

**Понедельник обед**

|  |
| --- |
| **Обед** |
| ***59*** | ***Салат из моркови с яблоками*** | ***100*** |  *1,06*  |  *0,17*  |  *8,52*  |  *39,90*  |  *0,05*  |  *4,38*  |  |  *0,35*  |  *23,99*  |  *44,53*  |  *30,39*  |  *1,07*  |
| ***96*** | ***Рассольник ленинградский с крупой пшеничной на мясокостном бульоне*** | ***250*** |  *2,82*  |  *5,29*  |  *11,98*  |  *142,25*  |  *0,09*  |  *8,38*  |  |  *2,35*  |  *31,15*  |  *56,73*  |  *24,18*  |  *0,93*  |
| ***309*** | ***Макароны отварные с маслом*** | ***150*** |  *5,52*  |  *4,52*  |  *26,45*  |  *168,45*  |  *0,06*  |  |  |  *0,97*  |  *4,86*  |  *37,17*  |  *21,12*  |  *1,11*  |
| ***246*** | ***Гуляш из отварного мяса (говядины) в томатно-сметанном соусе*** | ***100*** |  *13,36*  |  *14,08*  |  *0,85*  |  *164,00*  |  *0,01*  |  *1,20*  |  |  |  *23,60*  |  *117,03*  |  *20,27*  |  *2,00*  |
| ***348*** | ***Компот из кураги*** | ***200*** |  *0,78*  |  *0,05*  |  *27,63*  |  *114,80*  |  *0,02*  |  *0,60*  |  |  *0,82*  |  *32,32*  |  *21,90*  |  *17,56*  |  *0,48*  |
|   | ***Хлеб ржано-пшеничный*** | ***40*** |  *2,24*  |  *0,88*  |  *19,76*  |  *91,96*  |  *0,04*  |  |  |  *0,36*  |  *9,20*  |  *42,40*  |  *10,00*  |  *1,24*  |
|   | ***Хлеб пшеничный*** | ***40*** |  *3,16*  |  *0,40*  |  *19,32*  |  *93,52*  |  *0,04*  |  |  |  *0,52*  |  *9,20*  |  *34,80*  |  *13,20*  |  *0,44*  |
| **вторник****Обед** |
| ***67*** | ***Винегрет овощной с растительным маслом (лук репчатый)*** | ***100*** |  *1,40*  |  *10,04*  |  *7,29*  |  *125,10*  |  *0,04*  |  *9,63*  |  |  *4,50*  |  *31,23*  |  *43,27*  |  *19,53*  |  *0,83*  |
| ***82*** | ***Борщ с капустой и картофелем на мясокостном бульоне*** | ***250*** |  *2,60*  |  *5,12*  |  *10,93*  |  *138,75*  |  *0,05*  |  *10,68*  |  |  *2,40*  |  *51,73*  |  *54,60*  |  *26,13*  |  *1,23*  |
| ***229*** | ***Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)*** | ***100*** |  *9,75*  |  *4,95*  |  *3,80*  |  *105,00*  |  *0,05*  |  *3,73*  |  *5,82*  |  *2,52*  |  *39,07*  |  *162,19*  |  *48,53*  |  *0,85*  |
| ***312*** | ***Пюре картофельное*** | ***150*** |  *3,07*  |  *0,02*  |  *20,44*  |  *137,25*  |  *0,14*  |  *18,16*  |  |  *0,18*  |  *36,98*  |  *86,60*  |  *27,75*  |  *1,01*  |
| ***389*** | ***Сок фруктовый (яблочный)*** | *200* | *1* | *0* | *20,2* | *84,8* | *0,022* | *6* | *0* | *0,2* | *14* | *14* | *8* | *2,8* |
|   | ***Хлеб ржано-пшеничный*** | ***40*** |  *2,24*  |  *0,88*  |  *19,76*  |  *91,96*  |  *0,04*  |  |  |  *0,36*  |  *9,20*  |  *42,40*  |  *10,00*  |  *1,24*  |
|   | ***Хлеб пшеничный*** | ***40*** |  *3,16*  |  *0,40*  |  *19,32*  |  *93,52*  |  *0,04*  |  |  |  *0,52*  |  *9,20*  |  *34,80*  |  *13,20*  |  *0,44*  |

Среда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***61*** | ***Салат из моркови с яблоками и курагой*** | ***100*** |  *1,50*  |  *5,01*  |  *13,02*  |  *103,70*  |  *0,06*  |  *3,57*  |  |  *8,25*  |  *37,92*  |  *56,22*  |  *39,10*  |  *1,06*  |
| ***112*** | ***Суп с макаронными изделиями и картофелем на курином бульоне*** | ***250*** |  *3,37*  |  *2,98*  |  *15,69*  |  *144,00*  |  *0,09*  |  *6,08*  |  |  *1,45*  |  *31,50*  |  *57,73*  |  *23,80*  |  *1,00*  |
| ***295*** | ***Котлета, рубленная из птицы 2 шт. по 50 гр*** | ***105*** |  *15,30*  |  *29,40*  |  *15,46*  |  *388,00*  |  *0,10*  |  *1,04*  |  *91,40*  |  *2,90*  |  *55,54*  |  *97,54*  |  *20,80*  |  *1,42*  |
| ***139*** | ***Капуста тушеная*** | ***100*** |  *2,04*  |  *3,68*  |  *7,89*  |  *77,00*  |  *0,04*  |  *17,08*  |  *-*  |  *1,95*  |  *58,75*  |  *40,69*  |  *20,85*  |  *0,83*  |
| ***389*** | ***Сок фруктовый (абрикосовый)*** | *200* | *1* | *0* | *20,2* | *84,8* | *0,022* | *6* | *0* | *0,2* | *14* | *14* | *8* | *2,8* |
|   | ***Хлеб ржано-пшеничный*** | ***40*** |  *2,24*  |  *0,88*  |  *19,76*  |  *91,96*  |  *0,04*  |  |  |  *0,36*  |  *9,20*  |  *42,40*  |  *10,00*  |  *1,24*  |
|   | ***Хлеб пшеничный*** | ***40*** |  *3,16*  |  *0,40*  |  *19,32*  |  *93,52*  |  *0,04*  |  |  |  *0,52*  |  *9,20*  |  *34,80*  |  *13,20*  |  *0,44*  |
| **ИТОГО:** |   |   |  **28,61**  |  **42,35**  |  **111,34**  |  **982,98**  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Четверг

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***54*** | ***Салат из свеклы отварной с яблоками*** | ***100*** |  *1,90*  |  *6,08*  |  *11,20*  |  *103,90*  |  *0,02*  |  *6,44*  |  |  *10,60*  |  *29,27*  |  *31,80*  |  *16,83*  |  *1,48*  |
| ***88*** | ***Щи из свежей капусты с картофелем на мясокостном бульоне*** | ***250*** |  *2,57*  |  *5,15*  |  *7,90*  |  *124,75*  |  *0,06*  |  *15,78*  |  |  *2,35*  |  *51,25*  |  *49,00*  |  *22,13*  |  *0,83*  |
| ***302*** | ***Каша гречневая рассыпчатая*** | ***150*** |  *8,60*  |  *6,09*  |  *38,64*  |  *243,75*  |  *0,21*  |  |  |  *0,61*  |  *14,82*  |  *203,93*  |  *135,83*  |  *4,56*  |
| ***278*** | ***Тефтели мясные паровые*** | ***110*** |  *7,83*  |  *8,75*  |  *10,25*  |  *151,00*  |  *0,05*  |  *0,72*  |  *33,92*  |  *0,55*  |  *27,95*  |  *88,37*  |  *18,33*  |  *0,87*  |
| ***389*** | ***Сок фруктовый (грушевый)*** | *200* | *1* | *0* | *20,2* | *84,8* | *0,022* | *6* | *0* | *0,2* | *14* | *14* | *8* | *2,8* |
|   | ***Хлеб ржано-пшеничный*** | ***40*** |  *2,24*  |  *0,88*  |  *19,76*  |  *91,96*  |  *0,04*  |  |  |  *0,36*  |  *9,20*  |  *42,40*  |  *10,00*  |  *1,24*  |
|   | ***Хлеб пшеничный*** | ***40*** |  *3,16*  |  *0,40*  |  *19,32*  |  *93,52*  |  *0,04*  |  |  |  *0,52*  |  *9,20*  |  *34,80*  |  *13,20*  |  *0,44*  |
| **ИТОГО:** |   |   |  27,29  |  27,35  |  127,27  |  893,68  |   |   |   |   |   |   |   |   |

Пятница

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***45*** | ***Салат из белокачанной капусты с морковью*** | ***100*** |  *1,31*  |  *3,25*  |  *6,50*  |  *60,40*  |  *0,02*  |  *17,01*  |  |  *8,39*  |  *24,97*  |  *28,30*  |  *15,09*  |  *0,47*  |
| ***102*** | ***Суп картофельный с фасолью на мясокостном бульоне*** | ***250*** |  *5,60*  |  *10,84*  |  *19,23*  |  *144,43*  |  *0,15*  |  *5,83*  |  |  *2,45*  |  *43,23*  |  *137,78*  |  *38,25*  |  *1,83*  |
| ***261*** | ***Печень свиная тушеная в соусе*** | ***100*** |  *13,26*  |  *8,82*  |  *2,62*  |  *160,00*  |  *0,19*  |  *24,77*  |  *2 337,00*  |  *2,59*  |  *25,62*  |  *245,55*  |  *16,83*  |  *13,51*  |
| ***312*** | ***Пюре картофельное*** | ***150*** |  *3,07*  |  *0,02*  |  *20,44*  |  *137,25*  |  *0,14*  |  *18,16*  |  |  *0,18*  |  *36,98*  |  *86,60*  |  *27,75*  |  *1,01*  |
| ***375*** | ***Чай -заварка*** | ***200*** |  *0,40*  |  *0,10*  |  *0,08*  |  *6,40*  |  *0,00*  |  *0,20*  |  *-*  |  *-*  |  *19,62*  |  *16,48*  |  *8,80*  |  *1,64*  |
|   | ***Хлеб ржано-пшеничный*** | ***40*** |  *2,24*  |  *0,88*  |  *19,76*  |  *91,96*  |  *0,04*  |  |  |  *0,36*  |  *9,20*  |  *42,40*  |  *10,00*  |  *1,24*  |
|   | ***Хлеб пшеничный*** | ***40*** |  *3,16*  |  *0,40*  |  *19,32*  |  *93,52*  |  *0,04*  |  |  |  *0,52*  |  *9,20*  |  *34,80*  |  *13,20*  |  *0,44*  |
| **ИТОГО:** |   |   |  **29,04**  |  **24,31**  |  **87,95**  |  **693,96**  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Понедельник

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***67*** | ***Винегрет овощной с растительным маслом (лук репчатый)*** | ***100*** |  *1,40*  |  *10,04*  |  *7,29*  |  *125,10*  |  *0,04*  |  *9,63*  |  |  *4,50*  |  *31,23*  |  *43,27*  |  *19,53*  |
| ***112*** | ***Суп с макаронными изделиями и картофелем на курином бульоне*** | ***250*** |  *3,37*  |  *2,98*  |  *15,69*  |  *144,00*  |  *0,09*  |  *6,08*  |  |  *1,45*  |  *31,50*  |  *57,73*  |  *23,80*  |
| ***227*** | ***Рыба припущенная (минтай) с маслом*** | ***110*** |  *17,12*  |  *8,22*  |  *0,92*  |  *146,00*  |  *0,08*  |  *0,84*  |  *49,00*  |  *0,48*  |  *15,46*  |  *195,68*  |  *45,84*  |
| ***304*** | ***Рис отварной*** | ***150*** |  *3,65*  |  *5,37*  |  *36,68*  |  *209,70*  |  *0,03*  |  |  |  *0,28*  |  *1,37*  |  *60,95*  |  *16,34*  |
| ***342*** | ***Компот из свежих яблок*** | ***200*** |  *0,16*  |  *0,16*  |  *27,88*  |  *114,60*  |  *0,06*  |  *0,90*  |  *-*  |  *0,08*  |  *14,18*  |  *4,40*  |  *5,14*  |
|   | ***Хлеб ржано-пшеничный*** | ***40*** |  *2,24*  |  *0,88*  |  *19,76*  |  *91,96*  |  *0,04*  |  |  |  *0,36*  |  *9,20*  |  *42,40*  |  *10,00*  |
|   | ***Хлеб пшеничный*** | ***40*** |  *3,16*  |  *0,40*  |  *19,32*  |  *93,52*  |  *0,04*  |  |  |  *0,52*  |  *9,20*  |  *34,80*  |  *13,20*  |
| **ИТОГО:** |   |   |  **31,10**  |  **28,05**  |  **127,54**  |  **924,88**  |  |  |  |  |  |  |  |

Вторник

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***61*** | ***Салат из моркови с яблоками и курагой*** | ***100*** |  *1,50*  |  *5,01*  |  *13,02*  |  *103,70*  |  *0,06*  |  *3,57*  |  |  *8,25*  |  *37,92*  |  *56,22*  |  *39,10*  |  *1,06*  |
| ***88*** | ***Щи из свежей капусты с картофелем на мясокостном бульоне*** | ***250*** |  *2,57*  |  *5,15*  |  *7,90*  |  *124,75*  |  *0,06*  |  *15,78*  |  |  *2,35*  |  *51,25*  |  *49,00*  |  *22,13*  |  *0,83*  |
| ***309*** | ***Макароны отварные с маслом*** | ***150*** |  *5,52*  |  *4,52*  |  *26,45*  |  *168,45*  |  *0,06*  |  |  |  *0,97*  |  *4,86*  |  *37,17*  |  *21,12*  |  *1,11*  |
| ***246*** | ***Гуляш из отварного мяса (говядины) в томатно-сметанном соусе*** | ***100*** |  *13,36*  |  *14,08*  |  *0,85*  |  *164,00*  |  *0,01*  |  *1,20*  |  |  |  *23,60*  |  *117,03*  |  *20,27*  |  *2,00*  |
| ***389*** | ***Сок фруктовый (абрикосовый)*** | *200* | *1* | *0* | *20,2* | *84,8* | *0,022* | *6* | *0* | *0,2* | *14* | *14* | *8* | *2,8* |
|   | ***Хлеб ржано-пшеничный*** | ***40*** |  *2,24*  |  *0,88*  |  *19,76*  |  *91,96*  |  *0,04*  |  |  |  *0,36*  |  *9,20*  |  *42,40*  |  *10,00*  |  *1,24*  |
|   | ***Хлеб пшеничный*** | ***40*** |  *3,16*  |  *0,40*  |  *19,32*  |  *93,52*  |  *0,04*  |  |  |  *0,52*  |  *9,20*  |  *34,80*  |  *13,20*  |  *0,44*  |

среда

|  |
| --- |
| **Обед** |
| ***45*** | ***Салат из белокачанной капусты с морковью*** | ***100*** |  *1,31*  |  *3,25*  |  *6,50*  |  *60,40*  |  *0,02*  |  *17,01*  |  |  *8,39*  |  *24,97*  |  *28,30*  |  *15,09*  |  *0,47*  |
| ***82*** | ***Борщ с капустой и картофелем на мясокостном бульоне*** | ***250*** |  *2,60*  |  *5,12*  |  *10,93*  |  *138,75*  |  *0,05*  |  *10,68*  |  |  *2,40*  |  *51,73*  |  *54,60*  |  *26,13*  |  *1,23*  |
| ***302*** | ***Каша гречневая рассыпчатая*** | ***150*** |  *8,60*  |  *6,09*  |  *38,64*  |  *243,75*  |  *0,21*  |  |  |  *0,61*  |  *14,82*  |  *203,93*  |  *135,83*  |  *4,56*  |
| ***261*** | ***Печень свиная тушеная в соусе*** | ***100*** |  *13,26*  |  *8,82*  |  *2,62*  |  *160,00*  |  *0,19*  |  *24,77*  |  *2 337,00*  |  *2,59*  |  *25,62*  |  *245,55*  |  *16,83*  |  *13,51*  |
| ***348*** | ***Компот из кураги*** | ***200*** |  *0,78*  |  *0,05*  |  *27,63*  |  *114,80*  |  *0,02*  |  *0,60*  |  |  *0,82*  |  *32,32*  |  *21,90*  |  *17,56*  |  *0,48*  |
|   | ***Хлеб ржано-пшеничный*** | ***40*** |  *2,24*  |  *0,88*  |  *19,76*  |  *91,96*  |  *0,04*  |  |  |  *0,36*  |  *9,20*  |  *42,40*  |  *10,00*  |  *1,24*  |
|   | ***Хлеб пшеничный*** | ***40*** |  *3,16*  |  *0,40*  |  *19,32*  |  *93,52*  |  *0,04*  |  |  |  *0,52*  |  *9,20*  |  *34,80*  |  *13,20*  |  *0,44*  |
| **ИТОГО:** |   |   |  **31,95**  |  **24,61**  |  **125,40**  |  **903,18**  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Четверг

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***54*** | ***Салат из свеклы отварной с яблоками*** | ***100*** |  *1,90*  |  *6,08*  |  *11,20*  |  *103,90*  |  *0,02*  |  *6,44*  |  |  *10,60*  |  *29,27*  |  *31,80*  |  *16,83*  |  *1,48*  |
| ***98*** | ***Суп крестьянский с крупой (перловой) на мясокостном бульоне*** | ***250*** |  *2,28*  |  *5,12*  |  *6,09*  |  *111,25*  |  *0,04*  |  *9,88*  |  |  *2,30*  |  *37,88*  |  *33,58*  |  *14,18*  |  *0,58*  |
| ***234*** | ***Котлеты рыбные (треска) 2 шт.*** | ***110*** |  *13,98*  |  *7,42*  |  *19,94*  |  *240,00*  |  *0,09*  |  *1,76*  |  *30,00*  |  *5,22*  |  *81,84*  |  *184,62*  |  *55,12*  |  *1,54*  |
| ***139*** | ***Капуста тушеная*** | ***100*** |  *2,04*  |  *3,68*  |  *7,89*  |  *77,00*  |  *0,04*  |  *17,08*  |  *-*  |  *1,95*  |  *58,75*  |  *40,69*  |  *20,85*  |  *0,83*  |
|   | ***Хлеб ржано-пшеничный*** | ***40*** |  *2,24*  |  *0,88*  |  *19,76*  |  *91,96*  |  *0,04*  |  |  |  *0,36*  |  *9,20*  |  *42,40*  |  *10,00*  |  *1,24*  |
| ***389*** | ***Сок фруктовый (яблочный)*** | *200* | *1* | *0* | *20,2* | *84,8* | *0,022* | *6* | *0* | *0,2* | *14* | *14* | *8* | *2,8* |
|   | ***Хлеб пшеничный*** | ***40*** |  *3,16*  |  *0,40*  |  *19,32*  |  *93,52*  |  *0,04*  |  |  |  *0,52*  |  *9,20*  |  *34,80*  |  *13,20*  |  *0,44*  |
| **ИТОГО:** |   |   |  **26,60**  |  **23,58**  |  **104,40**  |  **802,43**  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Пятница

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***67*** | ***Винегрет овощной с растительным маслом (лук репчатый)*** | ***100*** |  *1,40*  |  *10,04*  |  *7,29*  |  *125,10*  |  *0,04*  |  *9,63*  |  |  *4,50*  |  *31,23*  |  *43,27*  |  *19,53*  |  *0,83*  |
| ***112*** | ***Суп с макаронными изделиями и картофелем на курином бульоне*** | ***250*** |  *3,37*  |  *2,98*  |  *15,69*  |  *144,00*  |  *0,09*  |  *6,08*  |  |  *1,45*  |  *31,50*  |  *57,73*  |  *23,80*  |  *1,00*  |
| ***288*** | ***Куриные окорочка отварные с маслом*** | ***110*** |  *23,46*  |  *25,82*  |  *0,50*  |  *328,00*  |  *0,04*  |  *23,50*  |  *96,20*  |  *0,42*  |  *56,00*  |  *167,10*  |  *20,28*  |  *1,82*  |
| ***312*** | ***Пюре картофельное*** | ***150*** |  *3,07*  |  *0,02*  |  *20,44*  |  *137,25*  |  *0,14*  |  *18,16*  |  |  *0,18*  |  *36,98*  |  *86,60*  |  *27,75*  |  *1,01*  |
| ***388*** | ***Напиток из плодов шиповника*** | ***200*** |  *0,68*  |  *0,28*  |  *20,76*  |  *88,20*  |  *0,01*  |  *100,00*  |  |  *0,76*  |  *21,34*  |  *3,44*  |  *3,44*  |  *0,63*  |
|   | ***Хлеб ржано-пшеничный*** | ***40*** |  *2,24*  |  *0,88*  |  *19,76*  |  *91,96*  |  *0,04*  |  |  |  *0,36*  |  *9,20*  |  *42,40*  |  *10,00*  |  *1,24*  |
|   | ***Хлеб пшеничный*** | ***40*** |  *3,16*  |  *0,40*  |  *19,32*  |  *93,52*  |  *0,04*  |  |  |  *0,52*  |  *9,20*  |  *34,80*  |  *13,20*  |  *0,44*  |
| **ИТОГО:** |   |   |  **37,38**  |  **40,42**  |  **103,76**  |  **1008,03**  |  |  |  |  |  |  |  |  |