и.о.директора КГУ

«Ломоносовская

специальная (коррекционная)

школа – интернат для детей с

ограниченными возможностями в

развитии» акимата СКО МОН РК

**Ахмадуллина Н.А.**

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

**1 неделя**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименования** | **Вес,гр.** | **Цена,тг.** |
| **1 день** | | |
| **Завтрак** |  |  |
| Каша молочная манная | 300 | 152,6 |
| Сыр | 12 | 36,29 |
| Кофе с молоком | 200 | 75,10 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | **331,47** |
| **Полдник I** |  |  |
| Сок | 100 | 56,00 |
| Творог со сметаной | 80 | 137,2 |
| Печенье | 25 | 42,00 |
| Яблоко | 250 | 193,20 |
| **ИТОГО:** |  | **428,40** |
| **Обед** |  |  |
| Суп гречневый с/м | 250 | 138,10 |
| Перловка гарнир, гуляш | 300 | 339,33 |
| Салат свекольный | 100 | 33,39 |
| Кисель | 200 | 73,25 |
| Хлеб ржаной с маслом | 160 | 90,98 |
| **ИТОГО:** |  | **675,05** |
| **Полдник II** |  |  |
| Плюшка | 50 | 80,64 |
| Ряженка | 50 | 29,12 |
| **ИТОГО:** |  | **109,76** |
| **Ужин** |  |  |
| Суп вермишелевый | 300 | 60,41 |
| Яйцо | 1 | 72,80 |
| Чай с лимоном | 200 | 20,94 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | **221,63** |
| **2 день** | | |
| **Завтрак** |  |  |
| Каша молочная пшеничная | 300 | 150,60 |
| Сыр | 12 | 36,29 |
| Кофе с молоком | 200 | 75,10 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | **329,47** |
| **Полдник I** |  |  |
| Сок | 100 | 56,00 |
| Батончик конфеты | 25 | 64,40 |
| Апельсин | 250 | 336,00 |
| **ИТОГО:** |  | **456,40** |
| **Обед** |  |  |
| Суп гороховый с/м | 250 | 129,74 |
| Макароны отварные, тефтели | 300 | 362,59 |
| Салат из свежих огурцов, помидор | 100 | 144,72 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 27,44 |
| Хлеб ржаной с маслом | 160 | 90,98 |
| **ИТОГО:** |  | **755,47** |
| **Полдник II** |  |  |
| Ватрушка с творогом | 60 | 96,94 |
| Кефир | 50 | 26,88 |
| **ИТОГО:** |  | **123,82** |
| **Ужин** |  |  |
| Рыба тушенная | 100 | 197,12 |
| Гречка гарнир | 150 | 90,41 |
| Чай | 200 | 6,38 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | **361,39** |
| **3 день** | | |
| **Завтрак** |  |  |
| Суп молочный вермишелевый | 300 | 155,00 |
| Сыр | 12 | 36,29 |
| Кофе с молоком | 200 | 75,10 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,50 |
| **ИТОГО:** |  | **333,89** |
| **Полдник I** |  |  |
| Сок | 100 | 56,00 |
| Вафли | 25 | 44,80 |
| Бананы | 250 | 336,00 |
| **ИТОГО:** |  | **436,80** |
| **Обед** |  |  |
| Рассольник с/м | 250 | 151,36 |
| Плов | 300 | 357,73 |
| Салат из свежих огурцов, помидор | 100 | 144,72 |
| Кисель | 200 | 71,01 |
| Хлеб ржаной с маслом | 160 | 90,98 |
| **ИТОГО:** |  | **815,8** |
| **Полдник II** |  |  |
| Пирожок с капустой | 70 | 87,86 |
| Ряженка | 50 | 29,12 |
| **ИТОГО:** |  | **116,98** |
| **Ужин** |  |  |
| Суп пшенный | 300 | 58,52 |
| Яйцо | 1 | 72,80 |
| Чай с лимоном | 200 | 20,94 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | **219,74** |
| **4 день** | | |
| **Завтрак** |  |  |
| Каша молочная кукурузная | 300 | 153,20 |
| Сыр | 12 | 36,29 |
| Кофе с молоком | 200 | 75,10 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | **332,07** |
| **Полдник I** |  |  |
| Сок | 100 | 56,00 |
| Груша | 250 | 325,00 |
| Мармелад | 25 | 64,40 |
| **ИТОГО:** |  | **445,40** |
| **Обед** |  |  |
| Борщ с/м | 250 | 183,22 |
| Макароны отварные, гуляш | 300 | 349,04 |
| Салат из свежих огурцов, помидор | 100 | 144,72 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 118,42 |
| Хлеб ржаной с маслом | 160 | 90,98 |
| **ИТОГО:** |  | **886,38** |
| **Полдник II** |  |  |
| Булочка | 50 | 107,52 |
| Кефир | 50 | 26,88 |
| **ИТОГО:** |  | **134,40** |
| **Ужин** |  |  |
| Суп рисовый | 300 | 138,27 |
| Чай | 200 | 6,38 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | **212,13** |
| **5 день** | | |
| **Завтрак** |  |  |
| Каша молочная рисовая | 300 | 156,60 |
| Сыр | 12 | 36,29 |
| Кофе с молоком | 200 | 75,10 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | **335,47** |
| **Полдник I** |  |  |
| Сок | 100 | 56,00 |
| Творог со сметаной | 80 | 137,20 |
| Зефир | 25 | 61,10 |
| Яблоко | 250 | 193,20 |
| **ИТОГО:** |  | **447,50** |
| **Обед** |  |  |
| Суп вермишелевый с/м | 250 | 130,28 |
| Перловка гарнир, бефстроганы | 300 | 359,15 |
| Салат морковный | 90 | 40,56 |
| Кисель | 200 | 71,01 |
| Хлеб ржаной с маслом | 160 | 90,98 |
| **ИТОГО:** |  | **691,98** |
| **Полдник II** |  |  |
| Пирог | 50 | 50,46 |
| Какао | 200 | 117,6 |
| **ИТОГО:** |  | **168,06** |
| **Ужин** |  |  |
| Рыба тушенная | 100 | 197,12 |
| Картофельное пюре | 200 | 57,93 |
| Чай | 200 | 6,38 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | **328,91** |
| **6 день** | | |
| **Завтрак** |  |  |
| Каша молочная манная | 300 | 152,60 |
| Сыр | 12 | 36,29 |
| Хлеб с маслом | 200 | 67,48 |
| Кофе с молоком | 110 | 75,10 |
| **ИТОГО:** |  | **331,47** |
| **Обед** |  |  |
| Борщ с/м | 250 | 183,22 |
| Рис гарнир, котлета | 300 | 359,30 |
| Салат свекольный | 100 | 33,39 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 27,44 |
| Хлеб ржаной с маслом | 160 | 90,98 |
| **ИТОГО:** |  | **694,33** |
| **Полдник I** |  |  |
| Пирог с изюмом | 50 | 93,01 |
| Яблоко | 250 | 193,20 |
| Сок | 100 | 56,00 |
| Печенье | 25 | 42,00 |
| **ИТОГО:** |  | **384,21** |
| **Ужин** |  |  |
| Суп пшенный | 300 | 58,52 |
| Яйцо | 1 | 72,80 |
| Чай с лимоном | 200 | 20,94 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | **219,74** |
| **7 день** | | |
| **Завтрак** |  |  |
| Каша молочная пшеничная | 300 | 150,6 |
| Сыр | 12 | 36,29 |
| Кофе с молоком | 200 | 75,10 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | **329,47** |
| **Обед** |  |  |
| Суп перловый с/м | 250 | 132,32 |
| Манпар | 300 | 367,80 |
| Салат из свежей капусты | 100 | 45,15 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 27,44 |
| Хлеб ржаной с маслом | 160 | 90,98 |
| **ИТОГО:** |  | **663,69** |
| **Полдник I** |  |  |
| Пряник | 25 | 30,8 |
| Апельсин | 250 | 336,00 |
| Сок | 100 | 56,00 |
| **ИТОГО:** |  | **422,80** |
| **Ужин** |  |  |
| Суп гречневый | 300 | 42,58 |
| Чай | 200 | 6,38 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | **116,44** |

**2 неделя**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1 день** | **Вес,гр.** | **Цена,тг.** |
| **Завтрак** |  |  |
| Каша молочная пшеничная | 300 | 150,6 |
| Сыр | 12 | 36,29 |
| Хлеб с маслом | 200 | 67,48 |
| Кофе с молоком | 110 | 75,1 |
| **ИТОГО:** |  | **329,47** |
| **Полдник I** |  |  |
| Сок | 100 | 56,00 |
| Запеканка из творога | 80 | 145,95 |
| Мармелад | 25 | 64,40 |
| Банан | 250 | 336,00 |
| **ИТОГО:** |  | **602,35** |
| **Обед** |  |  |
| Борщ с/м | 250 | 183,22 |
| Гречка гарнир, гуляш | 300 | 323,91 |
| Салат морковный | 80 | 40,56 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 27,44 |
| Хлеб ржаной с маслом | 160 | 90,98 |
| **ИТОГО:** |  | **666,11** |
| **Полдник II** |  |  |
| Плюшка | 50 | 80,64 |
| Молоко | 200 | 107,52 |
| **ИТОГО:** |  | **188,16** |
| **Ужин** |  |  |
| Суп вермишелевый | 300 | 60,41 |
| Яйцо | 1 | 72,80 |
| Чай с лимоном | 200 | 20,94 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | **221,63** |
| **2 день** | | |
| **Завтрак** |  |  |
| Каша молочная рисовая | 300 | 156,6 |
| Сыр | 12 | 36,29 |
| Кофе с молоком | 200 | 75,10 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | **335,47** |
| **Полдник I** |  |  |
| Сок | 100 | 56,00 |
| Вафли | 25 | 44,8 |
| Яблоко | 250 | 193,2 |
| **ИТОГО:** |  | **294,00** |
| **Обед** |  |  |
| Суп фасолевый с/м | 250 | 138,72 |
| Жаркое | 300 | 374,34 |
| Салат «Винегрет» | 100 | 52,37 |
| Кисель | 200 | 73,25 |
| Хлеб ржаной с маслом | 160 | 90,98 |
| **ИТОГО:** |  | **729,66** |
| **Полдник II** |  |  |
| Ватрушка с творогом | 60 | 96,94 |
| Какао | 200 | 117,6 |
| **ИТОГО:** |  | **214,54** |
| **Ужин** |  |  |
| Рыба тушеная | 100 | 197,12 |
| Рожки отварные | 150 | 31,94 |
| Чай | 200 | 6,38 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | **302,92** |
| **3 день** | | |
| **Завтрак** |  |  |
| Каша молочная манная | 300 | 152,6 |
| Сыр | 12 | 36,29 |
| Хлеб с маслом | 200 | 67,48 |
| Кофе с молоком | 110 | 75,1 |
| **ИТОГО:** |  | **331,47** |
| **Полдник I** |  |  |
| Сок | 100 | 56,00 |
| Карамель конфеты | 25 | 65,00 |
| Апельсины | 250 | 336,00 |
| **ИТОГО:** |  | **457,00** |
| **Обед** |  |  |
| Суп гороховый | 250 | 129,74 |
| Плов | 300 | 357,73 |
| Салат из свежей капусты | 100 | 45,15 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 27,44 |
| Хлеб ржаной с маслом | 160 | 90,98 |
| **ИТОГО:** |  | **651,04** |
| **Полдник II** |  |  |
| Пирожок с картошкой | 80 | 87,86 |
| Молоко | 200 | 107,52 |
| **ИТОГО:** |  | **195,38** |
| **Ужин** |  |  |
| Суп пшенный | 300 | 58,52 |
| Яйцо | 1 | 72,80 |
| Чай с лимоном | 200 | 20,94 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | **219,74** |
| **4 день** | | |
| **Завтрак** |  |  |
| Каша молочная кукурузная | 300 | 153,20 |
| Сыр | 12 | 36,29 |
| Хлеб с маслом | 200 | 67,48 |
| Кофе с молоком | 110 | 75,10 |
| **ИТОГО:** |  | **332,07** |
| **Полдник I** |  |  |
| Сок | 100 | 56,00 |
| Груша | 250 | 325,00 |
| Конфеты шоколадные | 25 | 64,40 |
| **ИТОГО:** |  | **445,40** |
| **Обед** |  |  |
| Свекольник с/м | 250 | 185,45 |
| Рожки отварные, котлета | 300 | 353,27 |
| Салат из моркови | 100 | 40,56 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 27,44 |
| Хлеб ржаной с маслом | 160 | 90,98 |
| **ИТОГО:** |  | **697,70** |
| **Полдник II** |  |  |
| Ватрушка с творогом | 60 | 96,94 |
| Какао | 200 | 117,6 |
| **ИТОГО:** |  | **214,54** |
| **Ужин** |  |  |
| Суп пшенный | 300 | 58,52 |
| Чай | 200 | 6,38 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | **132,38** |
| **5 день** | | |
| **Завтрак** |  |  |
| Каша молочная пшенная | 300 | 152,60 |
| Сыр | 12 | 36,29 |
| Кофе с молоком | 200 | 75,10 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | **331,47** |
| **Полдник I** |  |  |
| Сок | 100 | 56,00 |
| Зефир | 25 | 61,10 |
| Яблоко | 250 | 193,20 |
| **ИТОГО:** |  | **310,30** |
| **Обед** |  |  |
| Рассольник с/м | 250 | 151,36 |
| Ленивые голубцы | 300 | 386,28 |
| Салат картофельный | 100 | 32,72 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 27,44 |
| Хлеб ржаной с маслом | 160 | 90,98 |
| **ИТОГО:** |  | **688,78** |
| **Полдник II** |  |  |
| Пряник | 25 | 30,80 |
| Молоко | 200 | 107,52 |
| **ИТОГО:** |  | **138,32** |
| **Ужин** |  |  |
| Рыба тушеная | 100 | 197,12 |
| Гречка гарнир | 150 | 90,41 |
| Чай | 200 | 6,38 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | **361,39** |
| **6 день** | | |
| **Завтрак** |  |  |
| Каша молочная пшеничная | 300 | 150,6 |
| Сыр | 12 | 36,29 |
| Хлеб с маслом | 200 | 67,48 |
| Кофе с молоком | 110 | 75,1 |
| **ИТОГО:** |  | **329,47** |
| **Обед** |  |  |
| Суп гречневый с/м | 250 | 138,10 |
| Макароны отварные, гуляш | 300 | 331,30 |
| Салат из свежей капусты | 100 | 45,15 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 27,44 |
| Хлеб ржаной с маслом | 160 | 90,98 |
| **ИТОГО:** |  | **632,97** |
| **Полдник I** |  |  |
| Булочка | 50 | 107,52 |
| Груша | 250 | 325,00 |
| Молоко | 200 | 107,52 |
| Пряник | 25 | 30,80 |
| **ИТОГО:** |  | **570,84** |
| **Ужин** |  |  |
| Овощное рагу | 300 | 92,35 |
| Яйцо | 1 | 72,80 |
| Чай | 200 | 6,38 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | 239,01 |
| **7 день** | | |
| **Завтрак** |  |  |
| Суп вермишелевый молочный | 300 | 155 |
| Сыр | 12 | 36 |
| Кофе с молоком | 200 | 75,1 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | **333,58** |
| **Обед** |  |  |
| Суп перловый с/м | 250 | 132,32 |
| Гарнир пшеничная крупа, гуляш | 300 | 339,33 |
| Салат свекольный | 100 | 33,39 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 27,44 |
| Хлеб ржаной с маслом | 160 | 90,98 |
| **ИТОГО:** |  | **623,46** |
| **Полдник I** |  |  |
| Пряник | 50 | 50,46 |
| Мармелад | 25 | 64,4 |
| Яблоко | 250 | 193,2 |
| Сок | 100 | 56 |
| **ИТОГО:** |  | **421,12** |
| **Ужин** |  |  |
| Суп рисовый | 300 | 138,27 |
| Чай | 200 | 6,38 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | **212,13** |

**3 неделя**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1 день** | **Вес,гр.** | **Цена,тг.** |
| **Завтрак** |  |  |
| Каша молочная манная | 300 | 152,60 |
| Сыр | 12 | 36,29 |
| Хлеб с маслом | 200 | 67,48 |
| Кофе с молоком | 110 | 75,10 |
| **ИТОГО:** |  | **331,47** |
| **Полдник I** |  |  |
| Сок | 100 | 56,00 |
| Творог со сметаной | 80 | 137,20 |
| Печенье | 25 | 42,00 |
| Апельсины | 250 | 336,00 |
| **ИТОГО:** |  | **571,20** |
| **Обед** |  |  |
| Борщ с/м | 250 | 183,22 |
| Макароны отварные, тефтели | 300 | 356,40 |
| Салат из свежих огурцов, помидор | 100 | 144,72 |
| Кисель | 200 | 71,01 |
| Хлеб ржаной с маслом | 160 | 90,98 |
| **ИТОГО:** |  | **846,33** |
| **Полдник II** |  |  |
| Пирог | 50 | 50,46 |
| Ряженка | 50 | 29,12 |
| **ИТОГО:** |  | **79,58** |
| **Ужин** |  |  |
| Суп гречневый | 300 | 138,10 |
| Яйцо | 1 | 72,80 |
| Чай | 200 | 6,38 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | **284,76** |
| **2 день** | | |
| **Завтрак** |  |  |
| Каша молочная вермишелевая | 300 | 155,00 |
| Сыр | 12 | 36,29 |
| Кофе с молоком | 200 | 75,10 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | **333,87** |
| **Полдник I** |  |  |
| Сок | 100 | 56,00 |
| Карамель конфеты | 25 | 65,00 |
| Яблоко | 250 | 193,20 |
| **ИТОГО:** |  | **314,20** |
| **Обед** |  |  |
| Суп рисовый с/м | 250 | 138,27 |
| Жаркое с говядины | 300 | 374,34 |
| Салат из свежей капусты | 100 | 45,15 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 118,42 |
| Хлеб ржаной с маслом | 160 | 90,98 |
| **ИТОГО:** |  | **767,16** |
| **Полдник II** |  |  |
| Ватрушка с творогом | 60 | 96,94 |
| Молоко | 200 | 107,52 |
| **ИТОГО:** |  | **204,46** |
| **Ужин** |  |  |
| Рыба тушеная | 100 | 197,12 |
| Макароны отварные | 150 | 31,94 |
| Чай | 200 | 6,38 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | **302,92** |
|  | | |
| **3 день** |  |  |
| Каша молочная кукурузная | 300 | 153,20 |
| Сыр | 12 | 36,29 |
| Хлеб с маслом | 200 | 67,48 |
| Кофе с молоком | 110 | 75,10 |
| **ИТОГО:** |  | **332,07** |
| **Полдник I** |  |  |
| Сок | 100 | 56,00 |
| Конфеты шоколадные | 25 | 64,40 |
| Бананы | 250 | 336,00 |
| **ИТОГО:** |  | **456,40** |
| **Обед** |  |  |
| Суп гороховый с/м | 250 | 129,74 |
| Перловка гарнир, гуляш | 300 | 339,33 |
| Салат картофельный | 100 | 32,72 |
| Кисель | 200 | 73,25 |
| Хлеб ржаной с маслом | 160 | 90,98 |
| **ИТОГО:** |  | **666,02** |
| **Полдник II** |  |  |
| Плюшка | 50 | 80,64 |
| Какао | 200 | 117,60 |
| **ИТОГО:** |  | **198,24** |
| **Ужин** |  |  |
| Суп пшенный | 300 | 58,52 |
| Яйцо | 1 | 72,80 |
| Чай с лимоном | 200 | 20,94 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | **219,74** |
| **4 день** | | |
| **Завтрак** |  |  |
| Каша молочная рисовая | 300 | 156,60 |
| Сыр | 12 | 36,29 |
| Хлеб с маслом | 200 | 67,48 |
| Кофе с молоком | 110 | 75,10 |
| **ИТОГО:** |  | **335,47** |
| **Полдник I** |  |  |
| Сок | 100 | 56,00 |
| Творог со сметаной | 80 | 137,20 |
| Яблоко | 250 | 193,2 |
| Печенье | 25 | 42,00 |
| **ИТОГО:** |  | **428,40** |
| **Обед** |  |  |
| Рассольник с/м | 250 | 151,36 |
| Макароны отварные, гуляш | 300 | 349,04 |
| Салат из моркови | 100 | 40,56 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 27,44 |
| Хлеб ржаной с маслом | 160 | 90,98 |
| **ИТОГО:** |  | **659,38** |
| **Полдник II** |  |  |
| Булочка с изюмом | 55 | 117,92 |
| Кефир | 50 | 26,9 |
| **ИТОГО:** |  | **134,42** |
| **Ужин** |  |  |
| Суп пшеничный | 300 | 58,52 |
| Чай | 200 | 6,38 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,50 |
| **ИТОГО:** |  | **132,40** |
| **5 день** | | |
| **Завтрак** |  |  |
| Каша молочная пшенная | 300 | 152,60 |
| Сыр | 12 | 36,29 |
| Кофе с молоком | 200 | 75,10 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | **331,47** |
| **Полдник I** |  |  |
| Сок | 100 | 56,00 |
| Вафли | 25 | 44,80 |
| Апельсины | 250 | 336,00 |
| **ИТОГО:** |  | **436,80** |
| **Обед** |  |  |
| Суп фасолевый с/м | 250 | 138,72 |
| Ленивые голубцы | 300 | 386,28 |
| Салат картофельный | 100 | 32,72 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 27,44 |
| Хлеб ржаной с маслом | 160 | 90,98 |
| **ИТОГО:** |  | **676,14** |
| **Полдник I** |  |  |
| Пирожок с морковью | 80 | 87,86 |
| Какао | 200 | 117,60 |
| **ИТОГО:** |  | **205,46** |
| **Ужин** |  |  |
| Рыба тушеная | 100 | 179,20 |
| Гречка гарнир | 150 | 90,41 |
| Чай | 200 | 6,38 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | **343,47** |
| **6 день** | | |
| **Завтрак** |  |  |
| Каша молочная кукурузная | 300 | 153,2 |
| Сыр | 12 | 36,29 |
| Хлеб с маслом | 200 | 67,48 |
| Кофе с молоком | 110 | 75,10 |
| **ИТОГО:** |  | **332,07** |
| **Обед** |  |  |
| Суп вермишелевый с/м | 250 | 130,28 |
| Плов | 300 | 357,73 |
| Салат «Винегрет» | 100 | 52,37 |
| Кисель | 200 | 71,01 |
| Хлеб ржаной с маслом | 160 | 90,98 |
| **ИТОГО:** |  | **702,37** |
| **Полдник I** |  |  |
| Пряник | 50 | 30,8 |
| Яблоко | 250 | 193,2 |
| Сок | 100 | 56,00 |
| Вафли | 25 | 44,8 |
| **ИТОГО:** |  | **324,80** |
| **Ужин** |  |  |
| Суп пшенный | 300 | 58,52 |
| Яйцо | 1 | 72,8 |
| Чай с молоком | 200 | 11,38 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | 210,18 |
| **7 день** | | |
| **Завтрак** |  |  |
| Суп молочный пшеничный | 300 | 150,60 |
| Сыр | 12 | 36,29 |
| Кофе с молоком | 200 | 75,10 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | **329,47** |
| **Обед** |  |  |
| Суп перловый с/м | 250 | 132,32 |
| Картофельное пюре, котлета | 300 | 309,00 |
| Салат свекольный | 100 | 33,39 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 27,44 |
| Хлеб ржаной с маслом | 160 | 90,98 |
| **ИТОГО:** |  | **593,13** |
| **Полдник I** |  |  |
| Булочка | 50 | 107,52 |
| Карамель конфеты | 25 | 65,00 |
| Груша | 250 | 325,00 |
| Ряженка | 50 | 29,10 |
| **ИТОГО:** |  | **526,62** |
| **Ужин** |  |  |
| Суп рисовый | 250 | 138,27 |
| Чай | 200 | 6,38 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | **212,13** |

**4 неделя**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1 день** | **Вес,гр.** | **Цена,тг.** |
| **Завтрак** |  |  |
| Каша молочная рисовая | 300 | 156,60 |
| Сыр | 12 | 36,29 |
| Кофе с молоком | 200 | 75,10 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | **335,47** |
| **Полдник I** |  |  |
| Сок | 100 | 56,00 |
| Творожная запеканка | 80 | 156,87 |
| Пряник | 25 | 30,80 |
| Яблоко | 250 | 193,20 |
| **ИТОГО:** |  | **436,87** |
| **Обед** |  |  |
| Суп гороховый с/м | 250 | 129,74 |
| Перловка гарнир, гуляш | 300 | 339,33 |
| Салат из свежей капусты | 100 | 45,15 |
| Кисель | 200 | 71,01 |
| Хлеб ржаной с маслом | 160 | 90,98 |
| **ИТОГО:** |  | **676,21** |
| **Полдник II** |  |  |
| Пирожок с картошкой | 80 | 87,86 |
| Ряженка | 50 | 29,1 |
| **ИТОГО:** |  | **116,96** |
| **Ужин** |  |  |
| Суп пшенный | 300 | 58,52 |
| Яйцо | 1 | 72,80 |
| Чай | 200 | 6,38 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | **205,18** |
| **2 день** | | |
| **Завтрак** |  |  |
| Каша молочная кукурузная | 300 | 153,2 |
| Сыр | 12 | 36,29 |
| Кофе с молоком | 200 | 75,10 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | **332,07** |
| **Полдник I** |  |  |
| Сок | 100 | 56,00 |
| Вафли | 25 | 44,80 |
| Груша | 250 | 325,00 |
| **ИТОГО:** |  | **425,80** |
| **Обед** |  |  |
| Суп вермишелевый с/м | 250 | 130,28 |
| Жаркое из говядины | 300 | 374,34 |
| Салат из моркови | 100 | 40,56 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 27,44 |
| Хлеб ржаной с маслом | 160 | 90,98 |
| **ИТОГО:** |  | **663,60** |
| **Полдник II** |  |  |
| Ватрушка с творогом | 60 | 96,94 |
| Какао | 200 | 117,6 |
| **ИТОГО:** |  | **214,54** |
| **Ужин** |  |  |
| Рыба тушеная | 100 | 197,12 |
| Рис гарнир | 150 | 82,50 |
| Чай | 200 | 6,38 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | **353,48** |
| **3 день** | | |
| **Завтрак** |  |  |
| Каша молочная манная | 300 | 152,6 |
| Сыр | 12 | 36,29 |
| Хлеб с маслом | 200 | 67,48 |
| Кофе с молоком | 110 | 75,10 |
| **ИТОГО:** |  | **331,47** |
| **Полдник I** |  |  |
| Сок | 100 | 56,00 |
| Печенье | 25 | 42,00 |
| Яблоко | 250 | 193,20 |
| **ИТОГО:** |  | **291,20** |
| **Обед** |  |  |
| Борщ с/м | 300 | 183,22 |
| Гречка гарнир, тефтели | 300 | 323,91 |
| Салат картофельный | 100 | 32,72 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 27,44 |
| Хлеб ржаной с маслом | 160 | 90,98 |
| **ИТОГО:** |  | **658,27** |
| **Полдник II** |  |  |
| Пирожок со свеклой | 80 | 87,86 |
| Молоко | 200 | 107,50 |
| **ИТОГО:** |  | **195,36** |
| **Ужин** |  |  |
| Овощное рагу | 300 | 92,34 |
| Яйцо | 1 | 72,80 |
| Чай с лимоном | 200 | 20,94 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | **253,56** |
| **4 день** | | |
| **Завтрак** |  |  |
| Суп молочный вермишелевый | 300 | 155,00 |
| Сыр | 12 | 36,29 |
| Хлеб с маслом | 200 | 67,48 |
| Кофе с молоком | 110 | 75,10 |
| **ИТОГО:** |  | **333,87** |
| **Полдник I** |  |  |
| Сок | 100 | 56,00 |
| Творог со сметаной | 80 | 137,20 |
| Апельсин | 250 | 336,00 |
| Карамель конфеты | 25 | 65,00 |
| **ИТОГО:** |  | **594,20** |
| **Обед** |  |  |
| Суп гречневый с/м | 300 | 138,1 |
| Макароны отварные, бефстроганы | 300 | 362,59 |
| Салат из свежих огурцов, помидор | 100 | 144,72 |
| Кисель | 200 | 71,01 |
| Хлеб ржаной с маслом | 160 | 90,98 |
| **ИТОГО:** |  | **807,40** |
| **Полдник II** |  |  |
| Булочка | 50 | 107,52 |
| Кефир | 50 | 26,88 |
| **ИТОГО:** |  | **134,40** |
| **Ужин** |  |  |
| Суп пшеничный | 300 | 58,52 |
| Чай | 200 | 6,38 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | **132,38** |
| **5 день** | | |
| **Завтрак** |  |  |
| Каша молочная гречневая | 300 | 155,9 |
| Сыр | 12 | 36,29 |
| Кофе с молоком | 200 | 75,1 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | **334,77** |
| **Полдник I** |  |  |
| Сок | 100 | 56 |
| Батончик конфеты | 25 | 64,4 |
| Яблоко | 250 | 193,2 |
| **ИТОГО:** |  | **313,60** |
| **Обед** |  |  |
| Рассольник с/м | 300 | 151,36 |
| Сложный гарнир | 300 | 400,87 |
| Салат свекольный | 100 | 33,39 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 27,44 |
| Хлеб ржаной с маслом | 160 | 90,98 |
| **ИТОГО:** |  | **704,04** |
| **Полдник I** |  |  |
| Пирожок с курагой | 60 | 93,01 |
| Молоко | 200 | 107,5 |
| **ИТОГО:** |  | **200,51** |
| **Ужин** |  |  |
| Рыба тушеная | 100 | 197,12 |
| Гречка гарнир | 150 | 90,41 |
| Чай | 200 | 6,38 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | **361,39** |
| **6 день** | | |
| **Завтрак** |  |  |
| Каша молочная пшенная | 300 | 152,60 |
| Сыр | 12 | 36,29 |
| Кофе с молоком | 200 | 75,10 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | **331,47** |
| **Обед** |  |  |
| Суп с рожками с/м | 300 | 130,28 |
| Картофельное пюре, котлета | 300 | 309,00 |
| Салат морковный | 100 | 40,56 |
| Кисель | 200 | 73,25 |
| Хлеб ржаной с маслом | 160 | 90,98 |
| **ИТОГО:** |  | **644,07** |
| **Полдник I** |  |  |
| Пряник | 50 | 50,46 |
| Яблоко | 250 | 193,2 |
| Кефир | 50 | 26,9 |
| Конфеты шоколадные | 25 | 64,4 |
| **ИТОГО:** |  | **334,96** |
| **Ужин** |  |  |
| Суп рисовый | 300 | 138,27 |
| Яйцо | 1 | 72,8 |
| Чай | 200 | 6,38 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | **284,93** |
| **7 день** | | |
| **Завтрак** |  |  |
| Каша молочная пшеничная | 300 | 150,60 |
| Сыр | 12 | 36,29 |
| Кофе с молоком | 200 | 75,10 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | **329,47** |
| **Обед** |  |  |
| Щи из свежей капустой с/м | 250 | 183,22 |
| Плов | 300 | 357,73 |
| Салат из свежих огурцов, помидор | 100 | 144,72 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 27,44 |
| Хлеб ржаной с маслом | 160 | 90,98 |
| **ИТОГО:** |  | **804,09** |
| **Полдник I** |  |  |
| Пирожок с морковью | 80 | 87,86 |
| Карамель конфеты | 25 | 65,00 |
| Банан | 250 | 336,00 |
| Какао | 200 | 117,60 |
| **ИТОГО:** |  | **606,46** |
| **Ужин** |  |  |
| Суп гречневый | 300 | 42,58 |
| Чай | 200 | 6,38 |
| Хлеб с маслом | 110 | 67,48 |
| **ИТОГО:** |  | **116,44** |