

"СОГЛАСОВАНО"

И.О. Начальника Территориального Отдела  
Управления Роспотребнадзора  
по Нижегородской области в  
городском округе г. Дзержинск,  
Володарском районе

" 2 " *сентября* М.А. Андрианова  
2020 г.



"СОГЛАСОВАНО"

Директор МБОУ СШ №39

Л.А. Безуглая  
" " 2020 г.

**ПРИМЕРНОЕ**  
**(дифференцированное)**  
**ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ**  
**для учащихся МБОУ СШ № 39 г. Дзержинска**  
**на 2020-2021 уч. год**  
**(для возрастных групп 7-10 лет и 11-18 лет)**

Индивидуальный предприниматель  
Левина Екатерина Андреевна



**ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ  
ПОНЕДЕЛЬНИК**

По сбор рецептур	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Вит С (мг)
<b>Завтрак бесплатный</b>							
	Кисломолочный напиток	1шт	5	2,5	8,5	76,6	
536-2005	Сосиска отварная	60	5,2	10,0	10,6	112,0	
246-2004	Каша молочная	250/5	5,66	10,13	28,14	232,00	
686-2004	Чай с лимоном	200/10	0,1		13	47	60,0
	Булочка пшеничная	80,0	3,8	0,3	26,2	116,5	
			<i>19,76</i>	<i>22,93</i>	<i>86,44</i>	<i>584,1</i>	<i>60,0</i>
<b>Обед</b>							
124-2004	Щи с мясом	12,5/250	5,93	9,23	9,22	108,73	
489-2004	Рагу из куриного филе	50/50	14,46	11,7	2,7	174,6	
688-2005	Макароны отварные	180	6,62	5,42	31,73	202,14	
634-2004	Компот из сухофруктов	200	0,1	17,8	70	106,56	60,0
	Хлеб	100,00	6,5	1	40,1	190,00	
			<i>33,61</i>	<i>45,15</i>	<i>153,75</i>	<i>782,03</i>	<i>60,0</i>
<b>Полдник</b>							
	Кондит.изделие	30	15,4	8,6	17,66	184	
685-2004	Чай сладкий	200	0,1		13	47	
			<i>15,5</i>	<i>8,6</i>	<i>30,66</i>	<i>231,0</i>	

**ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ  
ВТОРНИК**

По сбор рецептур	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Вит С (мг)
<b>Завтрак бесплатный</b>							
	Фрукт	1 шт			24	96	
448-2004	Бифштекс с сыром	75/5	7,48	15,85	7,54	203,38	
511-2004	Рис отварной	180	5,34	4,37	35,62	261,57	
686-2004	Чай с лимоном	200/10	0,1		13	47	60,0
	Булочка пшеничная	80,0	3,8	0,3	26,2	116,5	
			<b>16,72</b>	<b>20,52</b>	<b>98,82</b>	<b>724,45</b>	
<b>Обед</b>							
206-2005	Суп гороховый с курицей	12,5/250	9,76	5,85	16,41	157,25	
491-2004	Чахохбили из кур	90/20	7,8	7,6	6,4	127,0	
694-2005	Картоф.пюре	180	3,67	5,76	24,53	164,7	
634-2004	Компот из ягод	200	0,1	17,8	70	106,56	60,0
	Хлеб	100,00	6,5	1	40,1	190	
			<b>27,83</b>	<b>38,01</b>	<b>156,44</b>	<b>745,51</b>	
<b>Полдник</b>							
	Выпечка	1/60	15,4	8,6	17,66	184	
686-2004	Чай с лимоном	200/10	0,1		13	47	60,0
			<b>15,5</b>	<b>8,6</b>	<b>30,66</b>	<b>231,0</b>	

**ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ  
СРЕДА**

По сбор рецептур	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Вит С (мг)
<b>Завтрак бесплатный</b>							
	Масло сливочное	15	6,6	14,34	0,96	159,6	
	Кондит. изделие	20-50	15,4	8,6	17,66	184	
333-2004	Омлет с мясн.прод.	120/5	5,68	15,3	28,4	226,8	
	или						
249-2010	Рыба, запеченная в омлете	120/5	15,88	4,54	3,21	117,5	
	Сок	1 /200	0,35		4,95	22	
	Булочка пшеничная	80,00	3,8	0,3	26,2	116,5	
			31,83	38,54	78,17	708,9	
			42,03	27,78	52,98	599,6	
<b>Обед</b>							
110-2004	Борщ с мясом	12,5/250	6,99	8,37	19,97	186,72	
286-2010	Тефтели с соусом	100/30	11,78	12,91	14,9	223,0	
679-2005	Каша гречневая	180	8,95	6,73	43,0	276,53	
648-2004	Кисель	200	0,09		33,3	126	60,0
	Хлеб	100,00	6,5	1	40,1	190,00	
			34,31	29,01	151,27	1002,25	60,0
<b>Полдник</b>							
	Выпечка	1/60	15,4	8,6	17,66	184	
686-2004	Чай сладкий с лимоном	200/10	0,1		13	47,00	
			15,5	8,6	30,66	231,0	60,0

**ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ  
ЧЕТВЕРГ**

По сбор рецептур	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углево ды	Ккал	Вит С (мг)
<b>Завтрак бесплатный</b>							
T-24	Колбаса отварная	60	5,2	10,0	10,6	112,0	
	Кисломолочный напиток	1шт	5	2,5	8,5	76,6	
332-2004	Макароньы отв. с сыром	180/15	13,14	14,33	50,13	340,81	
686-2004	Чай сладкий с лимоном	200/10	0,1		13	47,00	60,0
	Булочка пшеничная	80,0	3,8	0,3	26,2	116,5	
			<b>27,24</b>	<b>27,13</b>	<b>82,23</b>	<b>692,91</b>	<b>60,0</b>
<b>Обед</b>							
208-2005	Суп вермиш с куриц	15/250	5,86	4,88	17,14	135,69	
249-2010	Рыба, запеченная с сыром	75/5	15,88	4,54	3,21	117,5	
321-2005	Рагу овощное	180	2,75	13,2	17,33	199,2	
634-2004	Компот из сухофруктов	200	0,1	17,8	70	106,56	60,0
	Хлеб	100,00	6,5	1	40,1	190	
			<b>31,09</b>	<b>41,42</b>	<b>147,78</b>	<b>648,35</b>	
<b>Полдник</b>							
	Выпечка	60	15,4	8,6	17,66	184	
686-2004	Чай сладкий с лимоном	200/10	0,1		13	47,00	60,0
			<b>15,5</b>	<b>8,6</b>	<b>30,66</b>	<b>231,0</b>	

**ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ  
ПЯТНИЦА**

По сбор рецептур	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углево ды	Ккал	Вит С (мг)
<b>Завтрак бесплатный</b>							
	Фрукт	1 шт			24	96	
489-2004	Рагу из куриного филе	60/60	14,46	11,7	2,7	174,6	
511-2004	Рис отварной	180	5,34	4,37	35,62	261,57	
686-2004	Чай с лимоном	200/10	0,1		13	47	60,0
	Булочка пшеничная	80,0	3,8	0,3	26,2	116,5	
			<b>23,7</b>	<b>16,37</b>	<b>101,52</b>	<b>695,67</b>	
<b>Обед</b>							
Т-24	Овощи свежие	20-50	0,6		4,2	14	
200-2005	Суп картофельный с рыбными консерв	15/250	2,34	2,83	16,64	101,25	
436-2004	Жаркое с мясом	220	27,53	7,47	21,95	265,0	
943-2005	Чай сладкий	200	0,2		14	28,0	
	Хлеб	100,00	6,5	1	40,1	190,00	
			<b>37,17</b>	<b>11,3</b>	<b>96,89</b>	<b>598,25</b>	
<b>Полдник</b>							
	Кондит. изделие	1/30	15,4	8,6	17,66	184	
685-2004	Чай сладкий	200	0,1		13	47	
			<b>15,5</b>	<b>8,6</b>	<b>30,66</b>	<b>231,0</b>	

**ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ  
ПОНЕДЕЛЬНИК**

По сбор рецептур	Наименование блюдов	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Вит С (мг)
<b>Завтрак бесплатный</b>							
	Бутерброд с ветчин. и сыром	80	9,6	11,5	12,3	369,5	
	Кисломолочный напиток	1шт	5	2,5	8,5	76,6	
246-2004	Каша молочная	250/5	5,66	10,13	28,14	232,00	
686-2004	Чай сладкий с лимоном	200/10	0,1		13	47,00	
			<i>20,3</i>	<i>14,13</i>	<i>61,94</i>	<i>752,1</i>	<i>60,0</i>
<b>Обед</b>							
124-2004	Щи с мясом	12,5/250	5,93	9,23	9,22	108,73	
443-2004	Плов с куриным филе	225	10,8	10,29	25,88	238,93	
634-2004	Компот из сухофруктов	200	0,1	17,8	70	106,56	60,0
	Хлеб	100,00	6,5	1	40,1	190,00	
			<i>23,33</i>	<i>38,32</i>	<i>145,2</i>	<i>644,22</i>	<i>60,0</i>
<b>Полдник</b>							
	Кондит.изделие	30	15,4	8,6	17,66	184	
685-2004	Чай сладкий	200	0,1		13	47	
			<i>15,5</i>	<i>8,6</i>	<i>30,66</i>	<i>231,0</i>	

**ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ  
ВТОРНИК**

По сбор рецептур	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Вит С (мг)
<b>Завтрак бесплатный</b>							
Т-24	Сыр твердый	1/30	4,4	7,7	7,2	70,0	
	Фрукт	1 шт			24	96	
469-2005	Запеканка творожная со сг.	130/30	30,93	22,89	36,0	310,66	
959-2005	Какао	200	3,52	3,72	25,49	145,2	
	Булочка пшеничная	80,0	3,8	0,3	26,2	116,5	
			<b>42,65</b>	<b>34,61</b>	<b>118,89</b>	<b>738,36</b>	
<b>Обед</b>							
Т-24	Овощи свежие	20-50	0,6		4,2	14	
200-2005	Суп картофель с рыбными консерв	15/250	2,34	2,83	16,64	101,25	
390-1996	Мясо тушеное	40/40	14,89	6,82	28,53	237,53	
692-2005	Картофель отварной	180	3,43	5,18	27,62	170,82	
634-2004	Компот из ягод	200	0,1	17,8	70	106,56	60,0
	Хлеб	100,00	6,5	1	40,1	190	
			<b>27,86</b>	<b>33,63</b>	<b>187,09</b>	<b>820,17</b>	
<b>Полдник</b>							
	Выпечка	1/60	15,4	8,6	17,66	184	
686-2004	Чай с лимоном	200/10	0,1		13	47	60,0
			<b>15,5</b>	<b>8,6</b>	<b>30,66</b>	<b>231,0</b>	

**ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ  
СРЕДА**

По сбор рецептур	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Вит С (мг)
<b>Завтрак бесплатный</b>							
	Кондит.изделие	20-30	15,4	8,6	17,66	184	
424-2004	Шницель н/р	75	9,7	9,71	14,21	192,0	
688-2005	Макароны отварные	180	6,62	5,42	31,73	202,14	
700-2004	Напиток клюквенный	200	0,1	0,0	70	106,56	60,0
	Булочка пшеничная	80,00	3,8	0,3	26,2	116,5	
			<b>35,62</b>	<b>24,03</b>	<b>159,8</b>	<b>801,2</b>	
<b>Обед</b>							
110-2004	Борщ	1/250	6,99	8,37	19,97	186,72	
489-2004	Рагу из куриного филе	50/50	14,46	11,7	2,7	174,6	
511-2004	Рис отварной	180	5,34	4,37	35,62	261,57	
648-2004	Кисель	200	0,09		33,3	126	60,0
	Хлеб	100,00	6,5	1	40,1	190,00	
			<b>33,38</b>	<b>25,44</b>	<b>131,69</b>	<b>938,89</b>	<b>60,0</b>
<b>Полдник</b>							
	Выпечка	1/60	15,4	8,6	17,66	184	
686-2004	Чай сладкий с лимоном	200/10	0,1		13	47,00	
			<b>15,5</b>	<b>8,6</b>	<b>30,66</b>	<b>231,0</b>	<b>60,0</b>

**ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ  
ЧЕТВЕРГ**

По сбор рецептур	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Вит С (мг)
<b>Завтрак бесплатный</b>							
	Кисломолочный напиток	1шт	5	2,5	8,5	76,6	
423-2004	Бефстроганов	50/50	14,89	6,82	28,53	237,53	
679-2005	Каша гречневая	180	8,95	6,73	43,0	276,53	
686-2004	Чай сладкий с лимоном	200/10	0,1		13	47,00	60,0
	Булочка пшеничная	80,0	3,8	0,3	26,2	116,5	
			<b>32,74</b>	<b>16,35</b>	<b>119,23</b>	<b>754,16</b>	
<b>Обед</b>							
Т-24	Овощная закуска	30-50	0,6		4,2	14	
208-2005	Суп вермиш с куриц	15/250	5,86	4,88	17,14	135,69	
626-2005	Запеканка картоф. с мясом	220/5	15,03	16,91	23,65	306,58	
634-2004	Компот из ягод	200	0,1	17,8	70	106,56	60,0
	Хлеб	100,00	6,5	1	40,1	190	
			<b>28,09</b>	<b>40,51</b>	<b>155,09</b>	<b>752,83</b>	
<b>Полдник</b>							
	Выпечка	60	15,4	8,6	17,66	184	
686-2004	Чай сладкий с лимоном	200/10	0,1		13	47,00	60,0
			<b>15,5</b>	<b>8,6</b>	<b>30,66</b>	<b>231,0</b>	

**ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ  
ПЯТНИЦА**

По сбор рецептур	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углево ды	Ккал	Вит С (мг)
<b>Завтрак бесплатный</b>							
	Фрукт	1 шт			24	96	
491-2004	Чахохбили из кур	90/20	7,8	7,6	6,4	127,0	
511-2004	Рис отварной	180	5,34	4,37	35,62	261,57	
634-2004	Компот из ягод	200	0,1	17,8	70	106,56	60,0
	Булочка пшеничная	80,0	3,8	0,3	26,2	116,5	
			<i>17,04</i>	<i>30,07</i>	<i>162,22</i>	<i>707,63</i>	<i>60,0</i>
<b>Обед</b>							
206-2005	Суп гороховый	1/250	9,76	5,85	16,41	157,25	
591-2005	Гуляш	50/50	9,86	8,95	2,38	84,1	
688-2005	Макароны отварные	180	6,62	5,42	31,73	202,14	
634-2004	Компот из сухофруктов	200	0,1	17,8	70	106,56	60,0
	Хлеб	100,00	6,5	1	40,1	190,00	
			<i>32,84</i>	<i>39,02</i>	<i>160,62</i>	<i>740,05</i>	
<b>Полдник</b>							
	Кондит. изделие	1/30	15,4	8,6	17,66	184	
685-2004	Чай сладкий	200/15	0,1		13	47	
			<i>15,5</i>	<i>8,6</i>	<i>30,66</i>	<i>231,0</i>	

**ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ  
ПОНЕДЕЛЬНИК**

По сбор рецептур	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Вит С (мг)
<b>Завтрак</b>							
	Масло сливочное	15	6,6	14,34	0,96	159,6	
	Йогурт	1шт	5	2,5	8,5	76,6	
246-2004	Каша молочная	250/5	5,66	10,13	28,14	232,00	
686-2004	Чай с лимоном	200/10	0,1		13	47	60,0
	Булочка пшеничная	80,0	3,8	0,3	26,2	116,5	
			<b>21,16</b>	<b>27,27</b>	<b>76,8</b>	<b>631,7</b>	
<b>Обед</b>							
124-2004	Щи с мясом	12,5/250	5,93	9,23	9,22	108,73	
489-2004	Рагу из куриного филе	50/50	14,46	11,7	2,7	174,6	
688-2005	Макаронны отварные	180	6,62	5,42	31,73	202,14	
634-2004	Компот из сухофруктов	200	0,1	17,8	70	106,56	60,0
	Хлеб	100,00	6,5	1	40,1	190,00	
			<b>33,61</b>	<b>45,15</b>	<b>153,75</b>	<b>782,03</b>	<b>60,0</b>
<b>Полдник</b>							
	Кондит.изделие	30	15,4	8,6	17,66	184	
685-2004	Чай сладкий	200	0,1		13	47	
			<b>15,5</b>	<b>8,6</b>	<b>30,66</b>	<b>231,0</b>	

**ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ  
ВТОРНИК**

По сбор рецептур	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Вит С (мг)
<b>Завтрак</b>							
Т-24	Овощи свежие	20-50	0,6		4,2	14	
448-2004	Бифштекс с сыром	75/5	7,48	15,85	7,54	203,38	
511-2004	Рис отварной	180	5,34	4,37	35,62	261,57	
686-2004	Чай с лимоном	200/15/10	0,1		13	47	60,0
	Булочка пшеничная	80,0	3,8	0,3	26,2	116,5	
			<b>13,33</b>	<b>8,27</b>	<b>66,55</b>	<b>645,46</b>	
<b>Обед</b>							
206-2005	Суп гороховый с курицей	12,5/250	9,76	5,85	16,41	157,25	
491-2004	Чахохбили из кур	90/20	7,8	7,6	6,4	127,0	
694-2005	Картоф.пюре	180	3,67	5,76	24,53	164,7	
634-2004	Компот из ягод	200	0,1	17,8	70	106,56	60,0
	Хлеб	100,00	6,5	1	40,1	190	
			<b>27,83</b>	<b>38,01</b>	<b>156,44</b>	<b>745,51</b>	
<b>Полдник</b>							
	Выпечка	1/60	15,4	8,6	17,66	184	
686-2004	Чай с лимоном	200/10	0,1		13	47	60,0
			<b>15,5</b>	<b>8,6</b>	<b>30,66</b>	<b>231,0</b>	

**ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ  
СРЕДА**

По сбор рецептур	Наименование блюдо	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Вит С (мг)
<b>Завтрак</b>							
	Кондит. изделие	20-50	15,4	8,6	17,66	184	
333-2004	Омлет с мясн.прод.	120/5	5,68	15,3	28,4	226,8	
	или						
249-2010	Рыба, запеченная в омлете	120/5	15,88	4,54	3,21	117,5	
	Сок	1 /200	0,35		4,95	22	
	Булочка пшеничная	80,00	3,8	0,3	26,2	116,5	
			25,23	24,2	77,21	539,3	
			35,43	13,44	52,02	430,0	
<b>Обед</b>							
110-2004	Борщ с мясом	12,5/250	6,99	8,37	19,97	186,72	
286-2010	Тефтели с соусом	100/30	11,78	12,91	14,9	223,0	
679-2005	Каша гречневая	180	8,95	6,73	43,0	276,53	
648-2004	Кисель	200	0,09		33,3	126	60,0
	Хлеб	100,00	6,5	1	40,1	190,00	
			34,31	29,01	151,27	1002,25	60,0
<b>Полдник</b>							
	Выпечка	1/60	15,4	8,6	17,66	184	
686-2004	Чай сладкий с лимоном	200/10	0,1		13	47,00	
			15,5	8,6	30,66	231,0	60,0

**ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ  
ЧЕТВЕРГ**

По сбор рецептур	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Вит С (мг)
<b>Завтрак</b>							
	Масло сливочное	15	6,6	14,34	0,96	159,6	
Т-24	Колбаса отварная	60	5,2	10,0	10,6	112,0	
332-2004	Макароны отв. с сыром	180/15	13,14	14,33	50,13	340,81	
959-2005	Какао	200	3,52	3,72	25,49	145,2	
	Булочка пшеничная	80,0	3,8	0,3	26,2	116,5	
			<b>32,22</b>	<b>42,69</b>	<b>113,38</b>	<b>874,11</b>	<b>60,0</b>
<b>Обед</b>							
208-2005	Суп вермиш с куриц	15/250	5,86	4,88	17,14	135,69	
249-2010	Рыба, запеченная с сыром	75/5	15,88	4,54	3,21	117,5	
321-2005	Рагу овощное	180	2,75	13,2	17,33	199,2	
634-2004	Компот из сухофруктов	200	0,1	17,8	70	106,56	60,0
	Хлеб	100,00	6,5	1	40,1	190	
			<b>31,09</b>	<b>41,42</b>	<b>147,78</b>	<b>648,35</b>	
<b>Полдник</b>							
	Выпечка	60	15,4	8,6	17,66	184	
686-2004	Чай сладкий с лимоном	200/10	0,1		13	47,00	60,0
			<b>15,5</b>	<b>8,6</b>	<b>30,66</b>	<b>231,0</b>	

**ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ  
ПЯТНИЦА**

По сбор рецептур	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углево ды	Ккал	Вит С (мг)
<b>Завтрак</b>							
Т-24	Овощи свежие	20-50	0,6		4,2	14	
489-2004	Рагу из куриного филе	60/60	14,46	11,7	2,7	174,6	
511-2004	Рис отварной	180	5,34	4,37	35,62	261,57	
686-2004	Чай сладкий с лимоном	200/10	0,1		13	47,00	60,0
	Булочка пшеничная	80,0	3,8	0,3	26,2	116,5	
			<b>24,3</b>	<b>16,37</b>	<b>81,72</b>	<b>613,67</b>	<b>60,0</b>
<b>Обед</b>							
Т-24	Овощи свежие	20-50	0,6		4,2	14	
200-2005	Суп картофельный с рыбными консерв	15/250	2,34	2,83	16,64	101,25	
436-2004	Жаркое с мясом	220	27,53	7,47	21,95	265,0	
943-2005	Чай сладкий	200	0,2		14	28,0	
	Хлеб	100,00	6,5	1	40,1	190,00	
			<b>37,17</b>	<b>11,3</b>	<b>96,89</b>	<b>598,25</b>	
<b>Полдник</b>							
	Кондит. изделие	1/30	15,4	8,6	17,66	184	
685-2004	Чай сладкий	200	0,1		13	47	
			<b>15,5</b>	<b>8,6</b>	<b>30,66</b>	<b>231,0</b>	

**ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ  
ПОНЕДЕЛЬНИК**

По сбор рецептур	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Вит С (мг)
<b>Завтрак</b>							
	Бутерброд с ветчин. и сыром	80	9,6	11,5	12,3	369,5	
246-2004	Каша молочная	250/5	5,66	10,13	28,14	232,00	
959-2005	Какао	200	3,52	3,72	25,49	145,2	
			<i>18,78</i>	<i>25,35</i>	<i>65,93</i>	<i>773,7</i>	<i>60,0</i>
<b>Обед</b>							
124-2004	Щи с мясом	12,5/250	5,93	9,23	9,22	108,73	
443-2004	Плов с куриным филе	225	10,8	10,29	25,88	238,93	
634-2004	Компот из сухофруктов	200	0,1	17,8	70	106,56	60,0
	Хлеб	100,00	6,5	1	40,1	190,00	
			<i>23,33</i>	<i>38,32</i>	<i>145,2</i>	<i>644,22</i>	<i>60,0</i>
<b>Полдник</b>							
	Кондит.изделие	30	15,4	8,6	17,66	184	
685-2004	Чай сладкий	200	0,1		13	47	
			<i>15,5</i>	<i>8,6</i>	<i>30,66</i>	<i>231,0</i>	

**ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ  
ВТОРНИК**

По сбор рецептур	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Вит С (мг)
<b>Завтрак</b>							
Т-24	Сыр твердый	1/25	4,4	7,7	7,2	70,0	
	Масло сливочное	15	6,6	14,34	0,96	159,6	
469-2005	Запеканка творожная со сг.	130/30	30,93	22,89	36,0	310,66	
686-2004	Чай с лимоном	200/10	0,1		13	47	60,0
	Булочка пшеничная	80,0	3,8	0,3	26,2	116,5	
			<b>45,83</b>	<b>45,23</b>	<b>83,36</b>	<b>703,76</b>	
<b>Обед</b>							
Т-24	Овощи свежие	20-50	0,6		4,2	14	
200-2005	Суп картофель с рыбными консерв	15/250	2,34	2,83	16,64	101,25	
390-1996	Мясо тушеное	40/40	14,89	6,82	28,53	237,53	
692-2005	Картофель отварной	180	3,43	5,18	27,62	170,82	
634-2004	Компот из ягод	200	0,1	17,8	70	106,56	60,0
	Хлеб	100,00	6,5	1	40,1	190	
			<b>27,86</b>	<b>33,63</b>	<b>187,09</b>	<b>820,17</b>	
<b>Полдник</b>							
	Выпечка	1/60	15,4	8,6	17,66	184	
686-2004	Чай с лимоном	200/10	0,1		13	47	60,0
			<b>15,5</b>	<b>8,6</b>	<b>30,66</b>	<b>231,0</b>	

**ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ  
СРЕДА**

По сбор рецептур	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Вит С (мг)
<b>Завтрак</b>							
Т-24	Овощи свежие	20-50	0,6		4,2	14	
614-2005	Зразы	100/5	12,14	15,71	13,0	244,29	
688-2005	Макароны отварные	180	6,62	5,42	31,73	202,14	
700-2004	Напиток клюквенный	200	0,1	0,0	70	106,56	60,0
	Булочка пшеничная	80,00	3,8	0,3	26,2	116,5	
			<b>23,26</b>	<b>21,43</b>	<b>145,13</b>	<b>683,49</b>	
<b>Обед</b>							
110-2004	Борщ	1/250	6,99	8,37	19,97	186,72	
489-2004	Рагу из куриного филе	50/50	14,46	11,7	2,7	174,6	
511-2004	Рис отварной	180	5,34	4,37	35,62	261,57	
648-2004	Кисель	200	0,09		33,3	126	60,0
	Хлеб	100,00	6,5	1	40,1	190,00	
			<b>33,38</b>	<b>25,44</b>	<b>131,69</b>	<b>938,89</b>	<b>60,0</b>
<b>Полдник</b>							
	Выпечка	1/60	15,4	8,6	17,66	184	
686-2004	Чай сладкий с лимоном	200/10	0,1		13	47,00	
			<b>15,5</b>	<b>8,6</b>	<b>30,66</b>	<b>231,0</b>	<b>60,0</b>

**ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ  
ЧЕТВЕРГ**

По сбор рецептур	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углево ды	Ккал	Вит С (мг)
<b>Завтрак</b>							
423-2004	Бефстроганов	50/50	14,89	6,82	28,53	237,53	
679-2005	Каша гречневая	180	8,95	6,73	43,0	276,53	
686-2004	Чай сладкий	200	0,1		13	47,00	60,0
	Булочка пшеничная	80,0	3,8	0,3	26,2	116,5	
			<b>27,74</b>	<b>13,85</b>	<b>110,73</b>	<b>677,56</b>	
<b>Обед</b>							
Т-24	Овощная закуска	30-50	0,6		4,2	14	
208-2005	Суп вермиш с куриц	15/250	5,86	4,88	17,14	135,69	
626-2005	Запеканка картоф. с мясом	220/5	15,03	16,91	23,65	306,58	
634-2004	Компот из ягод	200	0,1	17,8	70	106,56	60,0
	Хлеб	100,00	6,5	1	40,1	190	
			<b>28,09</b>	<b>40,51</b>	<b>155,09</b>	<b>752,83</b>	
<b>Полдник</b>							
	Выпечка	60	15,4	8,6	17,66	184	
686-2004	Чай сладкий с лимоном	200/10	0,1		13	47,00	60,0
			<b>15,5</b>	<b>8,6</b>	<b>30,66</b>	<b>231,0</b>	

**ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ  
ПЯТНИЦА**

По сбор рецептур	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углево ды	Ккал	Вит С (мг)
<b>Завтрак</b>							
491-2004	Чахохбили из кур	90/20	7,8	7,6	6,4	127,0	
511-2004	Рис отварной	180	5,34	4,37	35,62	261,57	
634-2004	Компот из ягод	200	0,1	17,8	70	106,56	60,0
	Булочка пшеничная	80,0	3,8	0,3	26,2	116,5	
			<b>20,66</b>	<b>19,39</b>	<b>79,87</b>	<b>444,24</b>	<b>60,0</b>
<b>Обед</b>							
206-2005	Суп горох.	1/250	9,76	5,85	16,41	157,25	
591-2005	Гуляш	50/50	9,86	8,95	2,38	84,1	
688-2005	Макарон отварные	180	6,62	5,42	31,73	202,14	
634-2004	Компот из сухофруктов	200	0,1	17,8	70	106,56	60,0
	Хлеб	100,00	6,5	1	40,1	190,00	
			<b>32,84</b>	<b>39,02</b>	<b>160,62</b>	<b>740,05</b>	
<b>Полдник</b>							
	Кондит. изделие	1/30	15,4	8,6	17,66	184	
685-2004	Чай сладкий	200/15	0,1		13	47	
			<b>15,5</b>	<b>8,6</b>	<b>30,66</b>	<b>231,0</b>	