | 75           | 26          | 125                | 40              | 47             | 155     |             |        |        |    |      |         |
|                         | итого за завтрак                               | 53,8   | 4,221   | 3,375           | 0,0256    | 39,2     | 0,087   | 0,396   | 1,125        | 0,312       | 0,625              | 0,12            | 1,41           | 2,903   | 0           | 0      | 0      |    |      |         |
|                         | <b>Обед</b>                                    | выход  | чай     | масло растител. | картофель | сахар    | свекла  | морковь | лук репчатый | мука пшенич | молоко             | масло сливочное | печень говяжья | Сметана | хлеб ржаной | соль   | огурец |    |      | капуста |
| 110/2004                | Борщ с капустой и картофелем и куриной грудкой | 250/14 |         | 5               | 27        | 2        | 50      | 16      | 12           |             |                    |                 |                |         |             | 1      |        |    |      | 25      |
| 431/2004<br>600/2004(3) | Печень по-строгановски                         | 50/40  |         |                 |           |          |         |         |              | 3           |                    | 5               | 89             | 10      |             | 0,5    |        |    |      |         |
| 520/2004                | Картофельное пюре                              | 180    |         |                 | 205       |          |         |         |              |             | 29                 | 5               |                |         |             | 0,5    |        |    |      |         |
| 685/2004                | Чай с сахаром                                  | 200/15 | 0,72    |                 |           | 15       |         |         |              |             |                    |                 |                |         |             |        |        |    |      |         |
|                         | Хлеб ржаной                                    | 28     |         |                 |           |          |         |         |              |             |                    |                 |                |         | 28          |        |        |    |      |         |
|                         | Огурец порционнно                              | 65     |         |                 |           |          |         |         |              |             |                    |                 |                |         |             |        | 67     |    |      |         |
|                         | итого на 1 чел                                 |        | 0,00072 | 0,005           | 0,232     | 0,017    | 0,05    | 0,016   | 0,012        | 0,003       | 0,029              | 0,01            | 0,089          | 0,01    | 0,0283      | 0,0018 | 0,067  |    |      | 0,025   |
|                         | цена   |        | 550     | 125             | 20        | 75       | 24      | 29      | 26           | 40          | 67                 | 675             | 295            | 238     | 47          | 16     | 120    | 73 | 26   |         |
|                         | итого за обед                                  | 63,6   | 0,396   | 0,625           | 4,64      | 1,275    | 1,2     | 0,464   | 0,312        | 0,12        | 1,943              | 6,75            | 26,26          | 2,38    | 1,3282      | 0,0288 | 8,033  | 0  | 0,65 |         |

| 14 День     |   |        |           |            |                 |              |              |          |       |                  |            |                |                |                |              |          |       |                  |                |
|-------------|---|--------|-----------|------------|-----------------|--------------|--------------|----------|-------|------------------|------------|----------------|----------------|----------------|--------------|----------|-------|------------------|----------------|
| № рецептуры | Наименование блюда                              | выход  | яйцо      | молоко     | масло сливочное | Минтай       | сок          | сахар    | соль  | хлеб пшеничный   | картофель  | морковь        | лук репчатый   | мука пшеничная | масло растит | хлеб рж. | банан | лимонная кислота | крахмал        |
|             | <b>Завтрак</b>                                  |        |           |            |                 |              |              |          |       |                  |            |                |                |                |              |          |       |                  |                |
| 390/2004    | Котлета рыбная любительская                     | 90     | 9         | 4+5 вода   |                 | 87           |              |          | 1     | 6                |            | 21             | 9              | 6              | 4            |          |       |                  |                |
| 520/2004    | Картофельное пюре                               | 180    |           | 29         | 5               |              |              |          | 1     |                  | 205        |                |                |                |              |          |       |                  |                |
| 645/2004    | Кисель из сока                                  | 200    |           |            |                 |              | 60           | 24       |       |                  |            |                |                |                |              |          |       |                  | 10             |
|             | Хлеб рж.  | 45     |           |            |                 |              |              |          |       |                  |            |                |                |                |              | 45       |       |                  |                |
|             | Фрукт свежий (Банан)                            | 161    |           |            |                 |              |              |          |       |                  |            |                |                |                |              |          | 161   |                  |                |
|             | итого на 1 чел                                  |        | 0,009     | 0,033      | 0,005           | 0,087        | 0,06         | 0,024    | 0,002 | 0,006            | 0,205      | 0,021          | 0,009          | 0,006          | 0,004        | 0,045    | 0,161 | 0                | 0,01           |
|             | цена  |        | 187,5     | 67         | 675             | 165          | 45           | 75       | 16    | 81               | 20         | 29             | 26             | 40             | 125          | 47       | 110   | 700              | 160            |
|             | итого за завтрак                                | 53,8   | 1,688     | 2,211      | 3,375           | 14,355       | 2,7          | 1,8      | 0,032 | 0,486            | 4,1        | 0,609          | 0,234          | 0,24           | 0,5          | 2,115    | 17,76 | 0                | 1,6            |
|             | <b>Обед</b>                                     | выход  | Картофель | Капуста св | морковь         | лук репчатый | мука пшенич. | говядина | сахар | лимонная кислота | огурцы сол | хлеб пшеничный | куриная грудка | сухофрукты     | хлеб ржаной  | соль     | горох | масло растит     | хлеб пшеничный |
| 139/2004    | Суп гороховый с мясом и гренками                | 250/15 | 67        |            | 13              | 12           |              | 24       |       |                  |            | 10             |                |                |              | 1        | 20    | 5                |                |
| 271/2004    | Солянка из сборных овощей с куриной грудкой№271 | 50/200 |           | 147        | 35              | 9            | 3            |          |       |                  | 75         |                | 90             |                |              | 1        |       | 6                |                |
| 639/2004    | Компот из сухофруктов                           | 200    |           |            |                 |              |              |          | 15    | 0,1              |            |                |                | 20             |              |          |       |                  |                |
|             | Хлеб ржаной                                     | 40     |           |            |                 |              |              |          |       |                  |            |                |                |                | 40           |          |       |                  |                |
|             | Хлеб пшеничный                                  | 28     |           |            |                 |              |              |          |       |                  |            |                |                |                |              |          |       |                  | 28             |
|             | итого на 1 чел                                  |        | 0,067     | 0,147      | 0,048           | 0,021        | 0,003        | 0,024    | 0,015 | 0,0001           | 0,075      | 0,01           | 0,09           | 0,02           | 0,04         | 0,002    | 0,02  | 0,01             | 0,028          |
|             | цена  |        | 20        | 26         | 29              | 26           | 40           | 490      | 75    | 700              | 105,26     | 81             | 288            | 125            | 47           | 16       | 38    | 125              | 81             |
|             | итого за обед                                   | 63,6   | 1,34      | 3,822      | 1,392           | 0,546        | 0,12         | 11,76    | 1,125 | 0,07             | 7,8945     | 0,81           | 25,92          | 2,5            | 1,88         | 0,032    | 0,76  | 1,38             | 2,253          |

## 15 День

| № рецептур ы | Наименование блюда                       | выход  | творог    | масло растительное | морковь   | мука пшен. | яйцо   | сахар        | молоко сгущенное | чай заварка | соль         | Хлеб пшеничный |       |       |       |             |            |                    |
|--------------|--|--------|-----------|--------------------|-----------|------------|--------|--------------|------------------|-------------|--------------|----------------|-------|-------|-------|-------------|------------|--------------------|
|              | <b>Завтрак</b>                           |        |           |                    |           |            |        |              |                  |             |              |                |       |       |       |             |            |                    |
| 360/2004     | Сырники с морковью со сгущенным молоком  | 180/29 | 127       | 5                  | 45        | 25         | 7      | 11           | 29               |             | 1            |                |       |       |       |             |            |                    |
| 685/2004     | чай с сахаром                            | 200/15 |           |                    |           |            |        | 15           |                  | 0,72        |              |                |       |       |       |             |            |                    |
|              | хлеб пшеничный                           | 40     |           |                    |           |            |        |              |                  |             |              | 40             |       |       |       |             |            |                    |
|              | итого на 1 чел                           |        | 0,127     | 0,005              | 0,045     | 0,025      | 0,007  | 0,026        | 0,029            | 0,0007      | 0,001        | 0,04           | 0     |       |       |             |            |                    |
|              | цена                                     |        | 290       | 125                | 29        | 40         | 187,5  | 75           | 245              | 550         | 16           | 81             |       |       |       |             |            |                    |
|              | итого за завтрак                         | 53,80  | 36,83     | 0,625              | 1,305     | 1          | 1,3125 | 1,95         | 7,13             | 0,396       | 0,016        | 3,24           | 0     |       |       |             |            |                    |
|              | <b>Обед</b>                              | выход  | макаронны | яблоко             | картофель | хлеб пш.   | соль   | масло сливоч | говядина         | Морковь     | Лук репчатый | рис            | сахар | мука  | масло | хлеб ржаной | лион. К-та | масло растительное |
| 143/2004     | Суп с макаронными изделиями и картофелем | 250    | 13        |                    | 66        |            | 1      |              |                  | 13          | 12           |                |       |       |       |             |            |                    |
| 511/2004     | Рис отварной                             | 180    |           |                    |           |            | 1      | 5            |                  |             |              | 65             |       |       |       |             |            |                    |
| 451/2004     | Котлеты мясная                           | 100    |           |                    |           | 17         | 1      |              | 74               |             |              |                |       | 6     |       |             |            | 5                  |
| 631/2004     | Компот из свежих фруктов                 | 200    |           | 45                 |           |            |        |              |                  |             |              |                | 15    |       |       |             | 0,1        |                    |
|              | Хлеб ржаной                              | 45     |           |                    |           |            |        |              |                  |             |              |                |       |       |       | 45          |            |                    |
|              | Хлеб пшеничный                           | 46     |           |                    |           | 46         |        |              |                  |             |              |                |       |       |       |             |            |                    |
|              | итого на 1 чел                           |        | 0,013     | 0,045              | 0,066     | 0,0635     | 0,003  | 0,005        | 0,074            | 0,013       | 0,012        | 0,065          | 0,015 | 0,006 |       | 0,045       | 0,0001     | 0,005              |
|              | цена                                     |        | 56        | 92                 | 20        | 81         | 16     | 675          | 490              | 29          | 26           | 102            | 75    | 42    |       | 47          | 700        | 288                |
|              | итого за обед                            | 63,6   | 0,728     | 4,14               | 1,32      | 5,143      | 0,048  | 3,375        | 36,26            | 0,377       | 0,312        | 6,63           | 1,125 | 0,252 |       | 2,115       | 0,07       | 0,625              |



16 День

| № рецептуры | Наименование блюда                              | выход        | капуста            | мука пшеничная    | сок            | Масло растительное    | морковь     | лук репчатый     | Сахар            | Соль           | Куриная грудка     | Хлеб пшеничный | вафли         |               |                    |               |                 |            |              |  |  |
|-------------|---|--------------|--------------------|-------------------|----------------|-----------------------|-------------|------------------|------------------|----------------|--------------------|----------------|---------------|---------------|--------------------|---------------|-----------------|------------|--------------|--|--|
|             | <b>Завтрак</b>                                  |              |                    |                   |                |                       |             |                  |                  |                |                    |                |               |               |                    |               |                 |            |              |  |  |
| 534/2004    | Капуста тушеная с куриной грудкой               | 50/180       | 257                | 2,5               |                | 6                     | 16          | 9                | 5                | 0,6            | 89                 |                |               |               |                    |               |                 |            |              |  |  |
|             | Сок   | 200          |                    |                   | 200            |                       |             |                  |                  |                |                    |                |               |               |                    |               |                 |            |              |  |  |
|             | Хлеб пшеничный                                  | 45           |                    |                   |                |                       |             |                  |                  |                |                    | 45             |               |               |                    |               |                 |            |              |  |  |
|             | Вафли весовые                                   | 31           |                    |                   |                |                       |             |                  |                  |                |                    |                | 31            |               |                    |               |                 |            |              |  |  |
|             | <b>итого на 1 чел</b>                           |              | 0,257              | 0,0025            | 0,2            | 0,006                 | 0,016       | 0,009            | 0,005            | 0,0006         | 0,089              | 0,045          | 0,031         |               | 0                  | 0             |                 |            |              |  |  |
|             | <b>цена</b>                                     |              | 26                 | 40                | 45             | 125                   | 29          | 26               | 75               | 16             | 288                | 81             | 225           |               |                    |               |                 |            |              |  |  |
|             | <b>итого за завтрак</b>                         | 53,80        | 6,682              | 0,1               | 9              | 0,75                  | 0,464       | 0,234            | 0,375            | 0,0096         | 25,632             | 3,645          | 6,91          | 0             | 0                  | 0             | 0               | 0          | 0            |  |  |
|             | <b>Обед</b>                                     | <b>выход</b> | <b>масло раст.</b> | <b>Хлеб пшен.</b> | <b>морковь</b> | <b>куриная грудка</b> | <b>соль</b> | <b>картофель</b> | <b>лук репч.</b> | <b>Капуста</b> | <b>масло слив.</b> | <b>молоко</b>  | <b>минтай</b> | <b>сухари</b> | <b>хлеб ржаной</b> | <b>огурцы</b> | <b>помидоры</b> | <b>чай</b> | <b>сахар</b> |  |  |
| 124/2004    | Щи из св.капусты с картофелем и куриной грудкой | 250/30       | 5                  |                   | 13             | 54                    | 1           | 40               | 12               | 63             |                    |                |               |               |                    |               |                 |            |              |  |  |
| 520/2004    | Картофельное пюре                               | 180          |                    |                   |                |                       | 1           | 205              |                  |                | 5                  | 29             |               |               |                    |               |                 |            |              |  |  |
| 392/2004    | Зразы рыбные                                    | 100          | 7                  | 16                |                |                       | 1           |                  | 24               |                |                    | 11             | 85            | 5             |                    |               |                 |            |              |  |  |
| 20/2004     | Салат из свежих огурцов и помидоров             | 100          | 5                  |                   |                |                       |             |                  | 11               |                |                    |                |               |               |                    | 44            | 59              |            |              |  |  |
| 685/2004    | Чай с сахаром                                   | 200/15       |                    |                   |                |                       |             |                  |                  |                |                    |                |               |               |                    |               |                 | 0,72       | 15           |  |  |
|             | Хлеб ржаной                                     | 40           |                    |                   |                |                       |             |                  |                  |                |                    |                |               |               | 40                 |               |                 |            |              |  |  |
|             | Хлеб пшеничный                                  | 31           |                    | 31                |                |                       |             |                  |                  |                |                    |                |               |               |                    |               |                 |            |              |  |  |
|             | <b>итого на 1 чел</b>                           |              | 0,017              | 0,0476            | 0,013          | 0,054                 | 0,003       | 0,245            | 0,047            | 0,063          | 0,005              | 0,04           | 0,085         | 0,005         | 0,04               | 0,044         | 0,059           | 7Е-04      | 0,015        |  |  |
|             | <b>цена</b>                                     |              | 125                | 81                | 29             | 288                   | 16          | 20               | 26               | 26             | 675                | 67             | 165           | 80            | 47                 | 120           | 80              | 550        | 75           |  |  |
|             | <b>итого за обед</b>                            | 63,6         | 2,125              | 3,857             | 0,377          | 15,552                | 0,048       | 4,9              | 1,222            | 1,638          | 3,375              | 2,68           | 14,03         | 0,4           | 1,88               | 5,28          | 4,72            | 0,396      | 1,125        |  |  |

## 17 День

| № рецептуры | Наименование блюда               | выход  | говядина | масло сливочное | лук репчатый | хлеб пшенич | масло растит.  | молоко  | сухари паниров. | Шиповник  | хлеб ржаной | макаронны          | соль     | картофель | свекла | морковь | огурцы сол     | сахар    |    |     |
|-------------|----------------------------------|--------|----------|-----------------|--------------|-------------|----------------|---------|-----------------|-----------|-------------|--------------------|----------|-----------|--------|---------|----------------|----------|----|-----|
|             | <b>Завтрак</b>                   |        |          |                 |              |             |                |         |                 |           |             |                    |          |           |        |         |                |          |    |     |
| 71/2004     | Винегрет овощной                 | 100    |          |                 | 24           |             | 8              |         |                 |           |             |                    | 1        | 33        | 19     | 18      | 40             |          |    |     |
| 451/2004    | Котлета мясная                   | 80     | 59       |                 |              | 14          | 5              | 19      | 8               |           |             |                    | 1        |           |        |         |                |          |    |     |
| 332/2004    | Макаронные изделия отварные      | 180    |          | 5               |              |             |                |         |                 |           |             | 61                 | 1        |           |        |         |                |          |    |     |
| 705/2004    | Напиток из шиповника             | 200    |          |                 |              |             |                |         |                 | 20        |             |                    |          |           |        |         |                | 20       |    |     |
|             | Хлеб ржаной                      | 21     |          |                 |              |             |                |         |                 |           | 21          |                    |          |           |        |         |                |          |    |     |
|             | итого на 1 чел                   |        | 0,059    | 0,005           | 0,024        | 0,014       | 0,013          | 0,019   | 0,008           | 0,02      | 0,0214      | 0,061              | 0,003    | 0,033     | 0,019  | 0,018   | 0,04           | 0,02     |    |     |
|             | цена                             |        | 490      | 675             | 26           | 81          | 125            | 67      | 80              | 220       | 47          | 56                 | 390      | 16        | 20     | 24      | 29             | 105,26   | 75 |     |
|             | итого за завтрак                 | 53,8   | 28,91    | 3,375           | 0,624        | 1,134       | 1,625          | 1,273   | 0,64            | 4,4       | 1,0066      | 3,416              | 0        | 0,048     | 0,66   | 0,456   | 0,522          | 4,2104   | 0  | 1,5 |
|             | <b>Обед</b>                      | выход  | сметана  | масло сливочное | хлеб пш.     | гречка      | песок сахарный | морковь | лук реп.        | картофель |             | масло растительное | хлеб рж. | соль      | горох  | чай     | грудка куриная | говядина |    |     |
| 139/2004    | Суп гороховый с гренками и мясом | 250/15 |          | 5               | 10           |             |                | 13      | 12              | 67        |             |                    |          | 1         | 20     |         |                | 24       |    |     |
| 423/2004    | Бефстроганов из куриной грудки   | 50/50  | 20       |                 |              |             |                |         | 29              |           |             | 9                  |          | 1         |        |         | 90             |          |    |     |
| 508/2004    | Каша гречнева рассыпчатая        | 180    |          | 6               |              | 76          |                |         |                 |           |             |                    |          | 1         |        |         |                |          |    |     |
| 685/2004    | Чай с сахаром                    | 200/15 |          |                 |              |             | 15             |         |                 |           |             |                    |          |           |        | 0,72    |                |          |    |     |
|             | Хлеб ржаной                      | 34     |          |                 |              |             |                |         |                 |           |             |                    | 34       |           |        |         |                |          |    |     |
|             | итого на 1 чел                   |        | 0,02     | 0,011           | 0,01         | 0,076       | 0,015          | 0,013   | 0,041           | 0,067     |             | 0,009              | 0,034    | 0,003     | 0,02   | 7Е-04   | 0,09           | 0,024    | 0  |     |
|             | цена                             |        | 238      | 675             | 81           | 67          | 75             | 29      | 26              | 20        |             | 125                | 47       | 16        | 38     | 550     | 288            | 490      | 0  |     |
|             | итого за обед                    | 63,6   | 4,76     | 7,425           | 0,81         | 5,092       | 1,125          | 0,377   | 1,066           | 1,34      | 0           | 1,125              | 1,596    | 0,048     | 0,76   | 0,396   | 25,92          | 11,76    | 0  |     |

## 18 День

| № рецептуры | Наименование блюда                           | выход | мука пшеничная | хлеб пш.     | Минтай (разделка на филе) | сметана            | лук репчатый | молоко    | картофель     | масло сливочное | соль           | кофейный напиток | Сахар | капуста | морковь    | лимон. К-та | масло растительное | яблоко |
|-------------|--|-------|----------------|--------------|---------------------------|--------------------|--------------|-----------|---------------|-----------------|----------------|------------------|-------|---------|------------|-------------|--------------------|--------|
|             | <b>Завтрак</b>                               |       |                |              |                           |                    |              |           |               |                 |                |                  |       |         |            |             |                    |        |
| 43/2004     | Салат из белокочанной капусты                | 100   |                |              |                           |                    |              |           |               |                 |                |                  | 5     | 99      | 13         | 0,3         | 5                  |        |
| 394/2004    | Тефтели рыбные с соусом сметанным(№600 IIIк) | 80/30 | 6+2            | 11           | 75                        | 7,5                | 14           | 16        |               |                 | 1              |                  |       |         |            |             | 6                  |        |
| 520/2004    | Картофельное пюре                            | 180   |                |              |                           |                    |              | 29        | 205           | 5               | 0,5            |                  |       |         |            |             |                    |        |
| 692/2004    | Кофейный напиток                             | 200   |                |              |                           |                    |              | 50        |               |                 |                | 4                | 15    |         |            |             |                    |        |
|             | хлеб пшеничный                               | 30    |                | 30           |                           |                    |              |           |               |                 |                |                  |       |         |            |             |                    |        |
|             | Фрукт свежий (Яблоко)                        | 153   |                |              |                           |                    |              |           |               |                 |                |                  |       |         |            |             |                    | 153    |
|             | итого на 1 чел                               |       | 0,008          | 0,041        | 0,075                     | 0,0075             | 0,014        | 0,095     | 0,205         | 0,005           | 0,002          | 0,004            | 0,02  | 0,099   | 0,013      | 3Е-04       | 0,011              | 0,153  |
|             | цена   |       | 40             | 81           | 165                       | 238                | 26           | 67        | 20            | 675             | 16             | 410              | 75    | 26      | 29         | 700         | 125                | 92     |
|             | итого за завтрак                             | 53,80 | 0,32           | 3,321        | 12,375                    | 1,785              | 0,364        | 6,365     | 4,1           | 3,375           | 0,032          | 1,64             | 1,5   | 2,574   | 0,377      | 0,21        | 1,375              | 14,09  |
|             | <b>Обед</b>                                  | Выход | картофель      | лук репчатый | говядина                  | масло растительное | морковь      | макаронны | масло сливочн | хлеб ржаной     | мука пшеничная | соль             | Рис   | сахар   | сухофрукты | помидор     |                    |        |
| 140/2004    | Суп картофельный с макаронными изделиями     | 250   | 100            | 12           |                           | 5                  | 13           | 10        |               |                 |                | 1                |       |         |            |             |                    |        |
| 437/2004    | Гуляш из говядины                            | 50/50 |                | 12           | 80                        | 3                  | 3            |           |               |                 | 3              | 0,5              |       |         |            |             |                    |        |
| 511/2004    | Рис отварной                                 | 180   |                |              |                           |                    |              |           | 5             |                 |                | 0,5              | 65    |         |            |             |                    |        |
| 639/2004    | Компот из сухофруктов                        | 200   |                |              |                           |                    |              |           |               |                 |                |                  | 15    | 20      |            |             |                    |        |
|             | Хлеб ржаной                                  | 30    |                |              |                           |                    |              |           |               | 30              |                |                  |       |         |            |             |                    |        |
|             | Помидор порционно                            | 57    |                |              |                           |                    |              |           |               |                 |                |                  |       |         |            | 57          |                    |        |
|             | итого на 1 чел                               |       | 0,1            | 0,024        | 0,08                      | 0,008              | 0,016        | 0,01      | 0,005         | 0,03            | 0,003          | 0,002            | 0,065 | 0,015   | 0,02       | 0,057       | 0                  |        |
|             | цена   |       | 20             | 26           | 490                       | 125                | 29           | 56        | 675           | 47              | 40             | 16               | 102   | 75      | 125        | 80          |                    |        |
|             | итого за обед                                | 63,6  | 2              | 0,624        | 39,2                      | 1                  | 0,464        | 0,56      | 3,375         | 1,41            | 0,12           | 0,032            | 6,63  | 1,125   | 2,5        | 4,56        | 0                  | 0      |

## 19 День

| № рецептуры | Наименование блюда                 | выход  | молоко | масло сливочное | Рис             | яйцо                 | вода           | дрожжи         | сахар        | мука пшеничная        | какао               | хлеб пшеничный | масло растительное | соль    |       | творог |        |       |
|-------------|------------------------------------|--------|--------|-----------------|-----------------|----------------------|----------------|----------------|--------------|-----------------------|---------------------|----------------|--------------------|---------|-------|--------|--------|-------|
|             | <b>Завтрак</b>                     |        |        |                 |                 |                      |                |                |              |                       |                     |                |                    |         |       |        |        |       |
| 302/2004    | Каша рисовая молочная              | 250/5  | 227,5  | 5               | 31              |                      |                |                | 4            |                       |                     |                |                    | 1       |       |        |        |       |
| 693/2004    | Какао с молоком                    | 200    | 100    |                 |                 |                      |                |                | 15           |                       | 2,16                |                |                    |         |       |        |        |       |
|             | Хлеб пшеничный                     | 38     |        |                 |                 |                      |                |                |              |                       |                     | 38             |                    |         |       |        |        |       |
| 741/2004    | Ватрушка с творогом                | 100    | 13,5   | 5,5             |                 | 5,5+2<br>(для сазки) |                | 2              | 4            | 49+2,5<br>(на подпыл) |                     |                | 0,3                | 0,8     |       |        |        |       |
|             | фарш для ватрушки                  |        |        |                 |                 | 2                    |                |                | 2            | 1,6                   |                     |                |                    |         |       |        |        | 37    |
|             |                                    |        |        |                 |                 |                      |                |                |              |                       |                     |                |                    |         |       |        |        |       |
|             | итого на 1 чел                     |        | 0,341  | 0,0105          | 0,031           | 0,0095               |                | 0,002          | 0,025        | 0,0531                | 0,0022              | 0,038          | 0,0003             | 0,0018  |       |        |        | 0,037 |
|             | цена                               |        | 67     | 675             | 102             | 187,5                |                | 140            | 75           | 40                    | 350                 | 81             | 125                | 16      |       |        |        | 290   |
|             | итого за завтрак                   | 53,8   | 22,847 | 7,0875          | 3,162           | 1,78125              | 0              | 0,28           | 1,875        | 2,124                 | 0,756               | 3,091          | 0,0375             | 0,0288  | 0     |        |        | 10,73 |
|             | <b>Обед</b>                        | выход  | сахар  | морковь         | масло растител. | картофель            | Куриная грудка | Хлеб пшеничный | лук репчатый | масло сливочное       | сухари панировочные | хлеб ржаной    | молоко             | чай     | соль  | свекла | чеснок |       |
|             |                                    |        |        |                 |                 |                      |                |                |              |                       |                     |                |                    |         |       |        |        |       |
| 133/2004    | Суп картофельный с куриной грудкой | 250/15 |        | 13              | 3               | 149                  | 27             |                | 12           |                       |                     |                |                    |         | 1     |        |        |       |
| 520/2004    | Картофельное пюре                  | 180    |        |                 |                 | 205                  |                |                |              | 5                     |                     |                | 29                 |         | 1     |        |        |       |
| 498/2004    | Котлеты рубленые из куриных грудок | 100    |        |                 | 5               |                      | 106            | 17             |              |                       | 8                   |                | 16                 |         | 1     |        |        |       |
| 685/2004    | Чай с сахаром                      | 200/15 | 15     |                 |                 |                      |                |                |              |                       |                     |                |                    | 0,72    |       |        |        |       |
|             | Хлеб ржаной                        | 66     |        |                 |                 |                      |                |                |              |                       |                     | 66             |                    |         |       |        |        |       |
| 29/1994     | Салат из свеклы с чесноком         | 80     |        |                 | 5               |                      |                |                |              |                       |                     |                |                    |         | 1     | 85     | 3      |       |
|             | итого на 1 чел                     |        | 0,015  | 0,013           | 0,013           | 0,354                | 0,133          | 0,017          | 0,012        | 0,005                 | 0,008               | 0,066          | 0,045              | 0,00072 | 0,004 | 0,085  | 0,003  |       |
|             | цена                               |        | 75     | 29              | 125             | 20                   | 288            | 81             | 26           | 675                   | 80                  | 47             | 67                 | 550     | 16    | 24     | 250    |       |
|             | итого за обед                      | 63,6   | 1,125  | 0,377           | 1,625           | 7,08                 | 38,3           | 1,377          | 0,312        | 3,375                 | 0,64                | 3,12           | 3,015              | 0,396   | 0,064 | 2,04   | 0,75   | 0     |

20 День

| № рецептуры | Наименование блюда                      | выход  | творог          | яйцо        | сахар   | соль    |                | масло раститель | чай            | мука пшенична | Сгущенное молоко |             |        |       |      |       |         |               |      |
|-------------|---|--------|-----------------|-------------|---------|---------|----------------|-----------------|----------------|---------------|------------------|-------------|--------|-------|------|-------|---------|---------------|------|
|             | <b>Завтрак</b>                          |        |                 |             |         |         |                |                 |                |               |                  |             |        |       |      |       |         |               |      |
| 358/2004    | Сырники из творога со сгущенным молоком | 160/20 | 152             | 5           | 11      | 0,5     |                | 5               |                | 20            | 20               |             |        |       |      |       |         |               |      |
| 685/2004    | Чай с сахаром                           | 200/15 |                 |             | 15      |         |                |                 | 0,72           |               |                  |             |        |       |      |       |         |               |      |
|             |   |        |                 |             |         |         |                |                 |                |               |                  |             |        |       |      |       |         |               |      |
|             | итого на 1 чел                          |        | 0,152           | 0,005       | 0,026   | 0,0005  |                | 0,005           | 0,00072        | 0,02          | 0,02             |             |        |       | 0    |       |         |               |      |
|             | цена                                    |        | 290             | 187,5       | 75      | 16      |                | 125             | 550            | 40            | 245              |             |        |       | 0    |       |         |               |      |
|             | итого за завтрак                        | 53,80  | 44,08           | 0,938       | 1,95    | 0,008   | 0              | 0,625           | 0,396          | 0,8           | 5                | 0           | 0      | 0     | 0    | 0     | 0       | 0             | 0    |
|             | <b>Обед</b>                             | выход  | масло сливочное | хлеб ржаной | морковь | капуста | крупа перловая | картофель       | огурцы соленые | лук репчатый  | зеленый горошек  | масло раст. | грудка | соль  | сок  | сахар | крахмал | лавровый лист |      |
|             |   |        |                 |             |         |         |                |                 |                |               |                  |             |        |       |      |       |         |               |      |
| 132/2004    | Рассольник "Ленинградский"              | 250    |                 |             | 13      |         | 5              | 100             | 45             | 6             |                  | 5           |        | 1     |      |       |         |               |      |
| 224/2004    | Рагу овощное с грудкой                  | 200/60 | 6               |             | 40      | 51      |                | 84              |                | 19            | 52               |             | 108    | 1     |      |       |         |               | 0,16 |
| 645/2004    | Кисель из сока                          | 200    |                 |             |         |         |                |                 |                |               |                  |             |        |       | 60   | 24    | 10      |               |      |
|             |   |        |                 |             |         |         |                |                 |                |               |                  |             |        |       |      |       |         |               |      |
|             | Хлеб ржаной                             | 58     |                 | 58          |         |         |                |                 |                |               |                  |             |        |       |      |       |         |               |      |
|             |   |        |                 |             |         |         |                |                 |                |               |                  |             |        |       |      |       |         |               |      |
|             | итого на 1 чел                          |        | 0,006           | 0,058       | 0,053   | 0,051   | 0,005          | 0,184           | 0,045          | 0,025         | 0,052            | 0,005       | 0,108  | 0,002 | 0,06 | 0,024 | 0,01    | 2Е-04         | 0    |
|             | цена                                    |        | 675             | 47          | 29      | 26      | 30             | 20              | 105,26         | 26            | 130              | 125         | 288    | 16    | 45   | 75    | 160     | 720           |      |
|             | итого за обед                           | 63,6   | 4,05            | 2,734       | 1,537   | 1,326   | 0,15           | 3,68            | 4,7367         | 0,65          | 6,76             | 0,625       | 31,1   | 0,032 | 2,7  | 1,8   | 1,6     | 0,115         | 0    |

21 День

| № рецептуры  | Наименование блюда               | выход   | Капуста     | хлеб пш.  | сахар              | коф. Н-к     | соль         | хлеб ржаной    | мука пшен.     | масло раст. | куриная грудка | морковь | лук             | печенье     |       | молоко | сахари паниров. |             |               |   |
|--------------|----------------------------------|---------|-------------|-----------|--------------------|--------------|--------------|----------------|----------------|-------------|----------------|---------|-----------------|-------------|-------|--------|-----------------|-------------|---------------|---|
|              | <b>Завтрак</b>                   |         |             |           |                    |              |              |                |                |             |                |         |                 |             |       |        |                 |             |               |   |
| 498/2004     | Котлета куриная                  | 80      |             | 14        |                    |              | 0,5          |                |                | 3           | 85             |         |                 |             |       |        | 5               |             |               |   |
| 534/2004 (3) | Капуста тушеная                  | 150     | 214         |           | 4                  |              | 0,5          |                | 2              | 5           |                | 13      | 8               |             |       |        |                 |             |               |   |
| 692/2004     | Кофейный напиток                 | 200     |             |           | 15                 | 4            |              |                |                |             |                |         |                 |             |       | 50     |                 |             |               |   |
|              | хлеб ржаной                      | 33      |             |           |                    |              |              | 33             |                |             |                |         |                 |             |       |        |                 |             |               |   |
|              | Печенье в пачке                  | 50      |             |           |                    |              |              |                |                |             |                |         |                 | 50          |       |        |                 |             |               |   |
|              | итого на 1 чел                   |         | 0,214       | 0,014     | 0,019              | 0,004        | 0,001        | 0,033          | 0,002          | 0,008       | 0,085          | 0,013   | 0,008           | 0,05        |       | 0,05   | 0,005           |             |               |   |
|              | цена                             |         | 26          | 81        | 75                 | 550          | 16           | 47             | 40             | 125         | 288            | 29      | 26              | 240         |       | 67     | 80              |             |               |   |
|              | итого за завтрак                 | 53,80р. | 5,564       | 1,134     | 1,425              | 2,2          | 0,016        | 1,57           | 0,08           | 1           | 24,48          | 0,377   | 0,208           | 12          | 0     | 3,35   | 0,4             |             |               |   |
|              | <b>Обед</b>                      | Выход   | капуста св. | картофель | масло растительное | лук репчатый | масло сливоч | печень говяжья | мука пшеничная | сметана     | сахар          | чай     | горошек зеленый | хлеб ржаной | соль  | молоко | морковь         | лимон. К-та | хлеб пшеничны |   |
| 135/2004     | Суп из овощей                    | 250     | 25          | 67        | 4                  | 12           |              |                |                |             |                |         | 12              |             | 1     |        | 13              |             |               |   |
| 439/2004     | Печень тушеная в соусе сметанном | 70/30   |             |           | 3                  |              |              | 123            | 4+2,4          | 7,5         |                |         |                 |             | 1     |        |                 |             |               |   |
| 520/2004     | Картофельное пюре                | 180     |             | 205       |                    |              | 5            |                |                |             |                |         |                 |             | 1     | 29     |                 |             |               |   |
| 685/2004     | Чай с сахаром                    | 200/15  |             |           |                    |              |              |                |                |             | 15             | 0,72    |                 |             |       |        |                 |             |               |   |
|              | Хлеб ржаной                      | 40      |             |           |                    |              |              |                |                |             |                |         |                 | 40          |       |        |                 |             |               |   |
|              | Хлеб пшеничный                   | 40      |             |           |                    |              |              |                |                |             |                |         |                 |             |       |        |                 |             | 40            |   |
| 43/2004      | Салат из белокочанной капусты    | 100     | 99          |           | 5                  |              |              |                |                |             | 5              |         |                 |             |       |        | 13              | 0,3         |               |   |
|              | итого на 1 чел                   |         | 0,124       | 0,272     | 0,012              | 0,012        | 0,005        | 0,123          | 0,0064         | 0,0075      | 0,02           | 0,00072 | 0,012           | 0,04        | 0,004 | 0,029  | 0,026           | 3Е-04       | 0,04          |   |
|              | цена                             |         | 26          | 20        | 125                | 26           | 675          | 295            | 40             | 238         | 75             | 550     | 130             | 47          | 16    | 67     | 29              | 700         | 81            |   |
|              | итого за обед                    | 63,6    | 3,224       | 5,44      | 1,5                | 0,312        | 3,375        | 36,29          | 0,256          | 1,785       | 1,5            | 0,396   | 1,56            | 1,88        | 0,064 | 1,943  | 0,754           | 0,21        | 3,12          | 0 |

22 День

| № рецептуры | Наименование блюда                       | выход  | молоко | масло сливочное | Сыр     | пшено        | рис        | какао порошок | сахар    | хлеб пшеничный | соль  |       |         |             |        |       |                    |
|-------------|--|--------|--------|-----------------|---------|--------------|------------|---------------|----------|----------------|-------|-------|---------|-------------|--------|-------|--------------------|
|             | <b>Завтрак</b>                           |        |        |                 |         |              |            |               |          |                |       |       |         |             |        |       |                    |
|             | Б-д с сыром                              | 15/47  |        |                 | 17      |              |            |               |          | 47             |       |       |         |             |        |       |                    |
| 302/2004    | Каша молочная "Дружба"                   | 200/5  | 182    | 5               |         | 15           | 10         |               | 2        |                | 1     |       |         |             |        |       |                    |
| 693/2004    | Какао с молоком                          | 200    | 100    |                 |         |              |            | 2,16          | 15       |                |       |       |         |             |        |       |                    |
|             |  |        |        |                 |         |              |            |               |          |                |       |       |         |             |        |       |                    |
|             | итого на 1 чел                           |        | 0,282  | 0,005           | 0,017   | 0,015        | 0,01       | 0,0022        | 0,017    | 0,047          | 0,001 |       |         |             |        | 0     |                    |
|             | цена                                     |        | 67     | 675             | 590     | 42           | 102        | 350           | 75       | 81             | 16    |       |         |             |        |       |                    |
|             | итого за завтрак                         | 53,80  | 18,894 | 3,375           | 10,04   | 0,63         | 1,02       | 0,756         | 1,275    | 3,79           | 0,016 | 0     | 0       | 0           | 0      |       |                    |
|             | <b>Обед</b>                              | Выход  | Соль   | картофель       | морковь | лук репчатый | сухофрукты | мука          | говядина | капуста        | рис   | сахар | сметана | хлеб ржаной | минтай | яйцо  | масло растительное |
| 142/2004    | Суп картофельный с рыбными фрикадельками | 250/30 | 1      | 133             | 13      | 6+12         |            |               |          |                |       |       |         |             | 42     | 2     | 5                  |
| 485/2004    | Голубцы ленивые с соусом                 | 200/50 | 0,7    |                 |         | 20           |            | 3             | 75       | 152            | 11    |       | 12,5    |             |        |       | 3                  |
| 639/2004    | Компот из сухофруктов                    | 200    |        |                 |         |              | 20         |               |          |                |       | 15    |         |             |        |       |                    |
|             | Хлеб ржаной                              | 29     |        |                 |         |              |            |               |          |                |       |       |         | 29          |        |       |                    |
|             |  |        |        |                 |         |              |            |               |          |                |       |       |         |             |        |       |                    |
|             | итого на 1 чел                           |        | 0,0017 | 0,133           | 0,013   | 0,038        | 0,02       | 0,003         | 0,075    | 0,152          | 0,011 | 0,015 | 0,013   | 0,029       | 0,042  | 0,002 | 0,008              |
|             | цена                                     |        | 16     | 20              | 29      | 26           | 125        | 40            | 490      | 26             | 102   | 75    | 238     | 47          | 165    | 187,5 | 125                |
|             | итого за обед                            | 63,6   | 0,0272 | 2,66            | 0,377   | 0,988        | 2,5        | 0,12          | 36,75    | 3,952          | 1,122 | 1,125 | 2,975   | 1,349       | 6,93   | 0,375 | 1                  |

23 день

| № рецептуры | Наименование Блюда                       | выход  | яйцо  | молоко       | помидор | масло сливочное | хлеб пшеничный | Соль        |               | Сахар    | лимон          |       |           |                 |             |          |        |                 |
|-------------|--|--------|-------|--------------|---------|-----------------|----------------|-------------|---------------|----------|----------------|-------|-----------|-----------------|-------------|----------|--------|-----------------|
|             | <b>Завтрак</b>                           |        |       |              |         |                 |                |             |               |          |                |       |           |                 |             |          |        |                 |
|             | Помидор порционный                       | 75     |       |              | 77      |                 |                |             |               |          |                |       |           |                 |             |          |        |                 |
| 340/2004    | Омлет натуральный                        | 200    | 160   | 56           |         | 9               |                | 1           |               |          |                |       |           |                 |             |          |        |                 |
| 699/2004    | Напиток лимонный                         | 200    |       |              |         |                 |                |             |               | 24       | 16             |       |           |                 |             |          |        |                 |
|             | Хлеб пшеничный                           | 30     |       |              |         |                 | 30             |             |               |          |                |       |           |                 |             |          |        |                 |
|             | <b>итого на 1 чел</b>                    |        | 0,16  | 0,056        | 0,0775  | 0,009           | 0,04           | 0,001       | 0             | 0,024    | 0,016          |       | 0         | 0               |             |          |        |                 |
|             | <b>цена</b>                              |        | 187,5 | 67           | 80      | 675             | 81             | 16          |               | 75       | 170            |       |           |                 |             |          |        |                 |
|             | <b>итого за завтрак</b>                  | 53,80  | 30    | 3,752        | 6,2     | 6,075           | 3,24           | 0,016       | 0             | 1,8      | 2,72           | 0     | 0         | 0               | 0           |          |        |                 |
|             | <b>Обед</b>                              | выход  | изюм  | хлеб пшенич. | морковь | лук репчатый    | молоко         | Капуста св. | масло растит. | макаронь | Куриная грудка | сахар | картофель | масло сливочное | хлеб ржаной | Лим.к-та | соль   | сахари паниров. |
| 124/2004    | Щи из св.капусты с картоф. и кур.грудкой | 250/25 |       |              | 13      | 12              |                | 63          | 5             |          | 45             |       | 40        |                 |             |          | 0,5    |                 |
| 516/2004    | Макаронные изд. отварные                 | 180    |       |              |         |                 |                |             |               | 61       |                |       |           | 5               |             |          | 1      |                 |
| 498/2004    | Котлета рубленая куриная                 | 100    |       | 17           |         |                 | 16             |             | 5             |          | 106            |       |           |                 |             |          | 1      | 8               |
| 638/2004    | Компот из изюма                          | 200    | 10    |              |         |                 |                |             |               |          |                | 15    |           |                 |             | 0,1      |        |                 |
|             | Хлеб ржаной                              | 52     |       |              |         |                 |                |             |               |          |                |       |           |                 | 52          |          |        |                 |
|             | <b>итого на 1 чел</b>                    |        | 0,01  | 0,017        | 0,013   | 0,012           | 0,016          | 0,063       | 0,01          | 0,061    | 0,151          | 0,015 | 0,04      | 0,005           | 0,052       | 2Е-04    | 0,0025 | 0,008           |
|             | <b>цена</b>                              |        | 210   | 81           | 29      | 26              | 67             | 26          | 125           | 56       | 288            | 75    | 20        | 675             | 47          | 700      | 16     | 80              |
|             | <b>итого за обед</b>                     | 63,6   | 2,1   | 1,377        | 0,377   | 0,312           | 1,072          | 1,638       | 1,25          | 3,416    | 43,488         | 1,125 | 0,8       | 3,375           | 2,45        | 0,14     | 0,04   | 0,64            |



24 день

| № рецептуры | Наименование блюда             | выход  | рис     | Масло растительное | Куриная грудка | молоко    | Хлеб пшеничный | сахар       | Кофейный напиток | Соль         | лук репч     | морковь |                  |       | масло слив |                |         |       |       |     |
|-------------|--------------------------------|--------|---------|--------------------|----------------|-----------|----------------|-------------|------------------|--------------|--------------|---------|------------------|-------|------------|----------------|---------|-------|-------|-----|
|             | <b>Завтрак</b>                 |        |         |                    |                |           |                |             |                  |              |              |         |                  |       |            |                |         |       |       |     |
| 443/2004    | Плов с куриной грудкой         | 50/150 | 51      | 8                  | 90             |           |                |             |                  | 1            | 9            | 19      |                  |       |            |                |         |       |       |     |
| 692/2004    | Кофейный напиток               | 200    |         |                    |                | 50        |                | 15          | 4                |              |              |         |                  |       |            |                |         |       |       |     |
|             | Б-д с маслом сливочным         | 57/15  |         |                    |                |           | 57             |             |                  |              |              |         |                  |       |            |                |         |       |       | 15  |
|             | <b>итого на 1 чел</b>          |        | 0,051   | 0,008              | 0,09           | 0,05      | 0,0572         | 0,015       | 0,004            | 0,001        | 0,009        | 0,019   |                  |       | 0          | 0,015          |         |       |       | 0   |
|             | <b>цена</b>                    |        | 102     | 125                | 288            | 67        | 81             | 75          | 410              | 16           | 26           | 29      |                  |       |            |                |         |       |       | 675 |
|             | <b>итого за завтрак</b>        | 53,8   | 5,202   | 1                  | 25,92          | 3,35      | 4,637          | 1,125       | 1,64             | 0,016        | 0,234        | 0,551   | 0                | 0     | 10,13      |                |         |       |       | 0   |
|             | <b>Обед</b>                    | Выход  | морковь | сухофрукты         | капуста        | картофель | свекла         | хлеб ржаной | лук репчатый     | масло растит | масло сливоч | сахар   | лимонная кислота | мука  | сметана    | куриная грудка | помидор | рис   | соль  |     |
| 110/2004    | Борщ с капустой,картофелем     | 250    | 13      |                    | 25             | 27        | 50             |             | 12               | 5            |              | 3       | 0,12             |       |            |                |         |       |       | 1   |
| 423/2004    | Бефстроганов из куриной грудки | 60/50  |         |                    |                |           |                |             | 29               | 9            |              |         |                  | 3     | 20         | 108            |         |       |       | 1   |
|             | Помидор порционно              | 70     |         |                    |                |           |                |             |                  |              |              |         |                  |       |            |                | 71      |       |       |     |
| 511/2004    | Рис отварной                   | 180    |         |                    |                |           |                |             |                  |              | 6            |         |                  |       |            |                |         | 65    | 1     |     |
| 639/2004    | Компот из сухофруктов          | 200    |         | 20                 |                |           |                |             |                  |              |              | 15      |                  |       |            |                |         |       |       |     |
|             | Хлеб ржаной                    | 32     |         |                    |                |           |                | 32          |                  |              |              |         |                  |       |            |                |         |       |       |     |
|             | <b>итого на 1 чел</b>          |        | 0,013   | 0,02               | 0,025          | 0,027     | 0,05           | 0,032       | 0,041            | 0,014        | 0,006        | 0,018   | 1Е-04            | 0,003 | 0,02       | 0,108          | 0,071   | 0,065 | 0,003 |     |
|             | <b>цена</b>                    |        | 29      | 125                | 26             | 20        | 24             | 47          | 26               | 125          | 675          | 75      | 700              | 40    | 238        | 288            | 80      | 102   | 16    |     |
|             | <b>итого за обед</b>           | 63,6   | 0,377   | 2,5                | 0,65           | 0,54      | 1,2            | 1,518       | 1,066            | 1,75         | 4,05         | 1,35    | 0,084            | 0,12  | 4,76       | 31,104         | 5,685   | 6,63  | 0,048 | 0   |