УТВЕРЖДАЮ
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2

Е.О. Розенбах
Р.Ф. Калиенко

Меню
ШКОЛА №2

Рацион: 5-11_ДОВЗ_диета_7б_ММ — ПОНЕДЕЛЬНИК — 28 сентября 2026г. -02 октября 2026г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г) Б	Ж	У	Энерге-тическая	Витамин С	№ рецептуры
Завтрак								
	Каша вязкая молочная из пшена с маслом	250/10	9,66	13,31	49,26	356,09		173
	Напиток "Витошка Лайт"	200			18	72		352,03
	Хлебцы	20	0,95	0,6	9,96	42,8		43 450
Итого за Завтрак			10,61	13,91	77,22	470,89	25	
Обед.								
	Суп картофельный с бобовыми в/у	250	4,15	7,46	38,16	179,16		102
	Гуляш свинина	50/50	12,13	29,9	4,59	324,02	1	260
	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант)	180	10,93	7,42	53,74	331,08		171
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Фрукт свежий*	1	0,8	0,8	19,6	94		
	Хлебцы	20	0,95	0,6	9,96	42,8		43 450
Итого за Обед.			29,06	46,24	141,05	1031,06	30,57	
Итого за день 281,94 рубль								

Рацион: 5-11_ДОВЗ_диета_7б_ММ — ВТОРНИК

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г) Б	Ж	У	Энерге-тическая	Витамин С	№ рецептуры
Завтрак								
	Каша Царская с курой в/у	200	60,4	37,72	20,12	662,67		
	Чай с лимоном	200/7	0,21	0,03	16	65	2,83	377
	Хлебцы	20	0,95	0,6	9,96	42,8		43 450
Итого за Завтрак			61,56	38,35	46,08	770,47	5	
Обед.								
	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне в/у	250/10	3,05	7,23	14,61	136,28	18,93	82,04
	Шницель натуральный рубленый (свин.) б/г	100	17,29	35,8	8,23	426,41		267
	Рис с овощами в/у	180	4,18	7,72	38,22	242,45	6,24	205
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6	388
	Хлебцы	20	0,95	0,6	9,96	42,8		43 450
Итого за Обед.			26,15	51,49	106,28	991,74		
Итого за день 281,94 рубль								

Рацион: 5-11_ДОВЗ_диета_7б_ММ — СРЕДА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г) Б	Ж	У	Энерге-тическая	Витамин С	№ рецептуры
Завтрак								
	Запеканка из творога с рисом	200	10,52	15,17	54,39	401,91	0,08	15,5
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлебцы	20	0,95	0,6	9,96	42,8		43 450
Итого за Завтрак			11,57	15,83	79,35	504,71		
Обед.								
	Суп из овощей со сметаной в/у	300/10	1,67	5,26	9,64	100,46	10,95	99
	Плов из бройлер-цыплят в/у	220	21,4	26,57	36,51	473,83	3,25	291
	Компот из ягод (заморозка)	200			29,95	113,73	0,05	388,06
	Хлебцы	20	0,95	0,6	9,96	42,8		43 450
Итого за Обед.			24,02	32,43	86,06	730,82	2	
Итого за день 281,94 рубль								

Рацион: 5-11_ДОВЗ_диета_7б_ММ — ЧЕТВЕРГ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г) Б	Ж	У	Энерге-тическая	Витамин С	№ рецептуры
Завтрак								
	Суфле из рыбы (минтай) с рисом паровое	100	2,86	7,14	9,3	161,46	1	235
	Пюре картофельное в/у	180	3,89	6,1	26,45	180,86	30,79	312
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,06	29	108	1,49	349
	Хлебцы	20	0,95	0,6	9,96	42,8		43 450
Итого за Завтрак			7,76	13,9	74,71	493,12		
Обед.								
	Рассольник ленинградский на курином бульоне в/у	300/10	3,93	8,83	21,1	184,01	26,62	96,04
	Жаркое по-домашнему (свин.) в/у	230	32,66	10,36	139,87	789,27		259
	Напиток "Витошка Лайт"	200			18	72		352,03
	Хлебцы	20	0,95	0,6	9,96	42,8		43 450
Итого за Обед.			37,54	19,79	188,93	1088,08	25	
Итого за день 281,94 рубль								

Рацион: 5-11_ДОВЗ_диета_7б_ММ — ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г) Б	Ж	У	Энерге-тическая	Витамин С	№ рецептуры
Завтрак								
	Омлет натуральный	200	19,24	28,82	3,64	350,42		284
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлебцы	20	0,95	0,6	9,96	42,8		43 450
Итого за Завтрак			20,29	29,48	28,6	453,22		
Обед.								
	Щи из свежей капусты с картофелем на курином	250/10	7,6	4,93	21,51	138	7,5	88,04
	Курица отварная	100	16,98	16,16	14,62	241,56	2	288
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами в/у	180	10,99	9,31	54,47	350,38	2,7	44
	Компот из изюма	200	0,46	0,1	33,12	132		348
	Хлебцы	20	0,95	0,6	9,96	42,8		43 450
Итого за Обед.			36,98	31,1	133,68	904,74	2	
Итого за день 281,94 рубль								

Зав. производством — Ю.А. Зуйкова

УТВЕРЖДАЮ
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2 _____ Е.О. Розенбах
_____ Р.Ф. Калиенко

Меню
ШКОЛА №2
ПОНЕДЕЛЬНИК

Рацион: 5-11_диета_5в_ПМ **28 сентября 2026г. -02 октября 2026г.**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами_в/у	225	13,74	11,64	68,09	437,97	3,38	44
	Напиток "Витошка Лайт"_	200			18	72		352,03
	Булочка домашняя	75	5,5	8,8	45,7	285,41		424
	Хлеб пшеничный	30	2,34	0,81	15,99	80,4		
	Хлеб ржаной	20	1,17	0,2	8,89	42	0,01	
Итого за Завтрак			22,75	21,45	156,67	917,78	25	
Итого за день 117,66 рублей								

Рацион: 5-11_диета_5в_ПМ

ВТОРНИК

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Паста болоньезе со свининой_в/у	280	21,06	23,42	52,9	510,38	1	54,03
	Чай с лимоном_	200/7	0,21	0,03	16	65	2,83	377
	Хлеб пшеничный	40	3,12	1,08	21,32	107,2		
	Хлеб ржаной	30	1,76	0,3	13,34	63	0,02	
Итого за Завтрак			26,15	24,83	103,56	745,58	5,37	
Итого за день 117,66 рублей								

Рацион: 5-11_диета_5в_ПМ

СРЕДА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Плов из бройлер-цыплят_в/у	250	24,31	30,2	41,49	538,44	3,69	291
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб пшеничный	30	2,34	0,81	15,99	80,4		
	Хлеб ржаной	20	1,17	0,2	8,89	42	0,01	
	Булочка с корицей_	50	2,53	2,06	17	98,11		438
Итого за Завтрак			30,45	33,33	98,37	818,95	2	
Итого за день 117,66 рублей								

Рацион: 5-11_диета_5в_ПМ

ЧЕТВЕРГ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Рыба отварная_	100	19,56	8,43	0,83	158,17	0,83	226
	Картофель печеный_в/у	180	3,48	6,8	24	162	24,73	468
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,06	29	108	1,49	349
	Хлеб пшеничный	40	3,12	1,08	21,32	107,2		
	Хлеб ржаной	30	1,76	0,3	13,34	63	0,02	
Итого за Завтрак			27,98	16,67	88,49	598,37		
Итого за день 117,66 рублей								

Рацион: 5-11_диета_5в_ПМ

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Рис с овощами_в/у	200	4,64	8,57	42,47	269,39	6,93	205
	Булочка домашняя	100	7,33	11,73	60,93	380,55		424
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб пшеничный	30	2,34	0,81	15,99	80,4		
	Хлеб ржаной	20	1,17	0,2	8,89	42	0,01	
Итого за Завтрак			15,58	21,37	143,28	832,34		
Итого за день 117,66 рублей								

Зав. производством _____ Ю.А. Зуйкова

УТВЕРЖДАЮ Е.О. Розенбах

СОГЛАСОВАНО Директор школы №2 Р.Ф. Калиенко

Меню
ШКОЛА №2

Рацион: 1-4_диета_ЧП **ПОНЕДЕЛЬНИК** **28 сентября 2026г. -02 октября 2026г.**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Каша Царская с курой_в/у	230	24,94	33,46	31,67	529,91	1,68	
	Напиток "Витошка Лайт"_	200			18	72		352,03
	Хлеб ржаной	70	4,11	0,7	31,13	147	0,05	
Итого за Завтрак			29,05	34,16	80,8	748,91	27	
Итого за день 99,16 рублей								

Рацион: 1-4_диета_ЧП **ВТОРНИК**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Курица отварная_	90	15,28	14,54	13,16	217,4	1	288
	Макаронные изделия отварные	150	5,33	4,91	36,36	214,24		309
	Чай с лимоном_	200/7	0,21	0,03	16	65	2,83	377
	Хлеб ржаной	60	3,52	0,6	26,68	126	0,04	
Итого за Завтрак			24,34	20,08	92,2	622,64	5,82	
Итого за день 99,16 рублей								

Рацион: 1-4_диета_ЧП **СРЕДА**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Запеканка из творога с рисом_	150	7,89	11,38	40,79	301,43	0,06	15,5
	Соус молочный (сладкий)	50	0,95	2,46	6,75	52,06		327
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб ржаной	100	5,87	1	44,47	210	0,07	
Итого за Завтрак			14,81	14,9	107,01	623,49		
Итого за день 99,16 рублей								

Рацион: 1-4_диета_ЧП **ЧЕТВЕРГ**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Суфле из рыбы (минтай) с рисом паровое	90	2,58	6,42	8,37	145,32	0,9	235
	Картофель печеный_в/у	150	2,9	5,67	20	135	20,61	468
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,06	29	108	1,49	349
	Хлеб ржаной	70	4,11	0,7	31,13	147	0,05	
Итого за Завтрак			9,65	12,85	88,5	535,32		
Итого за день 99,16 рублей								

Рацион: 1-4_диета_ЧП **ПЯТНИЦА**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Плов из бройлер-цыплят_в/у	150	14,59	18,12	24,89	323,06	2,21	291
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Фрукт свежий*	1	0,8	0,8	19,6	94		
	Хлеб ржаной	50	2,93	0,5	22,23	105	0,03	
Итого за Завтрак			18,42	19,48	81,72	582,06	1	
Итого за день 99,16 рублей								

Зав. производством Ю.А. Зуйкова

УТВЕРЖДАЮ Е.О. Розенбах
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2 Р.Ф. Калиенко

Меню
ШКОЛА №2

Рацион: 1-4_диета_2б_ДК — **ПОНЕДЕЛЬНИК** — **28 сентября 2026г. -02 октября 2026г.**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами_в/у	200	12,21	10,35	60,52	389,31	3	44
	Огурец порционный	60	0,48	0,06	1,56	8,4	6	71
	Напиток "Витошка Лайт"_	200			18	72		352,03
	Хлеб пшеничный	40	3,12	1,08	21,32	107,2		
	Хлеб ржаной	30	1,76	0,3	13,34	63	0,02	
Итого за Завтрак			17,57	11,79	114,74	639,91	25	
Итого за день 99,16 рублей								

Рацион: 1-4_диета_2б_ДК — **ВТОРНИК**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Курица отварная_	90	15,28	14,54	13,16	217,4	1	288
	Макаронные изделия	150	5,69	0,69	31,9	156,29		202
	Чай с лимоном_	200/7	0,21	0,03	16	65	2,83	377
	Хлеб пшеничный	30	2,34	0,81	15,99	80,4		
	Хлеб ржаной	30	1,76	0,3	13,34	63	0,02	
Итого за Завтрак			25,28	16,37	90,39	582,09	5,8	
Итого за день 99,16 рублей								

Рацион: 1-4_диета_2б_ДК — **СРЕДА**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Бигус со свининой_в/у	200	22,4	24,67	73,33	126,07	2,67	293
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб пшеничный	50	3,9	1,35	26,65	134		
	Хлеб ржаной	50	2,93	0,5	22,23	105	0,03	
Итого за Завтрак			29,33	26,58	137,21	425,07		
Итого за день 99,16 рублей								

Рацион: 1-4_диета_2б_ДК — **ЧЕТВЕРГ**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Рыба отварная_	90	17,6	7,58	0,74	142,36	0,74	226
	Картофель печеный_в/у	150	2,9	5,67	20	135	20,61	468
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,06	29	108	1,49	349
	Хлеб пшеничный	40	3,12	1,08	21,32	107,2		
	Хлеб ржаной	30	1,76	0,3	13,34	63	0,02	
Итого за Завтрак			25,44	14,69	84,4	555,56		
Итого за день 99,16 рублей								

Рацион: 1-4_диета_2б_ДК — **ПЯТНИЦА**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Каша Царская с курой_в/у	150	16,26	21,82	20,66	345,59	1,09	
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Мандарин	100	0,8	0,2	7,51	38	38	11 001
	Хлеб пшеничный	30	2,34	0,81	15,99	80,4		
	Хлеб ржаной	20	1,17	0,2	8,89	42	0,01	
Итого за Завтрак			20,67	23,09	68,05	565,99	39	
Итого за день 99,16 рублей								

Зав. производством Ю.А. Зуйкова

УТВЕРЖДАЮ
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2

Е.О. Розенбах
Р.Ф. Калиенко

Меню
ШКОЛА №2

Рацион: 1-4_диета_2г_КК

28 сентября 2026г. -02 октября 2026г.

ПОНЕДЕЛЬНИК

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	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	63		371
	Гуляш свинина_	50/50	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	20	1,6	0,48	9,6	48	0,03	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
Итого за Обед.			32,78	48,23	151,45	1096,23	10,26	
Итого за день 139,12 рублей								

Рацион: 1-4_диета_2г_КК

ВТОРНИК

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.								
	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне_в/у	200/10	2,46	5,84	11,8	110,07	15,29	82,04
	Котлета (свинина)_	90	12,19	23,52	14,84	309,64		268,05
	Макаронные изделия отварные	150	5,33	4,91	36,36	214,24		309
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6	388
	Хлеб пшеничный	25	1,95	0,68	13,33	67		
	Хлеб ржаной	25	1,47	0,25	11,12	52,5	0,02	
Итого за Обед.			24,08	35,34	122,71	897,25		
Итого за день 139,12 рублей								

Рацион: 1-4_диета_2г_КК

СРЕДА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	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	
Итого за день 139,12 рублей								

Рацион: 1-4_диета_2г_КК

ЧЕТВЕРГ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.								
	Рассольник ленинградский на курином бульоне_в/у	200/10	2,67	5,99	14,3	124,65	18,04	96,04
	Рыба отварная_	90	17,6	7,58	0,74	142,36	0,74	226
	Картофель печеный_в/у	150	2,9	5,67	20	135	20,61	468
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,06	29	108	1,49	349
	Хлеб пшеничный	20	1,56	0,54	10,66	53,6		
	Хлеб ржаной	20	1,17	0,2	8,89	42	0,01	
	Фрукт свежий*	1	0,8	0,8	19,6	94		
Итого за Обед.			26,76	20,84	103,19	699,61		
Итого за день 139,12 рублей								

Рацион: 1-4_диета_2г_КК

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.								
	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне_в/у	200/10	6,14	3,98	17,37	111,46	6,06	88,04
	Котлета (свинина)_	90	12,24	22,86	23,67	320,4		268,05
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами_в/у	150	9,16	6,83	37,81	291,98	2,25	44
	Компот из изюма_	200	0,46	0,1	33,12	132		348
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
Итого за Обед.			31,36	35,09	136,33	971,84	1	
Итого за день 139,12 рублей								

Зав. производством Ю.А. Зуйкова

УТВЕРЖДАЮ
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2

Е.О. Розенбах
Р.Ф. Калиенко

Меню
ШКОЛА №2
ПОНЕДЕЛЬНИК

Рацион: 1-4_диета_4б_МИ **28 сентября 2026г. -02 октября 2026г.**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.								
	Суп картофельный с бобовыми_в/у	200	3,32	5,97	30,53	143,33		102
	Гренки из ржаного хлеба_	20	1,2	0,2	6,3	31,5		371,01
	Гуляш свинина__	50/50	12,13	29,9	4,59	324,02	1	260
	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант)	150	9,11	6,18	44,78	275,9		171
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб ржаной	40	2,35	0,4	17,79	84	0,03	
Итого за Обед.			28,21	42,71	118,99	918,75	8,69	
Итого за день 139,12 рублей								

ВТОРНИК

Рацион: 1-4_диета_4б_МИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.								
	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне_в/у	200/10	2,46	5,84	11,8	110,07	15,29	82,04
	Зразы рубленые (свин.)	90	10,71	26,71	14,66	333,38	3,6	274
	Макаронные изделия отварные	150	5,33	4,91	36,36	214,24		309
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6	388
	Хлеб ржаной	50	2,93	0,5	22,23	105	0,03	
Итого за Обед.			22,11	38,1	120,31	906,49		
Итого за день 139,12 рублей								

СРЕДА

Рацион: 1-4_диета_4б_МИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	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	19,45	24,16	33,19	430,75	2,95	291
	Компот из ягод (заморозка)_	200			29,95	113,73	0,05	388,06
	Хлеб ржаной	50	2,93	0,5	22,23	105	0,03	
Итого за Обед.			25,03	27,44	109,6	821,48	19,53	
Итого за день 139,12 рублей								

ЧЕТВЕРГ

Рацион: 1-4_диета_4б_МИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.								
	Рассольник ленинградский на курином бульоне_в/у	200/10	2,67	5,99	14,3	124,65	18,04	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	3,24	5,08	22,04	150,72	25,66	312
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,06	29	108	1,49	349
	Хлеб ржаной	40	2,35	0,4	17,79	84	0,03	
	Фрукт свежий*	1	0,8	0,8	19,6	94		
Итого за Обед.			11,7	18,75	111,1	706,69		
Итого за день 139,12 рублей								

ПЯТНИЦА

Рацион: 1-4_диета_4б_МИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.								
	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне_в/у	200/10	6,14	3,98	17,37	111,46	6,06	88,04
	Котлета (свинина)_	90	12,19	23,52	14,84	309,64		268,05
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами_в/у	150	9,16	7,76	45,39	291,98	2,25	44
	Компот из изюма	200	0,46	0,1	33,12	132		348
	Хлеб ржаной	50	2,93	0,5	22,23	105	0,03	
Итого за Обед.			30,88	35,86	132,95	950,08		
Итого за день 139,12 рублей								

Зав. производством _____ Ю.А. Зуйкова