|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Рецептура | Наименование блюд | Масса | Пищевая ценность | Энергетическая ценность | Витамины  | Минеральные вещества |
|  |  |  | б | ж | у |  | В1 | а | с | са | р | mg | fe |
|  | Суп гороховый,куриный | 250 | 5,49 | 5,28 | 16,363 | 134,75 | 0,23 |  | 5,81 | 18,08 | 87,17 | 35,3 | 2,03 |
|  | Каша гречневая | 150 | 4,68 | 4,58 | 14,55 | 118,98 | 0,08 | 36,72 | 1,09 | 144,13 | 117,04 | 17,64 | 0,3 |
|  | хлеб | 20 | 0,08 | 0,3 |  | 34,8 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Чай с сахаром | 200 | 0,2 |  |  | 28 |  |  |  | 6,0 |  |  | 0,4 |
|  | конфеты |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Рецептура | Наименование блюд | Масса | Пищевая ценность | Энергетическая ценность | Витамины  | Минеральные вещества |
|  |  |  | б | ж | у |  | В1 | а | с | са | р | mg | fe |
|  | Суп вермишелевый,куриный | 250 | 5,28 | 6,8 | 14,25 | 103,13 |  | 10 |  | 19,5 | 71,5 | 10 | 0,9 |
|  | Каша пшеничная | 150 | 4,53 | 9,82 | 22,25 | 188,6 | 0,37 | 0,06 | 12 | 150,6 | 218,85 | 52,7 | 2,6 |
|  | хлеб | 20 | 0,08 | 0,3 |  | 34,8 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сок | 200 | 1,0 | 0,03 | 24 | 94 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | печенье | 50 | 2,2 | 1,45 | 38,55 | 166,5 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Сливочное масло | 10 | 0,08 | 7,26 | 0,14 | 75,1 |  | 59 |  | 1 | 2 |  |  |
|  | Бурячный салат с изюмом | 100 | 1,3 | 6,19 | 4,72 | 79,6 | 0,06 |  | 2048 | 17,28 | 32,88 | 17,79 | 0,84 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Рецептура | Наименование блюд | Масса | Пищевая ценность | Энергетическая ценность | Витамины  | Минеральные вещества |
|  |  |  | б | ж | у |  | В1 | а | с | са | р | mg | fe |
|  | Суп рисовый,с фасолью | 250 | 5,49 | 5,28 | 16,363 | 134,75 | 0,23 |  | 5,81 | 18,08 | 87,17 | 35,3 | 2,03 |
|  | Макароны с подливой | 150 | 4,68 | 4,58 | 14,55 | 118,98 | 0,08 | 36,72 | 1,09 | 144,13 | 117,04 | 17,64 | 0,3 |
|  | хлеб | 20 | 0,08 | 0,3 |  | 34,8 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Компот из сухофруктов | 200 | 0,2 |  |  | 28 |  |  |  | 6,0 |  |  | 0,4 |
|  | пряники | 50 | 2,2 | 1,45 | 38,55 | 166,5 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Салат из овощей | 100 | 1,3 | 6,19 | 4,72 | 79,6 | 0,06 |  | 2048 | 17,28 | 32,88 | 17,79 | 0,84 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Рецептура | Наименование блюд | Масса | Пищевая ценность | Энергетическая ценность | Витамины  | Минеральные вещества |
|  |  |  | б | ж | у |  | В1 | а | с | са | р | mg | fe |
|  | Суп куриный с макаронами | 250 | 5,49 | 5,28 | 16,363 | 134,75 | 0,23 |  | 5,81 | 18,08 | 87,17 | 35,3 | 2,03 |
|  | Яйца отварные | 150 | 4,68 | 4,58 | 14,55 | 118,98 | 0,08 | 36,72 | 1,09 | 144,13 | 117,04 | 17,64 | 0,3 |
|  | хлеб | 20 | 0,08 | 0,3 |  | 34,8 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Какао с молоком | 200 | 0,2 |  |  | 28 |  |  |  | 6,0 |  |  | 0,4 |
|  | Конфеты и халва | 50 | 2,2 | 1,45 | 38,55 | 166,5 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Сыр+сметана | 10 | 0,08 | 7,26 | 0,14 | 75,1 |  | 59 |  | 1 | 2 |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Рецептура | Наименование блюд | Масса | Пищевая ценность | Энергетическая ценность | Витамины  | Минеральные вещества |
|  |  |  | б | ж | у |  | В1 | а | с | са | р | mg | fe |
|  | Сливочное масло | 10 | 0,08 | 7,26 | 0,14 | 75,1 |  | 59 |  | 1 | 2 |  |  |
|  | Каша перловая | 100 | 9,3 | 1,1 | 66,9 | 318 | 0,12 | 900 |  | 38 | 323 | 40 | 1,8 |
|  | хлеб | 20 | 0,08 | 0,3 |  | 34,8 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Чай с сахаром | 200 | 0,2 |  |  | 28 |  |  |  | 6,0 |  |  | 0,4 |
|  | пряники | 50 | 2,2 | 1,45 | 38,55 | 166,5 |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Рецептура | Наименование блюд | Масса | Пищевая ценность | Энергетическая ценность | Витамины  | Минеральные вещества |
|  |  |  | б | ж | у |  | В1 | а | с | са | р | mg | fe |
|  | Суп рисовый,куриный | 250 | 0,18 | 3,3 | 14,65 | 75,1 | 0,11 |  | 8,33 | 24,98 | 96,93 | 29,45 | 1,09 |
|  | Каша гречневая с маслом | 150 | 9,3 | 1,1 | 66,9 | 318 | 0,12 | 900 |  | 38 | 323 | 40 | 1,8 |
|  | хлеб | 20 | 0,08 | 0,3 |  | 34,8 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Чай с сахаром | 200 | 0,2 |  |  | 28 |  |  |  | 6,0 |  |  | 0,4 |
|  | халва | 50 | 2,2 | 1,45 | 38,55 | 166,5 |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Рецептура | Наименование блюд | Масса | Пищевая ценность | Энергетическая ценность | Витамины  | Минеральные вещества |
|  |  |  | б | ж | у |  | В1 | а | с | са | р | mg | fe |
|  | Суп вермишелевый,куриный | 250 | 5,28 | 6,8 | 14,25 | 103,13 |  | 10 |  | 19,5 | 71,5 | 10 | 0,9 |
|  | Каша пшеничная | 150 | 4,53 | 9,82 | 22,25 | 188,6 | 0,37 | 0,06 | 12 | 150,6 | 218,85 | 52,7 | 2,6 |
|  | хлеб | 20 | 0,08 | 0,3 |  | 34,8 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Чай с сахаром | 200 | 0,2 |  |  | 28 |  |  |  | 6,0 |  |  | 0,4 |
|  | яблоки | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 0,03 |  | 10 | 10 | 75,8 |  | 2,2 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Рецептура | Наименование блюд | Масса | Пищевая ценность | Энергетическая ценность | Витамины  | Минеральные вещества |
|  |  |  | б | ж | у |  | В1 | а | с | са | р | mg | fe |
|  | Борщ | 250 | 2,52 | 4,65 | 19,12 | 150 | 0,06 |  | 10,29 | 44,38 | 53,23 | 26,25 | 1,19 |
|  | Плов (говядина) | 150 | 4,53 | 9,82 | 22,25 | 188,6 | 0,37 | 0,06 | 12 | 150,6 | 218,85 | 52,7 | 2,6 |
|  | хлеб | 20 | 0,08 | 0,3 |  | 34,8 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сок | 200 | 1,0 | 0,03 | 24 | 94 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Салат кукуруза+морковь | 100 | 1,3 | 6,19 | 4,72 | 79,6 | 0,06 |  | 2048 | 17,28 | 32,88 | 17,79 | 0,84 |
|  | конфеты |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Рецептура | Наименование блюд | Масса | Пищевая ценность | Энергетическая ценность | Витамины  | Минеральные вещества |
|  |  |  | б | ж | у |  | В1 | а | с | са | р | mg | fe |
|  | Суп фасолевый | 250 | 5,49 | 5,28 | 16,363 | 134,75 | 0,23 |  | 5,81 | 18,08 | 87,17 | 35,3 | 2,03 |
|  | Гречка подливой | 150 | 4,68 | 4,58 | 14,55 | 118,98 | 0,08 | 36,72 | 1,09 | 144,13 | 117,04 | 17,64 | 0,3 |
|  | хлеб | 20 | 0,08 | 0,3 |  | 34,8 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Чай с сахаром | 200 | 0,2 |  |  | 28 |  |  |  | 6,0 |  |  | 0,4 |
|  | бананы | 100 | 1,5 | 0,5 | 21 | 96 | 0,04 | 20 | 10 | 8 | 28 | 42 | 0,6 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Рецептура | Наименование блюд | Масса | Пищевая ценность | Энергетическая ценность | Витамины  | Минеральные вещества |
|  |  |  | б | ж | у |  | В1 | а | с | са | р | mg | fe |
|  | Суп гороховый,куриный | 250 | 5,49 | 5,28 | 16,363 | 134,75 | 0,23 |  | 5,81 | 18,08 | 87,17 | 35,3 | 2,03 |
|  | Яйцо отварное |  | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 | 0,03 | 0,1 |  | 22 | 76,8 | 4,8 | 1 |
|  | хлеб | 20 | 0,08 | 0,3 |  | 34,8 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Какао с молоком | 200 | 0,2 |  |  | 28 |  |  |  | 6,0 |  |  | 0,4 |
|  | халва | 10 | 12,49 | 21,52 | 60,49 | 469 | 0,4 |  | 0,1 | 33 |  | 218 | 4,5 |
|  | Сыр+сметана | 10 | 0,08 | 7,26 | 0,14 | 75,1 |  | 59 |  | 1 | 2 |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Рецептура | Наименование блюд | Масса | Пищевая ценность | Энергетическая ценность | Витамины  | Минеральные вещества |
|  |  |  | б | ж | у |  | В1 | а | с | са | р | mg | fe |
|  | Пшеничная каша с маслом | 150 | 4,53 | 9,82 | 22,25 | 188,6 | 0,37 | 0,06 | 12 | 150,6 | 218,85 | 52,7 | 2,6 |
|  | Компот из сухофруктов | 200 | 0,1 | 0 | 104 | 41,3 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | хлеб | 20 | 0,08 | 0,3 |  | 34,8 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Салат из овощей | 100 | 1,3 | 6,19 | 4,72 | 79,6 | 0,06 |  | 2048 | 17,28 | 32,88 | 17,79 | 0,84 |
|  | Пряники | 50 | 2,2 | 1,45 | 38,55 | 166,5 |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Рецептура | Наименование блюд | Масса | Пищевая ценность | Энергетическая ценность | Витамины  | Минеральные вещества |
|  |  |  | б | ж | у |  | В1 | а | с | са | р | mg | fe |
|  | Борщ  | 250 | 2,52 | 4,65 | 19,12 | 150 | 0,06 |  | 10,29 | 44,38 | 53,23 | 26,25 | 1,19 |
|  | Плов с мясом(говядина) | 150 | 7,44 | 8,39 | 22,62 | 232,22 | 0,08 | 21,01 |  | 26,81 | 111,92 | 24,81 | 2,01 |
|  | хлеб | 20 | 0,08 | 0,3 |  | 34,8 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Чай с сахаром | 200 | 0,2 |  |  | 28 |  |  |  | 6,0 |  |  | 0,4 |
|  | Салат овощной | 100 | 1,3 | 6,19 | 4,72 | 79,6 | 0,06 |  | 2048 | 17,28 | 32,88 | 17,79 | 0,84 |
|  | Пряники  | 50 | 2,2 | 1,45 | 38,55 | 166,5 |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |