Приложение № 2 к Государственному контракту

№ 47-ЭА-2022 от «07» ноября 2022г.

**Цикличное меню**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование | | Ккал (дошкольники / школьники) | |  | Выход (дошкольники / школьники), гр. | | | | |
|  | | **День ПЕРВЫЙ** | | | | | | | | |
|  | | Завтрак | | | 3-7 лет | | 7-11-лет | | | 12-18 |
| 1 | суп молочный с макаронными изделиями | | 235 | 329 | 150-200 | | 150-200 | | | 200-250 |
| 2 | бутерброд с маслом и сыром | | 254 | 375 | 20/6 | | 50/9 | | | 100/11 |
| 3 | какао напиток на молоке | | 153 | 153 | 200 | | 200 | | | 200 |
|  | | Второй завтрак | | | | | | | | |
| 1 | яблоки | | 94 | 80 | 100 | | 185 | | 185 | |
|  | | Обед | | | | | | | | |
| 1 | огурцы консервированные | | 6 | 8 | 50/60 | | 60/100 | | 100/150 | |
| 2 | суп гороховый с говядиной | | 49 | 83 | 180/200 | | 200/250 | | 250/300 | |
| 3 | картофельное пюре | | 112 | 149 | 130/150 | | 150/200 | | 180/230 | |
| 4 | гуляш в молочном соусе | | 93 | 145 | 70/80 | | 90/120 | | 100/1250 | |
| 5 | компот из кураги | | 123 | 123 | 200 | | 200 | | 200 | |
| 6 | хлеб пшеничный | | 50 | 70 | 20 | | 50 | | 50 | |
| 7 | хлеб ржаной | | 109 | 201 | 50 | | 40 | | 60 | |
|  | | Полдник | | | | | | | | |
| 1 | блинчики с маслом | | 240 | 250 | 80 | | | 90 | 100 | |
| 2 | сок | | 120 | 120 | 100 | | | 200 | 200 | |
|  | | Ужин | | | | | | | | |
| 1 | рыба тушеная в томате с овощами | | 89 | 172 | 70-80 | | | 90-120 | 100/120 | |
| 2 | гарнир рисовый с овощами | | 89 | 115 | 130/150 | | | 150/200 | 180/230 | |
| 3 | чай с молоком | | 86 | 86 | 200 | | | 200 | 200 | |
| 4 | хлеб пшеничный | | 50 | 70 | 40 | | | 50 | 50 | |
| 5 | хлеб ржаной | | 109 | 201 |  | | | 40 | 60 | |
|  | | Второй ужин | | | | | | | | |
| 1 | йогурт | | 112 | 112 | 200 | | | 200 | 200 | |
| 2 | печенье | | 22 | 22 | 30 | | | 30 | 30 | |
|  | | **День ВТОРОЙ** | | | | | | | | |
|  | | Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | каша из овсяных хлопьев | | 216 | 338 | 150/200 | | | 150/200 | 200/250 | |
| 2 | бутерброд с маслом | | 254 | 375 | 20/6 | | | 50/9 | 100/11 | |
| 3 | напиток кофейный | | 151 | 151 | 200 | | | 200 | 200 | |
|  | | Второй завтрак | | | | | | | | |
| 1 | груши | | 65 | 65 | 100 | | | 185 | 185 | |
| Обед | | | | | | | |  |  | |
| 1 | томаты консервированные | | 7 | 8 | 50/60 | | | 60/100 | 100/150 | |
| 2 | суп крестьянский с говядиной | | 233 | 282 | 180/200 | | | 200/250 | 250/300 | |
| 3 | картофельное пюре | | 152 | 186 | 130/150 | | | 150/200 | 180/230 | |
| 4 | печень по-строгановски | | 98 | 132 | 70/80 | | | 90/120 | 100/120 | |
| 5 | компот из сухофруктов | | 113 | 113 | 200 | | | 200 | 200 | |
| 6 | хлеб пшеничный | | 50 | 70 | 20 | | | 50 | 50 | |
| 7 | хлеб ржаной | | 109 | 201 | 50 | | | 40 | 60 | |
|  | | Полдник | | | | | | | | |
| 1 | ватрушки с творогом | | 229 | 286 | 80 | | | 90 | 100 | |
| 2 | сок | | 120 | 120 | 100 | | | 200 | 200 | |
|  | | Ужин | | | | | | | | |
| 1 | капуста тушеная с птицей | | 40 | 98 | 200/230 | | | 240/320 | 280/350 | |
| 2 | чай с сахаром | | 50 | 50 | 200 | | | 200 | 200 | |
| 4 | хлеб пшеничный | | 50 | 70 | 40 | | | 50 | 50 | |
| 5 | хлеб ржаной | | 109 | 201 |  | | | 40 | 60 | |
|  | | Второй ужин | | | | | | | | |
| 1 | йогурт | | 112 | 112 | 200 | | | 200 | 200 | |
|  | | **День ТРЕТИЙ** | | | | | | | | |
|  | | Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | запеканка творожная с повидлом | | 336 | 428 | 150/200 | | | 150/200 | 200/250 | |
| 2 | бутерброд с маслом | | 254 | 375 | 20/6 | | | 50/9 | 100/11 | |
| 3 | какао напиток | | 55 | 60 | 200 | | | 200 | 200 | |
|  | | Второй завтрак | | | | | | | | |
| 1 | бананы | | 192 | 144 | 100 | | | 185 | 185 | |
|  | | Обед | | | | | | | | |
| 1 | суп с фасолью с говядиной | | 50 | 87 | 180/200 | | | 200/250 | 250/300 | |
| 2 | каша гречневая рассыпчатая | | 196 | 227 | 130/150 | | | 150/200 | 180/230 | |
| 3 | рулет мясной с яйцом | | 154 | 201 | 70/80 | | | 90/120 | 100/120 | |
| 4 | компот из сухофруктов | | 113 | 113 | 200 | | | 200 | 200 | |
| 5 | хлеб пшеничный | | 50 | 70 | 20 | | | 50 | 50 | |
| 6 | хлеб ржаной | | 109 | 201 | 50 | | | 40 | 60 | |
|  | | Полдник | | | | | | | | |
| 1 | кольцо московское | | 60 | 82 | 60 | | | 70 | 80 | |
| 2 | сок | | 120 | 120 | 100 | | | 200 | 200 | |
|  | | Ужин | | | | | | | | |
| 1 | рыба по-польски | | 111 | 185 | 70/80 | | | 90/120 | 100/120 | |
| 2 | картофельное пюре | | 149 | 223 | 130/150 | | | 150/200 | 180/230 | |
| 3 | чай с сахаром | | 50 | 50 | 200 | | | 200 | 200 | |
| 4 | хлеб пшеничный | | 50 | 70 | 40 | | | 50 | 50 | |
| 5 | хлеб ржаной | | 109 | 201 |  | | | 40 | 60 | |
|  | | Второй ужин | | | | | | | | |
| 1 | снежинка | | 138 | 138 | 200 | | | 200 | 200 | |
| 2 | вафли | | 88 | 88 | 30 | | | 30 | 30 | |
|  | | **День ЧЕТВЕРТЫЙ** | | | | | | | | |
|  | | Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | омлет натуральный | | 148 | 201 | 150/200 | | | 150/200 | 200/250 | |
| 2 | бутерброд с маслом и сыром | | 254/70 | 375/84 | 20/6 /12 | | | 50/9/20 | 100/11/30 | |
| 3 | напиток кофейный | | 55 | 55 | 200 | | | 200 | 200 | |
|  | | Второй завтрак | | | | | | | | |
| 1 | апельсин | | 86 | 64 | 100 | | | 185 | 185 | |
|  | | Обед | | | | | | | | |
| 1 | огурцы консервированные | | 6 | 8 | 50/60 | | | 60/100 | 100/150 | |
| 2 | суп овощной со сметаной с говядиной | | 54 | 94 | 180/200 | | | 200/250 | 250/300 | |
| 3 | запеканка картофельная с мясом | | 154 | 204 | 200/230 | | | 240/320 | 280/350 | |
| 4 | компот из изюма | | 113 | 113 | 200 | | | 200 | 200 | |
| 5 | хлеб пшеничный | | 50 | 70 | 20 | | | 50 | 50 | |
| 6 | хлеб ржаной | | 109 | 201 | 50 | | | 40 | 60 | |
|  | | Полдник | | | | | | | | |
| 1 | сырники с повидлом | | 146 | 182 | 80/30 | | | 90/30 | 100/30 | |
| 2 | сок | | 120 | 120 | 100 | | | 200 | 200 | |
|  | | Ужин | | | | | | | | |
| 1 | каша перловая рассыпчатая | | 127 | 195 | 130/150 | | | 150/200 | 180/230 | |
| 2 | курица отварная | | 112 | 218 | 70/80 | | | 90/120 | 100/120 | |
| 3 | чай с сахаром | | 50 | 50 | 200 | | | 200 | 200 | |
| 4 | хлеб пшеничный | | 50 | 70 | 40 | | | 50 | 50 | |
| 5 | хлеб ржаной | | 109 | 201 |  | | | 40 | 60 | |
|  | | Второй ужин | | | | | | | | |
| 1 | снежинка | | 138 | 138 | 200 | | | 200 | 200 | |
|  | | **День ПЯТЫЙ** | | | | | | | | |
|  | | Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | каша гречневая молочная жидкая | | 99 | 197 | 150/200 | | | 150/200 | 200/250 | |
| 2 | бутерброд с маслом | | 154/51 | 161/29 | 20/6 | | | 50/9 | 100/11 | |
| 3 | какао напиток | | 98 | 98 | 200 | | | 200 | 200 | |
|  | | Второй завтрак | | | | | | | | |
| 1 | яблоки | | 94 | 80 | 100 | | | 185 | 185 | |
|  | | Обед | | | | | | | | |
| 1 | огурцы консервированные | | 6 | 8 | 50/60 | | | 60/100 | 100/150 | |
| 2 | суп картофельный с макаронными изд. С говядиной | | 162 | 110,96 | 180/200 | | | 200/250 | 250/300 | |
| 3 | капуста тушеная с курицей | | 150 | 174,79 | 200/230 | | | 240/320 | 280/350 | |
| 4 | компот из кураги | | 123 | 123 | 200 | | | 200 | 200 | |
| 5 | хлеб пшеничный | | 50 | 70 | 20 | | | 50 | 50 | |
| 6 | хлеб ржаной | | 83 | 109 | 50 | | | 40 | 60 | |
|  | | Полдник | | | | | | | | |
| 1 | сушка творожная | | 74 | 131 | 80 | | | 90 | 100 | |
| 2 | сок | | 120 | 120 | 100 | | | 200 | 200 | |
|  | | Ужин | | | | | | | | |
| 1 | картофель запеченный | | 113 | 150 | 130/150 | | | 150/200 | 180/230 | |
| 2 | биточки из рыбы | | 87 | 111 | 70/80 | | | 90/120 | 100/120 | |
| 3 | чай с сахаром | | 50 | 50 | 200 | | | 200 | 200 | |
| 4 | хлеб пшеничный | | 50 | 70 | 40 | | | 50 | 50 | |
| 5 | хлеб ржаной | | 109 | 201 |  | | | 40 | 60 | |
|  | | Второй ужин | | | | | | | | |
| 1 | йогурт | | 112 | 112 | 200 | | | 200 | 200 | |
| 2 | печенье | | 104 | 104 | 30 | | | 30 | 30 | |
|  | | **День ШЕСТОЙ** | | | | | | | | |
|  | | Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | каша пшенная молочная жидкая | | 114 | 120 | 150/200 | | | 150/200 | 200/250 | |
| 2 | бутерброд с маслом и сыром | | 254/70 | 375/84 | 20/6/12 | | | 50/9/20 | 100/11/30 | |
| 3 | напиток кофейный | | 55 | 55 | 200 | | | 200 | 200 | |
|  | | Второй завтрак | | | | | | | | |
| 1 | яблоки | | 94 | 70 | 100 | | | 185 | 185 | |
|  | | Обед | | | | | | | | |
| 1 | помидоры консервированные | | 13 | 17 | 50/60 | | | 60/100 | 10/150 | |
| 2 | суп с гречкой с говядиной | | 64 | 112 | 180/200 | | | 200/250 | 250/300 | |
| 3 | макароны отварные с маслом | | 127 | 176 | 130/150 | | | 150/200 | 180/230 | |
| 4 | тефтели мясные | | 154 | 192 | 70/80 | | | 90/120 | 100/120 | |
| 5 | компот из кураги | | 123 | 123 | 200 | | | 200 | 200 | |
| 6 | хлеб пшеничный | | 50 | 70 | 20 | | | 50 | 50 | |
| 7 | хлеб ржаной | | 109 | 201 | 50 | | | 40 | 60 | |
|  | | Полдник | | | | | | | | |
| 1 | пирожок печ. С капустой | | 199 | 203 | 80 | | | 90 | 100 | |
| 2 | сок | | 120 | 120 | 100 | | | 200 | 200 | |
|  | | Ужин | | | | | | | | |
| 1 | картофельное пюре | | 149 | 223 | 130/150 | | | 150/200 | 180/230 | |
| 2 | курица тушеная | | 88 | 147 | 70/80 | | | 90/120 | 100/120 | |
| 3 | чай с сахаром | | 50 | 50 | 200 | | | 200 | 200 | |
| 4 | хлеб пшеничный | | 50 | 70 | 40 | | | 50 | 50 | |
| 5 | хлеб ржаной | | 109 | 201 |  | | | 40 | 60 | |
|  | | Второй ужин | | | | | | | | |
| 1 | йогурт | | 112 | 112 | 200 | | | 200 | 200 | |
|  | | **День СЕДЬМОЙ** | | | | | | | | |
|  | | Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | каша манная молочная | | 222 | 228 | 150/200 | | | 150/200 | 200/250 | |
| 2 | бутерброд с маслом с колбасой отвар. | | 150/51 | 301/128 | 20/6 | | | 50/9 | 100/11 | |
| 3 | какао напиток | | 153 | 153 | 200 | | | 200 | 200 | |
|  | | Второй завтрак | | | | | | | | |
| 1 | бананы | | 89 | 95 | 100 | | | 185 | 185 | |
|  | | Обед | | | | | | | | |
| 1 | борщ со сметаной с говядиной | | 232 | 282 | 180/200 | | | 200/250 | 250/300 | |
| 2 | плов с мясом | | 262 | 310 | 200/230 | | | 240/320 | 280/350 | |
| 3 | компот сухофрукты | | 116 | 116 | 200 | | | 200 | 200 | |
| 6 | хлеб пшеничный | | 50 | 70 | 20 | | | 50 | 50 | |
| 7 | хлеб ржаной | | 109 | 201 | 30 | | | 40 | 60 | |
|  | | Полдник | | | | | | | | |
| 1 | булочка домашняя | | 202 | 210 | 80 | | | 90 | 100 | |
| 2 | сок | | 120 | 120 | 100 | | | 200 | 200 | |
|  | | Ужин | | | | | | | | |
| 1 | картофельное пюре | | 149 | 223 | 130/150 | | | 150/200 | 180/230 | |
| 2 | котлеты рыбные | | 132 | 204 | 70/80 | | | 90/120 | 100/120 | |
| 3 | чай с сахаром | | 50 | 50 | 200 | | | 200 | 200 | |
| 4 | хлеб пшеничный | | 50 | 70 | 40 | | | 500 | 50 | |
| 5 | хлеб ржаной | | 109 | 201 |  | | | 40 | 60 | |
|  | | Второй ужин | | | | | | | | |
| 1 | снежинка | | 138 | 138 | 200 | | | 200 | 200 | |
| 4 | печенье | | 22 | 30 | 30 | | | 30 | 30 | |
|  | | **День ВОСЬМОЙ** | | | | | | | | |
|  | | Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | каша «Дружба» молочная | | 224 | 287 | 150/200 | | | 150/200 | 200/250 | |
| 2 | бутерброд с маслом с сыром | | 254 | 375 | 20/6/12 | | | 50/9/20 | 100/11/30 | |
| 3 | напиток кофейный | | 55 | 55 | 200 | | | 200 | 200 | |
|  | | Второй завтрак | | | | | | | | |
| 1 | бананы | | 95 | 81 | 100 | | | 185 | 185 | |
|  | | Обед | | | | | | | | |
| 1 | суп свекольник со сметаной с говядиной | | 142 | 190 | 180/200 | | | 200/250 | 250/300 | |
| 2 | каша гречневая рассыпчатая | | 196 | 227 | 130/150 | | | 150/200 | 180/320 | |
| 3 | азу с отварного мяса | | 66 | 103 | 70/80 | | | 90/120 | 100/120 | |
| 4 | компот из сухофруктов | | 113 | 113 | 200 | | | 200 | 200 | |
| 5 | хлеб пшеничный | | 50 | 70 | 20 | | | 50 | 50 | |
| 6 | хлеб ржаной | | 109 | 201 | 50 | | | 40 | 60 | |
|  | | Полдник | | | | | | | | |
| 1 | оладьи с молоком сгущ | | 352 | 440 | 80/30 | | | 90/30 | 100/30 | |
| 2 | сок | | 120 | 120 | 100 | | | 200 | 200 | |
|  | | Ужин | | | | | | | | |
| 1 | огурцы консервированные | | 281 | 356 | 50/60 | | | 60/100 | 100/150 | |
| 2 | жаркое по-домашнему | | 211 | 301 | 200/230 | | | 240/320 | 280/350 | |
| 3 | чай с сахаром | | 50 | 50 | 200 | | | 200 | 200 | |
| 4 | хлеб пшеничный | | 50 | 70 | 40 | | | 50 | 50 | |
| 5 | хлеб ржаной | | 109 | 201 |  | | | 40 | 60 | |
|  | | Второй ужин | | | | | | | | |
| 1 | йогурт | | 112 | 112 | 200 | | | 200 | 200 | |
|  | | **День ДЕВЯТЫЙ** | | | | | | | | |
|  | | Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | Пудинг творожный с повидлом | | 290 | 310 | 150/200/20 | | | 150/200/20 | 200/250/20 | |
| 2 | бутерброд с маслом | | 254 | 375 | 20/6 | | | 50/9 | 100/11 | |
| 3 | какао напиток | | 153 | 153 | 200 | | | 200 | 200 | |
|  | | Второй завтрак | | | | | | | | |
| 1 | яблоки | | 94 | 80 | 100 | | | 185 | 185 | |
|  | | Обед | | | | | | | | |
| 1 | овощи консервированные | | 8 | 15 | 50/60 | | | 60/100 | 100/150 | |
| 2 | щи со сметаной с говядиной | | 139 | 156 | 180/200 | | | 200/250 | 250/300 | |
| 3 | макароны отварные с маслом | | 140 | 240 | 130/150 | | | 150/200 | 180/230 | |
| 4 | зразы рубленые | | 195 | 292 | 70/80 | | | 90/120 | 100/120 | |
| 5 | компот из сухофруктов | | 113 | 113 | 200 | | | 200 | 200 | |
| 6 | хлеб пшеничный | | 50 | 70 | 20 | | | 50 | 50 | |
| 7 | хлеб ржаной | | 109 | 201 | 50 | | | 40 | 60 | |
|  | | Полдник | | | | | | | | |
| 1 | конфеты, печенье | | 221 | 238 | 20/30 | | | 20/30 | 20/30 | |
| 2 | сок | | 120 | 120 | 100 | | | 200 | 200 | |
|  | | Ужин | | | | | | | | |
| 1 | картофельное пюре | | 149 | 223 | 130/150 | | | 150/200 | 180/230 | |
| 2 | рыба тушеная с овощами | | 60 | 100 | 70/80 | | | 90/120 | 100/120 | |
| 3 | чай с сахаром | | 50 | 50 | 200 | | | 200 | 200 | |
| 4 | хлеб пшеничный | | 50 | 70 | 40 | | | 50 | 50 | |
| 5 | хлеб ржаной | | 109 | 201 |  | | | 40 | 60 | |
|  | | Второй ужин | | | | | | | | |
| 1 | снежинка | | 138 | 138 | 200 | | | 200 | 200 | |
|  | | **Итого** | | | | | | | | |
|  | | **День ДЕСЯТЫЙ** | | | | | | | | |
|  | | Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | Каша кукурузная молочная | | 152 | 164 | 150/200 | | | 150/200 | 200/250 | |
| 2 | бутерброд с маслом | | 254 | 375 | 20/6 | | | 50/9 | 100/11 | |
| 3 | напиток кофейный на молоке | | 118 | 118 | 200 | | | 200 | 200 | |
|  | яйцо отварное | | 100 | 100 | 1 | | | 1 | 1 | |
|  | | Второй завтрак | | | | | | | | |
| 1 | яблоки | | 94 | 80 | 100 | | | 185 | 185 | |
| Обед | | | |  |  | | | | | |
| 1 | Овощи консервированные | | 57 | 64 | 50/60 | | | 60/100 | 100/150 | |
| 2 | солянка сборная с птицей, и говядиной | | 102 | 135 | 180/200 | | | 200/250 | 250/300 | |
| 3 | капуста тушеная с мясом | | 180 | 210 | 200/230 | | | 240/320 | 280/350 | |
| 4 | компот из изюма | | 113 | 113 | 200 | | | 200 | 200 | |
| 5 | хлеб пшеничный | | 50 | 70 | 20 | | | 50 | 50 | |
| 6 | хлеб ржаной | | 109 | 210 | 50 | | | 40 | 60 | |
|  | | Полдник | | | | | | | | |
| 1 | сушка с творогом | | 79 | 89 | 80 | | | 90 | 100 | |
| 2 | сок | | 120 | 120 | 100 | | | 200 | 200 | |
|  | | Ужин | | | | | | | | |
| 1 | картофель запеченный | | 198 | 221 | 130/150 | | | 150/200 | 180/230 | |
| 2 | рыба жареная | | 155 | 185 | 70/80 | | | 90/120 | 100/120 | |
| 3 | чай с сахаром | | 50 | 50 | 200 | | | 200 | 200 | |
| 4 | хлеб пшеничный | | 50 | 70 | 40 | | | 50 | 50 | |
| 5 | хлеб ржаной | | 109 | 210 |  | | | 40 | 60 | |
|  | | Второй ужин | | | | | | | | |
| 1 | снежинка | | 138 | 138 | 200 | | | 200 | 200 | |
|  | | **День ОДИННАДЦАТЫЙ** | | | | | | | | |
|  | | Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | Каша «Рябчик» | | 85 | 92 | 150/200 | | | 150/200 | 200/250 | |
| 2 | бутерброд с маслом | | 254 | 375 | 20/6 | | | 50/9 | 100/11 | |
| 3 | какао напиток | | 153 | 153 | 200 | | | 200 | 200 | |
|  | | Второй завтрак | | | | | | | | |
| 1 | груши | | 65 | 65 | 100 | | | 185 | 185 | |
|  | | Обед | | | | | | | | |
| 1 | огурцы консервированные | | 6 | 8 | 50/60 | | | 60/100 | 100/150 | |
| 2 | суп харчо на к/б с говядиной | | 149 | 183 | 180/200 | | | 200/250 | 250/300 | |
| 3 | макароны отварные с маслом | | 127 | 176 | 130/150 | | | 150/200 | 180/230 | |
| 4 | суфле из мяса | | 76 | 95 | 70/80 | | | 90/120 | 100/120 | |
|  | компот из сухофруктов | | 76 | 76 | 200 | | | 200 | 200 | |
| 6 | хлеб пшеничный | | 50 | 70 | 20 | | | 50 | 50 | |
| 7 | хлеб ржаной | | 109 | 210 | 50 | | | 40 | 60 | |
|  | | Полдник | | | | | | | | |
| 1 | ватрушка с творогом | | 138 | 172 | 80 | | | 90 | 100 | |
| 2 | сок | | 120 | 120 | 100 | | | 200 | 200 | |
|  | | Ужин | | | | | | | | |
| 1 | картофель отварной с маслом | | 150 | 185 | 130/150 | | | 150/200 | 180/230 | |
| 2 | рыба под омлетом | | 133 | 148 | 70/80 | | | 90/120 | 100/120 | |
| 3 | чай с сахаром | | 50 | 50 | 200 | | | 200 | 200 | |
| 4 | хлеб пшеничный | | 50 | 70 | 40 | | | 50 | 50 | |
| 5 | хлеб ржаной | | 109 | 210 |  | | | 40 | 60 | |
|  | | Второй ужин | | | | | | | | |
| 1 | снежинка | | 148 | 148 | 200 | | | 200 | 200 | |
| 2 | печенье | | 104 | 104 | 30 | | | 30 | 30 | |
|  | | **День ДВЕНАДЦАТЫЙ** | | | | | | | | |
|  | | Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | Каша кукурузная молочная | | 240 | 273 | 150/200 | | | 150/200 | 200/250 | |
| 2 | бутерброд с маслом | | 254 | 375 | 20/6 | | | 50/9 | 100/11 | |
| 3 | напиток кофейный на молоке | | 118 | 118 | 200 | | | 200 | 200 | |
|  | | Второй завтрак | | | | | | | | |
| 1 | груши | | 65 | 60 | 100 | | | 185 | 185 | |
|  | | Обед | | | | | | | | |
| 1 | помидоры кнсервированные | | 16 | 20 | 50/60 | | | 60/100 | 100/150 | |
| 2 | суп рыбный из консервов | | 150 | 210 | 180/200 | | | 200/250 | 250/300 | |
| 3 | картофельное пюре | | 112 | 134 | 130/150 | | | 150/200 | 180/230 | |
| 4 | котлеты из говядины | | 83 | 175 | 70/80 | | | 90/120 | 100/120 | |
| 5 | компот из изюма | | 113 | 113 | 200 | | | 200 | 200 | |
| 6 | хлеб пшеничный | | 50 | 70 | 20 | | | 50 | 50 | |
| 7 | хлеб ржаной | | 109 | 210 | 50 | | | 40 | 60 | |
|  | | Полдник | | | | | | | | |
| 1 | булочка домашняя | | 169 | 211 | 80 | | | 90 | 100 | |
| 2 | сок | | 120 | 120 | 100 | | | 200 | 200 | |
|  | | Ужин | | | | | | | | |
| 1 | рис отварной с маслом | | 202 | 265 | 130/150 | | | 150/200 | 180/230 | |
| 2 | оладьи из печени | | 113 | 188 | 70/80 | | | 90/120 | 100/120 | |
| 3 | чай с сахаром | | 50 | 50 | 200 | | | 200 | 200 | |
| 4 | хлеб пшеничный | | 50 | 70 | 40 | | | 50 | 50 | |
| 5 | хлеб ржаной | | 109 | 210 |  | | | 40 | 60 | |
|  | | Второй ужин | | | | | | | | |
| 1 | йогурт | | 112 | 112 | 200 | | | 200 | 200 | |
|  | | **День ТРИНАДЦАТЫЙ** | | | | | | | | |
|  | | Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | макаронные изделия с тертым сыром | | 212 | 245 | 150/200 | | | 150/200 | 200/250 | |
| 2 | бутерброд с маслом | | 254 | 375 | 20/6 | | | 50/9 | 100/11 | |
| 3 | какао напиток | | 153 | 153 | 200 | | | 200 | 200 | |
|  | | Второй завтрак | | | | | | | | |
| 1 | апельсины | | 85 | 64 | 100 | | | 185 | 185 | |
|  | | Обед | | | | | | | | |
| 1 | помидоры консервированные | | 20 | 26 | 50/60 | | | 60/100 | 100/150 | |
| 2 | суп с клецками с мясом птицы | | 150 | 262 | 180/200 | | | 200/250 | 250/300 | |
| 3 | овощи с мясом говядины и со сметаной | | 272 | 385 | 200/230 | | | 240/320 | 280/350 | |
| 5 | компот из кураги | | 113 | 113 | 200 | | | 200 | 200 | |
| 6 | хлеб пшеничный | | 50 | 70 | 20 | | | 50 | 50 | |
| 7 | хлеб ржаной | | 109 | 210 | 50 | | | 40 | 60 | |
|  | | Полдник | | | | | | | | |
| 1 | полоска песочная с повидлом | | 283 | 292 | 80/20 | | | 90/20 | 100/20 | |
| 2 | сок | | 120 | 120 | 100 | | | 200 | 200 | |
|  | | Ужин | | | | | | | | |
| 2 | жаркое по-домашнему с мясом птицы | | 259 | 388 | 200/230 | | | 240/320 | 280/350 | |
| 3 | чай с сахаром | | 50 | 50 | 200 | | | 200 | 200 | |
| 4 | хлеб пшеничный | | 50 | 70 | 40 | | | 50 | 50 | |
| 5 | хлеб ржаной | | 109 | 210 |  | | | 40 | 60 | |
|  | | Второй ужин | | | | | | | | |
| 1 | снежинка | | 138 | 138 | 200 | | | 200 | 200 | |
| 2 | шоколад | | 89 | 89 | 30 | | | 30 | 30 | |
|  | | **День ЧЕТЫРНАДЦАТЫЙ** | | | | | | | | |
|  | | Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | суп молочный рисовый | | 222 | 244 | 150/200 | | | 150/200 | 200/250 | |
| 2 | бутерброд с маслом | | 254 | 375 | 20/6 | | | 50/9 | 100/11 | |
| 3 | напиток кофейный на молоке | | 118 | 118 | 200 | | | 200 | 200 | |
|  | | Второй завтрак | | | | | | | | |
| 1 | апельсины | | 86 | 64 | 100 | | | 185 | 185 | |
|  | | Обед | | | | | | | | |
| 1 | рассольник на к/б со сметаной с мясом говядины | | 102 | 138 | 180/200 | | | 200/250 | 250/300 | |
| 2 | запеканка картофельная с курицей | | 180 | 210 | 200/230 | | | 240/320 | 280/350 | |
| 3 | компот из сухофруктов | | 113 | 113 | 200 | | | 200 | 200 | |
| 4 | хлеб пшеничный | | 50 | 70 | 20 | | | 50 | 50 | |
| 5 | хлеб ржаной | | 109 | 210 | 50 | | | 40 | 60 | |
|  | | Полдник | | | | | | | | |
| 1 | пирожки с рыбной консервы | | 23 | 28 | 80 | | | 90 | 100 | |
| 2 | сок | | 120 | 120 | 100 | | | 200 | 200 | |
|  | | Ужин | | | | | | | | |
| 1 | рагу из овощей с мясом говядины | | 38 | 57 | 200/230 | | | 240/320 | 280/350 | |
| 2 | чай с сахаром | | 50 | 50 | 200 | | | 200 | 200 | |
| 3 | хлеб пшеничный | | 50 | 70 | 40 | | | 50 | 50 | |
| 4 | хлеб ржаной | | 109 | 210 |  | | | 40 | 60 | |
|  | | Второй ужин | | | | | | | | |
| 1 | йогурт | | 112/104 | 112/104 | 200 | | | 200 | 200 | |

|  |  |
| --- | --- |
| Заказчик  Директор  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/М.М.Колесова | Исполнитель  Индивидуальный предприниматель  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/В.А.Симонов |