

Утверждаю Киу ИП Кондрьяненко И.И.

Название меню: 5-ти разовое питание

Дата: 01 октября 2023

Согласовано А.А. Богачев



№ рецептуры	Название блюда	Масса г	Белки г	Жиры г
Воскресенье, 1 неделя				
Завтрак				
54-2т	Запеканка из творога с морковью	220	22,8	13,4
54-2гн	Чай с сахаром	220	0,2	0
Пром.	молоко сгущенное с сахаром	25	1,8	2,1
Пром.	Батон нарезной	25	1,9	0,7
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5
Итого за Завтрак		550	31,3	16,7
Рекомендуемая величина			18	18,4
Процент от общей массы пищевых веществ			20,9	11,2
Обед				
54-2з	Огурец в нарезке	100	0,8	0,1
54-24с	Суп картофельный с макаронными изделиями	300	7,2	3,3
54-26м	Запеканка картофельная с говядиной	200	23,6	23,2
54-35хн	Компот из смеси сухофруктов	220	0,4	0
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7
Итого за Обед		940	40,6	27,8
Рекомендуемая величина			31,5	32,2
Процент от общей массы пищевых веществ			21,1	14,5
Полдник				
Пром.	Печенье	100	7,5	9,8
Пром.	Сок яблочный	250	1,3	0,3
Итого за Полдник		350	8,8	10,1
Рекомендуемая величина			13,5	13,8
Процент от общей массы пищевых веществ			7,4	8,5
Ужин				
54-13з	Салат из свеклы отварной	80	1,1	3,6
54-3г	Макароны отварные с сыром	140	7,4	6,4
54-24м	Шницель из курицы	80	15,3	3,4
461	Чай каркаде	200	0	0
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	100	6,6	1,2
Итого за Ужин		600	30,4	14,6
Рекомендуемая величина			18	18,4
Процент от общей массы пищевых веществ			21,4	10,3
Второй ужин				
Пром.	Йогурт 3.2%	220	11	7
Итого за Второй ужин		220	11	7
Рекомендуемая величина			4,5	4,6
Процент от общей массы пищевых веществ			42,7	27,4
Итого за день		2660	122,1	76,2

Утверждаю Ки ИП Кондрьяненко И.И.

Название меню: 5-ти разовое питание

Дата: 02 октября 2023

Согласовано А. А. Богачев

№ рецептуры	Название блюда	Масса г	Белки г	Жиры г
Понедельник, 2 неделя				
Завтрак				
54-21к	Каша вязкая молочная ячневая	280	10,1	13
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	220	0,3	0,1
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4
Пром.	Повидло яблочное	30	0,1	0
Итого за Завтрак		610	16,6	14,4
Рекомендуемая величина			18	18,4
Процент от общей массы пищевых веществ			11,3	9,8
Обед				
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	250	5,8	7
54-11г	Картофельное пюре	220	4,5	7,8
338	кнели говяжьи с рисом	80	8,6	20,3
54-3соус	Соус красный основной	30	1	0,7
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7
Итого за Обед		900	29	37
Рекомендуемая величина			31,5	32,2
Процент от общей массы пищевых веществ			16,1	20,6
Полдник				
501	Соки овощные, фруктовые и ягодные	250	0,8	0
543	Булочка дорожная	100	7,1	12,6
Итого за Полдник		350	7,9	12,6
Рекомендуемая величина			13,5	13,8
Процент от общей массы пищевых веществ			7,5	12,1
Ужин				
54-8з	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,6	10,1
54-12м	Плов с курицей	200	27,2	8,1
54-20гн	Чай с грушей и апельсином	200	0,3	0,1
Пром.	Хлеб ржаной	100	6,6	1,2
Итого за Ужин		600	35,7	19,5
Рекомендуемая величина			18	18,4
Процент от общей массы пищевых веществ			26,9	14,6
Второй ужин				
470	Кисломолочный напиток	220	11	7
Итого за Второй ужин		220	11	7
Рекомендуемая величина			4,5	4,6
Процент от общей массы пищевых веществ			42,7	27,4
Итого за день		2680	100,2	90,5

Утверждаю Кур ИП Кондрьяненко И.И.
 Название меню: 5ти разовое питание октябрь 2023
 Дата: 04 октября 2023

Согласовано А.А. Богачев



№ рецептуры	Название блюда	Масса г	Белки г	Жиры г
Среда, 2 неделя				
Завтрак				
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	20	4,6	5,9
54-25.1к	Каша жидкая молочная рисовая	280	7,4	7,6
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	220	4,3	3,1
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5
Пром.	Батон нарезной	35	2,6	1
Итого за Завтрак		615	23,5	18,1
Рекомендуемая величина			18	18,4
Процент от общей массы пищевых веществ			16,6	12,8
Обед				
54-7с	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	6,5	3,5
328	жаркое по-домашнему	230	17,3	33,8
54-35хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5
Итого за Обед		800	32,8	38,5
Рекомендуемая величина			31,5	32,2
Процент от общей массы пищевых веществ			16,6	19,5
Полдник				
501	Соки овощные, фруктовые и ягодные	250	0,8	0
Пром.	Сушка простая	100	10,9	1,3
Итого за Полдник		350	11,7	1,3
Рекомендуемая величина			13,5	13,8
Процент от общей массы пищевых веществ			9,5	1,1
Ужин				
2	Салат витаминный	80	1,1	4,4
54-6г	Рис отварной	140	3,4	4,5
54-21м	Курица отварная	90	28,9	2,2
461	Чай каркаде	200	0	0
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	90	5,9	1,1
Итого за Ужин		600	39,3	12,2
Рекомендуемая величина			18	18,4
Процент от общей массы пищевых веществ			27,9	8,6
Второй ужин				
468	Молоко	230	6,7	7,4
Итого за Второй ужин		230	6,7	7,4
Рекомендуемая величина			4,5	4,6
Процент от общей массы пищевых веществ			26,9	29,6
Итого за день		2595	114	77,5

Название меню: 5-ти разовое питание октябрь 2023

Дата: 05 октября 2023

Ку

Согласовано _____ А.А. Богачев

№ рецептуры	Название блюда	Масса г	Белки г	Жиры г
Четверг, 2 неделя				
Завтрак				
54-27к	Каша жидкая молочная манная	280	7,5	8
54-21гн	Какао с молоком	220	5,2	3,9
Пром.	Повидло яблочное	30	0,1	0
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9
	Итого за Завтрак	620	19,7	13,3
	Рекомендуемая величина		18	18,4
	Процент от общей массы пищевых веществ		13,4	9,1
Обед				
54-3с	Рассольник Ленинградский	255	6,1	7,4
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	220	12,1	9,3
371	Кнели из птицы с рисом	80	17,5	3,6
54-34хн	Компот из яблок с лимоном	200	0,2	0,2
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7
	Итого за Обед	875	44,5	21,7
	Рекомендуемая величина		31,5	32,2
	Процент от общей массы пищевых веществ		21,9	10,7
Полдник				
501	Соки овощные, фруктовые и ягодные	250	0,8	0
542	булочка домашняя	100	6,9	11,3
	Итого за Полдник	350	7,7	11,3
	Рекомендуемая величина		13,5	13,8
	Процент от общей массы пищевых веществ		7,1	10,3
Ужин				
54-5з	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	1	5,1
54-17м	Запеканка картофельная с печенью	220	25,3	12,2
54-20гн	Чай с грушей и апельсином	200	0,3	0,1
Пром.	Хлеб пшеничный	90	6,8	0,7
	Итого за Ужин	610	33,4	18,1
	Рекомендуемая величина		18	18,4
	Процент от общей массы пищевых веществ		24,5	13,3
Второй ужин				
470	Кисломолочный напиток	220	11	7
	Итого за Второй ужин	220	11	7
	Рекомендуемая величина		4,5	4,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		42,7	27,4
	Итого за день	2675	116,3	71,4

Утверждаю ку ИП Кондрьяненко И.И.
 Название меню: 5-ти разовое питание октябрь 2023
 Дата: 06 октября 2023

Согласовано А.А. Богачев



№ рецептуры	Название блюда	Масса г	Белки г
Пятница, 2 неделя			
Завтрак			
54-1т	Запеканка из творога	150	29,7
54-2гн	Чай с сахаром	220	0,2
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3
Пром.	Батон нарезной	30	2,3
Пром.	молоко сгущенное с сахаром	25	1,8
Пром.	Яблоко	200	0,8
Итого за Завтрак		655	37,1
Рекомендуемая величина			18
Процент от общей массы пищевых веществ			25,7
Обед			
54-3з	Помидор в нарезке	100	1,1
54-25с	Суп гороховый	300	9,8
54-12м	Плов с курицей	270	36,8
54-25хн	Кисель из клюквы	200	0,1
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6
Пром.	Хлеб ржаной	60	4
Итого за Обед		990	56,4
Рекомендуемая величина			31,5
Процент от общей массы пищевых веществ			27,1
Полдник			
Пром.	Булочка с повидлом	100	8
Пром.	Сок яблочный	250	1,3
Итого за Полдник		350	9,3
Рекомендуемая величина			13,5
Процент от общей массы пищевых веществ			8,8
Ужин			
54-6з	Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурца	80	1,8
54-11г	Картофельное пюре	140	2,9
54-24м	Шницель из курицы	80	15,3
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	200	0,2
Пром.	Хлеб пшеничный	100	7,6
Итого за Ужин		600	27,8
Рекомендуемая величина			18
Процент от общей массы пищевых веществ			20,6
Второй ужин			
470	Кисломолочный напиток	220	11
Итого за Второй ужин		220	11
Рекомендуемая величина			4,5
Процент от общей массы пищевых веществ			42,7
Итого за день		2815	141,6

Утверждаю Киу ИП Кондрьяненко И.И.
 Название меню: 5-ти разовое питание октябрь 2023
 Дата: 07 октября 2023

Согласовано А.А. Богачев



№ рецептуры	Название блюда	Масса г	Белки г	Жиры г
Суббота, 2 неделя				
Завтрак				
54-13к	Каша вязкая молочная пшеничная	280	11,4	12,9
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	220	0,3	0,1
Пром.	Повидло яблочное	30	0,1	0
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9
Итого за Завтрак		620	18,7	14,4
Рекомендуемая величина			18	18,4
Процент от общей массы пищевых веществ			11,5	8,9
Обед				
1	Салат из капусты белокачанной	100	1,7	8
54-10с	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)	300	7,7	8,7
54-28м	Жаркое по-домашнему из курицы	250	31	7,8
54-35хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0
Пром.	Хлеб пшеничный	70	5,3	0,6
Пром.	Хлеб ржаной	70	4,6	0,8
Итого за Обед		990	50,7	25,9
Рекомендуемая величина			31,5	32,2
Процент от общей массы пищевых веществ			25,8	13,1
Полдник				
Пром.	Сок апельсиновый	250	1,8	0,3
Пром.	Сушка простая	100	10,9	1,3
Итого за Полдник		350	12,7	1,6
Рекомендуемая величина			13,5	13,8
Процент от общей массы пищевых веществ			10,9	1,3
Ужин				
54-6г	Рис отварной	200	4,8	6,4
54-23м	Биточек из курицы	80	15,3	3,4
54-3соус	Соус красный основной	20	0,7	0,5
54-45гн	Чай с сахаром	200	0,1	0
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	100	6,6	1,2
Итого за Ужин		600	27,5	11,5
Рекомендуемая величина			18	18,4
Процент от общей массы пищевых веществ			18,9	8
Второй ужин				
468	Молоко	230	6,7	7,4
Итого за Второй ужин		230	6,7	7,4
Рекомендуемая величина			4,5	4,6
Процент от общей массы пищевых веществ			26,9	29,6
Итого за день		2790	116,3	60,8

Утверждаю И.И. ИП Кондрьяненко И.И.
 Название меню: 5-ти разовое питание октябрь 2023
 Дата: 08 октября 2023

Согласовано А.А. Богачев



№ рецептуры	Название блюда	Масса г	Белки г	Жиры г
Воскресенье, 2 неделя				
Завтрак				
54-20к	Каша жидкая молочная гречневая	200	7,1	5,8
54-1о	Омлет натуральный	120	10,1	14,4
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	220	4,3	3,1
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5
Итого за Завтрак		630	28,4	24,7
Рекомендуемая величина			18	18,4
Процент от общей массы пищевых веществ			20,3	17,7
Обед				
54-24с	Суп картофельный с макаронными изделиями	300	7,2	3,3
54-2г	Макароны отварные с овощами	200	6,3	8,3
54-4м	Котлета из говядины	80	14,6	13,9
54-2хн	Компот из кураги	200	1	0,1
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7
Итого за Обед		900	37,7	26,8
Рекомендуемая величина			31,5	32,2
Процент от общей массы пищевых веществ			18,7	13,3
Полдник				
Пром.	Сок яблочный	250	1,3	0,3
Пром.	Печенье	100	7,5	9,8
Итого за Полдник		350	8,8	10,1
Рекомендуемая величина			13,5	13,8
Процент от общей массы пищевых веществ			7,4	8,5
Ужин				
42	Салат картофельный с зеленым горошком	100	2,1	6,3
54-27м	Капуста тушеная с мясом птицы	200	16,8	8,2
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1
Пром.	Хлеб пшеничный	100	7,6	0,8
Итого за Ужин		600	28,1	16,4
Рекомендуемая величина			18	18,4
Процент от общей массы пищевых веществ			22,5	13,2
Второй ужин				
470	Кисломолочный напиток	220	11	7
Итого за Второй ужин		220	11	7
Рекомендуемая величина			4,5	4,6
Процент от общей массы пищевых веществ			42,7	27,4
Итого за день		2700	114	85

Утверждаю Кс ИП Кондрьяненко И.И.
 Название меню: 5-ти разовое питание октябрь 2023
 Дата: 09 октября 2023

Согласовано А.А. Богачев

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы
		г	г	г	г
Понедельник, 1 неделя					
Завтрак					
54-24к	Каша жидкая молочная пшенная	280	11,6	14,2	52,7
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	220	0,3	0,1	8,2
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4
Пром.	Повидло абрикосовое	20	0,1	0	12,8
	Итого за Завтрак	600	18,1	15,6	113,7
	Рекомендуемая величина		18	18,4	76,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		12,2	10,5	77,2
Обед					
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	300	7,1	8,5	15,2
54-11г	Картофельное пюре	250	5,1	8,8	33
54-23м	Биточек из курицы	80	15,3	3,4	10,7
	410 Соус сметанный с томатом	35	1,2	5,8	2,7
54-2хн	Компот из кураги	200	1	0,1	15,6
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7	20
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5
	Итого за Обед	985	38,3	27,8	126,7
	Рекомендуемая величина		31,5	32,2	134,05
	Процент от общей массы пищевых веществ		19,8	14,4	65,8
Полдник					
Пром.	545 Сдоба обыкновенная	100	8	5,5	52,7
	Сок яблочный	250	1,3	0,3	25,3
	Итого за Полдник	350	9,3	5,8	78
	Рекомендуемая величина		13,5	13,8	57,45
	Процент от общей массы пищевых веществ		10	6,2	83,9
Ужин					
	367 Птица в соусе с томатом	100	14,4	6,5	3,4
54-6г	Рис отварной	200	4,8	6,4	48,6
	461 Чай каркаде	200	0	0	13,7
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	100	6,6	1,2	39,6
	Итого за Ужин	600	25,8	14,1	105,3
	Рекомендуемая величина		18	18,4	76,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		17,8	9,7	72,5
Второй ужин					
	470 Кисломолочный напиток	220	11	7	7,7
	Итого за Второй ужин	220	11	7	7,7
	Рекомендуемая величина		4,5	4,6	19,15
	Процент от общей массы пищевых веществ		42,7	27,4	29,9
	Итого за день	2755	102,5	70,3	431,4

Утверждаю Киу ИП Кондрьяненко И.И.
 Название меню: 5-ти разовое питание октябрь 2023
 Дата: 10 октября 2023

Согласовано А.А. Богачев

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры
		г	г	г
Вторник, 1 неделя				
Завтрак				
53-19э	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3
54-29к	Каша вязкая из хлопьев овсяных "Геркулес"	280	11,4	15,7
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	220	0,3	0,1
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9
	Итого за Завтрак	590	17,9	24,4
	Рекомендуемая величина		18	18,4
	Процент от общей массы пищевых веществ		13,2	18
Обед				
54-3с	Рассольник Ленинградский	255	6,1	7,4
54-1г	Макароны отварные	200	7,1	6,6
54-18м	Печень говяжья по-строгановски	100	16,7	15,9
54-4хн	Компот из изюма	200	0,4	0,1
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7
	Итого за Обед	875	38,9	31,2
	Рекомендуемая величина		31,5	32,2
	Процент от общей массы пищевых веществ		18,9	15,1
Полдник				
Пром.	Печенье	100	7,5	9,8
Пром.	Сок яблочный	250	1,3	0,3
	Итого за Полдник	350	8,8	10,1
	Рекомендуемая величина		13,5	13,8
	Процент от общей массы пищевых веществ		7,4	8,5
Ужин				
54-10э	Салат из капусты с овощами	100	2,8	6,7
54-11м	Плов из отварной говядины	200	15,3	14,7
54-20гн	Чай с грушей и апельсином	200	0,3	0,1
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	100	6,6	1,2
	Итого за Ужин	600	25	22,7
	Рекомендуемая величина		18	18,4
	Процент от общей массы пищевых веществ		19,2	17,4
Второй ужин				
468	Молоко	230	6,7	7,4
	Итого за Второй ужин	230	6,7	7,4
	Рекомендуемая величина		4,5	4,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		26,9	29,6
	Итого за день	2645	97,3	95,8

Утверждаю Кис ИП Кондрьяненко И.И.
Название меню: 5-ти разовое питание октябрь 2023
Дата: 11 октября 2023

Согласовано А.А. Богачев



№ рецептуры	Название блюда	Масса г	Белки г	Жиры г
Среда, 1 неделя				
Завтрак				
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4
54-13к	Каша вязкая молочная пшеничная	280	11,4	12,9
54-2гн	Чай с сахаром	220	0,2	0
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9
	Итого за Завтрак	595	21,2	18,6
	Рекомендуемая величина		18	18,4
	Процент от общей массы пищевых веществ		15	13,2
Обед				
54-25с	Суп гороховый	300	9,8	4,2
54-7г	Рис припущенный	220	5,1	7
54-21м	Курица отварная	90	28,9	2,2
501	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0,6	0
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7
	Итого за Обед	930	53	14,6
	Рекомендуемая величина		31,5	32,2
	Процент от общей массы пищевых веществ		23,5	6,5
Полдник				
501	Соки овощные, фруктовые и ягодные	250	0,8	0
532	Пирожки, печенные из сдобного теста	100	14,6	8,2
	Итого за Полдник	350	15,4	8,2
	Рекомендуемая величина		13,5	13,8
	Процент от общей массы пищевых веществ		15,7	8,4
Ужин				
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	200	11	8,5
54-25м	Курица тушеная с морковью	100	14,1	5,8
459	чай с лимоном без сахаром	200	0,2	0,1
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	100	6,6	1,2
	Итого за Ужин	600	31,9	15,6
	Рекомендуемая величина		18	18,4
	Процент от общей массы пищевых веществ		22,9	11,1
Второй ужин				
468	Молоко	230	6,7	7,4
	Итого за Второй ужин	230	6,7	7,4
	Рекомендуемая величина		4,5	4,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		26,9	29,6
	Итого за день	2705	128,2	64,4

Утверждаю  ИП Кондрьяненко И.И.
 Название меню: 5-ти разовое питание октябрь 2023
 Дата: 12 октября 2023

Согласовано  А.А. Богачев



№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры
		г	г	г
Четверг, 1 неделя				
Завтрак				
54-25.1к	Каша жидкая молочная рисовая	280	7,4	7,6
54-21гн	Какао с молоком	220	5,2	3,9
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9
Пром.	Повидло яблочное	30	0,1	0
	Итого за Завтрак	610	18,8	12,8
	Рекомендуемая величина		18	18,4
	Процент от общей массы пищевых веществ		12,9	8,8
Обед				
54-2з	Огурец в нарезке	100	0,8	0,1
54-7с	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	6,5	3,5
54-26м	Запеканка картофельная с говядиной	210	24,7	24,3
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7
	Итого за Обед	880	41,1	29,1
	Рекомендуемая величина		31,5	32,2
	Процент от общей массы пищевых веществ		21,3	15,1
Полдник				
Пром.	Печенье	100	7,5	9,8
Пром.	Сок яблочный	250	1,3	0,3
	Итого за Полдник	350	8,8	10,1
	Рекомендуемая величина		13,5	13,8
	Процент от общей массы пищевых веществ		7,4	8,5
Ужин				
	2 Салат витаминный	100	1,3	5,4
54-5г	Каша перловая рассыпчатая	180	5,3	6,3
54-24м	Шницель из курицы	70	13,4	3
	461 Чай каркаде	200	0	0
Пром.	Хлеб ржаной	100	6,6	1,2
	Итого за Ужин	650	26,6	15,9
	Рекомендуемая величина		18	18,4
	Процент от общей массы пищевых веществ		18,7	11,3
Второй ужин				
470	Кисломолочный напиток	220	11	7
	Итого за Второй ужин	220	11	7
	Рекомендуемая величина		4,5	4,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		42,7	27,4
	Итого за день	2710	106,3	74,9

Утверждаю Ки ИП Кондрьяненко И.И.
 Название меню: 5-ти разовое питание октябрь 2023
 Дата: 13 октября 2023

Согласовано А.А. Богачев

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры
		г	г	г
Пятница, 1 неделя				
Завтрак				
53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3
54-16к	Каша "Дружба"	280	7	8,2
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	220	4,3	3,1
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9
Пром.	Яблоко	200	0,8	0,8
	Итого за Завтрак	790	18,3	20,7
	Рекомендуемая величина		18	18,4
	Процент от общей массы пищевых веществ		12,6	14,3
Обед				
367	Птица в соусе с томатом	120	17,3	7,8
54-10с	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)	255	6,5	7,4
54-1г	Макаронные отварные	220	7,8	7,2
54-2хн	Компот из кураги	200	1	0,1
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7
	Итого за Обед	915	41,2	23,7
	Рекомендуемая величина		31,5	32,2
	Процент от общей массы пищевых веществ		21	12,1
Полдник				
501	Соки овощные, фруктовые и ягодные	250	0,8	0
542	булочка домашняя	100	6,9	11,3
	Итого за Полдник	350	7,7	11,3
	Рекомендуемая величина		13,5	13,8
	Процент от общей массы пищевых веществ		7,1	10,3
Ужин				
54-6з	Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами	100	2,3	11
54-11г	Картофельное пюре	150	3,1	5,3
54-14р	Котлета рыбная любительская (минтай)	90	11,5	3,7
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	200	0,2	0,1
Пром.	Хлеб ржаной	80	5,3	1
	Итого за Ужин	620	22,4	21,1
	Рекомендуемая величина		18	18,4
	Процент от общей массы пищевых веществ		21	19,8
Второй ужин				
468	Молоко	230	6,7	7,4
	Итого за Второй ужин	230	6,7	7,4
	Рекомендуемая величина		4,5	4,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		26,9	29,6
	Итого за день	2905	96,3	84,2

Утверждаю Киз ИП Кондрияненко И.И.
 Название меню: 5-ти разовое питание октябрь 2023
 Дата: 14 октября 2023

Согласовано А.А. Богачев

№ рецептуры

Название блюда

Масса Белки Жиры
г г г

Суббота, 1 неделя

Завтрак

53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3
54-27к	Каша жидкая молочная манная	280	7,5	8
54-22гн	Какао с молоком сгущенным	200	3,5	3,4
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9
	Итого за Завтрак	580	18	20,1
	Рекомендуемая величина		18	18,4
	Процент от общей массы пищевых веществ		12,7	14,2

Обед

54-5з	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	1	5,1
132	Суп пюре из картофеля	300	5,9	7,3
322	Рагу из овощей и мяса	220	15,6	16,1
54-4хн	Компот из изюма	200	0,4	0,1
Пром.	Хлеб ржаной	70	4,6	0,8
Пром.	Хлеб пшеничный	70	5,3	0,6
	Итого за Обед	960	32,8	30
	Рекомендуемая величина		31,5	32,2
	Процент от общей массы пищевых веществ		17,4	15,9

Полдник

54-22хн	Кисель из вишни	250	0,2	0,1
Пром.	Печенье	100	7,5	9,8
	Итого за Полдник	350	7,7	9,9
	Рекомендуемая величина		13,5	13,8
	Процент от общей массы пищевых веществ		7,1	9,1

Ужин

54-10з	Салат из капусты с овощами	100	2,8	6,7
54-6г	Рис отварной	150	3,6	4,8
54-23м	Биточек из курицы	80	15,3	3,4
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	80	5,3	1
	Итого за Ужин	610	28,6	17
	Рекомендуемая величина		18	18,4
	Процент от общей массы пищевых веществ		21	12,6

Второй ужин

468	Молоко	230	6,7	7,4
	Итого за Второй ужин	230	6,7	7,4
	Рекомендуемая величина		4,5	4,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		26,9	29,6
	Итого за день	2730	93,8	84,4

Утверждаю Куз ИП Кондрьяненко И.И.
 Название меню: 5-ти разовое питание октябрь 2023
 Дата: 15 октября 2023

Согласовано А.А. Богачев



№ рецептуры	Название блюда	Масса г	Белки г	Жиры г
Воскресенье, 1 неделя				
Завтрак				
54-2т	Запеканка из творога с морковью	220	22,8	13,4
54-2гн	Чай с сахаром	220	0,2	0
Пром.	Батон нарезной	25	1,9	0,7
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5
Пром.	молоко сгущенное с сахаром	25	1,8	2,1
	Итого за Завтрак	550	31,3	16,7
	Рекомендуемая величина		18	18,4
	Процент от общей массы пищевых веществ		20,9	11,2
Обед				
54-2з	Огурец в нарезке	100	0,8	0,1
54-24с	Суп картофельный с макаронными изделиями	300	7,2	3,3
54-26м	Запеканка картофельная с говядиной	200	23,6	23,2
54-35хн	Компот из смеси сухофруктов	220	0,4	0
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5
	Итого за Обед	940	40,6	27,8
	Рекомендуемая величина		31,5	32,2
	Процент от общей массы пищевых веществ		21,1	14,5
Полдник				
Пром.	Печенье	100	7,5	9,8
Пром.	Сок яблочный	250	1,3	0,3
	Итого за Полдник	350	8,8	10,1
	Рекомендуемая величина		13,5	13,8
	Процент от общей массы пищевых веществ		7,4	8,5
Ужин				
54-13з	Салат из свеклы отварной	80	1,1	3,6
54-3г	Макароны отварные с сыром	140	7,4	6,4
54-24м	Шницель из курицы	80	15,3	3,4
461	Чай каркаде	200	0	0
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	100	6,6	1,2
	Итого за Ужин	600	30,4	14,6
	Рекомендуемая величина		18	18,4
	Процент от общей массы пищевых веществ		21,4	10,3
Второй ужин				
Пром.	Йогурт 3.2%	220	11	7
	Итого за Второй ужин	220	11	7
	Рекомендуемая величина		4,5	4,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		42,7	27,4
	Итого за день	2660	122,1	76,2

Утверждаю Кур ИП Кондрьяненко
 Название меню: 5-ти разовое питание октябрь 2023
 Дата: 16 октября 2023

Согласовано А.А. Богачев

№ рецептуры	Название блюда	Масса г	Белки г	Жиры г
Понедельник, 2 неделя				
Завтрак				
54-21к	Каша вязкая молочная ячневая	280	10,1	13
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	220	0,3	0,1
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4
Пром.	Повидло яблочное	30	0,1	0
Итого за Завтрак		610	16,6	14,4
Рекомендуемая величина			18	18,4
Процент от общей массы пищевых веществ			11,3	9,8
Обед				
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	250	5,8	7
54-11г	Картофельное пюре	220	4,5	7,8
338	кнели говяжьи с рисом	80	8,6	20,3
54-3соус	Соус красный основной	30	1	0,7
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7
Итого за Обед		900	29	37
Рекомендуемая величина			31,5	32,2
Процент от общей массы пищевых веществ			16,1	20,6
Полдник				
501	Соки овощные, фруктовые и ягодные	250	0,8	0
543	Булочка дорожная	100	7,1	12,6
Итого за Полдник		350	7,9	12,6
Рекомендуемая величина			13,5	13,8
Процент от общей массы пищевых веществ			7,5	12,1
Ужин				
54-8з	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,6	10,1
54-12м	Плов с курицей	200	27,2	8,1
54-20гн	Чай с грушей и апельсином	200	0,3	0,1
Пром.	Хлеб ржаной	100	6,6	1,2
Итого за Ужин		600	35,7	19,5
Рекомендуемая величина			18	18,4
Процент от общей массы пищевых веществ			26,9	14,6
Второй ужин				
470	Кисломолочный напиток	220	11	7
Итого за Второй ужин		220	11	7
Рекомендуемая величина			4,5	4,6
Процент от общей массы пищевых веществ			42,7	27,4
Итого за день		2680	100,2	90,5

Утверждаю Кур ИП Кондрьяненко И.И.
 Название меню: 5-ти разовое питание октябрь 2023
 Дата: 17 октября 2023

Согласовано А.А. Ботачев

№ рецептуры	Название блюда	Масса		
		Белки г	Жиры г	
Вторник, 2 неделя				
Завтрак				
53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3
54-29к	Каша вязкая из хлопьев овсяных "Геркулес"	280	11,4	15,7
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	220	0,3	0,1
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4
	Итого за Завтрак	590	17,9	24,4
	Рекомендуемая величина		18	18,4
	Процент от общей массы пищевых веществ		13,2	18
Обед				
54-2з	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	255	6	7,2
54-1г	Макароны отварные	220	7,8	7,2
54-14р	Котлета рыбная любительская (минтай)	80	10,2	3,3
501	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0,6	0
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7
	Итого за Обед	935	33,7	19
	Рекомендуемая величина		31,5	32,2
	Процент от общей массы пищевых веществ		16,6	9,4
Полдник				
54-32хн	Компот из свежих яблок	250	0,2	0,2
Пром.	Корж молочный	100	6	21,8
	Итого за Полдник	350	6,2	22
	Рекомендуемая величина		13,5	13,8
	Процент от общей массы пищевых веществ		6,5	23,3
Ужин				
42	Салат картофельный с зеленым горошком	100	2,1	6,3
54-10м	Капуста тушеная с мясом	200	22	22
54-45гн	Чай с сахаром	200	0,1	0
Пром.	Хлеб ржаной	100	6,6	1,2
	Итого за Ужин	600	30,8	29,5
	Рекомендуемая величина		18	18,4
	Процент от общей массы пищевых веществ		24,8	23,8
Второй ужин				
468	Молоко	230	6,7	7,4
	Итого за Второй ужин	230	6,7	7,4
	Рекомендуемая величина		4,5	4,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		26,9	29,6
	Итого за день	2705	95,3	102,3

Утверждаю Киу ИП Кондрьяненко И.И.
 Название меню: 5-ти разовое питание октябрь 2023
 Дата: 18 октября 2023

Согласовано А.А. Богачев

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры
		г	г	г
Среда, 2 неделя				
Завтрак				
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	20	4,6	5,9
54-25.1к	Каша жидкая молочная рисовая	280	7,4	7,6
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	220	4,3	3,1
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5
Пром.	Батон нарезной	35	2,6	1
Итого за Завтрак		615	23,5	18,1
Рекомендуемая величина			18	18,4
Процент от общей массы пищевых веществ			16,6	12,8
Обед				
54-7с	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	6,5	3,5
328	жаркое по-домашнему	230	17,3	33,8
54-35хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5
Итого за Обед		800	32,8	38,5
Рекомендуемая величина			31,5	32,2
Процент от общей массы пищевых веществ			16,6	19,5
Полдник				
501	Соки овощные, фруктовые и ягодные	250	0,8	0
Пром.	Сушка простая	100	10,9	1,3
Итого за Полдник		350	11,7	1,3
Рекомендуемая величина			13,5	13,8
Процент от общей массы пищевых веществ			9,5	1,1
Ужин				
2	Салат витаминный	80	1,1	4,4
54-бг	Рис отварной	140	3,4	4,5
54-21м	Курица отварная	90	28,9	2,2
461	Чай каркаде	200	0	0
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	90	5,9	1,1
Итого за Ужин		600	39,3	12,2
Рекомендуемая величина			18	18,4
Процент от общей массы пищевых веществ			27,9	8,6
Второй ужин				
468	Молоко	230	6,7	7,4
Итого за Второй ужин		230	6,7	7,4
Рекомендуемая величина			4,5	4,6
Процент от общей массы пищевых веществ			26,9	29,6
Итого за день		2595	114	77,5

Утверждаю Кур ИП Кондрьяненко И.И.
 Название меню: 5-ти разовое питание октябрь 2023
 Дата: 19 октября 2023

Согласовано А.А. Богачева

№ рецептуры	Название блюда	Масса г	Белки г	Жиры г
Четверг, 2 неделя				
Завтрак				
54-27к	Каша жидкая молочная манная	280	7,5	8
54-21гн	Какао с молоком	220	5,2	3,9
Пром.	Повидло яблочное	30	0,1	0
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9
Итого за Завтрак		620	19,7	13,3
Рекомендуемая величина			18	18,4
Процент от общей массы пищевых веществ			13,4	9,1
Обед				
54-3с	Рассольник Ленинградский	255	6,1	7,4
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	220	12,1	9,3
371	Кнели из птицы с рисом	80	17,5	3,6
54-34хн	Компот из яблок с лимоном	200	0,2	0,2
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7
Итого за Обед		875	44,5	21,7
Рекомендуемая величина			31,5	32,2
Процент от общей массы пищевых веществ			21,9	10,7
Полдник				
501	Соки овощные, фруктовые и ягодные	250	0,8	0
542	булочка домашняя	100	6,9	11,3
Итого за Полдник		350	7,7	11,3
Рекомендуемая величина			13,5	13,8
Процент от общей массы пищевых веществ			7,1	10,3
Ужин				
54-5з	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	1	5,1
54-17м	Запеканка картофельная с печенью	220	25,3	12,2
54-20гн	Чай с грушей и апельсином	200	0,3	0,1
Пром.	Хлеб пшеничный	90	6,8	0,7
Итого за Ужин		610	33,4	18,1
Рекомендуемая величина			18	18,4
Процент от общей массы пищевых веществ			24,5	13,3
Второй ужин				
470	Кисломолочный напиток	220	11	7
Итого за Второй ужин		220	11	7
Рекомендуемая величина			4,5	4,6
Процент от общей массы пищевых веществ			42,7	27,4
Итого за день		2675	116,3	71,4

Утверждаю Киу ИП Кондрьяненко И.И.
 Название меню: 5-ти разовое питание октябрь 2023
 Дата: 20 октября 2023

Согласовано А.А. Богачев



№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры
		г	г	г
Пятница, 2 неделя				
Завтрак				
54-1т	Запеканка из творога	150	29,7	10,7
54-2гн	Чай с сахаром	220	0,2	0
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9
Пром.	молоко сгущенное с сахаром	25	1,8	2,1
Пром.	Яблоко	200	0,8	0,8
	Итого за Завтрак	655	37,1	14,7
	Рекомендуемая величина		18	18,4
	Процент от общей массы пищевых веществ		25,7	10,2
Обед				
54-3з	Помидор в нарезке	100	1,1	0,2
54-25с	Суп гороховый	300	9,8	4,2
54-12м	Плов с курицей	270	36,8	10,9
54-25хн	Кисель из клюквы	200	0,1	0
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7
	Итого за Обед	990	56,4	16,5
	Рекомендуемая величина		31,5	32,2
	Процент от общей массы пищевых веществ		27,1	8
Полдник				
Пром.	Булочка с повидлом	100	8	14
Пром.	Сок яблочный	250	1,3	0,3
	Итого за Полдник	350	9,3	14,3
	Рекомендуемая величина		13,5	13,8
	Процент от общей массы пищевых веществ		8,8	13,6
Ужин				
54-6з	Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами	80	1,8	8,8
54-11г	Картофельное пюре	140	2,9	5
54-24м	Шницель из курицы	80	15,3	3,4
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	200	0,2	0,1
Пром.	Хлеб пшеничный	100	7,6	0,8
	Итого за Ужин	600	27,8	18,1
	Рекомендуемая величина		18	18,4
	Процент от общей массы пищевых веществ		20,6	13,4
Второй ужин				
470	Кисломолочный напиток	220	11	7
	Итого за Второй ужин	220	11	7
	Рекомендуемая величина		4,5	4,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		42,7	27,4
	Итого за день	2815	141,6	70,6

Утверждаю И.И. Кондрьяненко ИП Кондрьяненко И.И.
 Название меню: 5-ти разовое питание октябрь 2023
 Дата: 21 октября 2023

Согласовано А.А. Богачев



№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры
		г	г	г
Суббота, 2 неделя				
Завтрак				
54-13к	Каша вязкая молочная пшеничная	280	11,4	12,9
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	220	0,3	0,1
Пром.	Повидло яблочное	30	0,1	0
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9
	Итого за Завтрак	620	18,7	14,4
	Рекомендуемая величина		18	18,4
	Процент от общей массы пищевых веществ		11,5	8,9
Обед				
1	Салат из капусты белокачанной	100	1,7	8
54-10с	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)	300	7,7	8,7
54-28м	Жаркое по-домашнему из курицы	250	31	7,8
54-35хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0
Пром.	Хлеб пшеничный	70	5,3	0,6
Пром.	Хлеб ржаной	70	4,6	0,8
	Итого за Обед	990	50,7	25,9
	Рекомендуемая величина		31,5	32,2
	Процент от общей массы пищевых веществ		25,8	13,1
Полдник				
Пром.	Сок апельсиновый	250	1,8	0,3
Пром.	Сушка простая	100	10,9	1,3
	Итого за Полдник	350	12,7	1,6
	Рекомендуемая величина		13,5	13,8
	Процент от общей массы пищевых веществ		10,9	1,3
Ужин				
54-6г	Рис отварной	200	4,8	6,4
54-23м	Биточек из курицы	80	15,3	3,4
54-3соус	Соус красный основной	20	0,7	0,5
54-45гн	Чай с сахаром	200	0,1	0
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	100	6,6	1,2
	Итого за Ужин	600	27,5	11,5
	Рекомендуемая величина		18	18,4
	Процент от общей массы пищевых веществ		18,9	8
Второй ужин				
468	Молоко	230	6,7	7,4
	Итого за Второй ужин	230	6,7	7,4
	Рекомендуемая величина		4,5	4,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		26,9	29,6
	Итого за день	2790	116,3	60,8

Утверждаю Киз ИП Кондрьяненко И.И.
 Название меню: 5-ти разовое питание октябрь 2023
 Дата: 22 октября 2023

Согласовано А.А. Богачев

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры
		г	г	г
Воскресенье, 2 неделя				
Завтрак				
54-20к	Каша жидкая молочная гречневая	200	7,1	5,8
54-1о	Омлет натуральный	120	10,1	14,4
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	220	4,3	3,1
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5
	Итого за Завтрак	630	28,4	24,7
	Рекомендуемая величина		18	18,4
	Процент от общей массы пищевых веществ		20,3	17,7
Обед				
54-24с	Суп картофельный с макаронными изделиями	300	7,2	3,3
54-2г	Макароны отварные с овощами	200	6,3	8,3
54-4м	Котлета из говядины	80	14,6	13,9
54-2хн	Компот из кураги	200	1	0,1
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7
	Итого за Обед	900	37,7	26,8
	Рекомендуемая величина		31,5	32,2
	Процент от общей массы пищевых веществ		18,7	13,3
Полдник				
Пром.	Сок яблочный	250	1,3	0,3
Пром.	Печенье	100	7,5	9,8
	Итого за Полдник	350	8,8	10,1
	Рекомендуемая величина		13,5	13,8
	Процент от общей массы пищевых веществ		7,4	8,5
Ужин				
42	Салат картофельный с зеленым горошком	100	2,1	6,3
54-27м	Капуста тушеная с мясом птицы	200	16,8	8,2
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1
Пром.	Хлеб пшеничный	100	7,6	0,8
	Итого за Ужин	600	28,1	16,4
	Рекомендуемая величина		18	18,4
	Процент от общей массы пищевых веществ		22,5	13,2
Второй ужин				
470	Кисломолочный напиток	220	11	7
	Итого за Второй ужин	220	11	7
	Рекомендуемая величина		4,5	4,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		42,7	27,4
	Итого за день	2700	114	85

Утверждаю Кур ИП Кондрьяненко И.И.
 Название меню: 5-ти разовое питание октябрь 2023
 Дата: 23 октября 2023

Согласовано А.А. Богачев

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры
		г	г	г
Понедельник, 1 неделя				
Завтрак				
54-24к	Каша жидкая молочная пшениная	280	11,6	14,2
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	220	0,3	0,1
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9
Пром.	Повидло абрикосовое	20	0,1	0
Итого за Завтрак		600	18,1	15,6
Рекомендуемая величина			18	18,4
Процент от общей массы пищевых веществ			12,2	10,5
Обед				
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	300	7,1	8,5
54-11г	Картофельное пюре	250	5,1	8,8
54-23м	Биточек из курицы	80	15,3	3,4
410	Соус сметанный с томатом	35	1,2	5,8
54-2хн	Компот из кураги	200	1	0,1
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5
Итого за Обед		985	38,3	27,8
Рекомендуемая величина			31,5	32,2
Процент от общей массы пищевых веществ			19,8	14,4
Полдник				
545	Сдоба обыкновенная	100	8	5,5
Пром.	Сок яблочный	250	1,3	0,3
Итого за Полдник		350	9,3	5,8
Рекомендуемая величина			13,5	13,8
Процент от общей массы пищевых веществ			10	6,2
Ужин				
367	Птица в соусе с томатом	100	14,4	6,5
54-6г	Рис отварной	200	4,8	6,4
461	Чай каркаде	200	0	0
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	100	6,6	1,2
Итого за Ужин		600	25,8	14,1
Рекомендуемая величина			18	18,4
Процент от общей массы пищевых веществ			17,8	9,7
Второй ужин				
470	Кисломолочный напиток	220	11	7
Итого за Второй ужин		220	11	7
Рекомендуемая величина			4,5	4,6
Процент от общей массы пищевых веществ			42,7	27,4
Итого за день		2755	102,5	70,3

Организация: ИП Кондрьяненко И.И.
 Название меню: 5-ти разовое питание октябрь 2023
 Дата: 24 октября 2023

Ky

Согласовано  А.А. Богачев

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры
		г	г	г
Вторник, 1 неделя				
Завтрак				
53-19э	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3
54-29к	Каша вязкая из хлопьев овсяных "Геркулес"	280	11,4	15,7
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	220	0,3	0,1
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9
	Итого за Завтрак	590	17,9	24,4
	Рекомендуемая величина		18	18,4
	Процент от общей массы пищевых веществ		13,2	18
Обед				
54-3с	Рассольник Ленинградский	255	6,1	7,4
54-1г	Макароны отварные	200	7,1	6,6
54-18м	Печень говяжья по-строгановски	100	16,7	15,9
54-4хн	Компот из изюма	200	0,4	0,1
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7
	Итого за Обед	875	38,9	31,2
	Рекомендуемая величина		31,5	32,2
	Процент от общей массы пищевых веществ		18,9	15,1
Полдник				
Пром.	Печенье	100	7,5	9,8
Пром.	Сок яблочный	250	1,3	0,3
	Итого за Полдник	350	8,8	10,1
	Рекомендуемая величина		13,5	13,8
	Процент от общей массы пищевых веществ		7,4	8,5
Ужин				
54-10э	Салат из капусты с овощами	100	2,8	6,7
54-11м	Плов из отварной говядины	200	15,3	14,7
54-20гн	Чай с грушей и апельсином	200	0,3	0,1
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	100	6,6	1,2
	Итого за Ужин	600	25	22,7
	Рекомендуемая величина		18	18,4
	Процент от общей массы пищевых веществ		19,2	17,4
Второй ужин				
468	Молоко	230	6,7	7,4
	Итого за Второй ужин	230	6,7	7,4
	Рекомендуемая величина		4,5	4,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		26,9	29,6
	Итого за день	2645	97,3	95,8

Утверждаю Киз ИП Кондрьяненко И.И.
 Название меню: 5-ти разовое питание октябрь 2023
 Дата: 25 октября 2023

Согласовано А.А. Богачев

№ рецептуры	Название блюда	Масса г	Белки г	Жиры г
Среда, 1 неделя				
Завтрак				
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4
54-13к	Каша вязкая молочная пшеничная	280	11,4	12,9
54-2гн	Чай с сахаром	220	0,2	0
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9
Итого за Завтрак		595	21,2	18,6
Рекомендуемая величина			18	18,4
Процент от общей массы пищевых веществ			15	13,2
Обед				
54-25с	Суп гороховый	300	9,8	4,2
54-7г	Рис припущенный	220	5,1	7
54-21м	Курица отварная	90	28,9	2,2
501	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0,6	0
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7
Итого за Обед		930	53	14,6
Рекомендуемая величина			31,5	32,2
Процент от общей массы пищевых веществ			23,5	6,5
Полдник				
501	Соки овощные, фруктовые и ягодные	250	0,8	0
532	Пирожки, печенные из сдобного теста	100	14,6	8,2
Итого за Полдник		350	15,4	8,2
Рекомендуемая величина			13,5	13,8
Процент от общей массы пищевых веществ			15,7	8,4
Ужин				
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	200	11	8,5
54-25м	Курица тушеная с морковью	100	14,1	5,8
459	чай с лимоном без сахаром	200	0,2	0,1
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	100	6,6	1,2
Итого за Ужин		600	31,9	15,6
Рекомендуемая величина			18	18,4
Процент от общей массы пищевых веществ			22,9	11,1
Второй ужин				
468	Молоко	230	6,7	7,4
Итого за Второй ужин		230	6,7	7,4
Рекомендуемая величина			4,5	4,6
Процент от общей массы пищевых веществ			26,9	29,6
Итого за день		2705	128,2	64,4

Утверждаю  ИП Кондрьяненко И.И.
 Название меню: 5-ти разовое питание октябрь 2023
 Дата: 26 октября 2023

Согласовано  А.А. Богачев


№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры
		г	г	г
Четверг, 1 неделя				
Завтрак				
54-25.1к	Каша жидкая молочная рисовая	280	7,4	7,6
54-21гн	Какао с молоком	220	5,2	3,9
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9
Пром.	Повидло яблочное	30	0,1	0
	Итого за Завтрак	610	18,8	12,8
	Рекомендуемая величина		18	18,4
	Процент от общей массы пищевых веществ		12,9	8,8
Обед				
54-2з	Огурец в нарезке	100	0,8	0,1
54-7с	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	6,5	3,5
54-26м	Запеканка картофельная с говядиной	210	24,7	24,3
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7
	Итого за Обед	880	41,1	29,1
	Рекомендуемая величина		31,5	32,2
	Процент от общей массы пищевых веществ		21,3	15,1
Полдник				
Пром.	Печенье	100	7,5	9,8
Пром.	Сок яблочный	250	1,3	0,3
	Итого за Полдник	350	8,8	10,1
	Рекомендуемая величина		13,5	13,8
	Процент от общей массы пищевых веществ		7,4	8,5
Ужин				
	2 Салат витаминный	100	1,3	5,4
54-5г	Каша перловая рассыпчатая	180	5,3	6,3
54-24м	Шницель из курицы	70	13,4	3
461	Чай каркаде	200	0	0
Пром.	Хлеб ржаной	100	6,6	1,2
	Итого за Ужин	650	26,6	15,9
	Рекомендуемая величина		18	18,4
	Процент от общей массы пищевых веществ		18,7	11,3
Второй ужин				
470	Кисломолочный напиток	220	11	7
	Итого за Второй ужин	220	11	7
	Рекомендуемая величина		4,5	4,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		42,7	27,4
	Итого за день	2710	106,3	74,9

Утверждаю Ки ИП Кондрьяненко И.И.
 Название меню: 5-ти разовое питание октябрь 2023
 Дата: 27 октября 2023


Согласовано А.А. Богачев



№ рецептуры	Название блюда	Масса Белки Жиры		
		г	г	г
Пятница, 1 неделя				
Завтрак				
53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3
54-16к	Каша "Дружба"	280	7	8,2
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	220	4,3	3,1
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9
Пром.	Яблоко	200	0,8	0,8
	Итого за Завтрак	790	18,3	20,7
	Рекомендуемая величина		18	18,4
	Процент от общей массы пищевых веществ		12,6	14,3
Обед				
367	Птица в соусе с томатом	120	17,3	7,8
54-10с	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)	255	6,5	7,4
54-1г	Макароны отварные	220	7,8	7,2
54-2хн	Компот из кураги	200	1	0,1
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7
	Итого за Обед	915	41,2	23,7
	Рекомендуемая величина		31,5	32,2
	Процент от общей массы пищевых веществ		21	12,1
Полдник				
501	Соки овощные, фруктовые и ягодные	250	0,8	0
542	булочка домашняя	100	6,9	11,3
	Итого за Полдник	350	7,7	11,3
	Рекомендуемая величина		13,5	13,8
	Процент от общей массы пищевых веществ		7,1	10,3
Ужин				
54-6з	Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурц	100	2,3	11
54-11г	Картофельное пюре	150	3,1	5,3
54-14р	Котлета рыбная любительская (минтай)	90	11,5	3,7
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	200	0,2	0,1
Пром.	Хлеб ржаной	80	5,3	1
	Итого за Ужин	620	22,4	21,1
	Рекомендуемая величина		18	18,4
	Процент от общей массы пищевых веществ		21	19,8
Второй ужин				
468	Молоко	230	6,7	7,4
	Итого за Второй ужин	230	6,7	7,4
	Рекомендуемая величина		4,5	4,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		26,9	29,6
	Итого за день	2905	96,3	84,2

Утверждаю  ИП Кондрьяненко И.И.
 Название меню: 5-ти разовое питание октябрь 2023
 Дата: 28 октября 2023

Согласовано  А.А. Богачев



№ рецептуры	Название блюда	Масса г	Белки г	Жиры г
Суббота, 1 неделя				
Завтрак				
53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3
54-27к	Каша жидкая молочная манная	280	7,5	8
54-22гн	Какао с молоком сгущенным	200	3,5	3,4
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9
	Итого за Завтрак	580	18	20,1
	Рекомендуемая величина		18	18,4
	Процент от общей массы пищевых веществ		12,7	14,2
Обед				
54-5з	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	1	5,1
132	Суп пюре из картофеля	300	5,9	7,3
322	Рагу из овощей и мяса	220	15,6	16,1
54-4хн	Компот из изюма	200	0,4	0,1
Пром.	Хлеб ржаной	70	4,6	0,8
Пром.	Хлеб пшеничный	70	5,3	0,6
	Итого за Обед	960	32,8	30
	Рекомендуемая величина		31,5	32,2
	Процент от общей массы пищевых веществ		17,4	15,9
Полдник				
54-22хн	Кисель из вишни	250	0,2	0,1
Пром.	Печенье	100	7,5	9,8
	Итого за Полдник	350	7,7	9,9
	Рекомендуемая величина		13,5	13,8
	Процент от общей массы пищевых веществ		7,1	9,1
Ужин				
54-10з	Салат из капусты с овощами	100	2,8	6,7
54-6г	Рис отварной	150	3,6	4,8
54-23м	Биточек из курицы	80	15,3	3,4
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	80	5,3	1
	Итого за Ужин	610	28,6	17
	Рекомендуемая величина		18	18,4
	Процент от общей массы пищевых веществ		21	12,6
Второй ужин				
468	Молоко	230	6,7	7,4
	Итого за Второй ужин	230	6,7	7,4
	Рекомендуемая величина		4,5	4,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		26,9	29,6
	Итого за день	2730	93,8	84,4

Утверждаю Ки ИП Кондрьяненко И.И.
 Название меню: 5-ти разовое питание октябрь 2023
 Дата: 29 октября 2023

Согласовано А.А. Богачев



№ рецептуры	Название блюда	Масса г	Белки г	Жиры г
Воскресенье, 1 неделя				
Завтрак				
54-2т	Запеканка из творога с морковью	220	22,8	13,4
54-2гн	Чай с сахаром	220	0,2	0
Пром.	Батон нарезной	25	1,9	0,7
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5
Пром.	молоко сгущенное с сахаром	25	1,8	2,1
Итого за Завтрак		550	31,3	16,7
Рекомендуемая величина			18	18,4
Процент от общей массы пищевых веществ			20,9	11,2
Обед				
54-2з	Огурец в нарезке	100	0,8	0,1
54-24с	Суп картофельный с макаронными изделиями	300	7,2	3,3
54-26м	Запеканка картофельная с говядиной	200	23,6	23,2
54-35хн	Компот из смеси сухофруктов	220	0,4	0
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5
Итого за Обед		940	40,6	27,8
Рекомендуемая величина			31,5	32,2
Процент от общей массы пищевых веществ			21,1	14,5
Полдник				
Пром.	Печенье	100	7,5	9,8
Пром.	Сок яблочный	250	1,3	0,3
Итого за Полдник		350	8,8	10,1
Рекомендуемая величина			13,5	13,8
Процент от общей массы пищевых веществ			7,4	8,5
Ужин				
54-13з	Салат из свеклы отварной	80	1,1	3,6
54-3г	Макароны отварные с сыром	140	7,4	6,4
54-24м	Шницель из курицы	80	15,3	3,4
461	Чай каркаде	200	0	0
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	100	6,6	1,2
Итого за Ужин		600	30,4	14,6
Рекомендуемая величина			18	18,4
Процент от общей массы пищевых веществ			21,4	10,3
Второй ужин				
Пром.	Йогурт 3.2%	220	11	7
Итого за Второй ужин		220	11	7
Рекомендуемая величина			4,5	4,6
Процент от общей массы пищевых веществ			42,7	27,4
Итого за день		2660	122,1	76,2

Утверждаю _____ *Киу* _____ ИП Кондрьяненко И.И.
Название меню: 5-ти разовое питание октябрь 2023
Дата: 30 октября 2023

Согласовано _____ *А.А. Богачев* _____

№ рецептуры	Название блюда	Масса г	Белки г	Жиры г
Понедельник, 2 неделя				
Завтрак				
54-21к	Каша вязкая молочная ячневая	280	10,1	13
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	220	0,3	0,1
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4
Пром.	Повидло яблочное	30	0,1	0
Итого за Завтрак		610	16,6	14,4
Рекомендуемая величина			18	18,4
Процент от общей массы пищевых веществ			11,3	9,8
Обед				
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	250	5,8	7
54-11г	Картофельное пюре	220	4,5	7,8
338	кнели говяжьи с рисом	80	8,6	20,3
54-3соус	Соус красный основной	30	1	0,7
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7
Итого за Обед		900	29	37
Рекомендуемая величина			31,5	32,2
Процент от общей массы пищевых веществ			16,1	20,6
Полдник				
501	Соки овощные, фруктовые и ягодные	250	0,8	0
543	Булочка дорожная	100	7,1	12,6
Итого за Полдник		350	7,9	12,6
Рекомендуемая величина			13,5	13,8
Процент от общей массы пищевых веществ			7,5	12,1
Ужин				
54-8з	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,6	10,1
54-12м	Плов с курицей	200	27,2	8,1
54-20гн	Чай с грушей и апельсином	200	0,3	0,1
Пром.	Хлеб ржаной	100	6,6	1,2
Итого за Ужин		600	35,7	19,5
Рекомендуемая величина			18	18,4
Процент от общей массы пищевых веществ			26,9	14,6
Второй ужин				
470	Кисломолочный напиток	220	11	7
Итого за Второй ужин		220	11	7
Рекомендуемая величина			4,5	4,6
Процент от общей массы пищевых веществ			42,7	27,4
Итого за день		2680	100,2	90,5

Утверждаю И.И. Кондрьяненко ИП Кондрьяненко И.И.
 Название меню: 5-ти разовое питание октябрь 2023
 Дата: 31 октября 2023

Согласовано А.А. Богачев

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры
		г	г	г
Вторник, 2 неделя				
Завтрак				
53-19э	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3
54-29к	Каша вязкая из хлопьев овсяных "Геркулес"	280	11,4	15,7
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	220	0,3	0,1
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4
	Итого за Завтрак	590	17,9	24,4
	Рекомендуемая величина		18	18,4
	Процент от общей массы пищевых веществ		13,2	18
Обед				
54-2э	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	255	6	7,2
54-1г	Макароны отварные	220	7,8	7,2
54-14р	Котлета рыбная любительская (минтай)	80	10,2	3,3
501	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0,6	0
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7
	Итого за Обед	935	33,7	19
	Рекомендуемая величина		31,5	32,2
	Процент от общей массы пищевых веществ		16,6	9,4
Полдник				
54-32хн	Компот из свежих яблок	250	0,2	0,2
Пром.	Корж молочный	100	6	21,8
	Итого за Полдник	350	6,2	22
	Рекомендуемая величина		13,5	13,8
	Процент от общей массы пищевых веществ		6,5	23,3
Ужин				
42	Салат картофельный с зеленым горошком	100	2,1	6,3
54-10м	Капуста тушеная с мясом	200	22	22
54-45гн	Чай с сахаром	200	0,1	0
Пром.	Хлеб ржаной	100	6,6	1,2
	Итого за Ужин	600	30,8	29,5
	Рекомендуемая величина		18	18,4
	Процент от общей массы пищевых веществ		24,8	23,8
Второй ужин				
468	Молоко	230	6,7	7,4
	Итого за Второй ужин	230	6,7	7,4
	Рекомендуемая величина		4,5	4,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		26,9	29,6
	Итого за день	2705	95,3	102,3