

УТВЕРЖДАЮ

Управляющий ГУ "Центр по обеспечению
деятельности бюджетных организаций
Добрушского района"

Е.А. Зеленкова

" ____ " _____ 2024 г

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель ГУО _____

" ____ " _____ 2024 г

**ПРИМЕРНЫЕ ДВУХНЕДЕЛЬНЫЕ РАЦИОНЫ ПИТАНИЯ ДЛЯ ВОСПИТАННИКОВ, ПОСЕЩАЮЩИХ УЧРЕЖДЕНИЯ ДОШКОЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ С 10,5 ЧАСОВЫМ РЕЖИМОМ РАБОТЫ, РАСПОЛОЖЕННЫХ НА ЗАГРЯЗНЕННОЙ ТЕРРИТОРИИ РАЙОНА НА
ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ ПЕРИОД**

Время питания	Блюдо	№ Т.К.	Выход (гр)	Белк и - Б, г	Жи р - Ж, г	Углев оды - У, г	Калор ийност ь	№ Т.К.	Выход (гр)	Белк и - Б, г	Жи р - Ж, г	Углев оды - У, г	Калор ийност ь
НЕДЕЛЯ 1 (Понедельник)		1-3 года						3-7 лет					
ЗАВТРАК													
	Каша жидкая молочная пшеница	1-4-14/ 290 стр.	150	6,07	6,14	27,47	189,75	2-4-15/ 329 стр.	180	7,28	7,32	32,89	227,00
	Кофейный напиток с молоком	1-15-10/ 522 стр.	150	2,73	2,04	17,79	97,86	2-15-11/ 669 стр.	180	3,27	2,44	21,29	117,20
	Сыр (порциями)	1-1-7/ 15 стр.	10	2,60	2,65	0,00	35,00	2-1-7/ 11 стр.	15	3,90	3,98	0,00	52,50
	Конд. изделия		30	2,46	3,69	21,48	129,00		30	2,46	3,69	21,48	129,00
	Итого:			13,86	14,52	66,74	451,61			16,91	17,43	75,66	525,71
ОБЕД													
	Салат из моркови с изюмом	1-1-65/ 85 стр.	40	0,46	1,63	2,84	27,46	2-1-73/ 90 стр.	50	0,58	2,04	3,55	34,32
	Суп картофельный	1-2-20/ 168 стр.	150	1,52	1,37	12,00	68,42	2-2-24/ 184 стр.	200	2,03	1,82	16,00	91,22

	Голубцы любительские	1-10-24/ 442 стр.	150	10,74	10,96	16,18	202,14	2-10-49/ 552 стр.	200	14,30	14,55	21,50	268,50
	Компот из свежих плодов, "С"	1-14-4/ 494 стр.	150	0,12	0,12	17,91	70,35	2-14-4/ 638 стр.	200	0,16	0,16	23,88	93,80
	Батон (Хлеб пшеничный)		20	1,54	0,60	9,96	52,40		30	2,31	0,90	14,94	78,60
	Хлеб ржаной		30	2,10	0,38	12,75	64,20		40	2,80	0,50	17,00	85,60
	Итого:			16,49	15,06	71,64	484,96			22,18	19,97	96,87	652,04
ПОЛДНИ К													
	Салат из свеклы с яблоками	1-1-51/ 68 стр.	40	0,40	3,28	3,48	44,81	2-1-59/ 73 стр.	50	0,51	4,10	4,35	56,02
	Макароны отварные с овощами	1-6-2/ 328 стр.	150	4,95	5,94	31,39	201,48						
	Колбаса отварная							2-10-5/ 487 стр.	50	5,50	11,95	0,80	133,00
	Макаронные изд. отварные							2-12-9/ 601 стр.	130	4,63	3,61	30,86	177,38
	Какао с молоком	1-15-7/ 519 стр.	150	2,84	2,40	19,36	107,25	2-15-8/ 666 стр.	200	3,79	3,20	25,81	143,00
	Батон (Хлеб пшеничный)								20	1,54	0,60	9,96	52,40
	Хлеб ржаной		20	1,40	0,25	8,50	42,80		20	1,40	0,25	8,50	42,80
	Фрукты		200	1,74	0,40	16,26	80,00		200	1,74	0,40	16,26	80,00
	Итого:			11,34	12,27	78,99	476,34			19,10	24,10	96,54	684,59
	Итого за день:			41,69	41,84	217,36	1412,91			58,19	61,51	269,07	1862,34
НЕДЕЛЯ 1 (Вторник)													
ЗАВТРАК													
	Пудинг из творога запеченный с соусом молочным сладким	1-8-4/ 351 стр.	130/40	19,98	15,09	29,97	333,75	2-8-8/ 413 стр.	150/50	23,17	17,58	35,37	390,18
	Молоко кипяченое	1-15-9/ 521 стр.	150	4,46	3,96	7,49	82,32	2-15-10/ 668 стр.	200	5,95	5,28	9,98	109,72
	Итого:			24,44	19,05	37,46	416,06			29,12	22,86	45,35	499,90
ОБЕД													
	Салат овощной с яйцом	1-1-70/ 90 стр.	40	1,45	4,42	3,53	60,01	2-1-78/ 95 стр.	50	1,81	5,52	4,41	75,02

	Борщ с картофелем со сметаной, "С"	1-2-5/ 139 стр.	150/3	1,26	3,75	9,20	76,05	2-2-7/ 151 стр.	200/4	1,69	5,00	12,20	101,15
	Котлеты рыбные паровые	1-9-7/ 373 стр.	60	8,91	1,64	5,92	74,48	2-9-10/ 442 стр.	70	9,44	5,95	12,83	138,60
	Пюре картофельное	1-12-7/ 469 стр.	100	2,16	3,11	14,65	97,85	2-12-11/ 603 стр.	130	2,81	4,06	19,07	127,49
	Сок		150	0,00	0,00	10,50	45,00		200	0,00	0,00	0,00	0,00
	Батон (Хлеб пшеничный)		20	1,54	0,60	9,96	52,40		30	2,31	0,90	14,94	78,60
	Хлеб ржаной		30	2,10	0,38	12,75	64,20		40	2,80	0,50	17,00	85,60
	Итого:			17,42	13,90	66,51	470,00			20,86	21,93	80,45	606,45
ПОЛДНИ													
К													
	Салат из б/к капусты с морковью	1-1-10/ 18 стр.	40	0,64	2,03	3,45	34,32	2-1-10/ 14 стр.	50	0,80	2,54	4,31	42,90
	Тефтели из птицы	1-11-4/ 453 стр.	80	8,07	8,02	8,48	156,83	2-11-16/ 583 стр.	100	10,09	10,03	10,60	196,04
	Каша вязкая рисовая	1-12-4/ 466 стр.	100	1,55	2,18	15,60	89,79	2-12-8/ 600 стр.	130	2,01	2,82	20,25	116,53
	Йогурт		150	7,65	4,20	23,55	157,50		200	10,20	5,60	31,40	210,00
	Батон (Хлеб пшеничный)								20	1,54	0,60	9,96	52,40
	Хлеб ржаной		20	1,40	0,25	8,50	42,80		20	1,40	0,25	8,50	42,80
	Итого:			19,31	16,69	59,57	481,24			26,04	21,85	85,01	660,66
	Итого за день:			61,16	49,63	163,54	1367,30			76,02	66,64	210,81	1767,01
НЕДЕЛЯ 1 (Среда)													
ЗАВТРАК													
	Омлет с сыром	1-7-4/ 340 стр.	50	6,67	7,76	0,88	100,39	2-7-6/ 390 стр.	70	9,35	10,91	1,23	141,12
	Чай с молоком	1-15-5/ 517 стр.	150	2,58	2,27	14,04	83,94	2-15-6/ 664 стр.	200	3,44	3,02	18,66	111,67
	Масло сливочное на порцию								10	0,08	7,26	0,12	66,10
	Батон (Хлеб пшеничный)		20	1,54	0,60	9,96	52,40		20	1,54	0,60	9,96	52,40
	Хлеб ржаной								20	1,40	0,25	8,50	42,80
	Итого:			10,79	10,62	24,88	236,73			15,81	22,04	38,47	414,09

ОБЕД													
	Салат "Ассорти"	1-1-73/ 93 стр.	40	0,50	3,23	2,79	41,90	2-1-81/ 98 стр.	50	0,63	4,04	3,49	52,38
	Суп картофельный с горохом	1-2-34/ 196 стр.	150	3,70	2,94	13,32	96,09	2-2-38/ 211 стр.	200	4,94	3,92	17,75	128,12
	Фрикадельки из птицы	1-11-3/ 452 стр.	50	7,82	2,62	4,14	90,79						
	Котлеты из птицы "Оригинальные"							2-11-12/ 576 стр.	70	12,84	12,39	7,38	218,77
	Каша вязкая гречневая	1-12-1/ 463 стр.	100	3,11	2,77	15,25	99,92	2-12-5/ 597 стр.	130	4,05	3,60	19,85	130,00
	Компот из смеси сухофруктов, "С"	1-14-9/ 499 стр.	150	0,46	0,08	21,10	83,48	2-14-11/ 645 стр.	200	0,60	0,10	27,97	110,64
	Батон (Хлеб пшеничный)		20	1,54	0,60	9,96	52,40		30	2,31	0,90	14,94	78,60
	Хлеб ржаной		30	2,10	0,38	12,75	64,20		40	2,80	0,50	17,00	85,60
	Итого:			19,23	12,61	79,30	528,78			28,16	25,45	108,38	804,10
ПОЛДНИ К													
	Салат из моркови с яблоками	1-1-66/ 86 стр.	40	0,34	0,09	6,30	26,58	2-1-74/ 91 стр.	50	0,42	0,11	7,87	33,23
	Запеканка картоф. с мясом	1-10-20/ 434 стр.	150	13,08	7,91	27,21	234,69	2-10-20/ 434 стр.	180	15,72	9,38	32,65	280,64
	Кефир		150	4,20	4,80	6,15	84,00		200	5,60	6,40	8,20	112,00
	Батон (Хлеб пшеничный)		20	1,54	0,60	9,96	52,40		20	1,54	0,60	9,96	52,40
	Хлеб ржаной		20	1,40	0,25	8,50	42,80		20	1,40	0,25	8,50	42,80
	Фрукты		130	1,13	0,26	10,57	52,00		150	1,31	0,30	12,20	60,00
	Итого:			21,69	13,91	68,69	492,47			25,98	17,03	79,38	581,06
	Итого за день:			51,71	37,14	172,88	1257,99			69,96	64,52	226,23	1799,25
НЕДЕЛЯ 1 (Четверг)													
ЗАВТРАК													
	Каша жидкая молочная манная	1-4-12/ 288 стр.	150	5,20	5,55	23,59	165,14	2-4-23/ 337 стр.	180	2,76	3,53	22,42	133,39
	Какао с молоком	1-15-7/ 519 стр.	150	2,84	2,40	19,36	107,25	2-15-8/ 666 стр.	200	3,79	3,20	25,81	143,00

	Батон (Хлеб пшеничный)		20	1,54	0,60	9,96	52,40		20	1,54	0,60	9,96	52,40
	Масло сливочное на порцию								10	0,08	7,26	0,12	66,10
	Сыр (порциями)							2-1-7/ 11 стр.	15	3,90	3,98	0,00	52,50
	Итого:			9,58	8,55	52,91	324,79			12,07	18,57	58,31	447,39
ОБЕД													
	Салат "Агеньчик" с кукурузой	1-1-28/ 36 стр.	40	0,61	2,87	3,33	41,50	2-1-28/ 32 стр.	50	0,75	4,59	4,05	60,29
	Рассольник ленинградский со сметаной, "С"	1-2-17/ 162 стр.	150/3	1,39	3,41	10,42	79,53	2-2-21/ 178 стр.	200/4	1,86	4,54	13,90	106,04
	Биточки из говядины паровые	1-10-3/ 409 стр.	50	8,63	2,82	5,02	80,46						
	Картофель отварной	1-12-6/ 468 стр.	100	2,03	2,80	16,34	101,81						
	Шницель из говядины							2-10-21/ 505 стр.	60	11,04	5,08	11,32	131,53
	Картофель и овощи тушеные в красном основном соусе							2-3-13/ 281 стр.	150	3,07	11,04	23,80	210,62
	Кисель из свежих яблок	1-14-10/ 500 стр.	150	0,10	0,09	21,95	86,60	2-14-12/ 646 стр.	200	0,13	0,12	29,27	115,46
	Батон (Хлеб пшеничный)		20	1,54	0,60	9,96	52,40		30	2,31	0,90	14,94	78,60
	Хлеб ржаной		30	2,10	0,38	12,75	64,20		40	2,80	0,50	17,00	85,60
	Итого:			16,40	12,97	79,77	506,50			21,95	26,77	114,27	788,14
ПОЛДНИ К													
	Салат картофельный с зеленым горошком							2-1-34/ 38 стр.	50	1,60	5,21	5,44	75,91
	Морковь, тушенная с яблоками	1-3-11/ 256 стр.	150	1,84	5,69	16,00	120,83						
	Рулет из говядины запеченный							2-10-30/ 517 стр.	60	10,41	3,40	4,85	92,02
	Капуста тушенная							2-12-18/ 612 стр.	150	3,54	5,19	15,77	123,20
	Компот из свежих плодов	1-14-4/ 494 стр.	150	0,12	0,12	17,91	70,35						

	Чай с сахаром							2-15-2/ 660 стр.	200	0,06	0,02	12,98	49,27
	Батон (Хлеб пшеничный)		20	1,54	0,60	9,96	52,40		20	1,54	0,60	9,96	52,40
	Хлеб ржаной								20	1,40	0,25	8,50	42,80
	Фрукты		150	1,31	0,30	12,20	60,00		150	0,30	12,20	60,00	67,50
	Итого:			4,80	6,71	56,07	303,58			19,15	15,27	72,20	503,09
	Итого за день:			30,78	28,23	188,75	1134,87			53,16	60,61	244,78	1738,62
НЕДЕЛЯ 1 (Пятница)													
ЗАВТРАК													
	Вареники ленивые с маслом сливочным	1-8-1/347 стр.	130/4	17,30	9,65	18,01	227,02	2-8-1/ 401 стр.	150/5	22,47	15,38	23,16	324,10
	Йогурт		150	7,65	4,20	23,55	157,50						
	Кофейный напиток с молоком							2-15-11/ 669 стр.	200	3,64	2,72	23,65	130,23
	Итого:			34,85	20,30	51,59	527,36			26,11	18,10	46,81	454,33
ОБЕД													
	Салат "Здоровье"	1-1-71/ 91 стр.	40	0,65	4,04	2,84	49,97	2-1-79/ 96 стр.	50	0,81	5,05	3,55	62,46
	Щи из свежей капусты со сметаной, "С"	1-2-8/ 145 стр.	150/3	1,22	1,74	3,92	36,21	2-2-12/ 161 стр.	200/4	1,62	2,33	5,23	48,28
	Тефтели из говядины	1-10-11/ 421 стр.	80	7,08	8,94	7,91	141,27	2-10-31/ 520 стр.	100	8,85	11,18	9,89	176,59
	Пюре картофельное с морковью	1-12-8/ 470 стр.	100	2,07	2,08	13,75	83,99	2-12-12/ 604 стр.	150	3,10	3,11	20,63	125,97
	Сок		150	0,30	0,00	16,50	67,50		200	0,40	0,00	22,00	90,00
	Батон (Хлеб пшеничный)		20	1,54	0,60	9,96	52,40		30	2,31	0,90	14,94	78,60
	Хлеб ржаной		30	2,10	0,38	12,75	64,20		40	2,80	0,50	17,00	85,60
	Итого:			14,95	17,78	67,63	495,54			19,89	23,07	93,23	667,50
ПОЛДНИ К													
	Суп молочный с крупой рисовой	1-2-54/ 226 стр.	150	4,03	4,18	13,62	107,70	2-2-60/ 248 стр.	200	5,37	5,57	18,16	143,60

	Чай с лимоном	1-15-4/ 516 стр.	155	0,09	0,02	10,64	41,45	2-15-4/ 662 стр.	207	0,12	0,03	14,19	55,37
	Пирожки печеные с повидлом	1-16-3/ 534 стр.	40	2,51	2,10	25,47	129,85	2-16-8/ 692 стр.	60	3,75	3,11	38,23	194,35
	Фрукты		130	0,52	0,52	12,74	58,50		200	1,74	0,40	16,26	80,00
	Итого:			7,14	6,82	62,47	337,49			10,98	9,10	86,84	473,32
	Итого за день:			56,93	44,90	181,68	1360,39			56,98	50,27	226,88	1595,14
НЕДЕЛЯ 2 (Понедельник)													
ЗАВТРАК													
	Каша жидкая молочная "Геркулес"	1-4-11/ 287 стр.	150	5,35	6,69	19,72	160,07	2-4-12/ 326 стр.	180	6,41	7,99	23,60	191,43
	Чай с лимоном	1-15-4/ 516 стр.	155	0,09	0,02	10,64	41,45	2-15-4/ 662 стр.	207	0,12	0,03	14,19	55,37
	Конд. изделия		20	1,64	2,46	14,32	86,00		30	2,46	3,69	21,48	129,00
	Итого:			9,67	11,82	44,68	322,52			9,00	11,70	59,28	375,80
ОБЕД													
	Салат "Агеньчык"	1-1-25/ 33 стр.	40	0,74	2,85	2,69	39,05	2-1-25/ 29 стр.	50	0,92	3,56	3,36	48,82
	Суп Любительский	1-2-22/ 172 стр.	150	2,85	1,74	16,67	95,79	2-2-26/ 188 стр.	200	3,80	2,32	22,23	127,72
	Колбаса отварная	1-10-2/ 408 стр.	50	5,50	11,95	0,80	133,00	2-10-5/ 487 стр.	50	5,50	11,95	0,80	133,00
	Капуста тушеная	1-12-12/ 474 стр.	120	2,83	4,15	12,61	98,56	2-12-18/ 612 стр.	150	3,54	5,19	15,77	123,20
	Компот из смеси сухофруктов, "С"	1-14-9/ 499 стр.	150	0,46	0,08	21,10	83,48	2-14-11/ 645 стр.	200	0,60	0,10	27,97	110,64
	Батон (Хлеб пшеничный)		20	1,54	0,60	9,96	52,40		30	2,31	0,90	14,94	78,60
	Хлеб ржаной		30	2,10	0,38	12,75	64,20		40	2,80	0,50	17,00	85,60
	Итого:			16,02	21,74	76,58	566,48			19,48	24,52	102,06	707,58
ПОЛДНИ К													
	Фрикадельки в соусе	1-10-12/ 423 стр.	80	10,43	6,96	10,80	148,18						
	Гуляш из отварного мяса							2-10-12/ 494 стр.	100	16,80	7,10	3,96	146,92

	Сложный гарнир	1-12-15/ 478 стр.	100	2,61	2,93	10,53	80,12	2-12-21/ 616 стр.	130	3,38	3,79	13,66	103,83
	Кефир		150	4,20	4,80	6,15	84,00		200	5,60	6,40	8,20	112,00
	Батон (Хлеб пшеничный)		20	1,54	0,60	9,96	52,40		20	1,54	0,60	9,96	52,40
	Хлеб ржаной		20	1,40	0,25	8,50	42,80		20	1,40	0,25	8,50	42,80
	Фрукты		130	0,52	0,52	12,74	58,50		150	0,60	0,60	14,70	67,50
	Итого:			21,25	19,29	62,47	511,93			30,02	22,78	63,72	582,87
	Итого за день:			46,94	52,85	183,73	1400,93			58,49	59,00	225,06	1666,24
НЕДЕЛЯ 2 (Вторник)													
ЗАВТРАК													
	Пудинг из творога запеченный с соусом молочным сладким	1-8-4/ 351 стр.	130/40	19,98	15,09	29,97	333,75	2-8-8/ 413 стр.	150/50	23,17	17,58	35,37	390,18
	Молоко кипяченое	1-15-9/ 521 стр.	150	4,46	3,96	7,49	82,32						
	Какао с молоком							2-15-8/ 666 стр.	200	3,79	3,20	25,81	143,00
	Итого:			24,44	19,05	37,46	416,06			28,50	21,39	71,14	585,58
ОБЕД													
	Морская капуста порционно		20	0,18	0,04	0,00	1,00		40	0,36	0,08	0,00	2,00
	Рассольник домашний со сметаной, "С"	1-2-14/ 156 стр.	150/3	1,36	3,80	9,25	77,97	2-2-18/ 172 стр.	200/4	1,81	5,06	12,33	103,96
	Галки рыбные	1-9-17/ 393 стр.	60	7,85	0,70	4,86	57,11	2-9-22/ 467 стр.	70	9,16	0,82	5,66	66,60
	Пюре картофельное	1-12-7/ 469 стр.	100	2,16	3,11	14,65	97,85	2-12-11/ 603 стр.	150	3,25	4,72	22,01	147,41
	Сок		150	0,00	0,00	0,00	0,00		200	0,00	0,00	0,00	0,00
	Батон (Хлеб пшеничный)		20	1,54	0,60	9,96	52,40		30	2,31	0,90	14,94	78,60
	Хлеб ржаной		30	2,10	0,38	12,75	64,20		40	2,80	0,50	17,00	85,60
	Итого:			15,21	8,82	51,50	352,59			19,58	11,28	71,81	475,93
ПОЛДНИ К													
	Огурец консервированный (порциями)	1-1-95/ 123 стр.	30	0,00	0,00	0,90	3,60	2-1-99/ 120 стр.	40	0,00	0,00	1,20	4,80

	Биточки из птицы паровые	1-11-1/ 449 стр.	50	8,04	3,70	5,29	106,08						
	Котлеты рубленые из ЦБ							2-11-10/ 572 стр.	70	11,30	6,53	12,56	175,11
	Свекла, тушенная	1-3-6/ 250 стр.	100	1,40	3,38	10,15	75,17	2-3-6/ 272 стр.	130	1,81	4,41	13,19	97,77
	Кисель из свежих яблок	1-14-10/ 500 стр.	150	0,10	0,09	21,95	86,60	2-14-12/ 646 стр.	200	0,13	0,12	29,27	115,46
	Батон (Хлеб пшеничный)		20	1,54	0,60	9,96	52,40		20	1,54	0,60	9,96	52,40
	Хлеб ржаной		20	1,40	0,25	8,50	42,80		20	1,40	0,25	8,50	42,80
	Итого:			12,48	8,02	56,75	366,65			16,18	11,91	74,68	488,34
	Итого за день:			52,13	35,89	145,72	1135,30			64,27	44,58	217,62	1549,85
НЕДЕЛЯ 2 (Среда)													
ЗАВТРАК													
	Макароны с сыром	1-6-1/ 327 стр.	150	8,27	9,52	31,59	249,15	2-6-1/ 375 стр.	180	9,93	11,42	37,96	299,18
	Чай с молоком	1-15-5/ 517 стр.	150	2,58	2,27	14,04	83,94	2-15-6/ 664 стр.	200	3,44	3,02	18,66	111,67
	Батон (Хлеб пшеничный)		20	1,54	0,60	9,96	52,40		20	1,54	0,60	9,96	52,40
	Хлеб ржаной								20	1,40	0,25	8,50	42,80
	Итого:			12,39	12,39	55,60	385,49			16,31	15,29	75,08	506,05
ОБЕД													
	Салат картофельный со сметаной	1-1-33/ 41 стр.	40	0,82	1,32	5,40	37,70	2-1-37/ 41 стр.	50	1,03	1,64	6,75	47,12
	Суп крестьянский со сметаной	1-2-25/ 178 стр.	150/3	1,44	3,34	8,38	70,14	2-2-29/ 193 стр.	200/4	1,92	4,45	11,17	93,52
	Оладьи из печени	1-10-14/ 426 стр.	50	9,97	8,69	3,43	131,97	2-10-38/ 532 стр.	80	15,96	13,92	5,51	211,46
	Каша вязкая гречневая	1-12-1/ 463 стр.	100	3,11	2,77	15,25	99,92	2-12-5/ 597 стр.	130	4,05	3,60	19,85	130,00
	Компот из свежих плодов, "С"	1-14-4/ 494 стр.	150	0,12	0,12	17,91	70,35	2-14-4/ 638 стр.	200	0,16	0,16	23,88	93,80
	Батон (Хлеб пшеничный)		20	1,54	0,60	9,96	52,40		30	2,31	0,90	14,94	78,60
	Хлеб ржаной		30	2,10	0,38	12,75	64,20		40	2,80	0,50	17,00	85,60

	Итого:			19,10	17,21	73,07	526,67			28,22	25,18	99,10	740,10
ПОЛДНИ К													
	Салат из моркови с яблоками	1-1-66/ 86 стр.	40	0,34	0,09	6,30	26,58	2-1-74/ 91 стр.	50	0,42	0,11	7,87	33,23
	Омлет натуральный	1-7-3/ 339 стр.	100	10,43	13,63	1,88	171,64	2-7-3/ 387 стр.	100	10,41	13,72	1,88	172,38
	Йогурт		150	7,65	4,20	23,55	157,50		200	10,20	5,60	31,40	210,00
	Хлеб ржаной		20	1,40	0,25	8,50	42,80		20	1,40	0,25	8,50	42,80
	Конд. изделия		30	0,24	0,00	23,49	91,20		50	0,40	0,00	39,15	152,00
	Фрукты		150	1,31	0,30	12,20	60,00		200	1,74	0,40	16,26	80,00
	Итого:			21,36	18,47	75,91	549,72			26,11	20,68	115,02	742,80
	Итого за день:			52,85	48,06	204,58	1461,88			70,64	61,15	289,19	1988,95
НЕДЕЛЯ 2 (Четверг)													
ЗАВТРАК													
	Каша жидкая молочная рисовая	1-4-15/ 291 стр.	150	4,47	5,55	24,41	165,58	2-4-16/ 330 стр.	180	5,36	6,61	29,23	198,04
	Кофейный напиток с молоком	1-15-10/ 522 стр.	150	2,73	2,04	17,79	97,86	2-15-11/ 669 стр.	200	3,64	2,72	23,65	130,23
	Масло сливочное на порцию								10	0,08	7,26	0,12	66,10
	Батон (Хлеб пшеничный)		20	1,54	0,60	9,96	52,40		20	1,54	0,60	9,96	52,40
	Итого:			8,74	8,19	52,16	315,84			10,62	17,19	62,96	446,76
ОБЕД													
	Салат "Бурячок"	1-1-63/ 82 стр.	40	0,64	3,66	3,14	47,80	2-1-71/ 87 стр.	50	0,80	4,58	3,92	59,76
	Суп картофельный с горохом	1-2-34/ 196 стр.	150	3,70	2,94	13,32	96,09	2-2-38/ 211 стр.	200	4,94	3,92	17,75	128,12
	Биточки детские	1-10-5/ 411 стр.	50	8,42	10,18	5,93	147,40						
	Капуста тушеная с яблоками	1-12-13/ 476 стр.	100	2,17	6,00	9,20	99,58						
	Шницель натуральный рубленный							2-10-16/ 499 стр.	60	10,71	26,78	8,31	310,62

	Рагу из овощей							2-3-14/ 283 стр.	150	3,30	12,36	18,03	199,04
	Компот из смеси сухофруктов, "С"	1-14-9/ 499 стр.	150	0,46	0,08	21,10	83,48	2-14-11/ 645 стр.	200	0,60	0,10	27,97	110,64
	Батон (Хлеб пшеничный)		20	1,54	0,60	9,96	52,40		30	2,31	0,90	14,94	78,60
	Хлеб ржаной		30	2,10	0,38	12,75	64,20		40	2,80	0,50	17,00	85,60
	Итого:			19,02	23,83	75,38	590,95			25,44	49,14	107,92	972,38
ПОЛДНИ К													
	Салат из б/к капусты с яблоками	1-1-8/ 16 стр.	40	0,70	3,28	3,04	44,53	2-1-8/ 12 стр.	50	0,87	4,10	3,81	55,67
	Котлеты "Здоровье"	1-10-6/ 412 стр.	50	8,92	4,64	5,47	95,69	2-10-24/ 509 стр.	60	10,70	5,37	6,57	113,03
	Картофель отварной	1-12-6/ 468 стр.	100	2,03	2,80	16,34	101,81	2-12-10/ 602 стр.	130	2,63	3,64	21,24	132,42
	Чай с лимоном	1-15-4/ 516 стр.	155	0,09	0,02	10,64	41,45	2-15-4/ 662 стр.	207	0,12	0,03	14,19	55,37
	Батон (Хлеб пшеничный)		20	1,54	0,60	9,96	52,40		20	1,54	0,60	9,96	52,40
	Хлеб ржаной								20	1,40	0,25	8,50	42,80
	Фрукты		130	1,13	0,26	10,57	52,00		200	1,74	0,40	16,26	80,00
	Итого:			14,39	11,60	56,02	387,88			19,01	14,39	80,52	531,69
	Итого за день:			42,15	43,62	183,56	1294,66			55,07	80,72	251,40	1950,83
НЕДЕЛЯ 2 (Пятница)													
ЗАВТРАК													
	Запеканка из творога с соусом молочным сладким	1-8-5/ 353 стр.	130/40	23,50	18,81	28,75	376,96	2-8-9/ 415 стр.	150/50	27,23	21,96	33,90	440,52
	Молоко кипяченое	1-15-9/ 521 стр.	150	4,46	3,96	7,49	82,32						
	Какао с молоком							2-15-8/ 666 стр.	200	3,79	3,20	25,81	143,00
	Итого:			27,96	22,77	36,24	459,28			31,02	25,16	59,71	583,52
ОБЕД													
	Салат "Чайка" с м/р	1-1-85/ 109 стр.	40	5,08	9,55	1,05	111,44	2-1-93/ 114 стр.	50	6,35	11,94	1,31	139,31

	Борщ с капустой (свежей) и картофелем со сметаной, "С"	1-2-1/ 131 стр.	150/3	1,11	3,28	7,48	63,59	2-2-3/ 143 стр.	200/4	1,48	4,37	9,97	84,78
	Биточки из говядины паровые	1-10-3/ 409 стр.	50	8,63	2,82	5,02	80,46	2-10-21/ 505 стр.	60	11,04	5,08	11,32	131,53
	Пюре картофельное	1-12-7/ 469 стр.	100	2,16	3,11	14,65	97,85	2-12-11/ 603 стр.	150	3,25	4,72	22,01	147,41
	Сок		150	0,30	0,00	16,50	67,50		200	0,40	0,00	22,00	90,00
	Батон (Хлеб пшеничный)		20	1,54	0,60	9,96	52,40		30	2,31	0,90	14,94	78,60
	Хлеб ржаной		30	2,10	0,38	12,75	64,20		40	2,80	0,50	17,00	85,60
	Итого:			20,92	19,74	67,41	537,45			27,63	27,51	98,55	757,23
ПОЛДНИ К													
	Суп молочный с крупой гречневой	1-2-51/ 223 стр.	150	4,91	4,49	14,64	118,20	2-2-57/ 245 стр.	200	6,54	5,98	19,52	157,60
	Чай с сахаром	1-15-3/515 стр.	150	0,02	0,01	6,76	25,58	2-15-3/ 661 стр.	200	0,03	0,01	9,01	34,11
	Булочка "Витьба"	1-16-7/ 542 стр.	40	3,57	2,84	21,86	128,25	2-16-13/ 702 стр.	50	4,45	3,49	27,32	159,70
	Фрукты		150	0,60	0,60	14,70	67,50		200	0,80	0,80	19,60	90,00
	Итого:			13,28	12,73	57,35	397,95			11,86	10,29	79,43	456,57
	Итого за день:			62,16	55,24	161,00	1394,67			70,51	62,96	237,68	1797,32
	Итого по всем дням:			498,49	437,40	1802,80	13220,89			633,28	611,95	2398,71	17715,55

Техник сектора по организации питания
ГУ "Центр по обеспечению деятельности
бюджетных организаций Добрушского
района"

Н.А. Дахно