№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые Вещества (г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	Обед 1день					
121	Икра кабачковая	100	1,70	8,90	7,60	119,00
45	Суп картофельный с бобовыми	250	2,34	3,89	13,61	98,79
416	Биточек из говядины	100	7,62	8,37	4,10	136,72
227	Макароные изделия отварные	180	6,62	6,35	42,40	253,30
ТТК 10	Компот "Ассорти"	180	0,34	0,00	34,18	128,09
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,00	0,52	19,63	91,59
	Хлеб пшеничный	40	4,00	0,40	26,76	126,40
	Итого:	**880**	**25,62**	**28,43**	**148,28**	**953,89**
	Обед 2день					
246	Помидор//огурец свежие в нарезке	100	1,10	0,20	3,80	24,00
63	Щи из св. капусты с картофелем	250	2,08	10,07	10,60	108,00
ТТК102	Картофель тушеный с птицей	280	24,22	24,40	56,28	396,34
ТТК	Напиток витаминный" Витошка"	180	0,00	0,00	17,10	72,00
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,00	0,52	19,63	91,59
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,30	20,07	94,80
	Итого:	**870**	**33,40**	**35,49**	**127,48**	**786,73**
	Обед 3день					
246	Помидор//огурец свежие в нарезке	100	1,10	0,20	3,80	24,00
37	Борщ с капустой и картофелем	250	1,90	6,66	10,81	111,11
Ттк 136	Бифштекс школьный паровой	100	14,65	17,20	7,94	243,16
464	Каша гречневая вязкая	180	5,22	5,31	25,87	154,50
Ттк	Компот из изюма	180	0,20	0,04	17,13	69,71
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,00	0,52	19,63	91,59
	Хлеб пшеничный	40	4,00	0,40	26,76	126,40
	Итого:	**880**	**30,07**	**30,33**	**111,94**	**820,47**
	Обед 4день					
22/16	Салат из св.помидоров или огурцов	100	1,16	10,15	4,05	113,90
163	Суп с макаронными изделиями	250	2,37	5,07	16,40	120,75
460	Котлета куриная	100	12,20	13,80	8,30	206,76
224	Рис отварной	180	4,60	6,10	48,20	270,20
ттк	Компот из изюма	180	0,30	0,00	20,40	82,80
	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,00	0,35	13,09	61,06
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,30	20,07	94,80
	Итого:	**860**	**25,63**	**35,77**	**130,51**	**950,27**
	Обед 5день					
246	Помидор//огурец свежие в нарезке	100	1,10	0,20	3,80	24,00
41	Рассольник Домашний	250	5,02	11,30	32,30	149,60
№161	Котлета рыбная	100	14,10	9,50	9,11	185,80
241	Картофельное пюре	180	3,83	7,27	27,95	192,50
ТТК 10	Компот "Ассорти"	180	0,34	0,00	34,18	128,09
	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,00	0,35	13,09	61,06
	Хлеб пшеничный	20	2,00	0,20	13,38	63,20
	Итого:	**850**	**28,39**	**28,82**	**133,81**	**804,25**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые Вещества (г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	Обед 6 день					
22/16	Салат из св.помидоров или огурцов	100	1,16	10,15	4,05	113,90
47	Суп картоф. с макарон. изд.и с курой	250/10	5,46	4,56	21,76	124,09
№189	Котлета из говядины	100	10,60	11,70	5,73	176,60
464	Каша гречневая вязкая	180	4,50	5,25	22,30	154,51
ТТК	Напиток витаминный" Витошка"	180	0,00	0,00	17,10	72,00
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,00	0,52	19,63	91,59
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,30	20,07	94,80
	Итого:	**880**	**27,72**	**32,48**	**110,64**	**827,49**
	Обед 7 день					
22/16	Салат из св.помидоров или огурцов	100	1,10	10,15	4,05	113,90
45	Суп картофельный с бобовыми	250	2,34	3,89	13,61	98,79
ТТК35	Тефтели "Нежные "паровые	100	13,63	13,95	8,40	231,90
227	Макароные изделия отварные	180	6,62	6,35	42,40	253,30
ТТК	Компот из свежих яблок	180	0,72	0,72	17,64	79,92
	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,00	0,35	13,09	61,06
	Хлеб пшеничный	20	2,00	0,20	13,38	63,20
	Итого:	**850**	**28,41**	**35,61**	**112,57**	**902,07**
	Обед 8 день					
22/16	Салат из св.помидоров или огурцов	100	1,16	10,15	4,05	113,90
51	Суп крестьянский с крупой	250	2,31	6,73	15,42	140,60
324	Шницель рыбный (минтай)	100	14,14	9,57	9,14	185,80
241	Картофельное пюре	180	3,83	8,57	27,95	194,50
ТТК 10	Компот "Ассорти"	180	0,34	0,00	34,18	128,09
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,00	0,52	19,63	91,59
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,30	20,07	94,80
	Итого:	**870**	**27,78**	**35,84**	**130,44**	**949,28**
	Обед 9 день					
113	Огурец соленый в нарезке	100	0,75	0,10	1,70	13,00
37	Борщ с капустой и картофелем	250	1,90	6,66	10,81	111,11
11д/школ	Колбаски" Могилевские"	100	10,90	8,84	1,07	127,55
464	Каша гречневая вязкая	180	5,22	5,31	25,87	154,50
ттк	Компот из изюма	180	0,20	0,04	17,13	69,71
	Хлеб ржано-пшеничный	40	4,00	0,70	26,18	122,12
	Хлеб пшеничный	50	5,00	0,50	33,40	158,00
	Итого:	**900**	**27,97**	**22,15**	**116,16**	**755,99**
	Обед 10 день					
22/16	Салат из св.помидоров или огурцов	100	1,16	10,15	4,05	113,90
42	Рассольник "Ленинградский"	250	5,03	11,30	32,38	149,60
Ттк 83	Рулет или котлета "Аппетитная "	100	11,50	7,38	5,28	137,36
227	Макароные изделия отварные	180	6,62	6,35	42,40	253,30
Ттк 6	Компот из кураги	180	0,47	0,02	16,42	67,61
	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,00	0,35	13,09	61,06
	Хлеб пшеничный	20	2,00	0,20	13,38	63,20
	Итого:	**850**	**28,78**	**35,75**	**127,00**	**846,03**

Анализ средней калорийности за 10 дней

Дата	Объём	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. Ценность
1день	880	25,62	28,43	148,28	953,89
2день	870	33,4	35,49	127,48	786,73
3день	880	30,07	30,33	111,94	820,47
4день	860	25,63	35,77	130,51	950,27
5день	850	28,39	28,82	133,81	804,25
6день	880	27,72	32,48	110,64	827,49
7день	850	28,41	35,61	112,57	902,07
8день	870	27,78	35,84	130,44	949,28
9день	900	27,97	22,15	116,16	755,99
10день	850	28,78	35,75	127,00	846,03
Итого:		**28,37**	**32,06**	**124,88**	**859,64**

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 352191790442986473152692261956718905753445707897

Владелец Щеткина Елена Анатольевна

Действителен С 17.04.2026 по 17.04.2027