|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № по сборнику | НАИМЕНОВАНИЕ ИЗДЕЛИЯ | ВЫХОД | БЕЛКИ | ЖИРЫ | УГЛЕВОДЫ | ККалл |
|  | **ПОНЕДЕЛЬНИК** |  |  |  |  |  |
|  | Зеленый горошек | 25 | 0,75 | 0,1 | 1,75 | 12,5 |
| 42/08 | Щи из свежей капусты курой | 250/12,5 | 4,7 | 7,25 | 10,4 | 107,0 |
| 451/04 | Биточки рубленные | 90 | 14,3 | 12,96 | 14,4 | 232,8 |
| 98/08 | Макароны отварные | 150 | 5,25 | 6,15 | 35,25 | 220,5 |
| 141/08 | Соус томатный | 30 | 0,78 | 2,88 | 2,82 | 42,0 |
| 628/94 | Чай с сахаром | 200/15 | 0,2 | 0 | 15,0 | 58,0 |
| ттк | Хлеб | 60 | 4,5 | 0,6 | 28,8 | 138,0 |
|  | **ИТОГО** | **842,5** |  |  |  | **810,8** |
|  | **ВТОРНИК** |  |  |  |  |  |
| промыш | Помидор свежий | 40 | 0,44 | 0,08 | 1,52 | 9,6 |
| 129/94 | Рассольник Ленинградский с курой | 250/12,5 | 5,7 | 7,45 | 20,35 | 175,0 |
| 492/04 ттк | Плов из филе куриного | 50/200 | 18,3 | 14,1 | 50,4 | 406,0 |
| 146/08 | Чай с сахаром | 200/15 | 0,2 | 0 | 15,0 | 58,0 |
| Промыш | Хлеб | 65 | 4,88 | 0,65 | 31,2 | 151,5 |
|  | **ИТОГО** | **832,5** |  |  |  | **800,1** |
|  | **СРЕДА** |  |  |  |  |  |
| 47/08 | Суп картофельный с бобовыми | 250 | 6,2 | 5,6 | 22,3 | 167,0 |
| Промыш | Огурец соленый | 10 | 0,08 | 0,01 | 0,17 | 1,3 |
| 388/04 | Котлета рыбная ( горб) | 90 | 9,9 | 8,1 | 10,8 | 159,3 |
| 470/94 | Картофель отварной | 150 | 3,0 | 6,8 | 21,9 | 167,0 |
| 141/08 | Соус томатный | 50 | 1,3 | 4,8 | 4,7 | 70,0 |
| 153/08 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,6 | 0,0 | 31,4 | 124,0 |
| промыш | Хлеб | 65 | 4,88 | 0,65 | 31,2 | 149,5 |
|  | **ИТОГО** | **800,0** |  |  |  | **836,8** |
|  | **ЧЕТВЕРГ** |  |  |  |  |  |
| промыш | Огурец свежий | 30 | 0,21 | 0,03 | 0,57 | 3,3 |
| 56/08 | Суп из овощей с курой | 250/12,5 | 10,2 | 10,35 | 13,0 | 178,2 |
| ттк | Гуляш из филе куриного | 50/50 | 14,70 | 5,80 | 4,30 | 129 |
| 463/94 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 4,50 | 6,75 | 22,35 | 279,0 |
| ттк | Напиток из фруктов | 200 | 0,2 | 0,04 | 23,7 | 90,4 |
| промыш | Хлеб | 60 | 4,5 | 0,6 | 28,8 | 138,0 |
|  | **ИТОГО** | **802,5** |  |  |  | **817,9** |
|  | **ПЯТНИЦА** |  |  |  |  |  |
| промыш | Помидор свежий | 20 | 0,22 | 0,04 | 0,76 | 4,8 |
| 46/08 | Суп картофельн.с макар.издел. с курой с зеленью | 250/12,5 | 5,3 | 3,45 | 21,1 | 139,0 |
| 462/04 | Тефтели с соусом | 90/50 | 11,2 | 16,53 | 13,85 | 268,0 |
| 468/94 | Гороховое пюре | 150 | 14,1 | 6,9 | 33,5 | 255,0 |
| ттк | Напиток из вишни | 200 | 0,2 | 0,04 | 23,7 | 92,0 |
| промыш | Хлеб | 60 | 4,5 | 0,6 | 28,8 | 138,0 |
|  | **ИТОГО** | **832,5** |  |  |  | **896,8** |