
 Утверждаю:  
 Директор гимназии №164  
 К.Н.Чернов

| Прием пищи            | Наименование блюда                                | № рецептуры | Выход для 1-4 класса | Выход для 5-11 класса | Белки, г 1-4 класс | Белки, г 5-11 класс | Жиры, г 1-4 класс | Жиры, г 5-11 класс | Углеводы, г 1-4 класс | Углеводы, г 5-11 класс | Энергетическая ценность, ккал 1-4 класс | Энергетическая ценность, ккал 5-11 класс | Цена 1-4 класс | Цена 5-11 класс | Цена Дети ОВЗ 1-4 класс | Цена Дети ОВЗ 5-11 класс |
|-----------------------|---|-------------|----------------------|-----------------------|--------------------|---------------------|-------------------|--------------------|-----------------------|------------------------|---|--|----------------|-----------------|-------------------------|--------------------------|
|                       |   |             |                      |                       |                    |                     |                   |                    |                       |                        |   |  |                |                 |                         |                          |
| понедельник           |   |             |                      |                       |                    |                     |                   |                    |                       |                        |   |  |                |                 |                         |                          |
| Завтрак               | Каша вязкая на молоке из овсяных хлопьев с маслом | 173         | 200/10               | 240/20                | 6,33               | 7,63                | 10,00             | 5,00               | 28,67                 | 46,20                  | 230,86                                  | 260,30                                   | 24,57          | 31,78           | 24,57                   | 31,78                    |
|                       | Банан   | 338         | 50                   | 50                    | 1,50               | 1,51                | 0,50              | 0,51               | 21,00                 | 21,00                  | 96,00                                   | 94,51                                    | 12,50          | 12,50           | 12,50                   | 12,50                    |
|                       | Сыр порциями                                      | 15          | 15                   | 20                    | 23,20              | 23,20               | 2,95              | 2,95               | 0,00                  | 0,00                   | 35,83                                   | 17,92                                    | 11,69          | 15,58           | 11,69                   | 15,58                    |
|                       | Напиток кофейный на молоке                        | 379         | 200                  | 200                   | 3,60               | 3,60                | 2,67              | 2,67               | 29,20                 | 29,20                  | 155,20                                  | 155,20                                   | 14,05          | 14,05           | 14,05                   | 14,05                    |
|                       | Хлеб ржано-пшеничный                              | ПР          | 40                   | 40                    | 0,84               | 1,12                | 0,16              | 0,22               | 7,41                  | 9,88                   | 34,48                                   | 45,98                                    | 2,72           | 2,72            | 2,72                    | 2,72                     |
|                       | Хлеб пшеничный                                    | ПР          | 40                   | 40                    | 1,18               | 3,16                | 0,15              | 0,40               | 7,24                  | 19,32                  | 35,07                                   | 93,52                                    | 2,60           | 2,60            | 2,60                    | 2,60                     |
|                       | Итого за завтрак:                                 |             |                      |                       | 36,65              | 40,22               | 16,43             | 11,75              | 93,52                 | 125,60                 | 587,44                                  | 667,43                                   | 68,13          | 79,23           | 68,13                   | 79,23                    |
| Обед                  | Соленый огурец                                    | 70          | 30                   | 50                    | 0,48               | 1,20                | 0,06              | 0,15               | 1,02                  | 2,55                   | 6,00                                    | 15,00                                    | 8,43           | 14,05           | 8,43                    | 14,05                    |
|                       | Суп лапша домашняя                                | 113         | 200                  | 250                   | 2,57               | 3,08                | 5,54              | 6,65               | 11,62                 | 13,94                  | 115,75                                  | 138,90                                   | 7,13           | 10,92           | 7,13                    | 10,92                    |
|                       | Рагу из курицы                                    | 289         | 90/150               | 100/180               | 17,22              | 20,09               | 16,07             | 18,75              | 20,84                 | 24,31                  | 297,60                                  | 347,20                                   | 70,60          | 77,81           | 70,60                   | 77,81                    |
|                       | Кисель из яблок                                   | 352         | 200                  | 200                   | 0,24               | 0,24                | 0,12              | 0,12               | 35,76                 | 35,76                  | 145,08                                  | 145,08                                   | 10,76          | 10,76           | 10,76                   | 10,76                    |
|                       | Хлеб пшеничный                                    | ПР          | 40                   | 40                    | 3,16               | 3,16                | 0,40              | 0,40               | 19,32                 | 19,32                  | 93,52                                   | 93,52                                    | 2,60           | 2,60            | 2,60                    | 2,60                     |
|                       | Хлеб ржано-пшеничный                              | ПР          | 40                   | 40                    | 2,24               | 2,24                | 0,44              | 0,44               | 19,76                 | 19,76                  | 91,96                                   | 91,96                                    | 2,72           | 2,72            | 2,72                    | 2,72                     |
|                       | Итого за обед:                                    |             |                      |                       | 25,91              | 30,01               | 22,63             | 26,51              | 108,32                | 115,64                 | 749,91                                  | 831,66                                   | 102,24         | 118,86          | 102,24                  | 118,86                   |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b> |   |             |                      |                       | 62,56              | 70,23               | 39,06             | 38,26              | 201,84                | 241,24                 | 1337,35                                 | 1499,09                                  | 170,37         | 198,09          | 170,37                  | 198,09                   |

Директор ООО "Адель"

О.М.Опекина



Зав.производством пищеблока

Н.Г.Кириловская




 Утверждаю:  
 Директор гимназии №164  
 К.Н.Чернов

| Прием пищи                 | Наименование блюда                       | № рецептуры | Выход для 1-4 класса | Выход для 5-11 класса | Белки, г 1-4 класс | Белки, г 5-11 класс | Жиры, г 1-4 класс | Жиры, г 5-11 класс | Углеводы, г 1-4 класс | Углеводы, г 5-11 класс | Энергетическая ценность, ккал 1-4 класс | Энергетическая ценность, ккал 5-11 класс | Цена 1-4 класс | Цена 5-11 класс | Цена Дети ОБЗ 1-4 класс | Цена Дети ОБЗ 5-11 класс |
|----------------------------|--|-------------|----------------------|-----------------------|--------------------|---------------------|-------------------|--------------------|-----------------------|------------------------|---|--|----------------|-----------------|-------------------------|--------------------------|
| <b>08 февраля 2022 год</b> |  |             |                      |                       |                    |                     |                   |                    |                       |                        |   |  |                |                 |                         |                          |
| <b>вторник</b>             |  |             |                      |                       |                    |                     |                   |                    |                       |                        |   |  |                |                 |                         |                          |
| <b>Завтрак</b>             | Каша пшенная с изюмом с маслом сливочным | 177         | 200/10               | 250/20                | 10,61              | 12,64               | 11,23             | 15,36              | 72,69                 | 70,56                  | 434,00                                  | 474,04                                   | 26,21          | 33,41           | 26,21                   | 33,41                    |
|                            | Масло (порциями)                         | 14          | 15                   | 15                    | 0,08               | 0,08                | 7,25              | 7,25               | 0,13                  | 0,13                   | 66,00                                   | 66,00                                    | 9,03           | 9,03            | 9,03                    | 9,03                     |
|                            | Сыр (порциями)                           | 15          | 15                   | 15                    | 6,96               | 6,96                | 8,85              | 8,85               | 0,00                  | 0,00                   | 108,00                                  | 108,00                                   | 7,79           | 11,69           | 7,79                    | 11,69                    |
|                            | Чай с лимоном                            | 377         | 200/15/7             | 200/15/7              | 0,53               | 0,53                | 0,00              | 0,00               | 9,87                  | 9,87                   | 41,60                                   | 41,60                                    | 7,28           | 7,28            | 7,28                    | 7,28                     |
|                            | Яблоки свежие                            | 338         | 50                   | 50                    | 0,40               | 0,40                | 0,40              | 0,40               | 9,80                  | 9,80                   | 47,00                                   | 44,40                                    | 12,50          | 12,50           | 12,50                   | 12,50                    |
|                            | Хлеб ржано-пшеничный                     | ПР          | 40                   | 40                    | 0,84               | 1,12                | 0,16              | 0,22               | 7,41                  | 9,88                   | 34,48                                   | 45,98                                    | 2,72           | 2,72            | 2,72                    | 2,72                     |
|                            | Хлеб пшеничный                           | ПР          | 40                   | 40                    | 0,79               | 1,58                | 0,10              | 0,20               | 4,83                  | 9,66                   | 23,38                                   | 46,76                                    | 2,60           | 2,60            | 2,60                    | 2,60                     |
|                            | Итого за завтрак                         |             |                      |                       | 20,21              | 23,31               | 27,24             | 33,20              | 104,73                | 100,90                 | 754,46                                  | 826,76                                   | 60,13          | 75,23           | 60,13                   | 75,23                    |
| <b>Обед</b>                | Огурец свежий                            | 71          | 30                   | 50                    | 0,42               | 0,70                | 0,06              | 0,10               | 1,14                  | 1,90                   | 7,20                                    | 12,00                                    | 10,50          | 17,50           | 10,50                   | 17,50                    |
|                            | Суп из овощей со сметаной                | 99          | 250/20               | 250/20                | 1,80               | 1,91                | 4,90              | 5,99               | 14,30                 | 10,98                  | 108,50                                  | 114,30                                   | 16,64          | 16,64           | 16,64                   | 16,64                    |
|                            | Рыба (минтай) тушеная в томате с овощами | 229         | 50/50                | 60/60                 | 9,75               | 11,70               | 4,95              | 5,94               | 3,80                  | 4,56                   | 105,00                                  | 126,00                                   | 43,25          | 48,65           | 43,25                   | 48,65                    |
|                            | Рис отварной                             | 304         | 150                  | 200                   | 4,89               | 6,11                | 7,23              | 9,03               | 48,89                 | 61,11                  | 280,15                                  | 350,18                                   | 14,69          | 18,91           | 14,69                   | 18,91                    |
|                            | Напиток из плодов шиповника              | 388         | 200                  | 200                   | 0,40               | 0,40                | 0,27              | 0,27               | 17,20                 | 17,20                  | 72,80                                   | 72,80                                    | 11,84          | 11,84           | 11,84                   | 11,84                    |
|                            | Хлеб пшеничный                           | ПР          | 40                   | 40                    | 3,16               | 3,16                | 0,40              | 0,40               | 19,32                 | 19,32                  | 93,52                                   | 93,52                                    | 2,60           | 2,60            | 2,60                    | 2,60                     |
|                            | Хлеб ржано-пшеничный                     | ПР          | 40                   | 40                    | 2,24               | 2,24                | 0,44              | 0,44               | 19,76                 | 19,76                  | 91,96                                   | 91,96                                    | 2,72           | 2,72            | 2,72                    | 2,72                     |
|                            | Итого за обед                            |             |                      |                       | 32,06              | 38,22               | 39,24             | 32,17              | 124,41                | 124,83                 | 750,13                                  | 860,76                                   | 102,24         | 118,86          | 102,24                  | 118,86                   |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>       |  |             |                      | 42,27                 | 49,53              | 46,24               | 54,45             | 329,14             | 244,73                | 1513,59                | 1687,54                                 | 170,37                                   | 194,09         | 170,37          | 194,09                  |                          |

Директор ООО "Адель"

О.М.Опекина 

Зав.производством пищеблока

Н.Г.Кириловская 



Утверждаю:  
 Директор гимназии №164  
 К.Н.Чернов

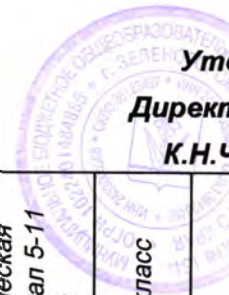
| Прием пищи            | Наименование блюда                        | № рецептуры | Выход для 1-4 класса | Выход для 5-11 класса | Белки, г 1-4 класс | Белки, г 5-11 класс | Жиры, г 1-4 класс | Жиры, г 5-11 класс | Углеводы, г 1-4 класс | Углеводы, г 5-11 класс | Энергетическая ценность, ккал 1-4 класс | Энергетическая ценность, ккал 5-11 класс | Цена 1-4 класс | Цена 5-11 класс | Цена Дети ОВЗ 1-4 класс | Цена Дети ОВЗ 5-11 класс |
|-----------------------|---|-------------|----------------------|-----------------------|--------------------|---------------------|-------------------|--------------------|-----------------------|------------------------|---|--|----------------|-----------------|-------------------------|--------------------------|
|                       |   |             |                      |                       |                    |                     |                   |                    |                       |                        |   |  |                |                 |                         |                          |
| С                     |   |             |                      |                       |                    |                     |                   |                    |                       |                        |   |  |                |                 |                         |                          |
| среда                 |   |             |                      |                       |                    |                     |                   |                    |                       |                        |   |  |                |                 |                         |                          |
| Завтрак               | Каша рисовая с курагой и маслом сливочным | 177         | 200/10               | 240/20                | 6,11               | 8,02                | 11,76             | 15,44              | 35,30                 | 46,34                  | 272,76                                  | 46,34                                    | 23,55          | 34,65           | 23,55                   | 34,65                    |
|                       | Масло сливочное                           | 14          | 20                   | 20                    | 0,08               | 0,08                | 7,25              | 7,25               | 0,13                  | 0,13                   | 66,00                                   | 66,00                                    | 12,04          | 12,04           | 12,04                   | 12,04                    |
|                       | Какао с молоком                           | 382         | 200                  | 200                   | 4,08               | 4,08                | 3,54              | 3,54               | 17,58                 | 17,58                  | 118,60                                  | 17,58                                    | 14,72          | 14,72           | 14,72                   | 14,72                    |
|                       | Хлеб пшеничный                            | ПР          | 40                   | 40                    | 1,58               | 0,40                | 0,20              | 0,30               | 9,66                  | 10,30                  | 46,76                                   | 10,30                                    | 2,60           | 2,60            | 2,60                    | 2,60                     |
|                       | Хлеб ржано-пшеничный                      | ПР          | 40                   | 40                    | 2,24               | 1,12                | 0,44              | 0,22               | 19,76                 | 9,88                   | 91,96                                   | 9,88                                     | 2,72           | 2,72            | 2,72                    | 2,72                     |
|                       | Груша                                     | 338         | 50                   | 50                    | 0,40               | 1,58                | 0,30              | 0,20               | 10,30                 | 9,66                   | 47,00                                   | 9,66                                     | 12,50          | 12,50           | 12,50                   | 12,50                    |
|                       | Итого за завтрак                          |             |                      |                       |                    | 18,49               | 15,36             | 20,16              | 26,95                 | 72,72                  | 93,65                                   | 443,08                                   | 132,76         | 65,13           | 75,23                   | 64,13                    |
| Обед                  | Помидор свежий                            | 71          | 20                   | 30                    | 0,66               | 1,10                | 0,12              | 0,20               | 2,28                  | 3,80                   | 13,20                                   | 22,00                                    | 4,88           | 7,32            | 4,88                    | 7,32                     |
|                       | Борщ с фасолью и картофелем со сметаной   | 84          | 200/20               | 250/20                | 2,84               | 3,56                | 4,09              | 5,12               | 11,33                 | 14,17                  | 102,20                                  | 127,75                                   | 19,16          | 22,70           | 19,16                   | 22,70                    |
|                       | Картофельное пюре с маслом сливочным      | 128         | 100/5                | 140/5                 | 3,26               | 5,26                | 9,62              | 9,62               | 18,89                 | 18,89                  | 281,50                                  | 381,50                                   | 14,74          | 20,36           | 14,74                   | 20,36                    |
|                       | Печень по-строгановски                    | 255/<br>332 | 50/50                | 50/60                 | 13,26              | 13,26               | 11,23             | 11,23              | 3,52                  | 3,52                   | 285,00                                  | 285,00                                   | 42,58          | 47,60           | 42,58                   | 47,60                    |
|                       | Компот из крыжовника и черной смородины   | 345         | 200                  | 200                   | 0,46               | 0,52                | 0,16              | 0,18               | 22,35                 | 24,84                  | 92,61                                   | 102,90                                   | 15,56          | 15,56           | 15,56                   | 15,56                    |
|                       | Хлеб пшеничный                            | ПР          | 40                   | 40                    | 1,58               | 0,79                | 0,20              | 0,10               | 9,66                  | 4,83                   | 46,76                                   | 23,38                                    | 2,60           | 2,60            | 2,60                    | 2,60                     |
|                       | Хлеб ржано-пшеничный                      | ПР          | 40                   | 40                    | 0,56               | 0,56                | 0,11              | 0,11               | 4,94                  | 4,94                   | 22,99                                   | 22,99                                    | 2,72           | 2,72            | 2,72                    | 2,72                     |
| Итого за обед         |   |             |                      | 23,02                 | 25,95              | 30,93               | 26,96             | 72,97              | 74,99                 | 146,10                 | 393,32                                  | 102,24                                   | 119,66         | 102,24          | 119,66                  |                          |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b> |   |             |                      |                       | 37,11              | 40,33               | 49,02             | 53,51              | 165,70                | 168,66                 | 1487,34                                 | 1125,28                                  | 170,37         | 190,09          | 170,37                  | 190,09                   |

Директор ООО "Адель"

О.М.Опекина

Зав.производством пищеблока

Н.Г.Кириловская



Утверждаю:  
 Директор гимназии №164  
 К.Н.Черное

| Прием пищи            | Наименование блюда                   | № рецептуры | Выход для 1-4 класса | Выход для 5-11 класса | Белки, г 1-4 класс | Белки, г 5-11 класс | Жиры, г 1-4 класс | Жиры, г 5-11 класс | Углеводы, г 1-4 класс | Углеводы, г 5-11 класс | Энергетическая ценность, ккал 1-4 класс | Энергетическая ценность, ккал 5-11 класс | Цена 1-4 класс | Цена 5-11 класс | Цена Дети ОВЗ 1-4 класс | Цена Дети ОВЗ 5-11 класс |
|-----------------------|--------------------------------------|-------------|----------------------|-----------------------|--------------------|---------------------|-------------------|--------------------|-----------------------|------------------------|---|--|----------------|-----------------|-------------------------|--------------------------|
|                       |                                      |             |                      |                       |                    |                     |                   |                    |                       |                        |   |  |                |                 |                         |                          |
| четверг               |                                      |             |                      |                       |                    |                     |                   |                    |                       |                        |   |  |                |                 |                         |                          |
| Завтрак               | Омлет натуральный                    | 210         | 100/10               | 150/5                 | 16,17              | 21,56               | 28,8              | 38,4               | 3,06                  | 1,12                   | 336,00                                  | 1,12                                     | 30,52          | 41,62           | 30,52                   | 41,62                    |
|                       | Кофейный напиток с молоком сгущенным | 380         | 200                  | 200                   | 2,94               | 2,94                | 1,98              | 1,98               | 20,92                 | 20,92                  | 113,40                                  | 20,92                                    | 19,79          | 19,79           | 19,79                   | 19,79                    |
|                       | Хлеб ржано-пшеничный                 | ПР          | 40                   | 40                    | 1,12               | 3,16                | 0,22              | 0,40               | 9,88                  | 19,32                  | 45,98                                   | 19,32                                    | 2,72           | 2,72            | 2,72                    | 2,72                     |
|                       | Хлеб пшеничный                       | ПР          | 40                   | 40                    | 1,58               | 2,24                | 0,20              | 0,44               | 9,66                  | 19,76                  | 46,76                                   | 19,76                                    | 2,60           | 2,60            | 2,60                    | 2,60                     |
|                       | Апельсин                             | 338         | 50                   | 50                    | 0,90               | 0,90                | 0,20              | 0,20               | 8,10                  | 8,10                   | 43,00                                   | 8,10                                     | 12,50          | 12,50           | 12,50                   | 12,50                    |
|                       | Итого за завтрак                     |             |                      |                       |                    | 22,77               | 30,8              | 31,4               | 41,72                 | 51,62                  | 98,22                                   | 98,14                                    | 88,22          | 68,13           | 75,23                   | 68,13                    |
|                       | Огурец свежий                        | 71          | 30                   | 40                    | 0,42               | 0,70                | 0,60              | 0,10               | 1,14                  | 1,90                   | 7,20                                    | 12,00                                    | 10,50          | 14,00           | 10,50                   | 14,00                    |
|                       | Суп картофельный с бобовыми          | 102         | 200                  | 250                   | 3,92               | 4,90                | 4,26              | 5,33               | 15,38                 | 19,23                  | 115,54                                  | 144,43                                   | 9,89           | 12,36           | 9,89                    | 12,36                    |
|                       | Котлеты из курицы с маслом сливочным | 294         | 80/5                 | 90/10                 | 14,90              | 15,86               | 14,32             | 15,24              | 13,91                 | 14,80                  | 244,40                                  | 260,00                                   | 45,22          | 50,62           | 45,22                   | 50,62                    |
|                       | Макаронные изделия отварные          | 309         | 150                  | 200                   | 5,51               | 6,62                | 4,51              | 5,42               | 26,44                 | 31,73                  | 168,45                                  | 202,14                                   | 15,73          | 20,98           | 15,73                   | 20,98                    |
|                       | Компот из смеси сухофруктов          | 349         | 200                  | 200                   | 0,66               | 1,16                | 0,09              | 0,30               | 32,01                 | 47,26                  | 132,80                                  | 196,38                                   | 15,58          | 15,58           | 15,58                   | 15,58                    |
|                       | Хлеб пшеничный                       | ПР          | 40                   | 40                    | 1,58               | 1,12                | 0,20              | 0,22               | 9,66                  | 9,88                   | 46,76                                   | 45,98                                    | 2,60           | 2,60            | 2,60                    | 2,60                     |
|                       | Хлеб ржано-пшеничный                 | ПР          | 40                   | 40                    | 2,24               | 2,24                | 0,44              | 0,44               | 19,76                 | 19,76                  | 91,96                                   | 91,96                                    | 2,72           | 2,72            | 2,72                    | 2,72                     |
|                       | Итого за обед                        |             |                      |                       |                    | 28,23               | 32,60             | 24,42              | 27,06                 | 118,30                 | 144,58                                  | 807,11                                   | 852,39         | 102,24          | 116,86                  | 102,24                   |
| <b>Итого за день:</b> |                                      |             |                      |                       | 51,94              | 63,40               | 55,82             | 68,47              | 169,92                | 213,76                 | 1392,25                                 | 1022,11                                  | 170,37         | 198,09          | 170,37                  | 198,09                   |

Директор ООО "Адель"

О.М.Опекина

Зав.производством пищеблока

Н.Г.Кириловская



Утверждаю:  
 Директор гимназии №164  
 К.Н.Чернов

| Прием пищи | Наименование блюда | № рецептуры | Выход для 1-4 класса | Выход для 5-11 класса | Белки, г 1-4 класс | Белки, г 5-11 класс | Жиры, г 1-4 класс | Жиры, г 5-11 класс | Углеводы, г 1-4 класс | Углеводы, г 5-11 класс | Энергетическая ценность, ккал 1-4 класс | Энергетическая ценность, ккал 5-11 класс | Цена 1-4 класс | Цена 5-11 класс | Цена Дети ОБЗ 1-4 класс | Цена Дети ОБЗ 5-11 класс |
|------------|--------------------|-------------|----------------------|-----------------------|--------------------|---------------------|-------------------|--------------------|-----------------------|------------------------|---|--|----------------|-----------------|-------------------------|--------------------------|
|------------|--------------------|-------------|----------------------|-----------------------|--------------------|---------------------|-------------------|--------------------|-----------------------|------------------------|---|--|----------------|-----------------|-------------------------|--------------------------|

**11 февраля 2022 год**  
**пятница**

|                       |   |        |          |              |              |              |              |               |               |                |                |               |               |               |               |        |
|-----------------------|---|--------|----------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|----------------|----------------|---------------|---------------|---------------|---------------|--------|
| Завтрак               | Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным | 181    | 200/10   | 240/10       | 8,69         | 10,69        | 9,50         | 15,50         | 50,63         | 50,63          | 323,75         | 423,75        | 21,43         | 26,51         | 21,43         | 26,51  |
|                       | Масло (порциями)  | 14     | 10       | 20           | 0,08         | 0,08         | 7,25         | 7,25          | 0,13          | 0,13           | 66,00          | 66,00         | 6,02          | 12,04         | 6,02          | 12,04  |
|                       | Сыр (порциями)  | 15     | 20       | 20           | 6,96         | 6,96         | 8,85         | 8,85          | 0,00          | 0,00           | 108,00         | 108,00        | 15,58         | 15,58         | 15,58         | 15,58  |
|                       | Чай с лимоном   | 377    | 200/15/7 | 200/15/7     | 0,53         | 0,53         | 0,00         | 0,00          | 9,87          | 9,87           | 41,60          | 41,60         | 7,28          | 7,28          | 7,28          | 7,28   |
|                       | Хлеб ржано-пшеничный                                    | ПР     | 40       | 40           | 1,12         | 1,12         | 0,22         | 0,22          | 9,88          | 9,88           | 45,98          | 45,98         | 2,72          | 2,72          | 2,72          | 2,72   |
|                       | Хлеб пшеничный  | ПР     | 40       | 40           | 2,37         | 3,16         | 0,30         | 0,40          | 14,49         | 19,32          | 70,14          | 93,52         | 2,60          | 2,60          | 2,60          | 2,60   |
|                       | Яблоко  | 338    | 50       | 50           | 0,40         | 0,40         | 0,40         | 0,40          | 9,80          | 9,80           | 47,00          | 47,00         | 12,50         | 12,50         | 12,50         | 12,50  |
|                       | Итого за завтрак  |        |          |              | 20,75        | 22,94        | 20,32        | 32,62         | 94,88         | 99,63          | 762,47         | 872,87        | 68,13         | 79,23         | 68,13         | 79,23  |
| Обед                  | Зеленый горошек консервированный                        | 306    | 30       | 50           | 1,72         | 2,88         | 1,63         | 2,72          | 3,46          | 5,78           | 35,52          | 59,20         | 9,63          | 16,05         | 9,63          | 16,05  |
|                       | Рассольник Ленинградский со сметаной                    | 96     | 250/20   | 250/20       | 2,01         | 2,20         | 5,09         | 5,20          | 11,98         | 15,58          | 107,25         | 117,90        | 19,69         | 19,69         | 19,69         | 19,69  |
|                       | Тефтели 1-й вариант с соусом сметанный с томатом        | 278/31 | 60/50    | 70/50        | 7,83         | 11,74        | 8,75         | 13,12         | 10,25         | 15,37          | 151,00         | 226,49        | 42,73         | 47,97         | 42,73         | 47,97  |
|                       | Каша гречневая рассыпчатая                              | 302    | 150      | 200          | 10,67        | 11,87        | 4,91         | 5,47          | 47,80         | 53,12          | 278,23         | 309,15        | 14,87         | 19,83         | 14,87         | 19,83  |
|                       | Чай с джемом  | 376    | 200/20   | 200/20       | 0,16         | 0,16         | 0,020        | 0,020         | 14,33         | 14,33          | 58,00          | 58,00         | 10,00         | 10,00         | 10,00         | 10,00  |
|                       | Хлеб пшеничный  | ПР     | 40       | 40           | 3,16         | 3,16         | 0,40         | 0,40          | 19,32         | 19,32          | 93,52          | 93,52         | 2,60          | 2,60          | 2,60          | 2,60   |
|                       | Хлеб ржано-пшеничный                                    | ПР     | 40       | 40           | 2,24         | 2,24         | 0,44         | 0,44          | 19,76         | 19,76          | 91,96          | 91,96         | 2,72          | 2,72          | 2,72          | 2,72   |
|                       | Итого за обед   |        |          |              | 27,79        | 34,25        | 21,24        | 27,37         | 126,90        | 143,26         | 815,48         | 958,22        | 102,24        | 118,86        | 102,24        | 118,86 |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b> |   |        |          | <b>47,94</b> | <b>57,19</b> | <b>47,76</b> | <b>59,99</b> | <b>221,70</b> | <b>242,89</b> | <b>1577,95</b> | <b>1782,07</b> | <b>170,37</b> | <b>198,09</b> | <b>170,37</b> | <b>198,09</b> |        |

Директор ООО "Адель"

О.М.Опекина

Зав.производством пищеблока

Н.Г.Кириловская