



Рацион: 1-4\_ДОВЗ\_В.Салда\_2см\_ ПОНЕДЕЛЬНИК 27 апреля 2026г. -30 апреля 2026г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Суп картофельный с бобовыми в/у	200	4	7,2	36,8	172,8		102
	Гренки	20	2,4	0,4	12,6			371
	Гуляш свинина	80/50	12,09	29,81	4,59	323,24	2	260
	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант)	150	11,63	9,68	62,9	385,19		171
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб пшеничный	30	1,8	0,54	10,8	54	0,04	
Итого за Обед.	Хлеб ржаной	30	0,75	0,47	7,87	34,77		
			32,77	48,16	150,56	1093	10,27	
Полдник	Булочка домашняя с помидкой	100	6,96	6,2	53,6	296,73		424,01
	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,96	101	1,3	379
Итого за Полдник			10,13	8,88	69,56	397,73	1,3	
Итого за день 198,31 рублей								

Рацион: 1-4\_ДОВЗ\_В.Салда\_2см\_ ВТОРНИК

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне в/у	200/10	1,4	3,94	15,59	103,22	6,16	82,04
	Зразы рубленные (свин.)	90	9,5	18,41	13,43	256,91	1,07	274
	Макаронные изделия отварные	150	6,59	5,4	31,68	272,99		309
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6	388
	Хлеб пшеничный	30	1,8	0,54	10,8	54	0,04	
	Хлеб ржаной	30	0,75	0,47	7,87	34,77		
	Итого за Обед.			20,72	28,9	114,63	865,69	
Полдник	Гребешок с повидлом	100	5,6	2,17	47,2	230,68		406
	Чай с лимоном	200/7	0,21	0,03	16	65	2,83	377
Итого за Полдник			5,81	2,2	63,2	295,68	7,6	
Итого за день 198,31 рублей								

Рацион: 1-4\_ДОВЗ\_В.Салда\_2см\_ СРЕДА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне в/у	250	2,65	2,78	24,23	172	16,5	103,05
	Плов из бройлер-цыплят в/у	200	19,46	22,54	62,14	500,74	6,01	291
	Компот из ягод (заморозка)	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6	388,06
	Хлеб пшеничный	30	1,8	0,54	10,8	54	0,05	
	Хлеб ржаной	20	0,5	0,32	5,24	23,18		
	Итого за Обед.			25,09	26,32	137,67	893,72	23,16
Полдник	Запеканка из творога с рисом	150	7,89	11,38	40,79	301,43	0,06	15,5
	Соус молочный (сладкий)	50	0,05	0,11	0,33	2,54	0,01	327
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
Итого за Полдник			8,04	11,55	56,12	363,97	0,1	
Итого за день 198,31 рублей								

Рацион: 1-4\_ДОВЗ\_В.Салда\_2см\_ ЧЕТВЕРГ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Рассольник ленинградский на курином бульоне в/у	200/10	4,52	4,12	38,71	176,88	12,92	96,04
	Суфле из рыбы (минтай) с рисом паровое	90	2,58	6,42	8,37	145,32	0,9	235
	Пюре картофельное в/у	150	3,72	6,12	58,44	273	30,72	312
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,06	29	108	1,49	349
	Хлеб пшеничный	20	1,2	0,36	7,2	36	0,03	
	Хлеб ржаной	20	0,5	0,32	5,24	23,18		
	Фрукт свежий*	1	0,8	0,8	19,6	94		
	Итого за Обед.			13,38	18,2	166,56	856,38	66,06
Полдник	Пицца домашняя	100	9,9	16,26	28,34	299	0,2	413,04
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
Итого за Полдник			10	16,32	43,34	359	0,23	
Итого за день 198,31 рублей								

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова