

| Наименование | ВЫХОД 3-7 л | Ккалл |
|--|-------------|---------------|
| 1 день (понедельник) | | |
| Завтрак | | |
| Каша молочная овсяная из "Геркулеса" жидкая | 200 | 183,58 |
| Чай с сахаром | 180 | 40 |
| Сыр (порциями) | 10 | 38 |
| Масло (порциями) | 7 | 64,87 |
| Хлеб пшеничный в/с или батон из муки высшего сорта (батон) | 25 | 58,75 |
| итого | 422 | 385,2 |
| | | |
| 2 завтрак | | |
| Сок фруктовый яблочный | 180 | 77,18 |
| | | |
| Обед | | |
| Икра морковная | 50 | 55,99 |
| или овощи порционно свежие с 05.2024г. | 50 | 8,2 |
| Щи по-уральски (говядина) | 200 | 88,11 |
| Шницель рубленый (говядина) | 70 | 148,8 |
| Соус красный основной | 30 | 19,97 |
| Макаронные изделия отварные | 130 | 145,99 |
| Компот из сушеных фруктов (смесь) | 180 | 61,13 |
| Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 25 | 58,75 |
| Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 30 | 70,5 |
| итого | 715 | 649,22 |
| | | |
| Полдник | | |
| К/м продукция "Снежок"(АО "АФ "Ангара", м.д.ж 2,5%) | 180 | 90 |
| Кондитерские изделия: Пряник | 60 | 220,8 |
| Плоды и ягоды свежие (яблоко) | 100 | 44 |
| итого | 340 | 354,8 |
| | | |
| ужин | | |
| Салат из свеклы с чесноком | 50 | 54,87 |
| Зразы рыбные с яйцом (минтай) | 70 | 96,69 |
| Соус томатный | 30 | 16,85 |
| Картофель отварной в молоке | 130 | 109,72 |
| Чай с молоком (молоко 2,5% АО "АО "АФ"Ангара") | 180 | 83,9 |
| Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 30 | 70,5 |
| Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 20 | 47 |
| итого | 510 | 479,53 |
| среднедневная сбалансированность | | 1945,9 |
| <i>составил: технолог МКУ "ЦБУО"</i> | | |

| Наименование | ВЫХОД 3-7 л | Ккалл |
|---|-------------|---------------|
| 2день (вторник) | | |
| завтрак | | |
| Каша молочная пшеничная жидкая | 200 | 177,5 |
| Кофейный напиток с молоком (молоко 2,5% АО "АО "АФ"Ангара") | 180 | 90,1 |
| Масло (порциями) | 7 | 64,87 |
| Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С. (хлеб) | 20 | 47 |
| итого | 407 | 379,47 |
| 2 завтрак | | |
| Сок фруктовый абрикосовый | 180 | 95,27 |
| обед | | |
| Салат "Здоровье" | 50 | 46,5 |
| или овощи порционно свежие с 05.2024г. | 50 | 8,2 |
| Суп картофельный с клецками (мясо птицы) | 200 | 108,07 |
| Суфле из кур/масло сливочное после термообработки | 70 | 131,33 |
| Масло сливочное после термообработки | 5 | 33,1 |
| Каша вязкая (гречневая) | 130 | 126,1 |
| Кисель из сухофруктов | 180 | 73,5 |
| Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 30 | 70,5 |
| Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 30 | 70,5 |
| итого | 695 | 659,5 |
| Полдник | | |
| Чай с сахаром | 200 | 40 |
| Сдоба обыкновенная | 60 | 189,16 |
| итого | 260 | 229,16 |
| ужин | | |
| Запеканка из творога с яблоками/соус молочный сладкий№369 | 180 | 258,86 |
| Напиток из шиповника | 180 | 46,07 |
| Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 30 | 70,5 |
| Плоды и ягоды свежие (банан) | 100 | 95 |
| итого | 490 | 470,4 |
| среднедневная сбалансированность | | 1833,9 |
| <i>составил: технолог МКУ "ЦБУО"</i> | | |

| Наименование | ВЫХОД 3-7 л | Ккалл |
|--|-------------|---------------|
| 3 день | | |
| завтрак (среда) | | |
| Суп молочный с крупой (рис) | 200 | 132,4 |
| Какао с молоком (молоко 2,5% АО "АО "АФ"Ангара") | 180 | 97,36 |
| Масло (порциями) | 7 | 64,87 |
| Сыр (порциями) | 10 | 38 |
| Хлеб пшеничный в/с или батон из муки высшего сорта (батон) | 25 | 58,75 |
| итого | 422 | 391,38 |
| 2 завтрак | | |
| Сок фруктовый (грушевый) | 180 | 81,9 |
| обед | | |
| Рассольник на бульоне (мелкошинкованный) (птица) | 200 | 80,51 |
| Рыба(минтай), запеченная с морковью | 80 | 87,08 |
| Пюре картофельное | 130 | 118,77 |
| Компот из свежих яблок с лимоном | 180 | 47,79 |
| Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 25 | 58,75 |
| Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 30 | 70,5 |
| Итого | 645 | 463,4 |
| Полдник | | |
| Чай с лимоном | 180 | 41 |
| Кондитерские изделия: Печенье | 60 | 271,8 |
| итого | 240 | 312,8 |
| ужин | | |
| Сырники с морковью/соус яблочный №230 | 180 | 299,73 |
| Компот из сушеных фруктов (изюм) | 200 | 110,18 |
| Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 30 | 70,5 |
| Плоды и ягоды свежие (яблоко) | 100 | 44 |
| итого | 510 | 491,98 |
| среднедневная сбалансированность | | 1741,5 |
| <i>составил: технолог МКУ "ЦБУО"</i> | | |

| Наименование | ВЫХОД 3-7 л | Ккалл |
|---|-------------|---------------|
| 4 день (четверг) | | |
| завтрак | | |
| Омлет натуральный/икра кабачковая(130/50) | 180 | 260,78 |
| Чай с молоком (молоко 2,5% АО "АО "АФ"Ангара") | 190 | 88,09 |
| Масло (порциями) | 7 | 64,87 |
| Хлеб пшеничный в/с или батон из муки высшего сорта (хлеб) | 30 | 70,5 |
| итого | 407 | 484,24 |
| 2 завтрак | | |
| Плоды и ягоды свежие (банан) | 100 | 95 |
| обед | | |
| Винегрет овощной | 50 | 47,4 |
| или овощи порционно свежие с 05.2024г. | 50 | 8,2 |
| Суп из овощей (мясо птицы) | 200 | 81,73 |
| Котлеты припущенные(птица) | 70 | 134,31 |
| Соус молочный | 30 | 33,7 |
| Пюре из гороха с маслом | 130 | 218,89 |
| Напиток яблочный | 180 | 48,72 |
| Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 25 | 58,75 |
| Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 30 | 70,5 |
| итого | 715 | 694 |
| Полдник | | |
| К/м продукция "Бифидок"(АО "АФ"Ангара") | 190 | 94,5 |
| Пирожки печеные из сдобного теста с капустным фаршем | 60 | 145,17 |
| итого | 250 | 239,67 |
| ужин | | |
| Каша пшенная с яблоками и маслом сливочным | 200 | 228,98 |
| Чай с сахаром | 200 | 40 |
| Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 25 | 58,75 |
| Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 25 | 47 |
| итого | 450 | 374,73 |
| Среднедневная сбалансированность | | 1887,6 |
| <i>составил: технолог МКУ "ЦБУО"</i> | | |

| Наименование | выход 3-7 л | Ккалл |
|--|-------------|---------------|
| 5 день (пятница) | | |
| завтрак | | |
| Суп молочный с крупой (пшенная) | 200 | 146,8 |
| Кофейный напиток с молоком (молоко 2,5% АО "АО "АФ"Ангара") | 180 | 90,1 |
| Сыр (порциями) | 10 | 38 |
| Масло (порциями) | 7 | 64,87 |
| Хлеб пшеничный в/с или батон из муки высшего сорта (хлеб) | 35 | 82,25 |
| итого | 432 | 422,02 |
| 2 завтрак | | |
| Плоды и ягоды свежие (яблоко) | 100 | 44 |
| обед | | |
| Салат из свеклы и моркови или овощи порционно свежие с 05.2024г. | 50 | 54,59 |
| Борщ с капустой и картофелем (говядина) | 200 | 89,91 |
| Оладьи из печени по-кунцевски | 70 | 151,67 |
| Соус молочный к блюдам | 25 | 18,72 |
| Макаронные изделия отварные | 130 | 145,99 |
| Компот из яблок и изюма | 180 | 60,54 |
| Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 25 | 58,75 |
| Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 30 | 70,5 |
| итого | 710 | 650,67 |
| Полдник | | |
| Чай с повидлом | 200 | 40 |
| Сдоба обыкновенная | 60 | 189,16 |
| итого | 260 | 229,16 |
| ужин | | |
| Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом или овощи порционно свежие с 05.2024г. | 50 | 55,6 |
| Голубцы ленивые | 60 | 8,2 |
| Компот из сухофруктов и шиповника | 190 | 240,35 |
| Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 180 | 52,24 |
| Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 20 | 41,98 |
| Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 20 | 41,2 |
| итого | 460 | 431,38 |
| Среднедневная сбалансированность | | 1777,2 |
| <i>составил: технолог МКУ "ЦБУО"</i> | | |

| Наименование | ВЫХОД 3-7 л | Ккалл |
|--|-------------|---------------|
| 6 день (понедельник) | | |
| завтрак | | |
| Каша молочная манная жидкая | 200 | 158,68 |
| Чай с сахаром | 180 | 40 |
| Сыр (порциями) | 10 | 38 |
| Масло (порциями) | 7 | 64,87 |
| Хлеб пшеничный в/с или батон из муки высшего сорта (батон) | 35 | 82,25 |
| итого | 432 | 383,80 |
| 2 завтрак | | |
| Плоды и ягоды свежие (банан) | 100 | 95 |
| обед | | |
| Салат из свеклы или овощи порционно свежие с 05.2024г. | 50 | 47,0 |
| Суп с макаронными изделиями (говядина) | 200 | 101,46 |
| Рулет с луком и яйцом | 70 | 12,8 |
| Соус молочный | 30 | 33,7 |
| Каша вязкая (гречневая) | 130 | 126,1 |
| Компот из сушеных фруктов (смесь) | 180 | 61,13 |
| Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 25 | 58,75 |
| Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 30 | 70,5 |
| итого | 715 | 511,34 |
| Полдник | | |
| К/м продукция "Йогурт" (АО "АФ"Ангара") | 200 | 100 |
| Кондитерские изделия: Пряник | 60 | 220,8 |
| итого | 260 | 320,8 |
| ужин | | |
| Рыба, тушенная с овощами (минтай) | 80 | 74,96 |
| Картофель отварной в молоке | 130 | 109,72 |
| Чай с молоком (молоко 2,5% АО "АО "АФ"Ангара") | 180 | 83,9 |
| Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 30 | 58,75 |
| Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 30 | 70,5 |
| итого | 450 | 397,83 |
| Среднедневная сбалансированность | | 1708,8 |

| Наименование | ВЫХОД 3-7 л | Ккалл |
|---|-------------|---------------|
| 7день (вторник) | | |
| завтрак | | |
| Каша молочная овсяная из "Геркулеса" жидкая | 200 | 183,58 |
| Кофейный напиток с молоком (молоко 2,5% АО "АО "АФ"Ангара") | 180 | 90,1 |
| Масло (порциями) | 7 | 64,87 |
| Хлеб пшеничный в/с или батон из муки высшего сорта (хлеб) | 30 | 70,5 |
| итого | 417 | 409,05 |
| 2 завтрак | | |
| Сок фруктовый (грушевый) | 180 | 81,9 |
| обед | | |
| Суп- лапша домашняя (птица) | 200 | 114,4 |
| Котлеты рубленые из кур, запеченные с соусом молочным | 70 | 136,89 |
| Рагу из овощей | 130 | 111,67 |
| Компот из свежих яблок с лимоном | 180 | 47,79 |
| Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 25 | 58,75 |
| Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 30 | 70,5 |
| итого | 635 | 540 |
| Полдник | | |
| Чай с лимоном | 190 | 43,05 |
| Пирог открытый | 60 | 165 |
| итого | 250 | 208,05 |
| ужин | | |
| Суфле творожное/соус сметанный 6/11/екат-11 | 190 | 268,57 |
| Кисель из сухофруктов | 180 | 68,39 |
| Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 25 | 58,75 |
| Плоды и ягоды свежие (яблоко) | 100 | 44 |
| итого | 495 | 439,71 |
| Среднедневная сбалансированность | | 1678,7 |
| <i>составил: технолог МКУ "ЦБУО"</i> | | |

| Наименование | ВЫХОД 3-7 л | Ккалл |
|---|-------------|---------------|
| 8 день (среда) | | |
| Завтрак | | |
| Суп молочный с крупой (ячневая) | 200 | 142,2 |
| Какао с молоком (молоко 2,5% АО "АО "АФ"Ангара") | 180 | 97,36 |
| Масло (порциями) | 7 | 64,87 |
| Хлеб пшеничный в/с или батон из муки высшего сорта (батон) | 25 | 58,75 |
| итого | 412 | 363,2 |
| 2завтрак | | |
| Плоды и ягоды свежие (банан) | 100 | 90,25 |
| Обед | | |
| Салат из отварной свеклы с солеными огурцами и растительным или овощи порционно свежие с 05.2024г. | 50 50 | 77,24 8,2 |
| Суп крестьянский с крупой (птица) | 200 | 97,39 |
| Птица, тушенная с овощами | 200 | 205,35 |
| Компот из сухофруктов и шиповника | 180 | 52,24 |
| Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 25 | 58,75 |
| Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 30 | 70,5 |
| итого | 685 | 561,47 |
| Полдник | | |
| Молоко кипяченое (АО "АФ"Ангара" м.д.ж.2,5%) | 200 | 106 |
| Ватрушка французская | 50 | 158,81 |
| итого | 250 | 264,81 |
| ужин | | |
| Икра морковная | 50 | 46,66 |
| Макароны, запеченные с яйцом | 205 | 250 |
| Чай с сахаром | 180 | 40 |
| Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 30 | 70,5 |
| итого | 465 | 407,2 |
| Среднедневная сбалансированность | | 1686,9 |
| <i>составил: технолог МКУ "ЦБУО"</i> | | |

| Наименование | ВЫХОД 3-7 л | Ккалл |
|--|-------------|---------------|
| 9 день (четверг) | | |
| завтрак | | |
| Каша молочная ассорти (рис, кукуруза) с маслом сливочным | 200 | 167,44 |
| Чай с молоком (молоко 2,5% АО "АО "АФ"Ангара") | 180 | 83,9 |
| Масло (порциями) | 7 | 64,87 |
| Хлеб пшеничный в/с или батон из муки высшего сорта (хлеб) | 30 | 70,5 |
| итого | 417 | 386,71 |
| 2 завтрак | | |
| Плоды и ягоды свежие (яблоко) | 100 | 44 |
| обед | | |
| Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом | 50 | 55,6 |
| или овощи порционно свежие с 05.2024г. | 50 | 8,2 |
| Суп картофельный с бобовыми (птица) | 200 | 117,26 |
| Биточки припущенные(птица)/соус молочный | 70 | 134,31 |
| Соус молочный | 30 | 33,7 |
| Каша вязкая (пшенная) | 130 | 136,5 |
| Кисель из шиповника | 180 | 94,99 |
| Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 25 | 58,75 |
| Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 30 | 70,5 |
| итого | 715 | 667,9 |
| Полдник | | |
| К/м продукция "Снежок" (АО "АФ"Ангара") | 180 | 90 |
| Блинчики с повидлом | 110 | 190 |
| итого | 290 | 280 |
| ужин | | |
| Рыба, запеченная в омлете (минтай) | 80 | 104,2 |
| Пюре картофельное с морковью | 130 | 108,42 |
| Компот из плодов сушеных (изюм) | 200 | 84,31 |
| Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 25 | 58,75 |
| Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 25 | 51,5 |
| итого | 460 | 407,18 |
| Среднедневная сбалансированность | | 1785,8 |
| <i>составил: технолог МКУ "ЦБУО"</i> | | |

| Наименование | ВЫХОД 3-7 л | Ккалл |
|---|-------------|---------------|
| 10 день (пятница) | | |
| завтрак | | |
| Суп молочный с крупой (кукуруза) | 200 | 131,8 |
| Кофейный напиток с молоком (молоко 2,5% АО "АО "АФ"Ангара") | 180 | 90,1 |
| Масло (порциями) | 7 | 64,87 |
| Сыр (порциями) | 10 | 38 |
| Хлеб пшеничный в/с или батон из муки высшего сорта (хлеб) | 30 | 70,5 |
| итого | 427 | 395,27 |
| 2 завтрак | | |
| Сок фруктовый абрикосовый | 180 | 95,27 |
| обед | | |
| Салат "Здоровье" | 50 | 46,5 |
| или овощи порционно свежие с 05.2024г. | 50 | 8,2 |
| Рассольник на бульоне (мелкошинкованный) (птица) | 200 | 80,51 |
| Фрикадельки из кур (м.д.ж. 12%) | 70 | 131,68 |
| Соус томатный | 30 | 18,02 |
| Рис отварной с овощами | 130 | 159,25 |
| Напиток яблочный | 180 | 55,86 |
| Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 25 | 58,75 |
| Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 30 | 70,5 |
| итого | 715 | 621,05 |
| Полдник | | |
| Молоко кипяченое (АО "АФ"Ангара" м.д.ж.2,5%) | 190 | 100,6 |
| Сдоба обыкновенная | 60 | 189,16 |
| итого | 250 | 289,76 |
| ужин | | |
| Икра кабачковая после т/о | 50 | 59,5 |
| Макароны, запеченные с сыром | 205 | 272 |
| Чай с лимоном | 180 | 41 |
| Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 20 | 47 |
| Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 20 | 47 |
| Фрукты и ягоды свежие (яблоко) | 100 | 44 |
| итого | 575 | 463,5 |
| Среднедневная сбалансированность | | 1864,9 |
| <i>составил: технолог МКУ "ЦБУО"</i> | | |

| Наименование | ВЫХОД 3-7 л | Ккалл |
|--|-------------|----------------|
| 11 день (понедельник) | | |
| завтрак | | |
| Каша молочная манная жидкая | 200 | 158,68 |
| Чай с сахаром | 180 | 40 |
| Сыр (порциями) | 10 | 38 |
| Масло (порциями) | 7 | 64,87 |
| Хлеб пшеничный в/с или батон из муки высшего сорта (батон) | 25 | 58,75 |
| итого | 422 | 360 |
| 2 завтрак | | |
| Плоды и ягоды свежие (яблоко) | 100 | 44 |
| обед | | |
| Салат из свеклы с чесноком или овощи порционно свежие с 05.2024г. | 50 60 | 54,87 8,2 |
| Суп рисовый с мясом (говядина) | 200 | 84,19 |
| Котлеты рубленые (говядина) | 70 | 148,8 |
| Соус молочный | 30 | 33,7 |
| Каша вязкая (гречневая) | 130 | 126,1 |
| Компот из плодов сушеных (курага) | 180 | 76,51 |
| Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 25 | 58,75 |
| Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 30 | 70,5 |
| итого | 715 | 653,400 |
| Полдник | | |
| К/м продукция "Варенец"(АО "АФ"Ангара" м.д.ж 2,5%) | 200 | 90 |
| Кондитерские изделия: Пряник | 60 | 220,8 |
| итого | 260 | 310,8 |
| ужин | | |
| Котлеты рыбные запеченные (минтай) | 70 | 99,07 |
| Соус томатный | 30 | 18,02 |
| Пюре картофельное | 130 | 118,77 |
| Чай с молоком (молоко 2,5% АО "АО "АФ"Ангара") | 180 | 83,9 |
| Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 25 | 58,75 |
| Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 30 | 70,5 |
| итого | 465 | 449,01 |
| Среднедневная сбалансированность | | 1817,51 |
| составил: технолог МКУ "ЦБУО" | | |

| Наименование | ВЫХОД 3-7 л | Ккалл |
|--|-------------|----------------|
| 12 день (вторник) | | |
| завтрак | | |
| Суп молочный с крупой ("Геркулес") | 180 | 133,92 |
| Кофейный напиток с молоком (молоко 2,5% АО "АО "АФ"Ангара") | 180 | 90,1 |
| Масло (порциями) | 7 | 64,87 |
| Хлеб пшеничный в/с или батон из муки высшего сорта (хлеб) | 35 | 82,5 |
| | 402 | 371,39 |
| 2 завтрак | | |
| Плоды и ягоды свежие (банан) | 100 | 95 |
| | | |
| обед | | |
| Винегрет овощной | 50 | 47,4 |
| или овощи порционно свежие с 05.2024г. | 50 | 8,2 |
| Суп-лапша домашняя (мясо птицы) | 200 | 114,4 |
| Мясо кур отварное в соусе | 80 | 137,58 |
| Гарнир сложный (пюре картофельное/капуста тушеная65/65) | 130 | 108,29 |
| Напиток яблочный | 200 | 62,07 |
| Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 25 | 58,75 |
| Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 25 | 51,5 |
| итого | 580 | 471,7 |
| | | |
| Полдник | | |
| Чай с лимоном | 190 | 43,83 |
| Булочка "Веснушка" | 60 | 199,3 |
| итого | 250 | 243,13 |
| | | |
| ужин | | |
| Пудинг из творога с рисом (творог 5% АО "АФ "Ангара")/соус фруктовый из кураги | 190 | 297,81 |
| Компот из сухофруктов и шиповника | 200 | 57,46 |
| Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 30 | 70,5 |
| Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 30 | 70,5 |
| итого | 450 | 496 |
| Среднедневная сбалансированность | | 1677,49 |
| <i>составил: технолог МКУ "ЦБУО"</i> | | |

| Наименование | ВЫХОД 3-7 л | Ккалл |
|--|-------------|---------------|
| 13 день (среда) | | |
| завтрак | | |
| Каша "Дружба" | 200 | 170,06 |
| Какао с молоком (молоко 2,5% АО "АО "АФ"Ангара") | 180 | 97,36 |
| Масло (порциями) | 7 | 64,87 |
| Хлеб пшеничный в/с или батон из муки высшего сорта (батон) | 25 | 58,75 |
| итого | 412 | 391,0 |
| | | |
| 2 завтрак | | |
| Сок фруктовый (грушевый) | 180 | 81,9 |
| | | |
| обед | | |
| Салат "Степной" | 50 | 42,5 |
| или овощи порционно свежие с 05.2024г. | 50 | 8,2 |
| Суп из овощей (птица) | 200 | 90,77 |
| Зразы рубленые из птицы с омлетом и овощами | 70 | 127,6 |
| Соус томатный | 30 | 18,02 |
| Каша вязкая (пшенная) | 130 | 136,5 |
| Компот из сушеных фруктов (смесь) | 180 | 61,13 |
| Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 25 | 58,75 |
| Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 30 | 70,5 |
| итого | 715 | 605,77 |
| | | |
| Полдник | | |
| Чай с сахаром | 180 | 40 |
| Уголок творожный | 80 | 207,84 |
| итого | 260 | 247,84 |
| | | |
| ужин | | |
| Запеканка картофельная с печенью | 160 | 206 |
| Соус красный основной | 30 | 9,98 |
| Кисель из шиповника | 180 | 95,0 |
| Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 30 | 70,5 |
| Плоды и ягоды свежие (банан) | 50 | 47,5 |
| итого | 450 | 428,97 |
| | | |
| Среднедневная сбалансированность | | 1755,5 |
| <i>составил: технолог МКУ "ЦБУО"</i> | | |

| Наименование | ВЫХОД 3-7 л | Ккалл |
|---|-------------|---------------|
| 14 день (четверг) | | |
| завтрак | | |
| Суп молочный с крупой (крупя гречневая) | 200 | 141,6 |
| Чай с молоком (молоко 2,5% АО "АО "АФ"Ангара") | 180 | 83,9 |
| Масло (порциями) | 7 | 64,87 |
| Сыр (порциями) | 10 | 38 |
| Хлеб пшеничный в/с или батон из муки высшего сорта (хлеб) | 30 | 70,5 |
| итого | 427 | 398,87 |
| | | |
| 2 завтрак | | |
| Сок фруктовый яблочный | 200 | 85,66 |
| | | |
| обед | | |
| Салат из отварной свеклы с солеными огурцами | 50 | 50,63 |
| или овощи порционно свежие с 05.2024г. | 50 | 8,2 |
| Щи из свежей капусты с картофелем (птица) | 200 | 81,37 |
| Шницель припущенный (птица)/соус | 70 | 134,31 |
| Соус красный основной | 30 | 20,0 |
| Каша вязкая (пшеничная) | 130 | 132,08 |
| Компот из свежих яблок с лимоном | 180 | 47,79 |
| Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 25 | 58,75 |
| Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 30 | 70,5 |
| итого | 715 | 547,6 |
| | | |
| Полдник | | |
| Компот из сушеных фруктов (смесь) | 180 | 61,13 |
| Кондитерские изделия: Печенье | 60 | 271,8 |
| Плоды и ягоды свежие (яблоко) | 100 | 44 |
| итого | 340 | 376,9 |
| | | |
| ужин | | |
| Биточки рыбные с овощами запеченные (минтай) | 70 | 97,98 |
| Картофель отварной | 130 | 123,37 |
| Чай с повидлом | 200 | 44,4 |
| Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 25 | 58,75 |
| Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 30 | 70,5 |
| итого | 455 | 395,0 |
| | | |
| Среднедневная сбалансированность | | 1804,1 |
| <i>составил: технолог МКУ "ЦБУО"</i> | | |

| Наименование | ВЫХОД 3-7 л | Ккалл |
|---|-------------|----------------|
| 15 день (пятница) | | |
| завтрак | | |
| Икра кабачковая после т/о | 50 | 59,5 |
| Омлет натуральный/икра кабачковая(130/40) | 130 | 201,28 |
| Кофейный напиток с молоком (молоко 2,5% АО "АО "АФ"Ангара") | 180 | 90,1 |
| Масло (порциями) | 7 | 64,87 |
| Хлеб пшеничный в/с или батон из муки высшего сорта (хлеб) | 35 | 70,5 |
| итого | 402 | 486,3 |
| | | |
| 2 завтрак | | |
| Сок фруктовый абрикосовый | 180 | 95,27 |
| | | |
| обед | | |
| Салат из моркови с зеленым горошком | 50 | 60,04 |
| или овощи порционно свежие с 05.2024г. | 50 | 8,2 |
| Уха с крупой (горбуша) | 200 | 101,22 |
| Котлеты рубленые, запеченные с молочным соусом | 60 | 128,0 |
| Рис припущенный | 130 | 173,3 |
| Соус томатный | 30 | 16,85 |
| Компот из яблок и изюма | 180 | 54,48 |
| Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 25 | 58,75 |
| Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 30 | 70,5 |
| итого | 705 | 663,1 |
| | | |
| Полдник | | |
| Молоко кипяченое (АО "АФ"Ангара" м.д.ж.2,5%) | 180 | 95,4 |
| Пирог открытый | 60 | 165 |
| Фрукты и ягоды свежие (банан) | 100 | 95 |
| итого | 340 | 355,40 |
| | | |
| ужин | | |
| Салат из свеклы с чесноком | 50 | 54,61 |
| Макароны, запеченные с сыром | 205 | 272 |
| Чай с сахаром | 180 | 40 |
| Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С. | 30 | 70,5 |
| итого | 465 | 437,11 |
| Среднедневная сбалансированность | | 2037,2 |
| | | |
| | | 27002,9 |
| | | 15 |
| среднедневная сбалансированность за 15 дней | | 1800 |