

Утверждаю И.И. Кондрьяненко

Согласовано

А.А. Богачев

Название меню: 5-ти разовое питание для детей школа-интернат 85 ДЕК

Дата: 01 декабря 2023



№ рецептуры	Название блюда	Масса Белки Жиры Углев			
		г	г	г	г
Пятница, 2 неделя					
Завтрак					
54-1т	Запеканка из творога	150	29,7	10,7	21,6
54-2гн	Чай с сахаром	220	0,2	0	7,1
Пром.	молоко сгущенное с сахаром	25	1,8	2,1	13,9
Пром.	Яблоко	200	0,8	0,8	19,6
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4
Итого за Завтрак		655	37,1	14,7	92,4
Рекомендуемая величина			18	18,4	76,6
Процент от общей массы пищевых веществ			25,7	10,2	64,1
Обед					
54-3з	Помидор в нарезке	100	1,1	0,2	3,8
54-25с	Суп гороховый	300	9,8	4,2	22,4
54-12м	Плов с курицей	270	36,8	10,9	44,8
54-25хн	Кисель из клюквы	200	0,1	0	14
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7	20
Итого за Обед		990	56,4	16,5	135
Рекомендуемая величина			27	27,6	115
Процент от общей массы пищевых веществ			27,1	8	64,9
Полдник					
Пром.	Сок яблочный	250	1,3	0,3	25,3
Пром.	Булочка с повидлом	100	8	14	56
Итого за Полдник		350	9,3	14,3	81,3
Рекомендуемая величина			9	9,2	38,3
Процент от общей массы пищевых веществ			8,8	13,6	77,6
Ужин					
54-6з	Салат из белокочанной капусты с помидорами	80	1,8	8,8	2,9
54-11г	Картофельное пюре	140	2,9	5	18,5
54-24м	Шницель из курицы	80	15,3	3,4	10,7
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	200	0,2	0,1	7,5
Пром.	Хлеб пшеничный	100	7,6	0,8	49,2
Итого за Ужин		600	27,8	18,1	88,8
Рекомендуемая величина			18	18,4	76,6
Процент от общей массы пищевых веществ			20,6	13,4	65,9
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	19,2
Процент от общей массы пищевых веществ			42,7	27,4	29,9
Итого за день		2815	141,6	70,6	405

Утверждаю ИП Кондрьяненко

Согласовано А.А. Богачев

меню: 5-ти разовое питание для **ДЕКАБРЬ 2023**

Дата: 02 декабря 2023



№ рецептуры	Название блюда	Масса Белки Жиры Углев			
		г	г	г	г
Суббота, 2 неделя					
Завтрак					
54-13к	Каша вязкая молочная пшеничная	280	11,4	12,9	54,1
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	220	0,3	0,1	10,3
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4
Пром.	Повидло яблочное	30	0,1	0	19,5
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5
Итого за Завтрак		620	18,7	14,4	129
Рекомендуемая величина			18	18,4	76,6
Процент от общей массы пищевых веществ			11,5	8,9	79,6
Обед					
1	Салат из капусты белокочанной	100	1,7	8	4,7
54-10с	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)	300	7,7	8,7	16,2
54-28м	Жаркое по-домашнему из курицы	250	31	7,8	22
54-35хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0	19,8
Пром.	Хлеб пшеничный	70	5,3	0,6	34,4
Пром.	Хлеб ржаной	70	4,6	0,8	23,4
Итого за Обед		990	50,7	25,9	121
Рекомендуемая величина			27	27,6	115
Процент от общей массы пищевых веществ			25,8	13,1	61,1
Полдник					
Пром.	Сок апельсиновый	250	1,8	0,3	33
Пром.	Сушка простая	100	10,9	1,3	68,8
Итого за Полдник		350	12,7	1,6	102
Рекомендуемая величина			9	9,2	38,3
Процент от общей массы пищевых веществ			10,9	1,3	87,8
Ужин					
54-6г	Рис отварной	200	4,8	6,4	48,6
54-23м	Биточек из курицы	80	15,3	3,4	10,7
54-45гн	Чай с сахаром	220	0,1	0	5,7
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	100	6,6	1,2	39,6
Итого за Ужин		600	26,8	11	105
Рекомендуемая величина			18	18,4	76,6
Процент от общей массы пищевых веществ			18,8	7,8	73,4
Второй ужин					
468	Молоко	230	6,7	7,4	10,8
Итого за Второй ужин		230	6,7	7,4	10,8
Рекомендуемая величина			4,5	4,6	19,2
Процент от общей массы пищевых веществ			26,9	29,6	43,5
Итого за день		2790	116	60,3	467

Утверждаю Кур ИП Кондрьяненко

Согласовано А.А. Богачев

меню: 5-ти разовое питание **ДЕКАБРЬ 2023**

Дата: 03 декабря 2023



№ рецептуры	Название блюда	Масса Белки Жиры Углевод			
		г	г	г	г
Воскресенье, 2 неделя					
Завтрак					
54-20к	Каша жидкая молочная гречневая	200	7,1	5,8	26,7
54-1о	Омлет натуральный	120	10,1	14,4	2,6
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	220	4,3	3,1	12,3
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5
Итого за Завтрак		630	28,4	24,7	86,5
Рекомендуемая величина			18	18,4	76,6
Процент от общей массы пищевых веществ			20,3	17,7	62
Обед					
42	Салат картофельный с зеленым горошком	100	2,1	6,3	11,9
54-24с	Суп картофельный с макаронными изделиями	300	7,2	3,3	23,3
54-10м	Капуста тушеная с мясом	220	24,2	24,2	14,7
54-2хн	Компот из кураги	200	1	0,1	15,6
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7	20
Итого за Обед		940	43,1	35,1	115
Рекомендуемая величина			27	27,6	114,9
Процент от общей массы пищевых веществ			22,2	18,2	59,6
Полдник					
Пром.	Сок яблочный	250	1,3	0,3	25,3
Пром.	Печенье	100	7,5	9,8	74,4
Итого за Полдник		350	8,8	10,1	99,7
Рекомендуемая величина			9	9,2	38,3
Процент от общей массы пищевых веществ			7,4	8,5	84,1
Ужин					
54-1г	Макароны отварные	180	6,4	5,9	39,4
54-4м	Котлета из говядины	80	14,6	13,9	13,1
54-3соус	Соус красный основной	40	1,3	1	3,6
54-20гн	Чай с грушей и апельсином	220	0,3	0,1	1,9
Пром.	Хлеб ржаной	80	5,3	1	26,7
Итого за Ужин		600	27,9	21,9	84,7
Рекомендуемая величина			18	18,4	76,6
Процент от общей массы пищевых веществ			20,8	16,3	63
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		2740	119,2	98,8	393,6

Утверждаю Кух ИП Кондрьяненко Согласовано А.А. Богачев
 меню: 5-ти разовое питание **ДЕКАБРЬ 2023**
 Дата: 04 декабря 2023



№ рецептуры	Название блюда	Масса Белки Жиры Углевод			
		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.	Повидло абрикосовое	20	0,1	0	12,8
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4
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			27	27,6	114,9
Процент от общей массы пищевых веществ			19,8	14,4	65,8
Полдник					
545	Сдоба обыкновенная	100	8	5,5	52,7
Пром.	Сок яблочный	250	1,3	0,3	25,3
Итого за Полдник		350	9,3	5,8	78
Рекомендуемая величина			9	9,2	38,3
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	103	70,3	431,4

Утверждаю КН ИП Кондрьяненко Согласовано А.А. Багачев

меню: 5-ти разовое питание **ДЕКАБРЬ 2023г.**

Дата: 05 декабря 2023



№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углевс
		г	г	г	г
Вторник, 1 неделя					
Завтрак					
53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1
54-29к	Каша вязкая из хлопьев овсяных "Геркулес"	280	11,4	15,7	45,3
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	220	0,3	0,1	7,3
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4
	Итого за Завтрак	590	17,9	24,4	92,7
	Рекомендуемая величина		18	18,4	76,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		13,2	18	68,8
Обед					
54-3с	Рассольник Ленинградский	255	6,1	7,4	17,4
54-1г	Макароны отварные	200	7,1	6,6	43,7
54-18м	Печень говяжья по-строгановски	100	16,7	15,9	6,7
54-4хн	Компот из изюма	200	0,4	0,1	18,3
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7	20
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5
	Итого за Обед	875	38,9	31,2	135,6
	Рекомендуемая величина		27	27,6	114,9
	Процент от общей массы пищевых веществ		18,9	15,1	66
Полдник					
Пром.	Печенье	100	7,5	9,8	74,4
Пром.	Сок яблочный	250	1,3	0,3	25,3
	Итого за Полдник	350	8,8	10,1	99,7
	Рекомендуемая величина		9	9,2	38,3
	Процент от общей массы пищевых веществ		7,4	8,5	84,1
Ужин					
333	огурец соленый	50	0,4	0	0,8
54-9м	Жаркое по-домашнему	250	25,1	23,4	21,5
54-20гн	Чай с грушей и апельсином	200	0,3	0,1	1,7
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	100	6,6	1,2	39,6
	Итого за Ужин	600	32,4	24,7	63,6
	Рекомендуемая величина		18	18,4	76,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		26,8	20,5	52,7
Второй ужин					
468	Молоко	230	6,7	7,4	10,8
	Итого за Второй ужин	230	6,7	7,4	10,8
	Рекомендуемая величина		4,5	4,6	19,15
	Процент от общей массы пищевых веществ		26,9	29,6	43,5
	Итого за день	2645	104,7	97,8	402,4

утверждаю Кр ИП Кондрьяненко

Согласовано А.А. Богачев

Название меню: 5-ти разовое питание для детей школы-интернат 85 ДЕКАБР

Дата: 06 декабря 2023



№ рецептуры	Название блюда	Масса Белки Жиры Углевод			
		г	г	г	г
Среда, 1 неделя					
Завтрак					
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0
54-13к	Каша вязкая молочная пшеничная	280	11,4	12,9	54,1
54-2гн	Чай с сахаром	220	0,2	0	7,1
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6
Итого за Завтрак		595	21,2	18,6	101,2
Рекомендуемая величина			18	18,4	76,6
Процент от общей массы пищевых веществ			15	13,2	71,8
Обед					
54-10з	Салат из капусты с овощами	80	2,3	5,4	2,3
54-25с	Суп гороховый	300	9,8	4,2	22,4
54-7г	Рис припущенный	200	4,6	6,4	46,6
54-21м	Курица отварная	90	28,9	2,2	1
54-34хн	Компот из яблок с лимоном	200	0,2	0,2	11
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7	20
Итого за Обед		990	54,4	19,6	132,8
Рекомендуемая величина			27	27,6	114,9
Процент от общей массы пищевых веществ			26,3	9,5	64,2
Полдник					
501	Соки овощные, фруктовые и ягодные	250	0,8	0	41,3
532	Пирожки, печенные из сдобного теста	100	14,6	8,2	32,9
Итого за Полдник		350	15,4	8,2	74,2
Рекомендуемая величина			9	9,2	38,3
Процент от общей массы пищевых веществ			15,7	8,4	75,9
Ужин					
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	200	11	8,5	47,9
54-25м	Курица тушеная с морковью	100	14,1	5,8	4,4
459	чай с лимоном без сахаром	200	0,2	0,1	0,3
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	100	6,6	1,2	39,6
Итого за Ужин		600	31,9	15,6	92,2
Рекомендуемая величина			18	18,4	76,6
Процент от общей массы пищевых веществ			22,9	11,1	66
Второй ужин					
468	Молоко	230	6,7	7,4	10,8
Итого за Второй ужин		230	6,7	7,4	10,8
Рекомендуемая величина			4,5	4,6	19,15
Процент от общей массы пищевых веществ			26,9	29,6	43,5
Итого за день		2765	129,6	69,4	411,2

Утверждаю Ку ИП Кондрьяненко

Согласовано А.А. Богачев

меню: 5-ти разовое питание **ДЕКАБРЬ 2023**

Дата: 07 декабря 2023



№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углевод
		г	г	г	г
Четверг, 1 неделя					
Завтрак					
54-25.1к	Каша жидкая молочная рисовая	280	7,4	7,6	40,1
54-21гн	Какао с молоком	220	5,2	3,9	13,7
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4
Пром.	Повидло яблочное	30	0,1	0	19,5
Итого за Завтрак		610	18,8	12,8	113,3
Рекомендуемая величина			18	18,4	76,6
Процент от общей массы пищевых веществ			12,9	8,8	78,3
Обед					
54-2з	Огурец в нарезке	100	0,8	0,1	2,5
54-7с	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	6,5	3,5	23,1
54-26м	Запеканка картофельная с говядиной	210	24,7	24,3	27,8
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7	20
Итого за Обед		880	41,1	29,1	122,7
Рекомендуемая величина			27	27,6	114,9
Процент от общей массы пищевых веществ			21,3	15,1	63,7
Полдник					
Пром.	Печенье	100	7,5	9,8	74,4
Пром.	Сок яблочный	250	1,3	0,3	25,3
Итого за Полдник		350	8,8	10,1	99,7
Рекомендуемая величина			9	9,2	38,3
Процент от общей массы пищевых веществ			7,4	8,5	84,1
Ужин					
	2 Салат витаминный	100	1,3	5,4	6,3
54-5г	Каша перловая рассыпчатая	180	5,3	6,3	36,6
54-24м	Шницель из курицы	70	13,4	3	9,4
	461 Чай каркаде	200	0	0	13,7
Пром.	Хлеб ржаной	100	6,6	1,2	33,4
Итого за Ужин		650	26,6	15,9	99,4
Рекомендуемая величина			18	18,4	76,6
Процент от общей массы пищевых веществ			18,7	11,3	70
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		2710	106,3	74,9	442,8

Утверждаю Ку ИП Кондрьяненко Согласовано А.А. Богачев

меню: 5-ти разовое питание **ДЕКАБРЬ 2023**

Дата: 08 декабря 2023



№ рецептуры	Название блюда	Масса Белки Жиры Углевод			
		г	г	г	г
Пятница, 1 неделя					
Завтрак					
53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1
54-16к	Каша "Дружба"	280	7	8,2	33,6
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	220	4,3	3,1	12,3
Пром.	Яблоко	200	0,8	0,8	19,6
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4
	Итого за Завтрак	790	18,3	20,7	105,6
	Рекомендуемая величина		18	18,4	76,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		12,6	14,3	73,1
Обед					
54-10с	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)	255	6,5	7,4	13,7
367	Птица в соусе с томатом	120	17,3	7,8	4,1
54-1г	Макаронь отварные	220	7,8	7,2	48,1
54-2хн	Компот из кураги	200	1	0,1	15,6
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7	20
	Итого за Обед	915	41,2	23,7	131
	Рекомендуемая величина		27	27,6	114,9
	Процент от общей массы пищевых веществ		21	12,1	66,9
Полдник					
501	Соки овощные, фруктовые и ягодные	250	0,8	0	41,3
542	булочка домашняя	100	6,9	11,3	48,6
	Итого за Полдник	350	7,7	11,3	89,9
	Рекомендуемая величина		9	9,2	38,3
	Процент от общей массы пищевых веществ		7,1	10,3	82,6
Ужин					
54-6з	Салат из белокочанной капусты с помидорами	100	2,3	11	3,6
54-11г	Картофельное пюре	150	3,1	5,3	19,8
54-14р	Котлета рыбная любительская (минтай)	90	11,5	3,7	5,5
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	200	0,2	0,1	7,5
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	80	5,3	1	31,7
	Итого за Ужин	620	22,4	21,1	68,1
	Рекомендуемая величина		18	18,4	76,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		20,1	18,9	61,1
Второй ужин					
468	Молоко	230	6,7	7,4	10,8
	Итого за Второй ужин	230	6,7	7,4	10,8
	Рекомендуемая величина		4,5	4,6	19,15
	Процент от общей массы пищевых веществ		26,9	29,6	43,5
	Итого за день	2905	96,3	84,2	405,4

Утверждаю КЧ ИП Кондрьяненко

Согласовано А.А. Богачев

меню: 5-ти разовое питание **ДЕКАБРЬ 2023**

Дата: 09 декабря 2023



№ рецептуры	Название блюда	Масса Белки Жиры Углевод			
		г	г	г	г
Суббота, 1 неделя					
Завтрак					
53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1
54-27к	Каша жидкая молочная манная	280	7,5	8	35,4
54-6о	Яйцо вареное	50	6	5,1	0,3
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4
	Итого за Завтрак	630	20,7	21,8	87,1
	Рекомендуемая величина		18	18,4	76,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		15,9	16,8	67,4
Обед					
132	Суп пюре из картофеля	300	5,9	7,3	26,7
322	Рагу из овощей и мяса	220	15,6	16,1	19,7
54-4хн	Компот из изюма	200	0,4	0,1	18,3
Пром.	Хлеб пшеничный	70	5,3	0,6	34,4
Пром.	Хлеб ржаной	70	4,6	0,8	23,4
	Итого за Обед	860	31,8	24,9	122,5
	Рекомендуемая величина		27	27,6	114,9
	Процент от общей массы пищевых веществ		17,8	13,9	68,3
Полдник					
54-22хн	Кисель из вишни	250	0,2	0,1	16,2
Пром.	Печенье	100	7,5	9,8	74,4
	Итого за Полдник	350	7,7	9,9	90,6
	Рекомендуемая величина		9	9,2	38,3
	Процент от общей массы пищевых веществ		7,1	9,1	83,7
Ужин					
54-10з	Салат из капусты с овощами	100	2,8	6,7	2,8
54-6г	Рис отварной	150	3,6	4,8	36,4
54-23м	Биточек из курицы	80	15,3	3,4	10,7
54-20гн	Чай с грушей и апельсином	200	0,3	0,1	1,7
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	80	5,3	1	31,7
	Итого за Ужин	610	27,3	16	83,3
	Рекомендуемая величина		18	18,4	76,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		21,5	12,7	65,8
Второй ужин					
468	Молоко	230	6,7	7,4	10,8
	Итого за Второй ужин	230	6,7	7,4	10,8
	Рекомендуемая величина		4,5	4,6	19,15
	Процент от общей массы пищевых веществ		26,9	29,6	43,5
	Итого за день	2680	94,2	80	394,3

Утверждаю К.И. ИП Кондрьяненко

Согласовано А.А. Богачев

меню: 5-ти разовое питание **ДЕКАБРЬ 2023**

Дата: 10 декабря 2023



№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углево
		г	г	г	г
Воскресенье, 1 неделя					
Завтрак					
54-2т	Запеканка из творога с морковью	220	22,8	13,4	38,5
461	Чай каркаде	220	0	0	15,1
Пром.	Батон нарезной	25	1,9	0,7	12,9
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5
Пром.	молоко сгущенное с сахаром	25	1,8	2,1	13,9
Итого за Завтрак		550	31,1	16,7	109,9
Рекомендуемая величина			18	18,4	76,6
Процент от общей массы пищевых веществ			19,7	10,6	69,6
Обед					
54-2з	Огурец в нарезке	100	0,8	0,1	2,5
54-24с	Суп картофельный с макаронными изделиями	300	7,2	3,3	23,3
54-26м	Запеканка картофельная с говядиной	200	23,6	23,2	26,5
54-35хн	Компот из смеси сухофруктов	220	0,4	0	21,8
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7	20
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5
Итого за Обед		940	40,6	27,8	123,6
Рекомендуемая величина			27	27,6	114,9
Процент от общей массы пищевых веществ			21,1	14,5	64,4
Полдник					
Пром.	Сок яблочный	250	1,3	0,3	25,3
Пром.	Печенье	100	7,5	9,8	74,4
Итого за Полдник		350	8,8	10,1	99,7
Рекомендуемая величина			9	9,2	38,3
Процент от общей массы пищевых веществ			7,4	8,5	84,1
Ужин					
54-3г	Макароны отварные с сыром	200	10,5	9,1	38,2
54-24м	Шницель из курицы	80	15,3	3,4	10,7
54-10гн	Чай с клюквой и сахаром	220	0,3	0,1	7,5
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	100	6,6	1,2	39,6
Итого за Ужин		600	32,7	13,8	96
Рекомендуемая величина			18	18,4	76,6
Процент от общей массы пищевых веществ			22,9	9,7	67,4
Второй ужин					
Пром.	Йогурт 3.2%	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		2660	124,2	75,4	436,9

Утверждаю Ку ИП Кондрияненко
 меню: 5-ти разовое питание
 Дата: 11 декабря 2023

Согласовано А.А. Богачев

ДЕКАБРЬ 2023



№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углевс
		г	г	г	г
Понедельник, 2 неделя					
Завтрак					
54-21к	Каша вязкая молочная ячневая	280	10,1	13	47,7
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.	Повидло яблочное	30	0,1	0	19,5
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4
Итого за Завтрак		610	16,6	14,4	115,4
Рекомендуемая величина			18	18,4	76,6
Процент от общей массы пищевых веществ			11,3	9,8	78,9
Обед					
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	250	5,8	7	7,1
54-11г	Картофельное пюре	220	4,5	7,8	29,1
338	кнели говяжьи с рисом	80	8,6	20,3	5,4
54-3соус	Соус красный основной	30	1	0,7	2,7
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7	20
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5
Итого за Обед		900	29	37	113,6
Рекомендуемая величина			27	27,6	114,9
Процент от общей массы пищевых веществ			16,1	20,6	63,3
Полдник					
501	Соки овощные, фруктовые и ягодные	250	0,8	0	41,3
543	Булочка дорожная	100	7,1	12,6	42,7
Итого за Полдник		350	7,9	12,6	84
Рекомендуемая величина			9	9,2	38,3
Процент от общей массы пищевых веществ			7,5	12,1	80,4
Ужин					
54-8з	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,6	10,1	9,6
54-12м	Плов с курицей	200	27,2	8,1	33,2
459	чай с лимоном без сахаром	200	0,2	0,1	0,3
Пром.	Хлеб ржаной	100	6,6	1,2	33,4
Итого за Ужин		600	35,6	19,5	76,5
Рекомендуемая величина			18	18,4	76,6
Процент от общей массы пищевых веществ			27,1	14,8	58,1
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		2680	100,1	90,5	397,2

Утверждаю Кур ИП Кондрияненко

Согласовано А.А. Богачев

меню: 5-ти разовое питание **ДЕКАБРЬ 2023**

Дата: 13 декабря 2023



№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углевс
		г	г	г	г
Среда, 2 неделя					
Завтрак					
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	20	4,6	5,9	0
54-25.1к	Каша жидкая молочная рисовая	280	7,4	7,6	40,1
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	220	4,3	3,1	12,3
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5
Пром.	Батон нарезной	35	2,6	1	18
Итого за Завтрак		615	23,5	18,1	99,9
Рекомендуемая величина			18	18,4	76,6
Процент от общей массы пищевых веществ			16,6	12,8	70,6
Обед					
54-7с	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	6,5	3,5	23,1
328	жаркое по-домашнему	230	17,3	33,8	33,2
54-35хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0	19,8
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7	20
Итого за Обед		800	32,8	38,5	125,6
Рекомендуемая величина			27	27,6	114,9
Процент от общей массы пищевых веществ			16,6	19,5	63,9
Полдник					
501	Соки овощные, фруктовые и ягодные	250	0,8	0	41,3
Пром.	Сушка простая	100	10,9	1,3	68,8
Итого за Полдник		350	11,7	1,3	110,1
Рекомендуемая величина			9	9,2	38,3
Процент от общей массы пищевых веществ			9,5	1,1	89,5
Ужин					
2	Салат витаминный	80	1,1	4,4	5
54-6г	Рис отварной	140	3,4	4,5	34
54-21м	Курица отварная	90	28,9	2,2	1
461	Чай каркаде	200	0	0	13,7
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	90	5,9	1,1	35,6
Итого за Ужин		600	39,3	12,2	89,3
Рекомендуемая величина			18	18,4	76,6
Процент от общей массы пищевых веществ			27,9	8,6	63,5
Второй ужин					
468	Молоко	230	6,7	7,4	10,8
Итого за Второй ужин		230	6,7	7,4	10,8
Рекомендуемая величина			4,5	4,6	19,15
Процент от общей массы пищевых веществ			26,9	29,6	43,5
Итого за день		2595	114	77,5	435,7

Утверждаю ИП Кондрьяненко
 меню: 5-ти разовое питание ДЕКАБРЬ 2023
 Дата: 14 декабря 2023

Согласовано А.А. Богачев



№ рецептуры	Название блюда	Масса Белки Жиры Углевод			
		г	г	г	г
Четверг, 2 неделя					
Завтрак					
54-27к	Каша жидкая молочная манная	280	7,5	8	35,4
54-21гн	Какао с молоком	220	5,2	3,9	13,7
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4
Пром.	Повидло яблочное	30	0,1	0	19,5
Итого за Завтрак		620	19,7	13,3	113,5
Рекомендуемая величина			18	18,4	76,6
Процент от общей массы пищевых веществ			13,4	9,1	77,6
Обед					
54-3с	Рассольник Ленинградский	255	6,1	7,4	17,4
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	220	12,1	9,3	52,7
371	Кнели из птицы с рисом	80	17,5	3,6	5,6
54-34хн	Компот из яблок с лимоном	200	0,2	0,2	11
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7	20
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5
Итого за Обед		875	44,5	21,7	136,2
Рекомендуемая величина			27	27,6	114,9
Процент от общей массы пищевых веществ			21,9	10,7	67,4
Полдник					
501	Соки овощные, фруктовые и ягодные	250	0,8	0	41,3
542	булочка домашняя	100	6,9	11,3	48,6
Итого за Полдник		350	7,7	11,3	89,9
Рекомендуемая величина			9	9,2	38,3
Процент от общей массы пищевых веществ			7,1	10,3	82,6
Ужин					
54-5з	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	1	5,1	3,1
54-17м	Запеканка картофельная с печенью	220	25,3	12,2	35,4
54-20гн	Чай с грушей и апельсином	200	0,3	0,1	1,7
Пром.	Хлеб пшеничный	90	6,8	0,7	44,3
Итого за Ужин		610	33,4	18,1	84,5
Рекомендуемая величина			18	18,4	76,6
Процент от общей массы пищевых веществ			24,5	13,3	62,1
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		2675	116,3	71,4	431,8

утверждаю Ку ИП Кондрьяненко

Согласовано А.А. Богачев

меню: 5-ти разовое питание **ДЕКАБРЬ 2023**

Дата: 15 декабря 2023



№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы
		г	г	г	г
Пятница, 2 неделя					
Завтрак					
54-1т	Запеканка из творога	150	29,7	10,7	21,6
54-2гн	Чай с сахаром	220	0,2	0	7,1
Пром.	молоко сгущенное с сахаром	25	1,8	2,1	13,9
Пром.	Яблоко	200	0,8	0,8	19,6
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4
	Итого за Завтрак	655	37,1	14,7	92,4
	Рекомендуемая величина		18	18,4	76,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		25,7	10,2	64,1
Обед					
54-3з	Помидор в нарезке	100	1,1	0,2	3,8
54-25с	Суп гороховый	300	9,8	4,2	22,4
54-12м	Плов с курицей	270	36,8	10,9	44,8
54-25хн	Кисель из клюквы	200	0,1	0	14
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7	20
	Итого за Обед	990	56,4	16,5	134,5
	Рекомендуемая величина		27	27,6	114,9
	Процент от общей массы пищевых веществ		27,1	8	64,9
Полдник					
Пром.	Сок яблочный	250	1,3	0,3	25,3
Пром.	Булочка с повидлом	100	8	14	56
	Итого за Полдник	350	9,3	14,3	81,3
	Рекомендуемая величина		9	9,2	38,3
	Процент от общей массы пищевых веществ		8,8	13,6	77,6
Ужин					
54-6з	Салат из белокочанной капусты с помидорами и с	80	1,8	8,8	2,9
54-11г	Картофельное пюре	140	2,9	5	18,5
54-24м	Шницель из курицы	80	15,3	3,4	10,7
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	200	0,2	0,1	7,5
Пром.	Хлеб пшеничный	100	7,6	0,8	49,2
	Итого за Ужин	600	27,8	18,1	88,8
	Рекомендуемая величина		18	18,4	76,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		20,6	13,4	65,9
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	2815	141,6	70,6	404,7

Утверждаю

К

ИП Кондрьяненко

Согласовано:

А.А. Бобачев

меню: 5-ти разовое питание ДЕКАБРЬ 2023

Дата: 17 декабря 2023



№ рецептуры	Название блюда	Масса Белки Жиры Углево			
		г	г	г	г
Воскресенье, 2 неделя					
Завтрак					
54-20к	Каша жидкая молочная гречневая	200	7,1	5,8	26,7
54-1о	Омлет натуральный	120	10,1	14,4	2,6
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	220	4,3	3,1	12,3
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5
	Итого за Завтрак	630	28,4	24,7	86,5
	Рекомендуемая величина		18	18,4	76,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		20,3	17,7	62
Обед					
42	Салат картофельный с зеленым горошком	100	2,1	6,3	11,9
54-24с	Суп картофельный с макаронными изделиями	300	7,2	3,3	23,3
54-10м	Капуста тушеная с мясом	220	24,2	24,2	14,7
54-2хн	Компот из кураги	200	1	0,1	15,6
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7	20
	Итого за Обед	940	43,1	35,1	115
	Рекомендуемая величина		27	27,6	114,9
	Процент от общей массы пищевых веществ		22,2	18,2	59,6
Полдник					
Пром.	Сок яблочный	250	1,3	0,3	25,3
Пром.	Печенье	100	7,5	9,8	74,4
	Итого за Полдник	350	8,8	10,1	99,7
	Рекомендуемая величина		9	9,2	38,3
	Процент от общей массы пищевых веществ		7,4	8,5	84,1
Ужин					
54-1г	Макароны отварные	180	6,4	5,9	39,4
54-4м	Котлета из говядины	80	14,6	13,9	13,1
54-3соус	Соус красный основной	40	1,3	1	3,6
54-20гн	Чай с грушей и апельсином	220	0,3	0,1	1,9
Пром.	Хлеб ржаной	80	5,3	1	26,7
	Итого за Ужин	600	27,9	21,9	84,7
	Рекомендуемая величина		18	18,4	76,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		20,8	16,3	63
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	2740	119,2	98,8	393,6

Утверждаю Ку И.И. Кондрьяненко

Согласовано А.А. Богачев

меню: 5-ти разовое питание **ДЕКАБРЬ 2023**

Дата: 18 декабря 2023



№ рецептуры	Название блюда	Масса Белки Жиры Углево,			
		г	г	г	г
Понедельник, 1 неделя					
Завтрак					
54-24к	Каша жидкая молочная пшениная	280	11,6	14,2	52,7
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	220	0,3	0,1	8,2
Пром.	Повидло абрикосовое	20	0,1	0	12,8
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4
	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		27	27,6	114,9
	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		9	9,2	38,3
	Процент от общей массы пищевых веществ		10	6,2	83,9
Ужин					
54-6г	367 Птица в соусе с томатом	100	14,4	6,5	3,4
	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 И.И. Кондрьяненко Согласовано А.А. Богачев

Название меню: 5-ти разовое питание **ДЕКАБРЬ 2023**

Дата: 19 декабря 2023



№ рецептуры	Название блюда	Масса Белки Жиры Углево,			
		г	г	г	г
Вторник, 1 неделя					
Завтрак					
53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1
54-29к	Каша вязкая из хлопьев овсяных "Геркулес"	280	11,4	15,7	45,3
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	220	0,3	0,1	7,3
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4
	Итого за Завтрак	590	17,9	24,4	92,7
	Рекомендуемая величина		18	18,4	76,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		13,2	18	68,8
Обед					
54-3с	Рассольник Ленинградский	255	6,1	7,4	17,4
54-1г	Макароны отварные	200	7,1	6,6	43,7
54-18м	Печень говяжья по-строгановски	100	16,7	15,9	6,7
54-4хн	Компот из изюма	200	0,4	0,1	18,3
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7	20
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5
	Итого за Обед	875	38,9	31,2	135,6
	Рекомендуемая величина		27	27,6	114,9
	Процент от общей массы пищевых веществ		18,9	15,1	66
Полдник					
Пром.	Печенье	100	7,5	9,8	74,4
Пром.	Сок яблочный	250	1,3	0,3	25,3
	Итого за Полдник	350	8,8	10,1	99,7
	Рекомендуемая величина		9	9,2	38,3
	Процент от общей массы пищевых веществ		7,4	8,5	84,1
Ужин					
333	огурец соленый	50	0,4	0	0,8
54-9м	Жаркое по-домашнему	250	25,1	23,4	21,5
54-20гн	Чай с грушей и апельсином	200	0,3	0,1	1,7
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	100	6,6	1,2	39,6
	Итого за Ужин	600	32,4	24,7	63,6
	Рекомендуемая величина		18	18,4	76,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		26,8	20,5	52,7
Второй ужин					
468	Молоко	230	6,7	7,4	10,8
	Итого за Второй ужин	230	6,7	7,4	10,8
	Рекомендуемая величина		4,5	4,6	19,15
	Процент от общей массы пищевых веществ		26,9	29,6	43,5
	Итого за день	2645	104,7	97,8	402,4

Утверждаю Ку И.И. Кондрьяненко

Согласовано А.А. Богачев

Название меню: 5-ти разовое питание **ДЕКАБРЬ 2023**

Дата: 20 декабря 2023



№ рецептуры	Название блюда	Масс Белки Жиры Углевк			
		г	г	г	г
Среда, 1 неделя					
Завтрак					
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0
54-13к	Каша вязкая молочная пшеничная	280	11,4	12,9	54,1
54-2гн	Чай с сахаром	220	0,2	0	7,1
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6
Итого за Завтрак		595	21,2	18,6	101
Рекомендуемая величина			18	18,4	76,6
Процент от общей массы пищевых веществ			15	13,2	71,8
Обед					
54-10з	Салат из капусты с овощами	80	2,3	5,4	2,3
54-25с	Суп гороховый	300	9,8	4,2	22,4
54-7г	Рис припущенный	200	4,6	6,4	46,6
54-21м	Курица отварная	90	28,9	2,2	1
54-34хн	Компот из яблок с лимоном	200	0,2	0,2	11
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7	20
Итого за Обед		990	54,4	19,6	133
Рекомендуемая величина			27	27,6	115
Процент от общей массы пищевых веществ			26,3	9,5	64,2
Полдник					
501	Соки овощные, фруктовые и ягодные	250	0,8	0	41,3
532	Пирожки, печенные из сдобного теста	100	14,6	8,2	32,9
Итого за Полдник		350	15,4	8,2	74,2
Рекомендуемая величина			9	9,2	38,3
Процент от общей массы пищевых веществ			15,7	8,4	75,9
Ужин					
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	200	11	8,5	47,9
54-25м	Курица тушеная с морковью	100	14,1	5,8	4,4
459	чай с лимоном без сахаром	200	0,2	0,1	0,3
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	100	6,6	1,2	39,6
Итого за Ужин		600	31,9	15,6	92,2
Рекомендуемая величина			18	18,4	76,6
Процент от общей массы пищевых веществ			22,9	11,1	66
Второй ужин					
468	Молоко	230	6,7	7,4	10,8
Итого за Второй ужин		230	6,7	7,4	10,8
Рекомендуемая величина			4,5	4,6	19,2
Процент от общей массы пищевых веществ			26,9	29,6	43,5
Итого за день		2765	130	69,4	411

Утверждаю КХ И.И. Кондрьяненко Согласовано А А.А. Богачев

Название меню: 5-ти разовое питание, ДЕКАБРЬ 2023

Дата: 21 декабря 2023



№ рецептуры	Название блюда	Масса Белки Жирь Углеводы			
		г	г	г	г
Четверг, 1 неделя					
Завтрак					
54-25.1к	Каша жидкая молочная рисовая	280	7,4	7,6	40,1
54-21гн	Какао с молоком	220	5,2	3,9	13,7
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4
Пром.	Повидло яблочное	30	0,1	0	19,5
	Итого за Завтрак	610	18,8	12,8	113,3
	Рекомендуемая величина		18	18,4	76,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		12,9	8,8	78,3
Обед					
54-2з	Огурец в нарезке	100	0,8	0,1	2,5
54-7с	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	6,5	3,5	23,1
54-26м	Запеканка картофельная с говядиной	210	24,7	24,3	27,8
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7	20
	Итого за Обед	880	41,1	29,1	122,7
	Рекомендуемая величина		27	27,6	114,9
	Процент от общей массы пищевых веществ		21,3	15,1	63,7
Полдник					
Пром.	Печенье	100	7,5	9,8	74,4
Пром.	Сок яблочный	250	1,3	0,3	25,3
	Итого за Полдник	350	8,8	10,1	99,7
	Рекомендуемая величина		9	9,2	38,3
	Процент от общей массы пищевых веществ		7,4	8,5	84,1
Ужин					
	2 Салат витаминный	100	1,3	5,4	6,3
54-5г	Каша перловая рассыпчатая	180	5,3	6,3	36,6
54-24м	Шницель из курицы	70	13,4	3	9,4
461	Чай каркаде	200	0	0	13,7
Пром.	Хлеб ржаной	100	6,6	1,2	33,4
	Итого за Ужин	650	26,6	15,9	99,4
	Рекомендуемая величина		18	18,4	76,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		18,7	11,3	70
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	2710	106,3	74,9	442,8

Утверждаю Ки И.И. Кондрьяненко Согласовано А.А. Богачев

Название меню: 5-ти разовое питание **ДЕКАБРЬ 2023**

Дата: 22 декабря 2023



№ рецептуры	Название блюда	Масс: Белки Жиры Углевк			
		г	г	г	г
Пятница, 1 неделя					
Завтрак					
53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1
54-16к	Каша "Дружба"	280	7	8,2	33,6
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	220	4,3	3,1	12,3
Пром.	Яблоко	200	0,8	0,8	19,6
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4
Итого за Завтрак		790	18,3	20,7	106
Рекомендуемая величина			18	18,4	76,6
Процент от общей массы пищевых веществ			12,6	14,3	73,1
Обед					
54-10с	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)	255	6,5	7,4	13,7
367	Птица в соусе с томатом	120	17,3	7,8	4,1
54-1г	Макароны отварные	220	7,8	7,2	48,1
54-2хн	Компот из кураги	200	1	0,1	15,6
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7	20
Итого за Обед		915	41,2	23,7	131
Рекомендуемая величина			27	27,6	115
Процент от общей массы пищевых веществ			21	12,1	66,9
Полдник					
501	Соки овощные, фруктовые и ягодные	250	0,8	0	41,3
542	булочка домашняя	100	6,9	11,3	48,6
Итого за Полдник		350	7,7	11,3	89,9
Рекомендуемая величина			9	9,2	38,3
Процент от общей массы пищевых веществ			7,1	10,3	82,6
Ужин					
54-6з	Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами	100	2,3	11	3,6
54-11г	Картофельное пюре	150	3,1	5,3	19,8
54-14р	Котлета рыбная любительская (минтай)	90	11,5	3,7	5,5
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	200	0,2	0,1	7,5
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	80	5,3	1	31,7
Итого за Ужин		620	22,4	21,1	68,1
Рекомендуемая величина			18	18,4	76,6
Процент от общей массы пищевых веществ			20,1	18,9	61,1
Второй ужин					
468	Молоко	230	6,7	7,4	10,8
Итого за Второй ужин		230	6,7	7,4	10,8
Рекомендуемая величина			4,5	4,6	19,2
Процент от общей массы пищевых веществ			26,9	29,6	43,5
Итого за день		2905	96,3	84,2	405

Утверждаю

Ку

И.И. Кондрияненко

Согласовано

Н А.А. Богачев

Название меню: 5-ти разовое питание **ДЕКАБРЬ 2023**

Дата: 23 декабря 2023



№ рецептуры	Название блюда	Масс Белки Жирь Углевс			
		г	г	г	г
Суббота, 1 неделя					
Завтрак					
53-19э	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1
54-27к	Каша жидкая молочная манная	280	7,5	8	35,4
54-6о	Яйцо вареное	50	6	5,1	0,3
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4
	Итого за Завтрак	630	20,7	21,8	87,1
	Рекомендуемая величина		18	18,4	76,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		15,9	16,8	67,4
Обед					
132	Суп пюре из картофеля	300	5,9	7,3	26,7
322	Рагу из овощей и мяса	220	15,6	16,1	19,7
54-4хн	Компот из изюма	200	0,4	0,1	18,3
Пром.	Хлеб пшеничный	70	5,3	0,6	34,4
Пром.	Хлеб ржаной	70	4,6	0,8	23,4
	Итого за Обед	860	31,8	24,9	122,5
	Рекомендуемая величина		27	27,6	114,9
	Процент от общей массы пищевых веществ		17,8	13,9	68,3
Полдник					
54-22хн	Кисель из вишни	250	0,2	0,1	16,2
Пром.	Печенье	100	7,5	9,8	74,4
	Итого за Полдник	350	7,7	9,9	90,6
	Рекомендуемая величина		9	9,2	38,3
	Процент от общей массы пищевых веществ		7,1	9,1	83,7
Ужин					
54-10э	Салат из капусты с овощами	100	2,8	6,7	2,8
54-6г	Рис отварной	150	3,6	4,8	36,4
54-23м	Биточек из курицы	80	15,3	3,4	10,7
54-20гн	Чай с грушей и апельсином	200	0,3	0,1	1,7
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	80	5,3	1	31,7
	Итого за Ужин	610	27,3	16	83,3
	Рекомендуемая величина		18	18,4	76,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		21,5	12,7	65,8
Второй ужин					
468	Молоко	230	6,7	7,4	10,8
	Итого за Второй ужин	230	6,7	7,4	10,8
	Рекомендуемая величина		4,5	4,6	19,15
	Процент от общей массы пищевых веществ		26,9	29,6	43,5
	Итого за день	2680	94,2	80	394,3

Утверждаю И.И. Кондрьяненко И.И. Кондрьяненко Согласовано А.А. Богачев А.А. Богачев

Название меню: 5-ти разовое питание **ДЕКАБРЬ 2023**

Дата: 24 декабря 2023



№ рецептуры	Название блюда	Масса Белки Жиры Углеводы			
		г	г	г	г
Воскресенье, 1 неделя					
Завтрак					
54-2т	Запеканка из творога с морковью	220	22,8	13,4	38,5
461	Чай каркаде	220	0	0	15,1
Пром.	Батон нарезной	25	1,9	0,7	12,9
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5
Пром.	молоко сгущенное с сахаром	25	1,8	2,1	13,9
	Итого за Завтрак	550	31,1	16,7	109,9
	Рекомендуемая величина		18	18,4	76,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		19,7	10,6	69,6
Обед					
54-2з	Огурец в нарезке	100	0,8	0,1	2,5
54-24с	Суп картофельный с макаронными изделиями	300	7,2	3,3	23,3
54-26м	Запеканка картофельная с говядиной	200	23,6	23,2	26,5
54-35хн	Компот из смеси сухофруктов	220	0,4	0	21,8
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7	20
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5
	Итого за Обед	940	40,6	27,8	123,6
	Рекомендуемая величина		27	27,6	114,9
	Процент от общей массы пищевых веществ		21,1	14,5	64,4
Полдник					
Пром.	Сок яблочный	250	1,3	0,3	25,3
Пром.	Печенье	100	7,5	9,8	74,4
	Итого за Полдник	350	8,8	10,1	99,7
	Рекомендуемая величина		9	9,2	38,3
	Процент от общей массы пищевых веществ		7,4	8,5	84,1
Ужин					
54-3г	Макароны отварные с сыром	200	10,5	9,1	38,2
54-24м	Шницель из курицы	80	15,3	3,4	10,7
54-10гн	Чай с клюквой и сахаром	220	0,3	0,1	7,5
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	100	6,6	1,2	39,6
	Итого за Ужин	600	32,7	13,8	96
	Рекомендуемая величина		18	18,4	76,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		22,9	9,7	67,4
Второй ужин					
Пром.	Йогурт 3.2%	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	2660	124,2	75,4	436,9

Утверждаю Ку И.И.Кондрьяненко

Согласовано Н А.А. Богачев

Название меню: 5-ти разовое питание **ДЕКАБРЬ 2023**

Дата: 25 декабря 2023



№ рецептуры	Название блюда	Масс: Белки Жиры Углевод			
		г	г	г	г
Понедельник, 2 неделя					
Завтрак					
54-21к	Каша вязкая молочная ячневая	280	10,1	13	47,7
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.	Повидло яблочное	30	0,1	0	19,5
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4
	Итого за Завтрак	610	16,6	14,4	115,4
	Рекомендуемая величина		18	18,4	76,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		11,3	9,8	78,9
Обед					
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	250	5,8	7	7,1
54-11г	Картофельное пюре	220	4,5	7,8	29,1
	338 кнели говяжьи с рисом	80	8,6	20,3	5,4
54-3соус	Соус красный основной	30	1	0,7	2,7
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7	20
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5
	Итого за Обед	900	29	37	113,6
	Рекомендуемая величина		27	27,6	114,9
	Процент от общей массы пищевых веществ		16,1	20,6	63,3
Полдник					
501	Соки овощные, фруктовые и ягодные	250	0,8	0	41,3
543	Булочка дорожная	100	7,1	12,6	42,7
	Итого за Полдник	350	7,9	12,6	84
	Рекомендуемая величина		9	9,2	38,3
	Процент от общей массы пищевых веществ		7,5	12,1	80,4
Ужин					
54-8з	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,6	10,1	9,6
54-12м	Плов с курицей	200	27,2	8,1	33,2
	459 чай с лимоном без сахаром	200	0,2	0,1	0,3
Пром.	Хлеб ржаной	100	6,6	1,2	33,4
	Итого за Ужин	600	35,6	19,5	76,5
	Рекомендуемая величина		18	18,4	76,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		27,1	14,8	58,1
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	2680	100	90,5	397,2

Утверждаю

И.И. Кондрьяненко

Согласовано


А.А. Богачев

Название меню: 5-ти разовое питание **ДЕКАБРЬ 2023**

Дата: 26 декабря 2023



№ рецептуры	Название блюда	Масса Белки Жирь Углево,			
		г	г	г	г
Вторник, 2 неделя					
Завтрак					
53-19э	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1
54-29к	Каша вязкая из хлопьев овсяных "Геркулес"	280	11,4	15,7	45,3
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	220	0,3	0,1	7,3
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6
	Итого за Завтрак	590	17,9	24,4	92,7
	Рекомендуемая величина		18	18,4	76,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		13,2	18	68,8
Обед					
54-2з	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	255	6	7,2	12,9
54-1г	Макароны отварные	220	7,8	7,2	48,1
54-14р	Котлета рыбная любительская (минтай)	80	10,2	3,3	4,9
501	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0,6	0	33
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7	20
	Итого за Обед	935	33,7	19	149,9
	Рекомендуемая величина		27	27,6	114,9
	Процент от общей массы пищевых веществ		16,6	9,4	74
Полдник					
54-32хн	Компот из свежих яблок	250	0,2	0,2	12,4
Пром.	Корж молочный	100	6	21,8	53,7
	Итого за Полдник	350	6,2	22	66,1
	Рекомендуемая величина		9	9,2	38,3
	Процент от общей массы пищевых веществ		6,5	23,3	70,2
Ужин					
42	Салат картофельный с зеленым горошком	100	2,1	6,3	11,9
54-10м	Капуста тушеная с мясом	200	22	22	13,3
54-45гн	Чай с сахаром	200	0,1	0	5,2
Пром.	Хлеб ржаной	100	6,6	1,2	33,4
	Итого за Ужин	600	30,8	29,5	63,8
	Рекомендуемая величина		18	18,4	76,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		24,8	23,8	51,4
Второй ужин					
468	Молоко	230	6,7	7,4	10,8
	Итого за Второй ужин	230	6,7	7,4	10,8
	Рекомендуемая величина		4,5	4,6	19,15
	Процент от общей массы пищевых веществ		26,9	29,6	43,5
	Итого за день	2705	95,3	102	383,3

Утверждаю  И.И. Кондрьяненко Согласовано  А.А. Богачев

Название меню: 5-ти разовое питание ДЕКАБРЬ 2023

Дата: 27 декабря 2023



№ рецептуры	Название блюда	Масс: Белки Жиры Углевс			
		г	г	г	г
Среда, 2 неделя					
Завтрак					
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	20	4,6	5,9	0
54-25.1к	Каша жидкая молочная рисовая	280	7,4	7,6	40,1
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	220	4,3	3,1	12,3
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5
Пром.	Батон нарезной	35	2,6	1	18
	Итого за Завтрак	615	23,5	18,1	99,9
	Рекомендуемая величина		18	18,4	76,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		16,6	12,8	70,6
Обед					
54-7с	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	6,5	3,5	23,1
328	жаркое по-домашнему	230	17,3	33,8	33,2
54-35хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0	19,8
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7	20
	Итого за Обед	800	32,8	38,5	125,6
	Рекомендуемая величина		27	27,6	114,9
	Процент от общей массы пищевых веществ		16,6	19,5	63,9
Полдник					
501	Соки овощные, фруктовые и ягодные	250	0,8	0	41,3
Пром.	Сушка простая	100	10,9	1,3	68,8
	Итого за Полдник	350	11,7	1,3	110,1
	Рекомендуемая величина		9	9,2	38,3
	Процент от общей массы пищевых веществ		9,5	1,1	89,5
Ужин					
2	Салат витаминный	80	1,1	4,4	5
54-6г	Рис отварной	140	3,4	4,5	34
54-21м	Курица отварная	90	28,9	2,2	1
461	Чай каркаде	200	0	0	13,7
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	90	5,9	1,1	35,6
	Итого за Ужин	600	39,3	12,2	89,3
	Рекомендуемая величина		18	18,4	76,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		27,9	8,6	63,5
Второй ужин					
468	Молоко	230	6,7	7,4	10,8
	Итого за Второй ужин	230	6,7	7,4	10,8
	Рекомендуемая величина		4,5	4,6	19,15
	Процент от общей массы пищевых веществ		26,9	29,6	43,5
	Итого за день	2595	114	77,5	435,7

Утверждаю Кух И.И. Кондрьяненко

Согласовано А.А. Богаев

Название меню: 5-ти разовое питание **ДЕКАБРЬ 2023**

Дата: 29 декабря 2023



№ рецептуры	Название блюда	Масса: Белки Жиры Углево			
		г	г	г	г
Пятница, 2 неделя					
Завтрак					
54-1т	Запеканка из творога	150	29,7	10,7	21,6
54-2гн	Чай с сахаром	220	0,2	0	7,1
Пром.	молоко сгущенное с сахаром	25	1,8	2,1	13,9
Пром.	Яблоко	200	0,8	0,8	19,6
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4
Итого за Завтрак		655	37,1	14,7	92,4
Рекомендуемая величина			18	18,4	76,6
Процент от общей массы пищевых веществ			25,7	10,2	64,1
Обед					
54-3з	Помидор в нарезке	100	1,1	0,2	3,8
54-25с	Суп гороховый	300	9,8	4,2	22,4
54-12м	Плов с курицей	270	36,8	10,9	44,8
54-25хн	Кисель из клюквы	200	0,1	0	14
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7	20
Итого за Обед		990	56,4	16,5	134,5
Рекомендуемая величина			27	27,6	114,9
Процент от общей массы пищевых веществ			27,1	8	64,9
Полдник					
Пром.	Сок яблочный	250	1,3	0,3	25,3
Пром.	Булочка с повидлом	100	8	14	56
Итого за Полдник		350	9,3	14,3	81,3
Рекомендуемая величина			9	9,2	38,3
Процент от общей массы пищевых веществ			8,8	13,6	77,6
Ужин					
54-6з	Салат из белокочанной капусты с помидорами и огу	80	1,8	8,8	2,9
54-11г	Картофельное пюре	140	2,9	5	18,5
54-24м	Шницель из курицы	80	15,3	3,4	10,7
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	200	0,2	0,1	7,5
Пром.	Хлеб пшеничный	100	7,6	0,8	49,2
Итого за Ужин		600	27,8	18,1	88,8
Рекомендуемая величина			18	18,4	76,6
Процент от общей массы пищевых веществ			20,6	13,4	65,9
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		2815	142	70,6	404,7