

*Меню  
завтрака*

День	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭП,ккал
Понедельника	Морожен с молоком №179	135	7.32	5.5	26.52	184,86
	Хлеб пшеничный	75	5.92	0.75	36.22	176,25
	Сыр поршмаки	30	6.96	8.88	0	107,76
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5	39,02
	Яблоко №338	100	1.5	0.5	21	94,5
Булочка домашняя		60	4.2	6.7	27.8	188,3
<b>Итого</b>		<b>600</b>	<b>25,93</b>	<b>22,43</b>	<b>121,04</b>	<b>790,69</b>
Вторник	Каша рисовая с лимоном №177	200	6.09	10.88	47.99	314,24
	Чай с молоком или сливками №378	200	1.52	1.35	15.9	81,83
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ТОРЦИЯМИ) №14	10	0.08	8.2	0.13	74,64
	Хлеб пшеничный	100	7.89	1	48.29	176,25
	Яблоко №338	100	1.5	0.5	21	94,5
<b>Итого</b>		<b>610</b>	<b>17,08</b>	<b>21,93</b>	<b>133,31</b>	<b>741,46</b>
Среда	Омлет с морковью №214	65	5.52	10.21	2.01	122,01
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5	39,02
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ТОРЦИЯМИ) №14	10	0.08	8.2	0.13	74,64
	Хлеб пшеничный	75	5.92	0.75	36.22	176,25
	Яблоко №338	100	1.5	0.5	21	94,5
Булочка домашняя		60	4.2	6.7	27.8	188,3
<b>Итого</b>		<b>510</b>	<b>17,25</b>	<b>26,46</b>	<b>96,66</b>	<b>694,72</b>
Четверг	Рис припущенный №305	200	4.85	5.73	48.89	266,53
	Чай с молоком или сливками №378	200	1.52	1.35	15.9	81,83
	Сыр поршмаки	30	6.96	8.88	0	107,76
	Хлеб пшеничный	100	7.89	1	48.29	176,25
	Сосиски "Особые халва"	100	9.5	13.5	2.74	170,46
<b>Итого</b>		<b>630</b>	<b>30,72</b>	<b>30,46</b>	<b>115,82</b>	<b>802,83</b>
Пятница	Каша гречневая №183	210	9.09	12.99	35.18	293,99
	Хлеб пшеничный	75	5.92	0.75	36.22	176,25
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ТОРЦИЯМИ) №14	20	0.16	16.4	0.26	149,28
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5	39,02
	Яблоко №338	100	1.5	0.5	21	94,5
<b>Итого</b>		<b>605</b>	<b>16,7</b>	<b>30,74</b>	<b>102,16</b>	<b>753,04</b>
Омлет с отварным картофелем №276		100	6.9	8.6	7.1	133,4

*Инверсия  
выполнил: С.П.  
А.В. Шапуров*



Суббота	Хлеб пшеничный								
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЙМИ) №14	100	7,89	1	48,29	176,25			
	Чай с молоком или сливками №378	20	0,16	16,4	0,26	149,28			
	Яблоко №338	200	1,52	1,35	15,9	81,83			
	Итого	100	1,5	0,5	21	94,5			
Понедельник	Греча отварная №413	520	17,97	27,85	92,55	635,26			
	Хлеб пшеничный	150	9,59	6,09	38,64	243			
	Чай с лимоном №459	75	5,92	0,75	36,22	176,25			
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЙМИ) №14	200	0,03	0,1	9,5	39,02			
	Сочус красный основной №422	20	0,16	16,4	0,26	149,28			
Вторник	Итого	50	1	1,3	3,09	28,06			
	Суп молочный с макаронными изделиями №120	495	16,7	24,64	87,71	635,61			
	Чай с молоком или сливками №378	200	4,38	3,8	14,36	109,16			
	Хлеб пшеничный	200	1,52	1,35	15,9	81,83			
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЙМИ) №14	75	5,92	0,75	36,22	176,25			
среда	Яблоко №338	20	0,16	16,4	0,26	149,28			
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02			
	Яблоко №338	100	1,5	0,5	21	94,5			
	Итого	100	1,5	0,5	21	94,5			
	Мисли с молоком №179	655	17,68	29,5	115,54	799,32			
четверг	Хлеб пшеничный	135	7,32	5,5	26,52	184,86			
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЙМИ) №14	100	7,89	1	48,29	176,25			
	Чай с лимоном №459	20	0,16	16,4	0,26	149,28			
	Яблоко №338	200	0,03	0,1	9,5	39,02			
	Итого	100	1,5	0,5	21	94,5			
пятница	Каши жидкие молочная из манной крупы (181)	555	16,9	23,5	105,57	643,91			
	Хлеб пшеничный	210	6,03	3,47	42,23	224,27			
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЙМИ) №14	100	7,89	1	48,29	176,25			
	Чай с молоком или сливками №378	20	0,16	16,4	0,26	149,28			
	Яблоко №338	200	1,52	1,35	15,9	81,83			
Суббота	Итого	100	1,5	0,5	21	94,5			
	Картофельное пюре №377	630	17,1	22,72	127,68	726,13			
	Хлеб пшеничный	150	4,05	6	8,7	105			
	Чай с лимоном №459	100	7,89	1	48,29	176,25			
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЙМИ) №14	200	0,03	0,1	9,5	39,02			
Понедельник	Сосиски "Особые хавиль"	20	0,16	16,4	0,26	149,28			
	Сосиски "Особые хавиль"	100	9,5	13,5	2,74	170,46			
	Булочка домашняя	100	4,2	6,7	27,8	188,3			
	Итого	60	4,2	6,7	27,8	188,3			
	Итого	630	25,83	43,7	97,29	828,31			



суббота							
Рис отварной №304		100	2,43	3,58	24,46	139,78	
Хлеб пшеничный		100	7,89	1	48,29	176,25	
Чай с молоком или сливками №378		200	1,52	1,35	15,9	81,83	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ТОРЦИЯМИ) №14		20	0,16	16,4	0,26	149,28	
Соуски "Особые хавяги"		100	9,5	13,5	2,74	170,46	
Итого	520		21,5	35,83	91,65	717,6	