

# Меню-1 день

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углевод витамины (мг), микроэлементы
<b><u>Завтрак</u></b>		
200	<b>Хлопья кукурузные обогащенные с молоком</b> <i>Хлопья кукурузные, Молоко</i>	кКал-214, Бел-6, Жир-4, Угл-36
15	<b>Масло сливочное</b>	кКал-112, Жир-12
40	<b>Буженина запеченная (порциями)</b> <i>Свинина окорок б/к, Соль йодированная, Перец черный молотый</i>	кКал-143, Бел-6, Жир-13
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-105, Бел-3, Жир-1, Угл-21
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-60, Угл-15
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-634, Бел-15, Жир-30, Угл-72
<b><u>Обед</u></b>		
350	<b>Борщ с капустой и картофелем</b> <i>Капуста белокачанная, Томат-паста, Масло подсолнечное ДП, Сахар-песок, Сметана 15%, Петрушка, Говядина, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Свекла, Соль йодированная</i>	кКал-213, Бел-10, Жир-20, Угл-20
110	<b>запеченные в томатом сauce</b> <i>Говядина, Свинина окорок б/к, Батон весенний 0,38, Молоко, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Мука пшеничная, Сметана 15%, Масло сливочное, Томат-паста</i>	кКал-429, Бел-18, Жир-32, Угл-18
200	<b>каши гречневая рассыпчатая</b> <i>Крупа гречневая, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	кКал-290, Бел-9, Жир-11, Угл-40
80	<b>Огурец свежий</b>	кКал-11, Бел-1, Угл-2
200	<b>Компот из вишни</b> <i>Вишня б/з, Сахар-песок</i>	кКал-127, Угл-30
75	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-151, Бел-5, Жир-1, Угл-30
<b>Итого за Обед</b>		кКал-1 221, Бел-43, Жир-64, Угл-140
<b><u>Полдник</u></b>		
80	<b>Пирожок с яблоками</b> <i>Мука пшеничная, Молоко, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Масло подсолнечное ДП, Масло сливочное, Дрожжи сушеные, Соль йодированная, Яблоки</i>	кКал-338, Бел-9, Жир-11, Угл-51
200	<b>Банан</b>	кКал-192, Бел-3, Жир-1, Угл-42
200	<b>Соки фруктовые</b>	кКал-110, Бел-1, Угл-25
<b>Итого за Полдник</b>		кКал-640, Бел-13, Жир-12, Угл-118

### Ужин

100	<b>Салат "Витаминный"</b>	кКал-124, Бел-1, Жир-12, Угл-3
	<i>Масло подсолнечное ДП, Помидоры, Огурцы, Перец сладкий, Капуста Пекинская, Морковь</i>	
200	<b>Пюре картофельное</b>	кКал-226, Бел-4, Жир-10, Угл-29
	<i>Молоко, Масло сливочное, Картофель, Соль йодированная</i>	
130	<b>Куриные грудки запеченые</b>	кКал-525, Бел-26, Жир-41, Угл-14
	<i>Куриные грудки, Мука пшеничная, Масло подсолнечное ДП, Яйцо диетическое</i>	
75	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-151, Бел-5, Жир-1, Угл-30
200	<b>Чай с сахаром и лимоном</b>	кКал-63, Угл-15
	<i>Чай черный, Сахар-песок, Лимоны</i>	

---

**Итого за Ужин** кКал-1 089, Бел-36, Жир-64, Угл-91

### 5 Питание

200	<b>Напиток кисломолочный "Снежок"</b>	кКал-158, Бел-5, Жир-5, Угл-22
40	<b>Печенье весовое</b>	кКал-180, Бел-3, Жир-7, Угл-27

---

**Итого за 5 Питание** кКал-338, Бел-8, Жир-12, Угл-49

---

**Итого за** кКал-3 922, Бел-115, Жир-182, Угл-470

Начальник  
ДСОЛ \_\_\_\_\_

Шеф повар  
\_\_\_\_\_

Диетсестра  
\_\_\_\_\_

## Меню- 2 день

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводов витамины (мг), микроэлементы
<b><u>Завтрак</u></b>		
250	<b>Макаронны отварныы с</b> <i>Макаронны , Масло сливочное , Соль йодированная , Сыр п-твердый</i>	кКал-413, Бел-14, Жир-17, Угл-49
40	<b>Яйцо куриное , сваренное</b>	кКал-63, Бел-5, Жир-5
10	<b>Масло сливочное</b>	кКал-75, Жир-8
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-105, Бел-3, Жир-1, Угл-21
200	<b>Кофейный напиток с</b> <i>Кофейный напиток обогащенный ДП, Молоко , Сахар-песок</i>	кКал-155, Бел-3, Жир-3, Угл-28
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-811, Бел-25, Жир-34, Угл-98
<b><u>Обед</u></b>		
350	<b>Суп вермишелевый на</b> <i>Макаронные изделия (вермишель), Морковь, Лук репчатый, Укроп, Масло подсолнечное ДП, Картофель, Соль</i>	кКал-257, Бел-13, Жир-16, Угл-30
200	<b>Рис припуц.со сливочн.</b> <i>Рис длинный пропаренный, Масло сливочное , Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Морковь</i>	кКал-407, Бел-5, Жир-19, Угл-54
120	<b>Рыба тушеная с овощами</b> <i>Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Морковь, Филе трески, Соль йодированная</i>	кКал-184, Бел-20, Жир-11, Угл-2
80	<b>Помидоры свежие</b>	кКал-19, Бел-1, Угл-3
200	<b>Компот из черной</b> <i>Смородина черная б/з, Сахар-песок</i>	кКал-122, Бел-1, Угл-28
75	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-151, Бел-5, Жир-1, Угл-30
<b>Итого за Обед</b>		кКал-1 140, Бел-45, Жир-47, Угл-147
<b><u>Полдник</u></b>		
80	<b>Булочка с корицей</b> <i>Мука пшеничная , Дрожжи сушеные, Сахар-песок, Масло сливочное , Соль йодированная , Яйцо диетическое,</i>	кКал-239, Бел-7, Жир-6, Угл-40
200	<b>Яблоки</b>	кКал-94, Бел-1, Жир-1, Угл-20
200	<b>Соки фруктовые</b>	кКал-110, Бел-1, Угл-25
<b>Итого за Полдник</b>		кКал-443, Бел-9, Жир-7, Угл-85
<b><u>Ужин</u></b>		
200	<b>Картофель припущенный с</b> <i>Картофель, Масло сливочное , Соль йодированная , Укроп</i>	кКал-230, Бел-4, Жир-9, Угл-33
120	<b>Котлета "Пожарская"</b> <i>Куриные грудки, Лук репчатый, Яйцо диетическое, Батон весенний 0,38, Масло сливочное , Масло подсолнечное</i>	кКал-438, Бел-23, Жир-35, Угл-7
100	<b>Салат из белокочанной</b> <i>Капуста белокочанная, Масло подсолнечное ДП, Сахар-песок, Морковь, Соль йодированная</i>	кКал-134, Бел-1, Жир-10, Угл-9
200	<b>Напиток из плодов</b> <i>Шиповник (сушеный), Сахар-песок</i>	кКал-137, Бел-1, Угл-30

75	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-151, Бел-5, Жир-1, Угл-30
<b>Итого за Ужин</b>		кКал-1 090, Бел-34, Жир-55, Угл-109
<b><u>5 Питание</u></b>		
200	<b>Ряженка</b>	кКал-108, Бел-6, Жир-8, Угл-8
40	<b>Вафли</b>	кКал-217, Бел-2, Жир-12, Угл-25
<b>Итого за 5 Питание</b>		кКал-325, Бел-8, Жир-20, Угл-33
<b>Итого за</b>		кКал-3 809, Бел-121, Жир-163, Угл-472
Начальник _____	Шеф повар _____	Диетсестра _____

## Меню- 3 день

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углевод витамины (мг), микроэлементы
<b><u>Завтрак</u></b>		
120	<b>Омлет натуральный</b> <i>Яйцо диетическое, Молоко, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	кКал-230, Бел-12, Жир-19, Угл-3
60	<b>Горошек отварной</b> <i>горошек зеленый консервы, масло сливочное</i>	кКал-95, Бел-2, Жир-8, Угл-3
10	<b>Масло сливочное</b>	кКал-75, Жир-8
40	<b>Ветчина</b>	кКал-38, Бел-5, Жир-2, Угл-1
200	<b>Какао Несквик</b> <i>Какао-напиток обогащенный ДП, Молоко, Сахар-песок</i>	кКал-146, Бел-4, Жир-4, Угл-23
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-105, Бел-3, Жир-1, Угл-21
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-689, Бел-26, Жир-42, Угл-51
<b><u>Обед</u></b>		
350	<b>Суп картофельный с</b> <i>Картофель, Рис круглый, Томат-паста, Морковь, Лук репчатый, Укроп, Масло сливочное, Лист лавровый,</i>	кКал-329, Бел-15, Жир-23, Угл-35
110	<b>Рулет мясной с зеленью и</b> <i>Говядина, Батон весенний 0,38, Молоко, Масло подсолнечное ДП, Лук репчатый, Укроп, Яйцо диетическое,</i>	кКал-324, Бел-18, Жир-24, Угл-10
200	<b>Макароны отварные со</b> <i>Макароны, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	кКал-326, Бел-8, Жир-11, Угл-49
80	<b>Огурец свежий</b>	кКал-11, Бел-1, Угл-2
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>Сухофрукты, Сахар-песок</i>	кКал-107, Угл-27
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-105, Бел-3, Жир-1, Угл-21
<b>Итого за Обед</b>		кКал-1 202, Бел-45, Жир-59, Угл-144
<b><u>Полдник</u></b>		
80	<b>Булочка домашняя</b> <i>Дрожжи сушеные, Масло подсолнечное ДП, Масло сливочное, Молоко, Мука пшеничная, Сахар-песок, Яйцо</i>	кКал-272, Бел-7, Жир-8, Угл-43
200	<b>Банан</b>	кКал-192, Бел-3, Жир-1, Угл-42
200	<b>Соки фруктовые</b>	кКал-110, Бел-1, Угл-25

---

**Итого за Полдник** кКал-574, Бел-11, Жир-9, Угл-110

**Ужин**

200	<b>Пюре картофельное</b> <i>Молоко, Масло сливочное, Картофель, Соль йодированная</i>	кКал-226, Бел-4, Жир-10, Угл-29
130	<b>Свинная отбивная</b> <i>Свинина (шея), Сухари панировочные, Соль йодированная, Перец черный молотый, Масло подсолнечное ДП</i>	кКал-168, Бел-1, Жир-15, Угл-7
80	<b>Огурчики соленые</b>	кКал-10, Бел-1, Угл-1
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-105, Бел-3, Жир-1, Угл-21
75	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-151, Бел-5, Жир-1, Угл-30
200	<b>Чай с сахаром и лимоном</b> <i>Чай черный, Сахар-песок, Лимоны</i>	кКал-63, Угл-15

---

**Итого за Ужин** кКал-723, Бел-14, Жир-27, Угл-103

**5 Питание**

200	<b>Напиток кисломолочный</b>	кКал-158, Бел-5, Жир-5, Угл-22
40	<b>Пряники</b>	кКал-110, Бел-2, Жир-1, Угл-23

---

**Итого за 5 Питание** кКал-268, Бел-7, Жир-6, Угл-45

---

**Итого за** кКал-3 456, Бел-103, Жир-143, Угл-453

Начальник \_\_\_\_\_

Шеф повар \_\_\_\_\_

Диетсестра \_\_\_\_\_

## **Меню- 4 день**

<b>Выход (г)</b>	<b>Наименование блюда</b>	<b>эн. цен. (ккал), белки (г), углеводов витамины (мг), микроэлементы</b>
----------------------	---------------------------	---

**Завтрак**

300	<b>Каша молочная жидкая</b> <i>Геркулес, Молоко, Сахар-песок, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	кКал-431, Бел-11, Жир-19, Угл-54
40	<b>Сыр (порциями)</b>	кКал-146, Бел-9, Жир-12
100	<b>Йогурт штучный</b>	кКал-104, Бел-5, Жир-2, Угл-16
10	<b>Масло сливочное</b>	кКал-75, Жир-8
200	<b>Чай с сахаром и лимоном</b> <i>Чай черный, Сахар-песок, Лимоны</i>	кКал-63, Угл-15
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-105, Бел-3, Жир-1, Угл-21

---

**Итого за Завтрак** кКал-924, Бел-28, Жир-42, Угл-106

**Обед**

350	<b>Уха " Рыбацкая"</b> <i>Филе трески, Картофель, Помидоры, Морковь, Лук репчатый, Крупа пшено шлифованное, Масло подсолнечное</i>	кКал-184, Бел-12, Жир-6, Угл-20
200	<b>Макароньы отварные со</b> <i>Макароньы, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	кКал-326, Бел-8, Жир-11, Угл-49
130	<b>Цыплята запеченные</b> <i>Куры-цыплята заморозка, Соль йодированная, Укроп, Чеснок, Масло подсолнечное ДП, Масло сливочное</i>	кКал-423, Бел-27, Жир-34, Угл-1
80	<b>Помидоры свежие</b>	кКал-19, Бел-1, Угл-3

200 **Компот из клубники** кКал-120, Угл-28

*Клубника б/з, Сахар-песок*

75 **Хлеб ржано-пшеничный** кКал-151, Бел-5, Жир-1, Угл-30

**Итого за Обед** кКал-1 223, Бел-53, Жир-52, Угл-131

**Полдник**

100/50 **Запеканка творожная с** кКал-511, Бел-26, Жир-25, Угл-45

*Творог 9 % жирн., Молоко, Крупа манная, Яйцо диетическое, Масло сливочное, Молоко сгущенное, Сахар-*

200 **Апельсин** кКал-86, Бел-2, Угл-16

200 **Соки фруктовые** кКал-110, Бел-1, Угл-25

**Итого за Полдник** кКал-707, Бел-29, Жир-25, Угл-86

**Ужин**

300 **Плов со свиной** кКал-694, Бел-19, Жир-47, Угл-48

*Свинина окорок б/к, Рис длинный пропаренный, Масло сливочное, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП,*

100 **Салат "Болгарский"** кКал-135, Бел-1, Жир-10, Угл-10

*Капуста белокачанная, Масло подсолнечное ДП, Сахар-песок, Лук репчатый, Морковь, Перец сладкий, Соль*

75 **Хлеб ржано-пшеничный** кКал-151, Бел-5, Жир-1, Угл-30

200 **Чай с сахаром** кКал-60, Угл-15

*Чай черный, Сахар-песок*

**Итого за Ужин** кКал-1 040, Бел-25, Жир-58, Угл-103

**5 Питание**

200 **Молоко питьевое** кКал-120, Бел-6, Жир-6, Угл-9

40 **Сушка с маком** кКал-136, Бел-4, Угл-28

**Итого за 5 Питание** кКал-256, Бел-10, Жир-6, Угл-37

**Итого за** кКал-4 150, Бел-145, Жир-183, Угл-463

Начальник \_\_\_\_\_

Шеф повар \_\_\_\_\_

Диетсестра \_\_\_\_\_

## Меню- 5 день

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углевод витамины (мг), микроэлементы
-----------	--------------------	---

**Завтрак**

300 **Каша молочная манная** кКал-409, Бел-10, Жир-16, Угл-55

*Крупа манная, Молоко, Сахар-песок, Соль йодированная, Масло сливочное*

40 **Шейка свиная запеченая**

*Свинина (шей), Соль йодированная, Перец черный молотый*

10 **Масло сливочное** кКал-75, Жир-8

200 **Чай с сахаром** кКал-60, Угл-15

*Чай черный, Сахар-песок*

40 **Хлеб пшеничный** кКал-105, Бел-3, Жир-1, Угл-21

**Итого за Завтрак** кКал-649, Бел-13, Жир-25, Угл-91

**Обед**

350	<b>Суп овощной на мясном</b> <i>Говядина, Капуста цветная, Картофель, Морковь, Горошек зеленый консервы, Лук репчатый, Петрушка, Лук</i>	кКал-159, Бел-7, Жир-10, Угл-11
110	<b>Бефстроганов</b> <i>Говядина, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Мука пшеничная, Сметана 15%, Соль йодированная</i>	кКал-323, Бел-18, Жир-25, Угл-6
200	<b>Каша гречневая</b> <i>Крупа гречневая, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	кКал-290, Бел-9, Жир-11, Угл-40
80	<b>Перец свежий с репчатым</b> <i>Перец сладкий, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Укроп</i>	кКал-115, Бел-1, Жир-10, Угл-5
200	<b>Компот из вишни</b> <i>Вишня б/з, Сахар-песок</i>	кКал-127, Угл-30
75	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-151, Бел-5, Жир-1, Угл-30
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-105, Бел-3, Жир-1, Угл-21

**Итого за Обед** кКал-1 270, Бел-43, Жир-58, Угл-143

**Полдник**

100	<b>Пицца</b> <i>Мука пшеничная, Дрожжи сухие, Сахар-песок, Масло сливочное, Соль йодированная, Помидоры, Сыр п-</i>	кКал-318, Бел-12, Жир-14, Угл-35
200	<b>Яблоки</b>	кКал-94, Бел-1, Жир-1, Угл-20
200	<b>Соки фруктовые</b>	кКал-110, Бел-1, Угл-25

**Итого за Полдник** кКал-522, Бел-14, Жир-15, Угл-80

**Ужин**

100	<b>Салат из крабовых палочек</b> <i>Капуста Пекинская, Крабовые палочки, Кукуруза консервированная, Перец сладкий, Огурцы</i>	кКал-101, Бел-5, Жир-2, Угл-15
130	<b>Куриные грудки запеченные</b> <i>Куриные грудки, Мука пшеничная, Масло подсолнечное ДП, Яйцо диетическое</i>	кКал-525, Бел-26, Жир-41, Угл-14
200	<b>Картофель отварной с</b> <i>Картофель, Масло сливочное, Соль йодированная, Укроп</i>	кКал-230, Бел-4, Жир-9, Угл-33
75	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-151, Бел-5, Жир-1, Угл-30
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-60, Угл-15

**Итого за Ужин** кКал-1 067, Бел-40, Жир-53, Угл-107

**5 Питание**

200	<b>Питьевой йогурт</b>	кКал-112, Бел-6, Жир-5, Угл-9
40	<b>Вафли</b>	кКал-217, Бел-2, Жир-12, Угл-25

**Итого за 5 Питание** кКал-329, Бел-8, Жир-17, Угл-34

**Итого за** кКал-3 837, Бел-118, Жир-168, Угл-455

Начальник \_\_\_\_\_

Шеф повар \_\_\_\_\_

Диетсестра \_\_\_\_\_

## **Меню- 6 день**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углевод витамины (мг), микроэлементы
-----------	--------------------	---

**Завтрак**

200	<b>Пудинг из творога</b> <i>Творог 9 % жирн., Молоко , Крупа манная, Яйцо диетическое, Молоко сгущенное, Сахар-песок, Масло сливочное</i>	кКал-526, Бел-27, Жир-25, Угл-47
10	<b>Масло сливочное</b>	кКал-75, Жир-8
40	<b>Сыр (порциями)</b>	кКал-146, Бел-9, Жир-12
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-60, Угл-15
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-105, Бел-3, Жир-1, Угл-21
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-912, Бел-39, Жир-46, Угл-83
<b><u>Обед</u></b>		
350	<b>Суп гороховый с гренками</b> <i>Говядина, Картофель, Гренки, Горох колотый, Морковь, Лук репчатый, Петрушка, Масло подсолнечное ДП,</i>	кКал-346, Бел-18, Жир-19, Угл-39
130	<b>Котлеты или биточки</b> <i>Филе трески, Батон весенний 0,38, Молоко , Лук репчатый, Сметана 15%, Мука пшеничная , Масло сливочное ,</i>	кКал-259, Бел-19, Жир-16, Угл-10
200	<b>Рис припущ.со сливочн.</b> <i>Рис длинный пропареный, Масло сливочное , Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП</i>	кКал-407, Бел-5, Жир-19, Угл-54
80	<b>Огурец свежий</b>	кКал-11, Бел-1, Угл-2
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>Сухофрукты, Сахар-песок</i>	кКал-107, Угл-27
75	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-151, Бел-5, Жир-1, Угл-30
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-105, Бел-3, Жир-1, Угл-21
<b>Итого за Обед</b>		кКал-1 386, Бел-51, Жир-56, Угл-183
<b><u>Полдник</u></b>		
80	<b>Булочка с изюмом</b> <i>Мука пшеничная , Дрожжи сушеные, Сахар-песок, Масло сливочное , Яйцо диетическое, Молоко , Изюм</i>	кКал-68, Бел-2, Жир-2, Угл-41
200	<b>Мандарин</b>	кКал-76, Бел-2, Угл-15
200	<b>Соки фруктовые</b>	кКал-110, Бел-1, Угл-25
<b>Итого за Полдник</b>		кКал-254, Бел-5, Жир-2, Угл-81
<b><u>Ужин</u></b>		
100	<b>Винегрет овощной</b> <i>Картофель, Свекла, Морковь, Огурцы соленые, Лук репчатый, Горошек зеленый консервы, Масло подсолнечное</i>	кКал-130, Бел-2, Жир-10, Угл-8
300	<b>Пельмени со сливочным</b> <i>Пельмени детские, Масло сливочное , Соль йодированная , Сметана 15%</i>	кКал-687, Бел-23, Жир-51, Угл-34
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-105, Бел-3, Жир-1, Угл-21
200	<b>Напиток из плодов</b> <i>Шиповник (сушеный), Сахар-песок</i>	кКал-137, Бел-1, Угл-30
<b>Итого за Ужин</b>		кКал-1 059, Бел-29, Жир-62, Угл-93
<b><u>5 Питание</u></b>		
200	<b>Ряженка</b>	кКал-108, Бел-6, Жир-8, Угл-8
40	<b>Пряники</b>	кКал-110, Бел-2, Жир-1, Угл-23
<b>Итого за 5 Питание</b>		кКал-218, Бел-8, Жир-9, Угл-31
<b>Итого за</b>		кКал-3 829, Бел-132, Жир-175, Угл-471

Начальник \_\_\_\_\_

Шеф повар \_\_\_\_\_

Диетсестра \_\_\_\_\_

## Меню- 7 день

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводов витамины (мг), микроэлементы
<b><u>Завтрак</u></b>		
300	<b>Каша молочная "Дружба"</b> <i>Рис круглый, Крупа пшено шлифованное, Молоко, Масло сливочное, Сахар-песок, Соль йодированная</i>	кКал-422, Бел-10, Жир-17, Угл-57
10	<b>Масло сливочное</b>	кКал-75, Жир-8
40	<b>Ветчина</b>	кКал-38, Бел-5, Жир-2, Угл-1
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-105, Бел-3, Жир-1, Угл-21
200	<b>Кофейный напиток с</b> <i>Кофейный напиток обогащенный ДП, Молоко, Сахар-песок</i>	кКал-155, Бел-3, Жир-3, Угл-28
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-795, Бел-21, Жир-31, Угл-107
<b><u>Обед</u></b>		
350	<b>Щи из капусты свежей с</b> <i>Говядина, Капуста белокачанная, Морковь, Картофель, Лук репчатый, Томат-паста, Масло подсолнечное ДП,</i>	кКал-193, Бел-9, Жир-16, Угл-15
110	<b>Тефтели мясные</b> <i>Говядина, Свинина окорок б/к, Батон весенний 0,38, Молоко, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Мука</i>	кКал-429, Бел-18, Жир-32, Угл-18
200	<b>Макароны отварные со</b> <i>Макароны, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	кКал-326, Бел-8, Жир-11, Угл-49
80	<b>Помидоры свежие</b>	кКал-19, Бел-1, Угл-3
200	<b>Компот из черной</b> <i>Смородина черная б/з, Сахар-песок</i>	кКал-122, Бел-1, Угл-28
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-105, Бел-3, Жир-1, Угл-21
75	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-151, Бел-5, Жир-1, Угл-30
<b>Итого за Обед</b>		кКал-1 345, Бел-45, Жир-61, Угл-164
<b><u>Полдник</u></b>		
80	<b>Булочка с джемом</b> <i>Мука пшеничная, Дрожжи сушеные, Сахар-песок, Масло сливочное, Яйцо диетическое, Соль йодированная,</i>	кКал-157, Бел-4, Жир-3, Угл-27
200	<b>Банан</b>	кКал-192, Бел-3, Жир-1, Угл-42
200	<b>Соки фруктовые</b>	кКал-110, Бел-1, Угл-25
<b>Итого за Полдник</b>		кКал-459, Бел-8, Жир-4, Угл-94
<b><u>Ужин</u></b>		
300	<b>Запеканка картофельная с</b> <i>Говядина, Масло подсолнечное ДП, Картофель, Яйцо диетическое, Молоко, Лук репчатый, Масло сливочное,</i>	кКал-567, Бел-22, Жир-38, Угл-35
80	<b>Сельдь с луком</b> <i>Сельдь м/с, Масло подсолнечное ДП, Лук репчатый, Укроп</i>	кКал-144, Бел-11, Жир-8, Угл-6
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-105, Бел-3, Жир-1, Угл-21
75	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-151, Бел-5, Жир-1, Угл-30

200 **Чай с сахаром**

*Чай черный, Сахар-песок*

кКал-60, Угл-15

**Итого за Ужин** кКал-1 027, Бел-41, Жир-48, Угл-107

**5 Питание**

200 **Кефир**

кКал-118, Бел-6, Жир-6, Угл-8

40 **Сухари с изюмом**

кКал-160, Бел-3, Жир-4, Угл-27

**Итого за 5 Питание** кКал-278, Бел-9, Жир-10, Угл-35

**Итого за** кКал-3 904, Бел-124, Жир-154, Угл-507

Начальник \_\_\_\_\_

Шеф повар \_\_\_\_\_

Диетсестра \_\_\_\_\_

## Меню- 8 день

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводов витамины (мг), микроэлементы
-----------	--------------------	--

**Завтрак**

120 **Омлет натуральный**

*Яйцо диетическое, Молоко, Соль йодированная, Масло сливочное*

кКал-230, Бел-12, Жир-19, Угл-3

60 **Горошек отварной**

*Горошек зеленый консервы, Масло сливочное*

кКал-95, Бел-2, Жир-8, Угл-3

40 **Сыр (порциями)**

кКал-146, Бел-9, Жир-12

10 **Масло сливочное**

кКал-75, Жир-8

200 **Чай с сахаром**

*Чай черный, Сахар-песок*

кКал-60, Угл-15

40 **Хлеб пшеничный**

кКал-105, Бел-3, Жир-1, Угл-21

**Итого за Завтрак** кКал-711, Бел-26, Жир-48, Угл-42

**Обед**

350 **Суп из шпината**

*Шпинат, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Морковь, Сметана 15%, Яйцо диетическое, Укроп, Говядина,*

кКал-217, Бел-7, Жир-16, Угл-11

110 **Свинная отбивная**

*Свинина (шея), Сухари панировочные, Соль йодированная, Перец черный молотый, Масло подсолнечное ДП*

кКал-168, Бел-1, Жир-15, Угл-7

200 **Пюре картофельное**

*Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная*

кКал-226, Бел-4, Жир-10, Угл-29

80 **Огурец свежий**

кКал-11, Бел-1, Угл-2

200 **Компот из клубники**

*Клубника б/з, Сахар-песок*

кКал-120, Угл-28

75 **Хлеб ржано-пшеничный**

кКал-151, Бел-5, Жир-1, Угл-30

40 **Хлеб пшеничный**

кКал-105, Бел-3, Жир-1, Угл-21

**Итого за Обед** кКал-998, Бел-21, Жир-43, Угл-128

**Полдник**

100/50 **Запеканка творожная с**

*Творог 9 % жирн., Молоко, Крупа манная, Яйцо диетическое, Масло сливочное, Молоко сгущенное, Сахар-*

кКал-511, Бел-26, Жир-25, Угл-45

200	<b>Апельсин</b>	кКал-86, Бел-2, Угл-16
200	<b>Соки фруктовые</b>	кКал-110, Бел-1, Угл-25

**Итого за Полдник** кКал-707, Бел-29, Жир-25, Угл-86

**Ужин**

100	<b>Салат из редиса с яйцом</b> <i>Редис, Лук зеленый, Яйцо диетическое, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная</i>	кКал-136, Бел-3, Жир-12, Угл-3
300	<b>Голубцы ленивые с мясом и</b> <i>Капуста белокачанная, Говядина, Рис круглый, Лук репчатый, Морковь, Масло подсолнечное ДП, Сметана 15%,</i>	кКал-443, Бел-21, Жир-31, Угл-18
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-105, Бел-3, Жир-1, Угл-21
75	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-151, Бел-5, Жир-1, Угл-30
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-60, Угл-15

**Итого за Ужин** кКал-895, Бел-32, Жир-45, Угл-87

**5 Питание**

200	<b>Молоко питьевое</b>	кКал-120, Бел-6, Жир-6, Угл-9
40	<b>Печенье весовое</b>	кКал-180, Бел-3, Жир-7, Угл-27

**Итого за 5 Питание** кКал-300, Бел-9, Жир-13, Угл-36

**Итого за** кКал-3 611, Бел-117, Жир-174, Угл-379

Начальник \_\_\_\_\_

Шеф повар \_\_\_\_\_

Диетсестра \_\_\_\_\_

## Меню- 9 день

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводов витамины (мг), микроэлементы
-----------	--------------------	--

**Завтрак**

300	<b>Каша молочная рисовая</b> <i>Рис круглый, Молоко, Сахар-песок, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	кКал-438, Бел-9, Жир-16, Угл-64
10	<b>Масло сливочное</b>	кКал-75, Жир-8
40	<b>Яйцо куриное, сваренное</b>	кКал-63, Бел-5, Жир-5
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-105, Бел-3, Жир-1, Угл-21
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-60, Угл-15

**Итого за Завтрак** кКал-741, Бел-17, Жир-30, Угл-100

**Обед**

350	<b>Суп вермишелевый на</b> <i>Макаронные изделия (вермишель), Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Картофель, Соль йодированная,</i>	кКал-257, Бел-13, Жир-16, Угл-30
200	<b>Макаронны отварные со</b> <i>Макаронны, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	кКал-326, Бел-8, Жир-11, Угл-49
130	<b>Цыплята запеченные</b> <i>Куры-цыплята заморозка, Соль йодированная, Укроп, Чеснок, Масло подсолнечное ДП, Масло сливочное</i>	кКал-423, Бел-27, Жир-34, Угл-1
80	<b>Огурец свежий</b>	кКал-11, Бел-1, Угл-2

200	<b>Компот из клубники</b> <i>Клубника б/з, Сахар-песок</i>	кКал-120, Угл-28
75	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-151, Бел-5, Жир-1, Угл-30
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-105, Бел-3, Жир-1, Угл-21
<b>Итого за Обед</b>		кКал-1 393, Бел-57, Жир-63, Угл-161
<b><u>Полдник</u></b>		
80	<b>Ватрушка с творогом</b> <i>Дрожжи сушеные, Масло подсолнечное ДП, Масло сливочное, Молоко, Мука пшеничная, Сахар-песок, Соль</i>	кКал-348, Бел-12, Жир-14, Угл-43
200	<b>Банан</b>	кКал-192, Бел-3, Жир-1, Угл-42
200	<b>Соки фруктовые</b>	кКал-110, Бел-1, Угл-25
<b>Итого за Полдник</b>		кКал-650, Бел-16, Жир-15, Угл-110
<b><u>Ужин</u></b>		
300	<b>Жаркое по-домашнему</b> <i>Говядина, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Масло подсолнечное ДП, Томат-паста, Масло сливочное,</i>	кКал-494, Бел-21, Жир-29, Угл-35
80	<b>Огурчики соленые</b>	кКал-10, Бел-1, Угл-1
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-105, Бел-3, Жир-1, Угл-21
75	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-151, Бел-5, Жир-1, Угл-30
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-60, Угл-15
<b>Итого за Ужин</b>		кКал-820, Бел-30, Жир-31, Угл-102
<b><u>5 Питание</u></b>		
200	<b>Питьевой йогурт</b>	кКал-112, Бел-6, Жир-5, Угл-9
40	<b>Печенье весовое</b>	кКал-180, Бел-3, Жир-7, Угл-27
<b>Итого за 5 Питание</b>		кКал-292, Бел-9, Жир-12, Угл-36
<b>Итого за</b>		кКал-3 896, Бел-129, Жир-151, Угл-509

Начальник \_\_\_\_\_

Шеф повар \_\_\_\_\_

Диетсестра \_\_\_\_\_

<b>Ы (Г),</b> <b>(МГ)</b>
------------------------------

---

---

---

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Ы (Г),  
(МГ)**

---

---

---

---

---

---

<b>Ы (Г),</b> <b>(МГ)</b>
------------------------------

---

---

---

---

---

---

<b>Ы (Г),</b> <b>(МГ)</b>
------------------------------

---

---

---

---

---

---

<b>Ы (Г),</b> <b>(МГ)</b>
------------------------------

---

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Ы (Г),  
(МГ)

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Ы (Г),  
(МГ)

---

---

---

---

---

---

<b>Ы (Г),</b> <b>(МГ)</b>
------------------------------

---

---

---

---

---

---

<b>Ы (Г),</b> <b>(МГ)</b>
------------------------------

---

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_