"УТВЕРЖДАЮ"
Директор БУ "Нижневартовский многопрофильный реабилитационный центр для инвалидов"
Иванова О. Н.
М. П.
Подпись _____

День: 1
Неделя: 1
Сезон: Лето
Возрастная категория: дети от 12 лет и старше

Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., №рец.
			белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe	
	Завтрак											
260	Каша из пшена и риса молочная жидкая "Дружба".	200	5,260	11,660	25,060	226,200	0,080	0,007	1,320	126,600	0,560	000000007 (№ 260)
94	Бутерброды с маслом.	60	2,400	25,000	15,000	294,000	0,040			10,000	0,400	000000007 (№ 94)
497	Какао с молоком.	200	5,000	4,400	31,700	186,000	0,060		1,700	163,000	1,300	000000007 (№ 497)
	Итого:	**460**	**12,660**	**41,060**	**71,760**	**706,200**	**0,180**	**0,007**	**3,020**	**299,600**	**2,260**	
	Обед											
с128	Компот из свежезамороженных ягод.	200	0,200	0,080	17,420	69,440	0,006	0,008	40,000	7,520	0,300	(№ с128)
346	Котлеты рыбные любительские.	100	12,200	3,600	6,200	106,000	0,070		1,000	37,000	0,800	000000007 (№ 346)
291	Макаронные изделия отварные.	200	7,540	0,900	38,720	193,200	0,076	0,076	0,020	7,600	1,040	000000007 (№ 291)
	Мясо для супа.	30	4,680	4,896		65,400	0,022	0,048		0,276	0,876	
106	Помидоры свежие порционно.	100	1,100	0,200	3,800	24,000	0,060	0,060	25,000	14,000	0,900	000000007 (№ 106)
110	Хлеб ржано-пшеничный.	60	3,960	0,720	20,400	108,600	0,108	0,108		21,000	2,340	000000007 (№ 110)
108	Хлеб пшеничный.	100	7,600	0,800	49,200	235,000	0,110	0,110		20,000	1,100	000000007 (№ 108)
134	Рассольник	300	2,460	6,300	19,500	145,500	0,108		9,210	18,600	1,110	000000007 (№ 134)
	Итого:	**1 090**	**39,740**	**17,496**	**155,240**	**947,140**	**0,560**	**0,410**	**75,230**	**125,996**	**8,466**	
	Полдник											
492	Чай.	200	0,800	0,200	0,200	5,600	0,004	0,004	0,400	39,200	3,280	000000007 (№ 492)
551	Шанежка с яблоком.	60	3,120	9,240	22,457	220,800	0,060		2,760	22,800	1,200	000000007 (№ 551)
	Итого:	**260**	**3,920**	**9,440**	**22,657**	**226,400**	**0,064**	**0,004**	**3,160**	**62,000**	**4,480**	
	Ужин											
116	Икра баклажанная.	100	1,700	5,600	4,900	77,000	0,040	0,040	3,800	20,000	0,600	000000007 (№ 116)
108	Хлеб пшеничный.	70	5,320	0,560	34,440	164,500	0,077	0,077		14,000	0,770	000000007 (№ 108)
110	Хлеб ржано-пшеничный.	60	3,960	0,720	20,400	108,600	0,108	0,108		21,000	2,340	000000007 (№ 110)
493	Чай с сахаром.	200	0,100		15,000	60,000				11,000	0,300	000000007 (№ 493)
377	Картофельная запеканка с мясом.	220	25,630	25,850	20,790	418,000	0,231	0,231	4,400	27,500	3,850	000000007 (№ 377)
	Итого:	**650**	**36,710**	**32,730**	**95,530**	**828,100**	**0,456**	**0,456**	**8,200**	**93,500**	**7,860**	
	Сонник											
516	Кисломолочный напиток в ассортименте	180	5,220	4,500	8,640	95,400	0,072	0,072	2,340	216,000	0,180	000000007 (№ 516)
	Итого:	**180**	**5,220**	**4,500**	**8,640**	**95,400**	**0,072**	**0,072**	**2,340**	**216,000**	**0,180**	
	Итого:	**2 640**	**98,250**	**105,226**	**353,827**	**2 803,240**	**1,332**	**0,949**	**91,950**	**797,096**	**23,246**	

Шеф-повар _____ / Салахутдинова Д. М.

Медицинская сестра диетическая _____ / Янбаева А. И.

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор БУ "Нижневартовский многопрофильный реабилитационный центр"
Иванова О. Н.
М. П.
Подпись _____

День: 2
Неделя: 1
Сезон: Лето
Возрастная категория: дети от 12 лет и старше

Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецертуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., №рец.
			белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe	
	Завтрак											
501	Кофейный напиток с молоком.	180	2,880	2,430	14,310	71,100	0,045	0,045	1,170	113,400	0,090	000000007 (№ 501)
111	Батон.	50	3,900	1,450	25,700	131,000	0,055	0,050		9,500	0,600	000000007 (№ 111)
317	Пудинг из творога паровой.	150	20,900	16,300	33,000	362,000	0,090	0,090	0,300	183,000	1,400	000000007 (№ 317)
481	Молоко сгущенное.	30	2,160	2,550	16,650	98,400	0,018	0,018	0,300	92,100	0,060	000000007 (№ 481)
	Итого:	**410**	**29,840**	**22,730**	**89,660**	**662,500**	**0,208**	**0,203**	**1,770**	**398,000**	**2,150**	
	Обед											
399	Оладьи из печени по-кунцевски.	100	17,300	11,700	11,800	222,000	0,250	0,250	7,200	22,000	5,200	000000007 (№ 399)
110	Хлеб ржано-пшеничный.	60	3,960	0,720	20,400	108,600	0,108	0,108		21,000	2,340	000000007 (№ 110)
c130	Компот из груш.	200	0,300		20,100	81,000			0,800	10,000	0,600	000000007 (№ 512)
128	Борщ с капустой и картофелем.	250	1,825	5,000	10,650	95,000	0,048	0,048	10,300	34,500	1,200	000000007 (№ 128)
114	Икра кабачковая.	100	1,300	4,900	5,000	69,000	0,030	0,030	7,800	26,000	0,700	000000007 (№ 114)
	Мясо для супа.	25	3,900	4,080		54,500	0,018	0,040		0,230	0,730	
414	Рис отварной.	180	4,428	7,290	40,572	245,520	0,032			6,120	0,630	000000007 (№ 414)
108	Хлеб пшеничный.	100	7,600	0,800	49,200	235,000	0,110	0,110		20,000	1,100	000000007 (№ 108)
	Итого:	**1 015**	**40,613**	**34,490**	**157,722**	**1 110,620**	**0,596**	**0,586**	**26,100**	**139,850**	**12,500**	
	Полдник											
590	Кондитерские изделия в ассортименте	40	3,000	3,920	29,760	166,800	0,032	0,032		11,600	0,840	000000007 (№ 590)
112	Фрукты в ассортименте	150	0,600	0,600	14,700	70,500	0,045	0,045	15,000	24,000	3,300	000000007 (№ 112)
505	Кисель из плодов или ягод.	180	0,090		28,440	118,260			1,080	5,832	0,144	000000007 (№ 505)
	Итого:	**370**	**3,690**	**4,520**	**72,900**	**355,560**	**0,077**	**0,077**	**16,080**	**41,432**	**4,284**	
	Ужин											
106	Огурцы свежие порциями.	100	0,400	0,100	2,500	14,000	0,030	0,030	10,000	23,000	0,600	000000007 (№ 106)
108	Хлеб пшеничный.	50	3,800	0,400	24,600	117,500	0,055	0,055		10,000	0,550	000000007 (№ 108)
110	Хлеб ржано-пшеничный.	60	3,960	0,720	20,400	108,600	0,108	0,108		21,000	2,340	000000007 (№ 110)
495	Чай с молоком.	200	1,500	1,300	15,900	81,000	0,040	0,040	1,300	127,000	0,400	000000007 (№ 495)
363	Мясо тушенное.	90	13,680	15,660	2,070	204,300	0,036	0,036	0,630	9,900	1,980	000000007 (№ 363)
429	Картофельное пюре.	160	3,360	7,040	17,440	147,200	0,144	0,144	5,440	41,600	1,120	000000007 (№ 429)
	Итого:	**660**	**26,700**	**25,220**	**82,910**	**672,600**	**0,413**	**0,413**	**17,370**	**232,500**	**6,990**	
	Сонник											
516	Кисломочный напиток в ассортименте	180	5,220	4,500	8,640	95,400	0,072	0,072	2,340	216,000	0,180	000000007 (№ 516)
	Итого:	**180**	**5,220**	**4,500**	**8,640**	**95,400**	**0,072**	**0,072**	**2,340**	**216,000**	**0,180**	
	Итого:	**2 635**	**106,063**	**91,460**	**411,832**	**2 896,680**	**1,366**	**1,351**	**63,660**	**1 027,782**	**26,104**	

Шеф-повар _____ / Салахутдинова Д. М.

Медицинская сестра диетическая _____ / Янбаева А. И.

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор БУ "Нижневартовский многопрофильный реабилитационный центр"
Иванова Ю. Н.
М.П.
Подпись

День: 3
Неделя: 1
Сезон: Лето
Возрастная категория: дети от 12 лет и старше

Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., №рец.
			белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe	
	Завтрак											
96	Бутерброды с джемом.	80	2,400	8,400	40,800	248,000	0,040	0,040	0,200	12,000	0,800	000000007 (№ 96)
301	Омлет натуральный.	150	13,000	20,080	3,460	245,000	0,090	0,090	0,460	122,300	2,310	000000007 (№ 301)
493	Чай с сахаром.	200	0,100		15,000	60,000				11,000	0,300	000000007 (№ 493)
	Итого:	**430**	**15,500**	**28,480**	**59,260**	**553,000**	**0,130**	**0,130**	**0,660**	**145,300**	**3,410**	
	Обед											
156	Суп - лапша домашняя.	250	2,550	5,575	13,900	111,000	0,033	0,033	0,375	9,000	0,400	000000007 (№ 156)
110	Хлеб ржано-пшеничный.	60	3,960	0,720	20,400	108,600	0,108	0,108		21,000	2,340	000000007 (№ 110)
108	Хлеб пшеничный.	100	7,600	0,800	49,200	235,000	0,110	0,110		20,000	1,100	000000007 (№ 108)
508	Компот из смеси сухофруктов.	200	1,500		47,200	185,400	0,020	0,080	2,500	57,900	1,560	000000007 (№ 508)
412	Котлеты припущенные из птицы.	100	15,000	10,710	9,280	188,600	0,100	0,100	0,860	37,000	1,140	000000007 (№ 412)
404	Мясо для супа (куры).	25	4,550	4,600		59,500	0,030	0,030		4,000	0,400	000000007 (№ 404)
	Перец сладкий свежий порциями+	100	1,200		5,200	25,000	0,100	0,080	200,000	8,000	0,500	
196	Рагу из овощей с кабачками.	200	3,700	10,700	16,800	178,000	0,090	0,090	14,200	51,000	1,100	000000007 (№ 196)
	Итого:	**1 035**	**40,060**	**33,105**	**161,980**	**1 091,100**	**0,591**	**0,631**	**217,935**	**207,900**	**8,540**	
	Полдник											
564	Булочка домашняя.	60	4,500	7,800	36,200	233,000	0,060	0,060		9,000	0,500	000000007 (№ 564)
519	Напиток из шиповника.	200	0,700		22,800	97,000	0,010	0,010	70,000	12,000	1,500	000000007 (№ 519)
	Итого:	**260**	**5,200**	**7,800**	**59,000**	**330,000**	**0,070**	**0,070**	**70,000**	**21,000**	**2,000**	
	Ужин											
110	Хлеб ржано-пшеничный.	60	3,960	0,720	20,400	108,600	0,108	0,108		21,000	2,340	000000007 (№ 110)
237	Гречка рассыпчатая.	180	10,260	9,414	44,496	303,660	0,248	0,248		17,100	5,454	000000007 (№ 237)
343	Рыба, тушенная в томате с овощами	100	9,500	5,143	4,500	102,143	0,064	0,014	3,357	25,000	0,571	000000007 (№ 343)
76	Винегрет овощной.	100	1,300	10,800	6,800	130,000	0,040		8,400	23,000	0,800	000000007 (№ 76)
108	Хлеб пшеничный.	70	5,320	0,560	34,440	164,500	0,077	0,077		14,000	0,770	000000007 (№ 108)
492	Чай.	200	0,800	0,200	0,200	5,600	0,004	0,004	0,400	39,200	3,280	000000007 (№ 492)
	Итого:	**710**	**31,140**	**26,837**	**110,836**	**814,503**	**0,542**	**0,452**	**12,157**	**139,300**	**13,215**	
	Сонник											
516	Кисломолочный напиток в ассортименте	180	5,220	4,500	8,640	95,400	0,072	0,072	2,340	216,000	0,180	000000007 (№ 516)
	Итого:	**180**	**5,220**	**4,500**	**8,640**	**95,400**	**0,072**	**0,072**	**2,340**	**216,000**	**0,180**	
	Итого:	**2 615**	**97,120**	**100,722**	**399,716**	**2 884,003**	**1,404**	**1,354**	**303,092**	**729,500**	**27,345**	

Шеф-повар _____ / Салахутдинова Д. М.

Медицинская сестра диетическая _____ / Янбаева А. И.

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор БУ "Нижневартовский многопрофильный реабилитационный центр"
Иванова О. Н.
М. П.
Подпись _____

День: 4
Неделя: 1
Сезон: Лето
Возрастная категория: дети от 12 лет и старше

Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., №рец.
			белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe	
	Завтрак											
266	Каша геркулес молочная	250	8,950	11,750	36,000	285,500	0,210		1,925	196,000	1,550	000000007 (№ 266)
497	Какао с молоком	200	5,000	4,400	31,700	186,000	0,060		1,700	163,000	1,300	000000007 (№ 497)
91	Бутерброд с маслом и сыром	75	10,710	17,360	15,860	263,360	0,040	0,040	0,200	293,570	0,640	000000007 (№ 91)
	Итого:	**525**	**24,660**	**33,510**	**83,560**	**734,860**	**0,310**	**0,040**	**3,825**	**652,570**	**3,490**	
	Обед											
230	Перец, фаршированный мясом и рисом	240	4,222	12,556	18,000	202,222	0,145	0,145	91,000	67,778	1,444	000000007 (№ 230)
116	Икра баклажанная	100	1,700	5,600	4,900	77,000	0,040	0,040	3,800	20,000	0,600	000000007 (№ 116)
с133	Напиток лимонный	200	0,150		19,280	78,750	0,010		9,750	6,000		(№ с133)
108	Хлеб пшеничный	100	7,600	0,800	49,200	235,000	0,110	0,110		20,000	1,100	000000007 (№ 108)
110	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,960	0,720	20,400	108,600	0,108	0,108		21,000	2,340	000000007 (№ 110)
152	Уха с крупой	300	7,800	2,970	17,250	126,900	0,117	0,117	10,620	40,200	1,200	000000007 (№ 152)
	Итого:	**1 000**	**25,432**	**22,646**	**129,030**	**828,472**	**0,530**	**0,520**	**115,170**	**174,978**	**6,684**	
	Полдник											
589	Кондитерские изделия в ассортименте	40	2,360	1,880	30,000	146,400	0,032	0,012		4,400	0,320	000000007 (№ 589)
515	Молоко кипячённое	200	5,800	5,000	9,600	106,000	0,080	0,080	2,600	240,000	0,200	000000007 (№ 515)
112	Фрукты в ассортименте	150	0,600	0,600	14,700	70,500	0,045	0,045	15,000	24,000	3,300	000000007 (№ 112)
	Итого:	**390**	**8,760**	**7,480**	**54,300**	**322,900**	**0,157**	**0,137**	**17,600**	**268,400**	**3,820**	
	Ужин											
200	Оладьи из кабачков	200	9,400	12,400	36,200	292,000	0,120	0,120	10,800	42,000	1,600	000000007 (№ 200)
493	Чай с сахаром	200	0,100		15,000	60,000				11,000	0,300	000000007 (№ 493)
110	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,960	0,720	20,400	108,600	0,108	0,108		21,000	2,340	000000007 (№ 110)
106	Помидоры свежие порционно	100	1,100	0,200	3,800	24,000	0,060	0,060	25,000	14,000	0,900	000000007 (№ 106)
404	Птица отварная	100	23,570	16,290	0,570	242,860	0,057	0,057	4,710	35,710	1,570	000000007 (№ 404)
108	Хлеб пшеничный	70	5,320	0,560	34,440	164,500	0,077	0,077		14,000	0,770	000000007 (№ 108)
	Итого:	**730**	**43,450**	**30,170**	**110,410**	**891,960**	**0,422**	**0,422**	**40,510**	**137,710**	**7,480**	
	Сонник											
516	Кисломолочный напиток в ассортименте	180	5,220	4,500	8,640	95,400	0,072	0,072	2,340	216,000	0,180	000000007 (№ 516)
	Итого:	**180**	**5,220**	**4,500**	**8,640**	**95,400**	**0,072**	**0,072**	**2,340**	**216,000**	**0,180**	
	Итого:	**2 825**	**107,522**	**98,306**	**385,940**	**2 873,592**	**1,491**	**1,191**	**179,445**	**1 449,658**	**21,654**	

Шеф-повар _____ / Салахутдинова Д. М.

Медицинская сестра диетическая _____ / Янбаева А. И.

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор БУ "Нижневартовский многопрофильный реабилитационный центр"
Иванова О. Н.
М.П.
Подпись:

День: 5
Неделя: 1
Сезон: Лето
Возрастная категория: дети от 12 лет и старше

Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., №рец.
			белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe	
	Завтрак											
494	Чай с лимоном.	200	0,100		15,200	61,000			2,800	14,200	0,400	000000007 (№ 494)
472	Соус ягодный.	35	0,144	0,035	23,333	92,295	0,005	0,005	1,943	7,245	0,151	000000007 (№ 472)
94	Бутерброды с маслом.	45	1,800	18,750	11,250	220,500	0,030			7,500	0,300	000000007 (№ 94)
313	Запеканка из творога.	150	24,000	25,200	23,903	424,500	0,068	0,068	0,600	297,000	0,998	000000007 (№ 313)
	Итого:	**430**	**26,044**	**43,985**	**73,686**	**798,295**	**0,102**	**0,072**	**5,343**	**325,945**	**1,848**	
	Обед											
508	Компот из смеси сухофруктов.	200	1,500		47,200	185,400	0,020	0,080	2,500	57,900	1,560	000000007 (№ 508)
404	Мясо для супа (куры).	20	3,640	3,680		47,600	0,024	0,024		3,200	0,320	000000007 (№ 404)
106	Огурцы свежие порциями.	100	0,400	0,100	2,500	14,000	0,030	0,030	10,000	23,000	0,600	000000007 (№ 106)
407	Рагу из птицы.	200	15,775	16,450	18,167	283,333	0,133	0,133	11,883	28,572	2,083	000000007 (№ 407)
144	Суп гороховый.	250	2,300	4,250	15,125	108,000	0,195		8,675	19,000	0,925	000000007 (№ 144)
110	Хлеб ржано-пшеничный.	60	3,960	0,720	20,400	108,600	0,108	0,108		21,000	2,340	000000007 (№ 110)
170	Гренки из пшеничного хлеба.	40	4,500	0,452	27,896	133,680	0,063	0,063		12,080	0,664	000000007 (№ 170)
	Итого:	**870**	**32,075**	**25,652**	**131,288**	**880,613**	**0,573**	**0,438**	**33,058**	**164,752**	**8,492**	
	Полдник											
с124	Кисель из кураги	180	0,810	0,054	25,560	106,560	0,009	0,018	0,432	28,980	0,540	(№ с124)
567	Булочка российская.	50	3,580	4,160	29,420	169,170	0,042	0,042		11,700	0,420	000000007 (№ 567)
	Итого:	**230**	**4,390**	**4,214**	**54,980**	**275,730**	**0,051**	**0,060**	**0,432**	**40,680**	**0,960**	
	Ужин											
293	Макаронник с мясом.	150	23,355	26,250	23,175	420,750	0,097		0,645	17,138	3,000	000000007 (№ 293)
108	Хлеб пшеничный.	70	5,320	0,560	34,440	164,500	0,077	0,077		14,000	0,770	000000007 (№ 108)
110	Хлеб ржано-пшеничный.	60	3,960	0,720	20,400	108,600	0,108	0,108		21,000	2,340	000000007 (№ 110)
495	Чай с молоком.	200	1,500	1,300	15,900	81,000	0,040	0,040	1,300	127,000	0,400	000000007 (№ 495)
73	Салат картофельный с кукурузой и морковью.	60	1,860	4,140	13,140	97,200	0,054		6,120	12,000	0,780	000000007 (№ 73)
	Итого:	**540**	**35,995**	**32,970**	**107,055**	**872,050**	**0,376**	**0,225**	**8,065**	**191,138**	**7,290**	
	Сонник											
516	Кисломолочный напиток в ассортименте	180	5,220	4,500	8,640	95,400	0,072	0,072	2,340	216,000	0,180	000000007 (№ 516)
	Итого:	**180**	**5,220**	**4,500**	**8,640**	**95,400**	**0,072**	**0,072**	**2,340**	**216,000**	**0,180**	
	Итого:	**2 250**	**103,723**	**111,321**	**375,648**	**2 922,088**	**1,174**	**0,867**	**49,238**	**938,514**	**18,770**	

Шеф-повар _____ / Салахутдинова Д. М.

Медицинская сестра диетическая _____ / Янбаева А. И.

УТВЕРЖДАЮ
Директор БУ "Нижневартовский многопрофильный реабилитационный центр
Иванова О. Н.
М.П.
Подпись

День: 6
Неделя: 1
Сезон: Лето
Возрастная категория: дети от 12 лет и старше

Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., №рец.
			белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe	
	Завтрак											
300	Яйца вареные.	40	5,100	4,600	0,300	63,000	0,030	0,017		22,000	1,000	000000007 (№ 300)
501	Кофейный напиток с молоком.	200	3,200	2,700	15,900	79,000	0,050	0,050	1,300	126,000	0,100	000000007 (№ 501)
264	Каша пшеничная молочная жидкая.	200	7,400	7,504	36,500	243,000	0,144	0,144	1,340	136,200	1,920	000000007 (№ 264)
94	Бутерброды с маслом.	60	2,400	25,000	15,000	294,000	0,040			10,000	0,400	000000007 (№ 94)
	Итого:	**500**	**18,100**	**39,804**	**67,700**	**679,000**	**0,264**	**0,211**	**2,640**	**294,200**	**3,420**	
	Обед											
237	Гречка рассыпчатая.	200	11,400	10,460	49,440	337,400	0,276	0,276		19,000	6,060	000000007 (№ 237)
114	Икра кабачковая.	100	1,300	4,900	5,000	69,000	0,030	0,030	7,800	26,000	0,700	000000007 (№ 114)
	Мясо для супа.	25	3,900	4,080		54,500	0,018	0,040		0,230	0,730	
154	Суп крестьянский с крупой.	300	2,550	6,120	17,460	135,000	0,066	0,030	11,940	31,500	0,870	000000007 (№ 154)
110	Хлеб ржано-пшеничный.	60	3,960	0,720	20,400	108,600	0,108	0,108		21,000	2,340	000000007 (№ 110)
512	Компот из сушеных фруктов (изюма).	200	0,300		20,100	81,000			0,800	10,000	0,600	000000007 (№ 512)
108	Хлеб пшеничный.	100	7,600	0,800	49,200	235,000	0,110	0,110		20,000	1,100	000000007 (№ 108)
372	Голубцы ленивые.	100	8,500	8,300	4,000	125,000	0,040	0,040	12,400	34,000	1,500	000000007 (№ 372)
	Итого:	**1 085**	**39,510**	**35,380**	**165,600**	**1 145,500**	**0,648**	**0,634**	**32,940**	**161,730**	**13,900**	
	Полдник											
522	Напиток морковно яблочный.	200	0,600	0,100	14,000	59,000	0,020	0,020	1,100	13,000	0,500	000000007 (№ 522)
112	Фрукты в ассортименте	150	0,600	0,600	14,700	70,500	0,045	0,045	15,000	24,000	3,300	000000007 (№ 112)
588	Кондитерские изделия в ассортименте	40	1,120	1,320	30,920	140,000	0,012	0,012		6,400	0,600	000000007 (№ 588)
	Итого:	**390**	**2,320**	**2,020**	**59,620**	**269,500**	**0,077**	**0,077**	**16,100**	**43,400**	**4,400**	
	Ужин											
	Перец сладкий свежий порциями+	100	1,200		5,200	25,000	0,100	0,080	200,000	8,000	0,500	
401	Печень тушеная в соусе.	100	13,300	7,700	5,500	144,000	0,190	0,190	10,000	25,000	4,800	000000007 (№ 401)
108	Хлеб пшеничный.	70	5,320	0,560	34,440	164,500	0,077	0,077		14,000	0,770	000000007 (№ 108)
110	Хлеб ржано-пшеничный.	60	3,960	0,720	20,400	108,600	0,108	0,108		21,000	2,340	000000007 (№ 110)
492	Чай.	200	0,100		15,200	61,000			2,800	14,200	0,400	000000007 (№ 494)
429	Картофельное пюре.	180	3,780	7,920	19,620	165,600	0,162	0,162	6,120	46,800	1,260	000000007 (№ 429)
	Итого:	**710**	**27,660**	**16,900**	**100,360**	**668,700**	**0,637**	**0,617**	**218,920**	**129,000**	**10,070**	
	Сонник											
516	Кисломолочный напиток в ассортименте	180	5,220	4,500	8,640	95,400	0,072	0,072	2,340	216,000	0,180	000000007 (№ 516)
	Итого:	**180**	**5,220**	**4,500**	**8,640**	**95,400**	**0,072**	**0,072**	**2,340**	**216,000**	**0,180**	
	Итого:	**2 865**	**92,810**	**98,604**	**401,920**	**2 858,100**	**1,698**	**1,611**	**272,940**	**844,330**	**31,970**	

Шеф-повар / Салахутдинова Д. М.

Медицинская сестра диетическая / Янбаева А. И.

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор БУ "Нижневартовский многопрофильный реабилитационный центр"
Иванова О. Н.
М. П.
Подпись

День: 7
Неделя: 1
Сезон: Лето
Возрастная категория: дети от 12 лет и старше

Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., №рец.
			белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe	
	Завтрак											
91	Бутерброд с маслом и сыром.	45	6,426	10,416	9,516	158,016	0,024	0,024	0,120	176,142	0,384	000000007 (№ 91)
497	Какао с молоком.	200	5,000	4,400	31,700	186,000	0,060		1,700	163,000	1,300	000000007 (№ 497)
255	Каша ячневая вязкая.	180	5,760	10,260	32,184	244,080	0,099	0,099	1,278	150,300	0,828	000000007 (№ 255)
	Итого:	**425**	**17,186**	**25,076**	**73,400**	**588,096**	**0,183**	**0,123**	**3,098**	**489,442**	**2,512**	
	Обед											
147	Суп картофельный с макаронными изделиями.	300	3,240	3,420	22,590	133,500	0,126	0,126	9,900	18,300	1,140	000000007 (№ 147)
110	Хлеб ржано-пшеничный.	60	3,960	0,720	20,400	108,600	0,108	0,108		21,000	2,340	000000007 (№ 110)
108	Хлеб пшеничный.	100	7,600	0,800	49,200	235,000	0,110	0,110		20,000	1,100	000000007 (№ 108)
376	Зразы из говядины с рисом паровые.	90	10,530	9,990	14,580	189,900	0,045	0,045		8,100	1,530	000000007 (№ 376)
423	Капуста тушеная.	200	7,400	7,200	7,800	126,000	0,080	0,080	34,000	122,000	2,000	000000007 (№ 423)
508	Компот из смеси сухофруктов.	200	1,500		47,200	185,400	0,020	0,080	2,500	57,900	1,560	000000007 (№ 508)
	Мясо для супа.	25	3,900	4,080		54,500	0,018	0,040		0,230	0,730	
106	Помидоры свежие порционно.	100	1,100	0,200	3,800	24,000	0,060	0,060	25,000	14,000	0,900	000000007 (№ 106)
	Итого:	**1 075**	**39,230**	**26,410**	**165,570**	**1 056,900**	**0,567**	**0,649**	**71,400**	**261,530**	**11,300**	
	Полдник											
495	Чай с молоком.	200	1,500	1,300	15,900	81,000	0,040	0,040	1,300	127,000	0,400	000000007 (№ 495)
530	Блинчики с джемом.	105	7,700	7,891	36,400	247,545	0,089	0,089	3,245	134,273	0,827	000000007 (№ 530)
	Итого:	**305**	**9,200**	**9,191**	**52,300**	**328,545**	**0,129**	**0,129**	**4,545**	**261,273**	**1,227**	
	Ужин											
110	Хлеб ржано-пшеничный.	60	3,960	0,720	20,400	108,600	0,108	0,108		21,000	2,340	000000007 (№ 110)
519	Напиток из шиповника.	200	0,700		22,800	97,000	0,010	0,010	70,000	12,000	1,500	000000007 (№ 519)
72	Салат картофельный.	60	1,140	3,240	8,040	66,000	0,054	0,054	7,320	8,400	0,480	000000007 (№ 72)
199	Овощное рагу с баклажанами.	180	3,600	10,203	15,357	174,273	0,108	0,108	10,555	51,545	1,555	000000007 (№ 199)
108	Хлеб пшеничный.	70	5,320	0,560	34,440	164,500	0,077	0,077		14,000	0,770	000000007 (№ 108)
381	Шницель.	90	16,020	15,750	12,870	257,400	0,081	0,081		35,100	2,520	000000007 (№ 381)
	Итого:	**660**	**30,740**	**30,473**	**113,907**	**867,773**	**0,438**	**0,438**	**87,875**	**142,045**	**9,165**	
	Сонник											
516	Кисломолочный напиток в ассортименте	180	5,220	4,500	8,640	95,400	0,072	0,072	2,340	216,000	0,180	000000007 (№ 516)
	Итого:	**180**	**5,220**	**4,500**	**8,640**	**95,400**	**0,072**	**0,072**	**2,340**	**216,000**	**0,180**	
	Итого:	**2 645**	**101,576**	**95,650**	**413,817**	**2 936,714**	**1,389**	**1,411**	**169,258**	**1 370,290**	**24,384**	

Шеф-повар / Салахутдинова Д. М.

Медицинская сестра диетическая / Янбаева А. И.

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор БУ "Нижневартовский многопрофильный реабилитационный центр"
Иванова О. Н.
М.П.
Подпись

День: 1
Неделя: 2
Сезон: Лето
Возрастная категория: дети от 12 лет и старше

Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецертуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., №рец.
			белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe	
	Завтрак											
495	Чай с молоком.	200	1,500	1,300	15,900	81,000	0,040	0,040	1,300	127,000	0,400	000000007 (№ 495)
262	Каша молочная манная жидкая.	250	7,750	9,325	38,575	269,250	0,098	0,098	1,725	166,000	0,550	000000007 (№ 262)
96	Бутерброды с джемом.	80	2,400	8,400	40,800	248,000	0,040	0,040	0,200	12,000	0,800	000000007 (№ 96)
	Итого:	**530**	**11,650**	**19,025**	**95,275**	**598,250**	**0,178**	**0,178**	**3,225**	**305,000**	**1,750**	
	Обед											
381	Биточки.	100	17,800	17,500	14,300	286,000	0,090			39,000	2,800	000000007 (№ 381)
116	Икра баклажанная.	100	1,700	5,600	4,900	77,000	0,040	0,040	3,800	20,000	0,600	000000007 (№ 116)
505	Кисель из плодов или ягод.	200	0,100		31,600	131,400			1,200	6,480	0,160	000000007 (№ 505)
291	Макаронные изделия отварные.	200	7,540	0,900	38,720	193,200	0,076	0,076	0,020	7,600	1,040	000000007 (№ 291)
	Мясо для супа.	30	4,680	4,896		65,400	0,022	0,048		0,276	0,876	
142	Щи из свежей капусты с картофелем.	300	2,100	5,970	9,330	99,600	0,069	0,069	22,170	40,800	0,960	000000007 (№ 142)
110	Хлеб ржано-пшеничный.	60	3,960	0,720	20,400	108,600	0,108	0,108		21,000	2,340	000000007 (№ 110)
108	Хлеб пшеничный.	100	7,600	0,800	49,200	235,000	0,110	0,110		20,000	1,100	000000007 (№ 108)
	Итого:	**1 090**	**45,480**	**36,386**	**168,450**	**1 196,200**	**0,515**	**0,451**	**27,190**	**155,156**	**9,876**	
	Полдник											
560	Булочка "Нежная".	70	4,783	8,983	38,617	254,333	0,070	0,070		9,333	0,583	000000007 (№ 560)
507	Компот из свежих плодов (яблок).	200	0,500	0,200	23,100	96,000	0,010	0,010	4,300	22,000	1,100	000000007 (№ 507)
	Итого:	**270**	**5,283**	**9,183**	**61,717**	**350,333**	**0,080**	**0,080**	**4,300**	**31,333**	**1,683**	
	Ужин											
106	Огурцы свежие порциями.	100	0,400	0,100	2,500	14,000	0,030	0,030	10,000	23,000	0,600	000000007 (№ 106)
108	Хлеб пшеничный.	50	3,800	0,400	24,600	117,500	0,055	0,055		10,000	0,550	000000007 (№ 108)
110	Хлеб ржано-пшеничный.	60	3,960	0,720	20,400	108,600	0,108	0,108		21,000	2,340	000000007 (№ 110)
205	Зразы картофельные с овощами.	240	8,480	10,720	21,760	217,600	0,224	0,224	7,520	57,600	2,080	000000007 (№ 205)
493	Чай с сахаром.	200	0,100		15,000	60,000				11,000	0,300	000000007 (№ 493)
	Итого:	**650**	**16,740**	**11,940**	**84,260**	**517,700**	**0,417**	**0,417**	**17,520**	**122,600**	**5,870**	
	Сонник											
516	Кисломолочный напиток в ассортименте	200	5,800	5,000	9,600	106,000	0,080	0,080	2,600	240,000	0,200	000000007 (№ 516)
	Итого:	**200**	**5,800**	**5,000**	**9,600**	**106,000**	**0,080**	**0,080**	**2,600**	**240,000**	**0,200**	
	Итого:	**2 740**	**84,953**	**81,534**	**419,302**	**2 768,483**	**1,270**	**1,206**	**54,835**	**854,089**	**19,379**	

Шеф-повар _____ / Салахутдинова Д. М.

Медицинская сестра диетическая _____ / Янбаева А. И.

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор БУ "Нижневартовский многопрофильный реабилитационный центр"
Иванова О. Н.
М.П.
Подпись _____

День: 2
Неделя: 2
Сезон: Лето
Возрастная категория: дети от 12 лет и старше

Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., №рец.
			белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe	
	Завтрак											
111	Батон.	50	3,900	1,450	25,700	131,000	0,055	0,050		9,500	0,600	000000007 (№ 111)
472	Соус ягодный.	35	0,144	0,035	23,333	92,295	0,005	0,005	1,943	7,245	0,151	000000007 (№ 472)
313	Запеканка из творога.	150	24,000	25,200	23,903	424,500	0,068	0,068	0,600	297,000	0,998	000000007 (№ 313)
497	Какао с молоком.	200	5,000	4,400	31,700	186,000	0,060		1,700	163,000	1,300	000000007 (№ 497)
	Итого:	**435**	**33,044**	**31,085**	**104,636**	**833,795**	**0,187**	**0,122**	**4.243**	**476,745**	**3,048**	
	Обед											
108	Хлеб пшеничный.	100	7,600	0,800	49,200	235,000	0,110	0,110		20,000	1,100	000000007 (№ 108)
169	Фрикадельки мясные.	30	6,036	4,317	0,255	64,020	0,010	0,010	0,150	4,110	0,795	000000007 (№ 169)
340	Рыба, запеченная с картофелем по-русски.	240	16,000	8,900	22,700	235,000	0,170	0,110	8,800	44,000	1,600	000000007 (№ 340)
512	Компот из кураги.	200	0,300		20,100	81,000			0,800	10,000	0,600	000000007 (№ 512)
106	Помидоры свежие порционно	100	1,100	0,200	3,800	24,000	0,060	0,060	25,000	14,000	0,900	000000007 (№ 106)
149	Суп картофельный с мясными фрикадельками.	300	2,640	3,540	17,640	113,100	0,144	0,066	13,290	19,500	1,320	000000007 (№ 149)
110	Хлеб ржано-пшеничный.	60	3,960	0,720	20,400	108,600	0,108	0,108		21,000	2,340	000000007 (№ 110)
	Итого:	**1 030**	**37,636**	**18,477**	**134,095**	**860,720**	**0,602**	**0,464**	**48,040**	**132,610**	**8,655**	
	Полдник											
112	Фрукты в ассортименте	150	0,600	0,600	14,700	70,500	0,045	0,045	15,000	24,000	3,300	000000007 (№ 112)
590	Кондитерские изделия в ассортименте	40	3,000	3,920	29,760	166,800	0,032	0,032		11,600	0,840	000000007 (№ 590)
519	Напиток из шиповника.	200	0,700		22,800	97,000	0,010	0,010	70,000	12,000	1,500	000000007 (№ 519)
	Итого:	**390**	**4,300**	**4,520**	**67,260**	**334,300**	**0,087**	**0,087**	**85,000**	**47,600**	**5,640**	
	Ужин											
423	Капуста тушеная.	200	7,400	7,200	7,800	126,000	0,080	0,080	34,000	122,000	2,000	000000007 (№ 423)
50	Салат из свеклы.	100	1,500	5,500	8,400	89,000	0,020	0,020	5,700	33,000	1,300	000000007 (№ 50)
108	Хлеб пшеничный.	50	3,800	0,400	24,600	117,500	0,055	0,055		10,000	0,550	000000007 (№ 108)
110	Хлеб ржано-пшеничный.	60	3,960	0,720	20,400	108,600	0,108	0,108		21,000	2,340	000000007 (№ 110)
494	Чай с лимоном.	200	0,100		15,200	61,000			2,800	14,200	0,400	000000007 (№ 494)
404	Птица отварная.	100	23,570	16,290	0,570	242,860	0,057	0,057	4,710	35,710	1,570	000000007 (№ 404)
	Итого:	**710**	**40,330**	**30,110**	**76,970**	**744,960**	**0,320**	**0,320**	**47,210**	**235,910**	**8,160**	
	Сонник											
516	Кисломолочный напиток в ассортименте	200	5,800	5,000	9,600	106,000	0,080	0,080	2,600	240,000	0,200	000000007 (№ 516)
	Итого:	**200**	**5,800**	**5,000**	**9,600**	**106,000**	**0,080**	**0,080**	**2,600**	**240,000**	**0,200**	
	Итого:	**2 765**	**121,110**	**89,192**	**392,561**	**2 879,775**	**1,276**	**1,073**	**187,093**	**1 132,865**	**25,703**	

Шеф-повар _____ / Салахутдинова Д. М.

Медицинская сестра диетическая _____ / Янбаева А. И.

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор БУ "Нижневартовский многопрофильный реабилитационный центр"
Иванова О. Н.
М. П.
Подпись _____

День: 3
Неделя: 2
Сезон: Лето
Возрастная категория: дети от 12 лет и старше

Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецертуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., №рец.
			белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe	
	Завтрак											
94	Бутерброды с маслом.	60	2,400	25,000	15,000	294,000	0,040			10,000	0,400	000000007 (№ 94)
311	Омлет с капустой цветной.	200	15,800	20,800	5,600	272,000	0,120	0,120	12,000	148,000	3,400	000000007 (№ 311)
501	Кофейный напиток с молоком.	200	3,200	2,700	15,900	79,000	0,050	0,050	1,300	126,000	0,100	000000007 (№ 501)
	Итого:	**460**	**21,400**	**48,500**	**36,500**	**645,000**	**0,210**	**0,170**	**13,300**	**284,000**	**3,900**	
	Обед											
с130	Компот из груш.	200	7,760	7,760	17,860	69,380	0,006	0,004	3,200	14,220	0,480	(№ с130)
110	Хлеб ржано-пшеничный.	60	3,960	0,720	20,400	108,600	0,108	0,108		21,000	2,340	000000007 (№ 110)
108	Хлеб пшеничный.	100	7,600	0,800	49,200	235,000	0,110	0,110		20,000	1,100	000000007 (№ 108)
406	Плов из отварной птицы.	240	18,282	18,167	43,304	410,285	0,035	0,035	1,486	37,711	1,486	000000007 (№ 406)
146	Суп картофельный с клецками.	300	1,440	3,120	10,530	75,900	0,075	0,075	6,900	12,900	0,720	000000007 (№ 146)
114	Икра кабачковая.	100	1,300	4,900	5,000	69,000	0,030	0,030	7,800	26,000	0,700	000000007 (№ 114)
172	Клёцки.	30	1,758	1,653	7,182	50,640	0,023	0,023	0,093	20,640	0,195	000000007 (№ 172)
404	Мясо для супа (куры).	20	3,640	3,680		47,600	0,024	0,024		3,200	0,320	000000007 (№ 404)
	Итого:	**1 050**	**45,740**	**40,800**	**153,476**	**1 066,405**	**0,411**	**0,409**	**19,479**	**155,671**	**7,341**	
	Полдник											
515	Молоко кипячённое.	200	5,800	5,000	9,600	106,000	0,080	0,080	2,600	240,000	0,200	000000007 (№ 515)
563	Булочка ванильная.	70	5,483	5,600	39,550	231,000	0,070	0,070		10,500	0,583	000000007 (№ 563)
	Итого:	**270**	**11,283**	**10,600**	**49,150**	**337,000**	**0,150**	**0,150**	**2,600**	**250,500**	**0,783**	
	Ужин											
346	Котлеты рыбные любительские.	100	12,200	3,600	6,200	106,000	0,070		1,000	37,000	0,800	000000007 (№ 346)
108	Хлеб пшеничный.	60	4,560	0,480	29,520	141,000	0,066	0,066		12,000	0,660	000000007 (№ 108)
110	Хлеб ржано-пшеничный.	60	3,960	0,720	20,400	108,600	0,108	0,108		21,000	2,340	000000007 (№ 110)
492	Чай.	200	0,800	0,200	0,200	5,600	0,004	0,004	0,400	39,200	3,280	000000007 (№ 492)
73	Салат картофельный с кукурузой и морковью.	100	3,100	6,900	21,900	162,000	0,090		10,200	20,000	1,300	000000007 (№ 73)
199	Овощное рагу с баклажанами.	200	4,000	11,336	17,064	193,636	0,120	0,120	11,727	57,273	1,727	000000007 (№ 199)
	Итого:	**720**	**28,620**	**23,236**	**95,284**	**716,836**	**0,458**	**0,298**	**23,327**	**186,473**	**10,107**	
	Сонник											
516	Кисломолочный напиток в ассортименте	180	5,220	4,500	8,640	95,400	0,072	0,072	2,340	216,000	0,180	000000007 (№ 516)
	Итого:	**180**	**5,220**	**4,500**	**8,640**	**95,400**	**0,072**	**0,072**	**2,340**	**216,000**	**0,180**	
	Итого:	**2680**	**112,263**	**127,636**	**343,05**	**2 860,64**	**1,301**	**1,099**	**61,046**	**1 092,64**	**22,312**	

Шеф-повар _____ / Салахутдинова Д. М.

Медицинская сестра диетическая _____ / Янбаева А. И.

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор БУ "Нижневартовский многопрофильный реабилитационный центр"
Иванова О. Н.
М. П.
Подпись

День: 4
Неделя: 2
Сезон: Лето
Возрастная категория: дети от 12 лет и старше

Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., №рец
			белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe	
	Завтрак											
269	Каша «Янтарная».	250	10,425	15,800	48,500	378,000	0,233	0,233	3,700	206,750	2,225	000000007 (№ 269)
91	Бутерброд с маслом и сыром.	75	10,710	17,360	15,860	263,360	0,040	0,040	0,200	293,570	0,640	000000007 (№ 91)
494	Чай с лимоном.	200	0,100		15,200	61,000			2,800	14,200	0,400	000000007 (№ 494)
	Итого:	**525**	**21,235**	**33,160**	**79,560**	**702,360**	**0,273**	**0,273**	**6,700**	**514,520**	**3,265**	
	Обед											
128	Борщ с капустой и картофелем	250	1,825	5,000	10,650	95,000	0,048	0,048	10,300	34,500	1,200	000000007 (№ 128)
	Перец сладкий свежий порциями+	100	1,200		5,200	25,000	0,100	0,080	200,000	8,000	0,500	
401	Печень тушеная в соусе	100	13,300	7,700	5,500	144,000	0,190	0,190	10,000	25,000	4,800	000000007 (№ 401)
108	Хлеб пшеничный.	100	7,600	0,800	49,200	235,000	0,110	0,110		20,000	1,100	000000007 (№ 108)
237	Гречка рассыпчатая.	200	11,400	10,460	49,440	337,400	0,276	0,276		19,000	6,060	000000007 (№ 237)
507	Компот из свежих плодов (яблок).	200	0,500	0,200	23,100	96,000	0,010	0,010	4,300	22,000	1,100	000000007 (№ 507)
	Мясо для супа.	20	3,120	3,264		43,600	0,014	0,032		0,184	0,584	
110	Хлеб ржано-пшеничный.	60	3,960	0,720	20,400	108,600	0,108	0,108		21,000	2,340	000000007 (№ 110)
	Итого:	**1 030**	**42,905**	**28,144**	**163,490**	**1 084,600**	**0,856**	**0,854**	**224,600**	**149,684**	**17,684**	
	Полдник											
112	Фрукты в ассортименте	130	0,520	0,520	12,740	61,100	0,039	0,039	13,000	20,800	2,860	000000007 (№ 112)
590	Кондитерские изделия в ассортименте	40	3,000	3,920	29,760	166,800	0,032	0,032		11,600	0,840	000000007 (№ 590)
505	Кисель из плодов или ягод.	200	0,100		31,600	131,400			1,200	6,480	0,160	000000007 (№ 505)
	Итого:	**370**	**3,620**	**4,440**	**74,100**	**359,300**	**0,071**	**0,071**	**14,200**	**38,880**	**3,860**	
	Ужин											
366	Бефстроганов	100	15,133	13,800	2,400	194,000	0,050		0,068	26,667	2,200	000000007 (№ 366)
106	Помидоры свежие порционно.	100	1,100	0,200	3,800	24,000	0,060	0,060	25,000	14,000	0,900	000000007 (№ 106)
291	Макаронные изделия отварные.	180	6,786	0,810	34,848	173,880	0,068	0,068	0,018	6,840	0,936	000000007 (№ 291)
108	Хлеб пшеничный.	60	4,560	0,480	29,520	141,000	0,066	0,066		12,000	0,660	000000007 (№ 108)
110	Хлеб ржано-пшеничный.	60	3,960	0,720	20,400	108,600	0,108	0,108		21,000	2,340	000000007 (№ 110)
495	Чай с молоком.	200	1,500	1,300	15,900	81,000	0,040	0,040	1,300	127,000	0,400	000000007 (№ 495)
	Итого:	**700**	**33,039**	**17,310**	**106,868**	**722,480**	**0,392**	**0,342**	**26,386**	**207,507**	**7,436**	
	Сонник											
516	Кисломолочный напиток в ассортименте	200	5,800	5,000	9,600	106,000	0,080	0,080	2,600	240,000	0,200	000000007 (№ 516)
	Итого:	**200**	**5,800**	**5,000**	**9,600**	**106,000**	**0,080**	**0,080**	**2,600**	**240,000**	**0,200**	
	Итого:	**2 825**	**106,599**	**88,054**	**433,618**	**2 974,740**	**1,673**	**1,620**	**274,486**	**1 150,591**	**32,445**	

Шеф-повар _____ / Салахутдинова Д. М.

Медицинская сестра диетическая _____ / Янбаева А. И.

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор БУ "Нижневартовский многопрофильный реабилитационный центр для инвалидов"
Иванова О.Н.
М.П.
Подпись

День: 5
Неделя: 2
Сезон: Лето
Возрастная категория: дети от 12 лет и старше

Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., №рец.
			белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe	
	Завтрак											
497	Какао с молоком.	200	5,000	4,400	31,700	186,000	0,060		1,700	163,000	1,300	000000007 (№ 497)
481	Молоко сгущенное.	45	3,240	3,825	24,975	147,600	0,027	0,027	0,450	138,150	0,090	000000007 (№ 481)
111	Батон.	50	3,900	1,450	25,700	131,000	0,055	0,050		9,500	0,600	000000007 (№ 111)
321	Сырники из творога запеченные.	150	24,000	18,500	31,000	386,000	0,090	0,090	0,400	205,000	1,000	000000007 (№ 321)
	Итого:	**445**	**36,140**	**28,175**	**113,375**	**850,600**	**0,232**	**0,167**	**2,550**	**515,650**	**2,990**	
	Обед											
404	Мясо для супа (куры).	20	3,640	3,680		47,600	0,024	0,024		3,200	0,320	000000007 (№ 404)
106	Огурцы свежие порциями.	80	0,320	0,080	2,000	11,200	0,024	0,024	8,000	18,400	0,480	000000007 (№ 106)
108	Хлеб пшеничный.	100	7,600	0,800	49,200	235,000	0,110	0,110		20,000	1,100	000000007 (№ 108)
110	Хлеб ржано-пшеничный.	60	3,960	0,720	20,400	108,600	0,108	0,108		21,000	2,340	000000007 (№ 110)
512	Компот из сушеных фруктов (изюма).	200	0,300		20,100	81,000			0,800	10,000	0,600	000000007 (№ 512)
405	Курица в соусе с томатом.	100	11,333	11,250	3,417	160,000	0,017		1,917	28,333	0,833	000000007 (№ 405)
155	Суп с крупой.	250	1,600	5,075	17,050	120,250	0,025	0,025	0,750	7,500	0,350	000000007 (№ 155)
429	Картофельное пюре.	180	3,780	7,920	19,620	165,600	0,162	0,162	6,120	46,800	1,260	000000007 (№ 429)
	Итого:	**990**	**32,533**	**29,525**	**131,787**	**929,250**	**0,470**	**0,453**	**17,587**	**155,233**	**7,283**	
	Полдник											
567	Булочка российская.	60	4,296	4,992	35,304	203,004	0,050	0,050		14,040	0,504	000000007 (№ 567)
515	Молоко кипячённое.	200	5,800	5,000	9,600	106,000	0,080	0,080	2,600	240,000	0,200	000000007 (№ 515)
	Итого:	**260**	**10,096**	**9,992**	**44,904**	**309,004**	**0,130**	**0,130**	**2,600**	**254,040**	**0,704**	
	Ужин											
368	Гуляш из говядины(с соусом).	75	11,025	12,098	2,775	164,250	0,040	0,040	0,803	11,475	1,650	000000007 (№ 368)
114	Икра кабачковая.	100	1,300	4,900	5,000	69,000	0,030	0,030	7,800	26,000	0,700	000000007 (№ 114)
415	Рис припущенный.	160	3,776	6,448	34,560	211,440	0,029	0,029		5,120	0,544	000000007 (№ 415)
108	Хлеб пшеничный.	60	4,560	0,480	29,520	141,000	0,066	0,066		12,000	0,660	000000007 (№ 108)
110	Хлеб ржано-пшеничный.	60	3,960	0,720	20,400	108,600	0,108	0,108		21,000	2,340	000000007 (№ 110)
493	Чай с сахаром.	200	0,100		15,000	60,000				11,000	0,300	000000007 (№ 493)
	Итого:	**655**	**24,721**	**24,646**	**107,255**	**754,290**	**0,273**	**0,273**	**8,603**	**86,595**	**6,194**	
	Сонник											
516	Кисломолочный напиток в ассортименте	180	5,220	4,500	8,640	95,400	0,072	0,072	2,340	216,000	0,180	000000007 (№ 516)
	Итого:	**180**	**5,220**	**4,500**	**8,640**	**95,400**	**0,072**	**0,072**	**2,340**	**216,000**	**0,180**	
	Итого:	**2 530**	**108,710**	**96,838**	**405,961**	**2 938,544**	**1,177**	**1,095**	**33,679**	**1 227,518**	**17,351**	

Шеф-повар _____ / Салахутдинова Д. М.

Медицинская сестра диетическая _____ / Янбаева А. И.

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор БУ "Нижневартовский многопрофильный реабилитационный центр"
Ягдыева О. Н.
М. П.
Подпись

День: 6
Неделя: 2
Сезон: Лето
Возрастная категория: дети от 12 лет и старше

Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., №рец.
			белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe	
	Завтрак											
255	Каша ячневая вязкая	200	6,400	11,400	35,760	271,200	0,110	0,110	1,420	167,000	0,920	000000007 (№ 255)
91	Бутерброд с маслом и сыром	75	10,710	17,360	15,860	263,360	0,040	0,040	0,200	293,570	0,640	000000007 (№ 91)
501	Кофейный напиток с молоком	200	3,200	2,700	15,900	79,000	0,050	0,050	1,300	126,000	0,100	000000007 (№ 501)
	Итого:	**475**	**20,310**	**31,460**	**67,520**	**613,560**	**0,200**	**0,200**	**2,920**	**586,570**	**1,660**	
	Обед											
131	Свекольник	300	2,610	5,340	14,430	116,400	0,078	0,078	11,010	45,000	1,830	000000007 (№ 131)
519	Напиток из шиповника	200	0,700		22,800	97,000	0,010	0,010	70,000	12,000	1,500	000000007 (№ 519)
389	Тефтели из говядины паровые	100	13,800	12,700	8,700	204,000	0,060	0,080	2,500	19,000	2,200	000000007 (№ 389)
108	Хлеб пшеничный	100	7,600	0,800	49,200	235,000	0,110	0,110		20,000	1,100	000000007 (№ 108)
116	Икра баклажанная	100	1,700	5,600	4,900	77,000	0,040	0,040	3,800	20,000	0,600	000000007 (№ 116)
291	Макаронные изделия отварные	180	6,786	0,810	34,848	173,880	0,068	0,068	0,018	6,840	0,936	000000007 (№ 291)
	Мясо для супа	20	3,120	3,264		43,600	0,014	0,032		0,184	0,584	
110	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,960	0,720	20,400	108,600	0,108	0,108		21,000	2,340	000000007 (№ 110)
	Итого:	**1 060**	**40,276**	**29,234**	**155,278**	**1 055,480**	**0,489**	**0,526**	**87,328**	**144,024**	**11,090**	
	Полдник											
579	Коржик молочный	60	4,100	7,300	39,300	239,000	0,050	0,050		15,000	0,500	000000007 (№ 579)
112	Фрукты в ассортименте	150	0,600	0,600	14,700	70,500	0,045	0,045	15,000	24,000	3,300	000000007 (№ 112)
512	Компот из кураги	200	0,300		20,100	81,000			0,800	10,000	0,600	000000007 (№ 512)
	Итого:	**410**	**5,000**	**7,900**	**74,100**	**390,500**	**0,095**	**0,095**	**15,800**	**49,000**	**4,400**	
	Ужин											
	Перец сладкий свежий порциями+	100	1,200		5,200	25,000	0,100	0,080	200,000	8,000	0,500	
108	Хлеб пшеничный	60	4,560	0,480	29,520	141,000	0,066	0,066		12,000	0,660	000000007 (№ 108)
343	Рыба, тушенная в томате с овощами	100	9,500	5,143	4,500	102,143	0,064	0,014	3,357	25,000	0,571	000000007 (№ 343)
110	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,960	0,720	20,400	108,600	0,108	0,108		21,000	2,340	000000007 (№ 110)
492	Чай	200	0,800	0,200	0,200	5,600	0,004	0,004	0,400	39,200	3,280	000000007 (№ 492)
428	Картофель жаренный из отварного	180	4,320	17,100	27,360	280,800	0,216		31,500	21,600	1,620	000000007 (№ 428)
	Итого:	**700**	**24,340**	**23,643**	**87,180**	**663,143**	**0,558**	**0,272**	**235,257**	**126,800**	**8,971**	
	Сонник											
516	Кисломолочный напиток в ассортименте	200	5,800	5,000	9,600	106,000	0,080	0,080	2,600	240,000	0,200	000000007 (№ 516)
	Итого:	**200**	**5,800**	**5,000**	**9,600**	**106,000**	**0,080**	**0,080**	**2,600**	**240,000**	**0,200**	
	Итого:	**2 845**	**95,726**	**97,237**	**393,678**	**2 828,683**	**1,422**	**1,174**	**343,905**	**1 146,394**	**26,321**	

Шеф-повар _____ / Салахутдинова Д. М.

Медицинская сестра диетическая _____ / Янбаева А. И

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор БУ "Нижневартовский многопрофильный реабилитационный центр"
Иванова О. Н.
М. П.
Подпись

День: 7
Неделя: 2
Сезон: Лето
Возрастная категория: дети от 12 лет и старше

Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., №рец.
			белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe	
	Завтрак											
96	Бутерброды с джемом.	80	2,400	8,400	40,800	248,000	0,040	0,040	0,200	12,000	0,800	000000007 (№ 96)
492	Чай	200	0,800	0,200	0,200	5,600	0,004	0,004	0,400	39,200	3,280	000000007 (№ 492)
300	Яйца вареные.	40	5,100	4,600	0,300	63,000	0,030	0,017		22,000	1,000	000000007 (№ 300)
266	Каша геркулес молочная.	200	7,160	9,400	28,800	228,400	0,168		1,540	156,800	1,240	000000007 (№ 266)
	Итого:	**520**	**15,460**	**22,600**	**70,100**	**545,000**	**0,242**	**0,061**	**2,140**	**230,000**	**6,320**	
	Обед											
143	Суп из овощей с фасолью.	250	1,150	4,167	6,667	68,442	0,042	0,042	3,819	15,775	0,483	000000007 (№ 143)
108	Хлеб пшеничный.	100	7,600	0,800	49,200	235,000	0,110	0,110		20,000	1,100	000000007 (№ 108)
364	Азу.	240	19,570	20,970	24,960	367,000	0,200	0,200	10,630	35,450	4,062	000000007 (№ 364)
508	Компот из смеси сухофруктов.	200	1,500		47,200	185,400	0,020	0,080	2,500	57,900	1,560	000000007 (№ 508)
	Мясо для супа.	30	4,680	4,896		65,400	0,022	0,048		0,276	0,876	
106	Помидоры свежие порционно.	100	1,100	0,200	3,800	24,000	0,060	0,060	25,000	14,000	0,900	000000007 (№ 106)
110	Хлеб ржано-пшеничный.	60	3,960	0,720	20,400	108,600	0,108	0,108		21,000	2,340	000000007 (№ 110)
	Итого:	**980**	**39,560**	**31,753**	**152,227**	**1 053,842**	**0,561**	**0,648**	**41,949**	**164,401**	**11,321**	
	Полдник											
495	Чай с молоком.	200	1,500	1,300	15,900	81,000	0,040	0,040	1,300	127,000	0,400	000000007 (№ 495)
536	Оладьи с маслом.	120	9,000	15,150	46,425	357,750	0,128	0,128	0,825	89,250	0,900	000000007 (№ 536)
	Итого:	**320**	**10,500**	**16,450**	**62,325**	**438,750**	**0,168**	**0,168**	**2,125**	**216,250**	**1,300**	
	Ужин											
с133	Напиток лимонный.	200	0,150		19,280	78,750	0,010		9,750	6,000		(№ с133)
196	Рагу из овощей с кабачками.	220	4,070	11,770	18,480	195,800	0,099	0,099	15,620	56,100	1,210	000000007 (№ 196)
108	Хлеб пшеничный.	60	4,560	0,480	29,520	141,000	0,066	0,066		12,000	0,660	000000007 (№ 108)
110	Хлеб ржано-пшеничный.	60	3,960	0,720	20,400	108,600	0,108	0,108		21,000	2,340	000000007 (№ 110)
399	Оладьи из печени по-кунцевски.	100	17,300	11,700	11,800	222,000	0,250	0,250	7,200	22,000	5,200	000000007 (№ 399)
106	Огурцы свежие порциями.	100	0,400	0,100	2,500	14,000	0,030	0,030	10,000	23,000	0,600	000000007 (№ 106)
	Итого:	**740**	**30,440**	**24,770**	**101,980**	**760,150**	**0,563**	**0,553**	**42,570**	**140,100**	**10,010**	
	Сонник											
516	Кисломолочный напиток в ассортименте	180	5,220	4,500	8,640	95,400	0,072	0,072	2,340	216,000	0,180	000000007 (№ 516)
	Итого:	**180**	**5,220**	**4,500**	**8,640**	**95,400**	**0,072**	**0,072**	**2,340**	**216,000**	**0,180**	
	Итого:	**2 740**	**101,180**	**100,073**	**395,272**	**2 893,142**	**1,606**	**1,501**	**91,124**	**966,751**	**29,131**	

Шеф-повар / Салахутдинова Д. М.

Медицинская сестра диетическая / Янбаева А. И.