

КОНТРАКТ № 05/25

с. Стародубское

27.05.2025г.

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования «Дом детского творчества» с. Стародубское Долинского района Сахалинской области Российской Федерации, именуемое в дальнейшем «Заказчик», в лице и.о. директора Школа Виктории Леонидовны, действующего на основании Устава, с одной стороны, и Индивидуальный предприниматель Хе Анатолий, именуемое в дальнейшем «Исполнитель», действующего на основании Устава с другой стороны, именуемые совместно «Стороны», руководствуясь п. 5 ч. 1 ст. 93 Федерального закона от 05.04.2013 года № 44-ФЗ «О контрактной системе в сфере закупок товаров, работ, услуг для обеспечения государственных и муниципальных нужд» заключили настоящий контракт (далее—Контракт) о нижеследующем:

1. ПРЕДМЕТ КОНТРАКТА

- 1.1. Предметом контракта является организация горячего питания учащихся в лагере дневного пребывания МБОУДО ДДТ с. Стародубское
- 1.2. Идентификационный код закупки: ИКЗ —
253650300969965030100100010000000244
- 1.3. По настоящему Контракту Исполнитель принимает на себя обязательства по организации горячего питания учащихся (далее - Услуги), в полном соответствии с Техническим заданием (Приложение №1), являющимся неотъемлемой частью контракта, а Заказчик обязуется оплатить данные услуги.
- 1.4. Место оказания услуги: РФ, Сахалинская область, Долинский район, с. Стародубское, ул. Набережная, дом 19А, (МБОУ СОШ с. Стародубское Долинского района Сахалинской области)
- 1.5. Объем оказываемых услуг: 20 человек

2. ЦЕНА КОНТРАКТА И ПОРЯДОК РАСЧЕТОВ

2.1. Цена настоящего Контракта составляет **189 365 (сто восемьдесят девять тысяч триста шестьдесят пять) рублей 40 копеек**, НДС не облагается.

2.2. В цену Контракта включена стоимость затрат Исполнителя необходимых для организации горячего питания по Контракту, в том числе: расходы на организационные, подготовительные, основные и дополнительные работы, связанные с предметом Контракта, транспортные, уплату налогов сборов, других обязательных платежей.

2.3. Цена муниципального контракта, будет оставаться твердой (фиксированной) в течение всего срока исполнения контракта. Превышение Исполнителем объемов и стоимости работ оплачивается Исполнителем за свой счет.

2.4. Порядок и сроки оплаты:

Оплата по настоящему Контракту осуществляется Заказчиком путём перечисления денежных средств на указанный в пункте 10 настоящего Контракта расчетный счет Исполнителя в следующем порядке:

2.4.1. Оплата производится путем безналичного перечисления денежных средств на счет Исполнителя в течение 7 (семи) рабочих дней с момента получения Заказчиком счёта и (или) и счет-фактуры (при наличии), акта.

2.5. Денежные средства за оказанные услуги перечисляются Исполнителю за вычетом неустоек, наложенных Заказчиком в соответствии с настоящим Контрактом.

2.6. Финансирование осуществляется за счёт средств:

- бюджет МО Долинский МО в сумме 160 960, 8руб.;
- родительская плата в сумме 28 404,6 руб.

3. СРОК ДЕЙСТВИЯ КОНТРАКТА

3.1. Настоящий Контракт вступает в силу с момента подписания и действует до полного исполнения сторонами своих обязательств.

4.СРОКИ ПРЕДОСТАВЛЕНИЯ УСЛУГ И ПОРЯДОК ИХ ПРИЕМА-ПЕРЕДАЧИ

4.1. Услуги по настоящему Контракту должны предоставляться с 01июля 2025 года по 24 июля 2025 года.

4.2. При оказании услуг Исполнителем Заказчик обязан ежедневно проверить качество и своевременность оказанных услуг. В случае несоответствия услуг условиям настоящего Контракта уполномоченные представители сторон составляют в течение 3 дней с момента обнаружения двухсторонний акт и делают отметку в соответствующих документах. Заказчик производит приемку оказанных услуг, а также экспертизу оказанных услуг в течение 3-х рабочих дней с момента оказания услуги.

4.3. Заказчик и Исполнитель обязаны отмечать и заверять документы подписью с расшифровкой, штампом или печатью, подтверждающие приёмку услуг.

4.4. Устранение недостатков, поставка недостающего или замена некачественного набора продуктов питания осуществляется Исполнителем в полном объеме в течение 1 (одного) рабочего дня с даты получения соответствующего требования. При обнаружении недостатков в качестве и объемах оказанной услуги, а также при выявлении отступлений от ассортиментного перечня продуктов питания, предусмотренных по условиям настоящего контракта, Заказчик направляет Исполнителю требование об устранении выявленных замечаний не позднее 1 дня с момента их выявления, любыми доступными способами (факсом, почтовым отправлением или электронной почтой). Исполнитель обязуется устранить их за свой счёт в день получения претензии от Заказчика.

Акт приемки оказанных услуг подписывается Заказчиком только после устранения исполнителем выявленных замечаний.

4.5. Моментом исполнения обязательств Исполнителя по оказанию услуг Заказчику по Контракту считается факт приемки оказанных услуг Исполнителем, что подтверждается соответствующими документами.

4.6. При наличии замечаний по качеству и объему предоставленной услуги в Заключении, составленном по результатам экспертизы, оказанные услуги оплате не подлежат до момента их устранения.

5. ПРАВА И ОБЯЗАННОСТИ СТОРОН

5.1. Заказчик обязуется:

5.1.1. Предоставить Исполнителю безвозмездно помещения под пищеблок и столовую, с подачей горячей и холодной воды, с исправными сетями канализации, водопровода, теплоснабжения, электроснабжения и вентиляции, инвентарь и технологическое оборудование, отвечающие санитарно-гигиеническим требованиям.

5.1.2. Заказчик обязуется принять и оплатить в соответствии с п.п. 2.2 - 2.3 услуги, указанные в п. 2 настоящего Контракта

5.2. Заказчик имеет право:

5.2.1. Осуществлять контроль за ходом исполнения настоящего Контракта, не вмешиваясь в финансово – хозяйственную деятельность Исполнителя.

5.2.2. Получать от Исполнителя всю необходимую информацию и документацию по исполнению Контракта.

5.2.3. Контролировать качество и безопасность используемых пищевых продуктов, обеспечение разнообразия по дням недели горячего питания учащихся.

5.3. Исполнитель обязуется:

5.3.1. Предоставлять услуги по организации горячего питания детей в МБОУДО ДДТ с. Стародубское, отвечающие нормам и требованиям СанПин 2.4.5.2409-08 и Федерального закона от 02.01.2000 №29-ФЗ «О качестве и безопасности пищевых продуктов» и Технического задания (Приложение №1).

5.3.2. Предоставить обучающимся рациональное питание в соответствии с режимом работы Заказчика.

5.3.3. Оформлять подекадно ежедневное меню-требования и предоставлять на согласование Заказчику за 3 дня до предполагаемого периода.

5.3.4. Проводить ежедневно бракераж пищи в соответствии с Положением о бракераже на предприятиях школьного питания.

5.3.5. Обеспечить наличие необходимого объема продуктов питания для приготовления блюд в соответствии с утвержденным меню. Гарантировать качество и безопасность пищевых продуктов, используемых в питании.

5.3.6. Обеспечивать строгое соблюдение установленных правил приемки поступающего сырья, наличие на них сертификатов, а также условий срока хранения и соблюдения товарного соседства.

5.3.7. Обеспечить организацию горячего питания детей необходимыми кадрами. К работе допускать лиц, имеющих соответствующую профессиональную квалификацию, прошедших в установленном порядке предварительный медицинский осмотр, при поступлении на работу, и периодические медицинские осмотры, профессиональную гигиеническую подготовку и аттестацию.

5.3.8. Содержать предоставленные Заказчиком столовую и эксплуатировать предоставленные холодильное, технологическое и другое оборудование в строгом соответствии с требованиями межотраслевых правил по охране труда в общественном питании, санитарных и технологических правил, и за счет собственных средств производить их ремонт.

5.3.9. Обеспечивать за свой счет столовую посудой, приборами, кухонным инвентарем, моющими и дезинфицирующими средствами, в количестве, соответствующем санитарно-гигиеническим нормам в зависимости от количества детей и в соответствии с действующими нормами, лиц, допущенных к работе по организации горячего питания - санитарной спецодеждой;

5.3.10. Помещения пищеблока и столовой обеспечить своевременным проведением мероприятий по дезинфекции, дезинсекции и дератизации.

5.3.11. Услуги по организации горячего питания оказывать лично.

5.3.12. Составить и подписать у Заказчика в срок до 24.07.2025 г. акт сверки учетов и расчетов по организации горячего питания обучающихся за весь период Контракта.

5.3.13. Осуществлять доставку пищевых продуктов специализированным транспортом, имеющим оформленный в установленном порядке санитарный паспорт.

5.3.14. Обеспечивать доступность проверки представителями Заказчика соблюдения условий организации питания, хранения продуктов и технологического процесса приготовления пищи.

5.4. Исполнитель имеет право:

5.4.1. Требовать от Заказчика финансирования в сроки и на условиях, установленных настоящим Контрактом.

5.4.2. Требовать от Заказчика создания необходимых условий для предоставления услуг по организации горячего питания обучающихся.

6. ОТВЕТСТВЕННОСТЬ СТОРОН

6.1. За неисполнение или ненадлежащее исполнение своих обязательств по настоящему контракту Стороны несут ответственность в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации.

6.2. В случае просрочки исполнения Заказчиком обязательств, предусмотренных настоящим контрактом, а также в иных случаях неисполнения или ненадлежащего исполнения Заказчиком обязательств, предусмотренных контрактом, Исполнитель вправе потребовать уплаты неустоек (штрафов, пеней).

Пеня начисляется за каждый день просрочки исполнения обязательства, предусмотренного контрактом, начиная со дня, следующего после дня истечения установленного контрактом срока исполнения обязательства. Такая пеня устанавливается в размере **одной трехсотой** действующей на дату уплаты пеней ставки рефинансирования Центрального банка Российской Федерации от не уплаченной в срок суммы.

Штрафы начисляются за неисполнение или ненадлежащее исполнение Заказчиком обязательств, предусмотренных контрактом, за исключением просрочки исполнения обязательств, предусмотренных контрактом. Размеры штрафа устанавливаются в виде фиксированной суммы, определяемой в следующем порядке:

-2,5 процента цены контракта в случае:

- просрочки исполнения Исполнителем обязательств (в том числе гарантийного обязательства), предусмотренных контрактом, а также в иных случаях неисполнения или ненадлежащего исполнения Исполнителем обязательств, предусмотренных контрактом, Исполнитель уплачивает Заказчику неустойку (штраф, пени).

- Пеня начисляется за каждый день просрочки исполнения Исполнителем обязательства, предусмотренного контрактом (в том числе гарантийного), начиная со дня, следующего после дня истечения установленного контрактом срока исполнения обязательства, и устанавливается в размере не менее чем одна трехсотая действующей на дату уплаты пени ставки рефинансирования Центрального банка Российской Федерации от цены контракта, уменьшенной на сумму, пропорциональную объему обязательств, предусмотренных контрактом и фактически исполненных Исполнителем, и определяется по формуле:

$P = (C - B) \times C$, где:

Ц - цена контракта;

В - стоимость фактически исполненного в установленный срок Исполнителем обязательства по контракту, определяемая на основании документа о приемке результатов выполнения работ, в том числе отдельных этапов;

С - размер ставки.

Размер ставки определяется по формуле:

$S = C_{\text{сб}} \times \text{ДП}$, где:

Ссб - размер ставки рефинансирования, установленной Центральным банком Российской Федерации на дату уплаты пени, определяемый с учетом коэффициента К;

ДП - количество дней просрочки.

Коэффициент К определяется по формуле:

$K = \text{ДП} / \text{ДК} \times 100\%$, где:

ДП - количество дней просрочки;

ДК - срок исполнения обязательства по контракту (количество дней).

При К, равном 0 - 50 процентам, размер ставки определяется за каждый день просрочки и принимается равным 0,01 ставки рефинансирования, установленной Центральным банком Российской Федерации на дату уплаты пени.

При К, равном 50 - 100 процентам, размер ставки определяется за каждый день просрочки и принимается равным 0,02 ставки рефинансирования, установленной Центральным банком Российской Федерации на дату уплаты пени.

При К, равном 100 процентам и более, размер ставки определяется за каждый день просрочки и принимается равным 0,03 ставки рефинансирования, установленной Центральным банком Российской Федерации на дату уплаты пени.

6.3. Штрафы начисляются за неисполнение или ненадлежащее исполнение Исполнителем обязательств, предусмотренных настоящим контрактом, **за исключением просрочки исполнения** Исполнителем обязательств (в том числе гарантийных), предусмотренных настоящим контрактом. Размеры штрафа устанавливаются в виде фиксированной суммы, определяемой в следующем порядке:

- **10 процентов** цены контракта в случае:

- если Заказчик понес убытки вследствие ненадлежащего исполнения Исполнителем своих обязательств по настоящему контракту, Исполнитель обязан возместить такие убытки Заказчику независимо от уплаты неустойки.

6.4. Уплата неустойки и возмещение убытков, связанных с ненадлежащим исполнением Сторонами своих обязательств по настоящему контракту, не освобождают нарушившую условия Контракта Сторону от исполнения взятых на себя обязательств.

6.5. Сторона освобождается от уплаты неустойки (штрафа, пени), если докажет, что неисполнение или ненадлежащее исполнение обязательства, предусмотренного контрактом, произошло вследствие непреодолимой силы или по вине другой стороны.

6.6. В случае расторжения контракта в связи с ненадлежащим исполнением Исполнителем своих обязательств (в том числе по соглашению Сторон) последний в течение 5 (пяти) рабочих дней с даты расторжения контракта или подписания соглашения о расторжении контракта уплачивает Заказчику неустойку, определенную в соответствии с п.8.3 настоящего контракта.

6.7. Ответственность Сторон в иных случаях определяется в соответствии с законодательством Российской Федерации.

7. ОБСТОЯТЕЛЬСТВА НЕПРЕОДОЛИМОЙ СИЛЫ

7.1. Ни одна из Сторон не несет ответственности перед другой Стороной за неисполнение обязательств по настоящему Контракту, обусловленное действием обстоятельств непреодолимой силы, т.е. чрезвычайных и непредотвратимых при данных условиях обстоятельств, в том числе объявленной или фактической войны, гражданских волнений, эпидемии, блокады, эмбарго, пожаров, землетрясений, наводнений и других природных стихийных бедствий, а также изданием актов государственных органов.

7.2. Свидетельство, выданное соответствующим компетентным органом, является достаточным подтверждением наличия и продолжительности действия обстоятельств непреодолимой силы.

7.3. Сторона, которая не исполняет обязательств по настоящему Контракту вследствие действия обстоятельств непреодолимой силы, должна незамедлительно известить другую Сторону о таких обстоятельствах и об их влиянии на исполнение обязательств.

7.4. Если обстоятельства, указанные в п. 7.1 настоящего Контракта, будут длиться более двух календарных месяцев с даты соответствующего уведомления, каждая из Сторон вправе расторгнуть настоящий Контракт без требования возмещения убытков, понесенных в связи с наступлением таких обстоятельств.

8. ПОРЯДОК УРЕГУЛИРОВАНИЯ СПОРОВ

8.1. Разрешение споров между сторонами:

8.1.1. Спорные вопросы, возникающие в ходе исполнения настоящего Контракта, разрешаются сторонами путем переговоров, возникшие договоренности в обязательном порядке фиксируются дополнительным соглашением сторон (или протоколом), становящимся с момента его подписания неотъемлемой частью настоящего Контракта.

8.1.2. Все споры и разногласия, возникающие в связи с выполнением государственного контракта, должны решаться в претензионном порядке. Для реализации этого порядка заинтересованная сторона в случае нарушения ее прав должна обратиться с письменной претензией к другой стороне. Сторона, получившая претензию, должна направить другой стороне мотивированный ответ на претензию в письменной форме в течение 10 (десяти) рабочих дней с даты ее получения.

8.1.3. Если, по мнению одной из сторон не имеется возможности разрешить возникший между сторонами спор в порядке, в соответствии с п.п. 8.1.2 настоящего Контракта, то он разрешается в Арбитражном суде Сахалинской области в установленном порядке.

8.2. Порядок расторжения контракта:

8.2.1. Настоящий Контракт может быть расторгнут:

- по соглашению Сторон;
- по решению суда;
- в случае одностороннего отказа стороны контракта от исполнения контракта в соответствии с действующим законодательством.

8.2.2. Заказчик вправе обратиться в суд с требованием о расторжении настоящего Контракта или принять решение об одностороннем отказе от исполнения Контракта в установленном действующим законодательством Российской Федерации порядке в следующих случаях:

- при существенном нарушении Контракта Исполнителем;
- при непредставлении документов, подтверждающих качество используемых продуктов питания,
- при не устранении выявленных замечаний в установленные сроки.

8.2.3. Заказчик обязан принять решение об одностороннем отказе от исполнения Контракта в случаях, установленных действующим законодательством Российской Федерации в соответствии с п.9-14 ст.95 №44-ФЗ от 05.04.2013г. «О контрактной системе в сфере закупок товаров, работ, услуг для обеспечения государственных и муниципальных нужд»:

- если в ходе исполнения контракта Заказчиком установлено, что Исполнитель не соответствует установленным документацией о закупке требованиям к участникам закупки или предоставил недостоверную информацию о своем соответствии таким требованиям, что позволило ему стать победителем определения Исполнителя.

- установления факта проведения ликвидации Исполнителя - юридического лица или наличия решения арбитражного суда о признании Исполнителя банкротом и открытии в отношении него конкурсного производства;

- установления факта приостановления деятельности Исполнителя в порядке, предусмотренном Кодексом Российской Федерации об административных правонарушениях, на дату подачи заявки на участие в закупке;

- наличия у Исполнителя недоимки по налогам, сборам, задолженности по иным обязательным платежам в бюджеты бюджетной системы Российской Федерации (за исключением сумм, на которые предоставлены отсрочка, рассрочка, инвестиционный налоговый кредит в соответствии с законодательством Российской Федерации о налогах и сборах, которые реструктурированы в соответствии с законодательством Российской Федерации, по которым имеется вступившее в законную силу решение суда о признании обязанности заявителя по уплате этих сумм исполненной или которые признаны безнадежными к взысканию в соответствии с законодательством Российской Федерации о налогах и сборах) за прошедший календарный год, размер которых превышает двадцать пять процентов балансовой стоимости активов участника закупки, по данным бухгалтерской отчетности за последний отчетный период. Участник закупки считается соответствующим установленному требованию в случае, если им в установленном порядке подано заявление об обжаловании указанных недоимки, задолженности и

решение по такому заявлению на дату рассмотрения заявки на участие в определении поставщика (подрядчика, исполнителя) не принято;

8.2.4. Исполнитель вправе обратиться в суд с требованием о расторжении настоящего Контракта или принять решение об одностороннем отказе от исполнения Контракта в случаях, установленных действующим законодательством Российской Федерации в соответствии с п.19-22 ст.95 ФЗ-44 от 05.04.2013г. «О контрактной системе в сфере закупок товаров, работ, услуг для обеспечения государственных и муниципальных нужд»:

- финансовой несостоятельности Заказчика или задержки им расчетов за выполненные услуги в целом более чем на 60 (шестьдесят) рабочих дней;

8.2.5. Сторона, которой направлено предложение о расторжении Контракта по соглашению сторон, должна дать письменный ответ, по существу, в срок не позднее 5 (пяти) календарных дней, с даты его получения.

8.2.6. Расторжение Контракта производится Сторонами путем подписания соответствующего соглашения о расторжении.

9. ОСОБЫЕ УСЛОВИЯ

9.1. Во всем, что не предусмотрено данным контрактом, стороны руководствуются действующим Законодательством.

9.2. В качестве неотъемлемой части к настоящему Контракту прилагаются:

- 1) Техническое задание (Приложение № 1)
- 2) Обоснование цены (Приложение 2)

10. ЮРИДИЧЕСКИЕ АДРЕСА И ПЛАТЕЖНЫЕ РЕКВИЗИТЫ СТОРОН:

Заказчик:	Исполнитель:
Муниципальное образовательное учреждение дополнительного образования «Дом детского творчества» с. Стародубское Долинского района Сахалинской области Реквизиты банка: «Финансовое управление МО ГО «Долинский»» (МБОУДО ДДТ с. Стародубское) л/с 20902000520 л/с 21902000520 Банк: ОТДЕЛЕНИЕ ЮЖНО-САХАЛИНСК БАНКА РОССИИ // УФК по Сахалинской области г. Южно-Сахалинск р/счет 03234643647120006100 КС 401028108453700000053 БИК 016401800 ОКТМО 64712000 ИНН 6503009699 КПП 650301001 ОГРН 1026500752156 Юридический и фактический адрес: 694071, Сахалинская область, Долинский район, с. Стародубское, ул. Набережная, 22. Директор МБОУДО ДДТ с. Стародубское Продан И. Н.	Индивидуальный предприниматель Хе Анатолий Адрес: 694051, Сахалинская область, г. Южно-Сахалинск, ул. Ленина, 30 ИНН 650114070810 ОГРНИПЗ18650100023278 КБ «Долинск» (АО) г. Южно-Сахалинск к/сч30101810300000000727 р/с 40802810 501003 857600 БИК 046401727 Тел. 89147577745; 89241910015 Индивидуальный предприниматель М.П. Хе Анатолий

ТЕХНИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Организация горячего питания обучающихся в лагере дневного пребывания при
МБОУДО ДДТ с. Стародубское.

№ п/п	Наименование учреждения	кол-во получателей питания в июне 2024г., руб.	итого, руб.
1	Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение дополнительного образования «Дом детского творчества» с. Стародубское Долинского района Сахалинской области	20х 450,87х21= рублей	189 365, 40



Продан И. Н.



Хе Анатолий

**Обоснование цены
Нормативный метод
Предмет контракта:**

**Организация горячего питания учащихся в лагере дневного пребывания при
МБОУДО ДДТ с. Стародубское на вторую смену 2025 г.**

$$\text{НМЦК}_{\text{норм}} = V \text{Ц}_{\text{норм}}$$

где:

НМЦК_{норм} - НМЦК, определяемая нормативным методом;

v - количество (объем) закупаемого товара (работы, услуги);

Ц_{норм} - предельная цена единицы товара, работы, услуги, установленная в рамках нормирования в сфере закупок.

Начальная (максимальная) цена контракта включает в себя все расходы исполнителя, связанные с оплатой стоимости питания детей согласно Постановления Правительства Сахалинской области от 22.12.2015 г. № 524 «*Об утверждении стоимости путевок в оздоровительные и санаторные организации, приобретаемых за счет средств областного бюджета, а также размера стоимости набора продуктов питания на одного ребенка в лагерях с дневным пребыванием, профильных лагерях с учетом районирования*» предусмотрено обеспечение питанием в размере:

450,87 за смену (21 дн.) - горячее питание учащихся, находящихся в лагере дневного пребывания при МБОУДО ДДТ с. Стародубское;

$$20 \times 450,87 \times 21 = \underline{189\,365,40} \text{рублей}$$

Стоимость горячего питания учащихся, находящихся в лагере дневного пребывания при МБОУДО ДДТ с. Стародубское на вторую смену 2025 г. рассчитана в сумме: 189 365 (сто восемьдесят девять тысяч триста шестьдесят пять) рублей 40 копеек. с учетом налогов и сборов и всех платежей, связанных с выполнением договора, из них:

родительская плата: 28 405 (двадцать восемь тысяч четыреста пять) рублей, 60 копеек

средства местного бюджета: 160 960 (сто шестьдесят тысяч девятьсот шестьдесят) рублей 80 копеек.

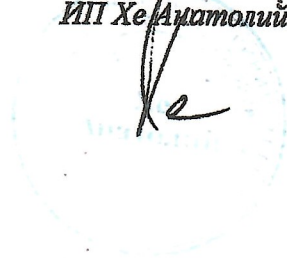
СОГЛАСОВАНО

Начальник лагеря Мещерякова Е.Р.

Начальник лагеря Шкода В.В.

УТВЕРЖДАЮ

ИП Херасов Анатолий



Летнее, 21-дневное, перспективное меню с учетом СанПин 2.3/2.4.3590_20 для детей 7-11, 12 и старше лет в МБОУ СОШ 1 г. Долинска, МБОУ СОШ с. Сокол, МБОУ СОШ с. Покровка, МБОУ СОШ с. Быков, МБОУ СОШ с. Стародубское

День: День 1
Сезон: летний

№ рсц.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК					
15	Сыр (порциями)	20	5,26	5,32	0,00	68,67
14	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
173	Каша вязкая молочная из пшениной крупы (с маслом)	190/10	7,98	10,00	40,10	282,22
382	Какао с молоком	200	3,98	3,80	15,08	109,46
Н	Хлеб пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
Н	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
338	Фрукты свежие	100	1,50	0,50	21,00	96,00
	ОБЕД					
45	Салат из белокочанной капусты	100	1,55	5,08	9,39	89,49
82	Борщ с капустой и картофелем	250	2,00	5,17	13,15	107,50
479	Сметана на порцию супа	10	0,27	1,00	0,39	11,90
302	Каша рассыпчатая гречневая	180	10,31	7,31	46,37	292,50
260	Гуляш из свинины	120	14,81	33,91	4,46	423,16
347	Компот из плодов консервированных	200	0,16	0,00	30,34	120,46
Н	Хлеб пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
Н	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		71,42	81,74	244,41	2286,56

День: День 2
Сезон: летний

№ рсц.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК					
3а	Зеленый горошек отварной	100	3,10	0,20	6,50	40,00
377	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70	55,86
211	Омлет с сыром	200	25,62	38,34	4,62	466,14
Н	Хлеб пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
Н	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
434	Булочка с сахаром	100	9,28	1,98	46,90	242,00
	ОБЕД					
52	Салат из свеклы отварной	100	1,41	6,01	8,26	92,80
42	Суп рыбный из консервов	250	2,50	0,58	19,60	94,10
279	Тефтели 2-й вариант	100	6,72	10,03	10,35	159,74
312	Пюре картофельное	180	3,91	3,42	26,41	152,53
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,16	0,00	27,22	103,62
Н	Хлеб пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
Н	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		84,42	65,96	225,66	2077,13

День: День 3
Сезон: летний

№ рсц.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК					
15	Сыр (порциями)	20	5,26	5,32	0,00	68,67
223	Запеканка из творога (с молоком сгущенным)	150/50	27,58	20,64	27,02	401,18
376	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	18,16	69,76
Н	Хлеб пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
Н	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
338	Фрукты свежие	100	1,50	0,50	21,00	96,00
	ОБЕД					
20	Салат из свежих огурцов	100	0,75	6,02	2,35	66,60
102	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	16,05	8,22	29,67	257,12
291	Плов из курицы	200	17,44	24,86	46,64	478,20
348	Компот из кураги	200	1,92	0,12	38,82	161,64
Н	Хлеб пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
Н	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		94,12	68,08	247,66	2218,37

День: День 4
Сезон: летний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК					
209	Яйца вареные	60	7,62	6,90	0,42	94,50
14	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
181	Каша жидкая молочная из манной крупы (с маслом)	190/10	5,56	9,74	38,50	264,54
Н	Йогурт	200	8,20	3,00	11,80	107,00
Н	Хлеб пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
Н	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
460	Мороженое молочное, сливочное (без использования жиров растительных)	100	3,20	3,50	21,30	124,20
	ОБЕД					
21	Салат из соленых огурцов с луком	100	0,86	5,11	2,61	61,63
4/2	Борщ с морской капустой со сметаной	250/10	1,62	5,80	9,73	98,65
304	Рис отварной	180	4,97	6,66	40,50	242,19
255	Печень по-строгановски	80/40	15,91	13,48	4,22	222,00
Н	Хлеб пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
Н	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
342	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,16	0,16	27,88	114,60
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		67,48	64,80	224,37	2016,97

День: День 5
Сезон: летний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК					
70	Овощи натуральные соленные (помидоры)	100	0,60	0,20	4,20	19,90
204	Макароны отварные с сыром	170/30	14,74	14,58	40,24	350,60
377	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70	55,86
Н	Хлеб пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
Н	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
453	Пряники	100	6,47	8,20	68,31	373,00
	ОБЕД					
31	Салат из редиса с огурцами и яйцом	100	2,39	7,46	2,62	87,46
113	Суп-лапша домашняя	250	11,68	8,77	14,18	183,78
259	Жаркое по-домашнему	200	15,58	15,72	20,86	287,96
389	Соки фруктовый	200	0,82	0,16	26,20	110,00
Н	Хлеб пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
Н	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		83,90	67,51	294,41	2369,98

День: День 6
Сезон: летний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК					
71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	0,70	0,10	1,90	12,00
443	Вареники из полуфабриката промышленного производства	200	21,42	5,50	39,40	292,98
376	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	18,16	69,76
Н	Хлеб пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
Н	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
338	Фрукты свежие	100	1,50	0,50	21,00	96,00
	ОБЕД					
67	Винегрет овощной	100	1,67	10,14	7,56	128,64
96	Рассольник ленинградский	250	9,26	7,42	16,51	170,18
479	Сметана на порцию супа	10	0,27	1,00	0,39	11,90
125	Картофель отварной (с маслом)	180	3,46	6,79	23,98	180,00
229	Рыба, тушенная в томате с овощами	60/60	12,64	6,70	6,96	139,51
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,16	0,00	27,22	103,62
Н	Хлеб пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
Н	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		74,70	40,55	227,08	1823,79

d

День: День 7
Сезон: летний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК					
3а	Зеленый горошек отварной	100	3,10	0,20	6,50	40,00
211	Омлет с сыром	200	25,62	38,34	4,62	466,14
377	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70	55,86
Н	Хлеб пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
Н	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
434	Булочка с сахаром	100	9,28	1,98	46,90	242,00
	ОБЕД					
24	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,95	6,06	3,05	70,60
5/2	Свекольник со сметаной	250/10	2,33	5,90	16,07	126,75
302	Каша рассыпчатая гречневая	180	10,31	7,31	46,37	292,50
245	Бефстроганов из отварной говядины	60/60	14,87	10,61	4,88	175,22
347	Компот из плодов консервированных	200	0,16	0,00	30,34	120,46
Н	Хлеб пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
Н	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		98,34	75,80	234,53	2259,87

День: День 8
Сезон: летний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК					
15	Сыр (порциями)	20	5,26	5,32	0,00	68,67
14	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
174	Каша вязкая молочная из риса (с маслом)	190/10	5,76	9,54	43,88	282,42
Н	Йогурт	200	8,20	3,00	11,80	107,00
Н	Хлеб пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
Н	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
338	Фрукты свежие	100	1,50	0,50	21,00	96,00
	ОБЕД					
45	Салат из белокочанной капусты	100	1,55	5,08	9,39	89,49
104	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	13,22	8,05	16,60	192,10
309	Макаронные изделия отварные	180	6,62	5,42	31,73	202,14
290	Птица, тушенная в соусе	60/60	13,55	17,38	15,83	280,33
348	Компот из кураги	200	1,92	0,12	38,82	161,64
Н	Хлеб пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
Н	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		74,40	62,32	256,18	2133,33

День: День 9
Сезон: летний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК					
70	Овощи натуральные соленные (помидоры)	100	0,60	0,20	4,20	19,90
293	Пельмени мясные отварные с маслом	195/5	0,08	3,42	0,10	31,46
377	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70	55,86
Н	Хлеб пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
Н	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
338	Фрукты свежие	100	1,50	0,50	21,00	96,00
	ОБЕД					
39	Салат картофельный с кукурузой и морковью	100	3,02	6,36	23,72	164,20
101	Суп картофельный с крупой гречневой	250	12,10	5,82	30,70	199,68
312	Пюре картофельное	180	3,91	3,42	26,41	152,53
294	Котлеты рубленные из птицы (с маслом)	100	13,69	22,66	25,31	359,72
491	Компот из ягод замороженных	200	0,10	0,00	15,74	62,04
Н	Хлеб пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
Н	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		58,64	44,80	224,88	1760,59

День: День 10
Сезон: летний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК					
71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	1,10	0,20	3,80	22,00
284	Запеканка картофельная с мясом	200	22,96	28,82	27,32	448,28
376	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	18,16	69,76
H	Хлеб пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
H	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
411	Ватрушка с повидлом	100	6,38	3,41	39,04	211,77
	ОБЕД					
21	Салат из соленых огурцов с луком	100	0,86	5,11	2,61	61,63
108	Суп картофельный с клецками	250	11,17	7,35	23,90	208,15
265	Плов со свиной	200	18,64	36,86	31,56	575,20
389	Сок фруктовый	200	0,82	0,16	26,20	110,00
H	Хлеб пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
H	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		85,77	85,29	237,41	2337,16

День: День 11
Сезон: летний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК					
15	Сыр (порциями)	20	5,26	5,32	0,00	68,67
14	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
173	Каша вязкая молочная из пшенной крупы (с маслом)	190/10	7,98	10,00	40,10	282,22
382	Какао с молоком	200	3,98	3,80	15,08	109,46
H	Хлеб пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
H	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
338	Фрукты свежие	100	1,50	0,50	21,00	96,00
	ОБЕД					
45	Салат из белокочанной капусты	100	1,55	5,08	9,39	89,49
82	Борщ с капустой и картофелем	250	2,00	5,17	13,15	107,50
479	Сметана на порцию супа	10	0,27	1,00	0,39	11,90
302	Каша рассыпчатая гречневая	180	10,31	7,31	46,37	292,50
260	Гуляш из свинины	120	14,81	33,91	4,46	423,16
347	Компот из плодов консервированных	200	0,16	0,00	30,34	120,46
H	Хлеб пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
H	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		71,42	81,74	244,41	2286,56

День: День 12
Сезон: летний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК					
70	Овощи натуральные соленые (помидоры)	100	0,60	0,20	4,20	19,90
204	Макароны отварные с сыром	170/30	14,74	14,58	40,24	350,60
377	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70	55,86
H	Хлеб пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
H	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
453	Пряники	100	6,47	8,20	68,31	373,00
	ОБЕД					
31	Салат из редиса с огурцами и яйцом	100	2,39	7,46	2,62	87,46
113	Суп-лапша домашняя	250	11,68	8,77	14,18	183,78
259	Жаркое по-домашнему	200	15,58	15,72	20,86	287,96
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,16	0,00	27,22	103,62
H	Хлеб пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
H	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		75,26	57,35	255,33	2081,38

День: День 13
Сезон: летний

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК					
15	Сыр (порциями)	20	5,26	5,32	0,00	68,67
223	Запеканка из творога (с молоком сгущенным)	150/50	27,58	20,64	27,02	401,18
376	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	18,16	69,76
H	Хлеб пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
H	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
338	Фрукты свежие	100	1,50	0,50	21,00	96,00
	ОБЕД					
20	Салат из свежих огурцов	100	0,75	6,02	2,35	66,60
102	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	16,05	8,22	29,67	257,12
321	Капуста тушеная (из свежей капусты)	180	4,68	4,12	19,58	136,39
229	Рыба, тушенная в томате с овощами	60/60	12,64	6,70	6,96	139,51
348	Компот из кураги	200	1,92	0,12	38,82	161,64
H	Хлеб пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
H	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		94,00	54,04	227,56	2016,07

День: День 14
Сезон: летний

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК					
3а	Зеленый горошек отварной	100	3,10	0,20	6,50	40,00
211	Омлет с сыром	200	25,62	38,34	4,62	466,14
378	Чай с молоком	200	1,42	1,26	14,80	75,34
H	Хлеб пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
H	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
434	Булочка с сахаром	100	9,28	1,98	46,90	242,00
	ОБЕД					
24	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,95	6,06	3,05	70,60
5/2	Свекольник со сметаной	250/10	2,33	5,90	16,07	126,75
302	Каша рассыпчатая гречневая	180	10,31	7,31	46,37	292,50
245	Бефстроганов из отварной говядины	60/60	14,87	10,61	4,88	175,22
347	Компот из плодов консервированных	200	0,16	0,00	30,34	120,46
H	Хлеб пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
H	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		98,34	75,80	234,53	2259,87

День: День 15
Сезон: летний

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК					
71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	0,70	0,10	1,90	12,00
443	Вареники из полуфабриката промышленного производства	200	21,42	5,50	39,40	292,98
377	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70	55,86
H	Хлеб пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
H	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
338	Фрукты свежие	100	1,50	0,50	21,00	96,00
	ОБЕД					
67	Винегрет овощной	100	1,67	10,14	7,56	128,64
96	Рассольник ленинградский	250	9,26	7,42	16,51	170,18
479	Сметана на порцию супа	10	0,27	1,00	0,39	11,90
309	Макаронные изделия отварные	180	6,62	5,42	31,73	202,14
152	Котлеты мясные паровые	100	17,60	10,60	8,80	199,30
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,16	0,00	27,22	103,62
H	Хлеб пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
H	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		82,84	43,10	232,21	1891,82

День: День 16
Сезон: летний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК					
15	Сыр (порциями)	20	5,26	5,32	0,00	68,67
14	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
174	Каша вязкая молочная из рисовой крупы (с маслом)	190/10	5,76	9,54	43,88	282,42
Н	Йогурт	200	8,20	3,00	11,80	107,00
Н	Хлеб пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
Н	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
338	Фрукты свежие	100	1,50	0,50	21,00	96,00
	ОБЕД					
52	Салат из свеклы отварной	100	1,41	6,01	8,26	92,80
88	Щи из свежей капусты с картофелем	250	8,55	7,65	7,23	132,45
291	Плов из курицы	200	17,44	24,86	46,64	478,20
342	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,16	0,16	27,88	114,60
Н	Хлеб пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
Н	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		65,10	64,95	233,82	2025,68

День: День 17
Сезон: летний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК					
70	Овощи натуральные соленные (помидоры)	100	0,60	0,20	4,20	19,90
204	Макаронные отварные с сыром	170/30	14,74	14,58	40,24	350,60
376	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	18,16	69,76
Н	Хлеб пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
Н	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
453	Пряники	100	6,47	8,20	68,31	373,00
	ОБЕД					
21	Салат из соленных огурцов с луком	100	0,86	5,11	2,61	61,63
4/2	Борщ с морской капустой со сметаной	250/10	1,62	5,80	9,73	98,65
312	Пюре картофельное	180	3,91	3,42	26,41	152,53
255	Печень по-строгановски	60/60	15,91	13,48	4,22	222,00
Н	Хлеб пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
Н	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
348	Компот из кураги	200	1,92	0,12	38,82	161,64
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		69,65	53,31	276,70	2128,91

День: День 18
Сезон: летний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК					
70	Овощи натуральные соленные (огурцы)	100	2,80	0,00	1,30	16,10
293	Пельмени мясные отварные с маслом	195/5	0,08	3,42	0,10	31,46
377	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70	55,86
Н	Хлеб пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
Н	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
338	Фрукты свежие	100	1,50	0,50	21,00	96,00
	ОБЕД					
34	Салат "Летний"	100	2,52	7,25	6,54	101,50
104	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	13,22	8,05	16,60	192,10
143	Рагу из овощей с курицей	200	11,28	19,46	27,70	305,90
347	Компот из плодов консервированных	200	0,16	0,00	30,34	120,46
Н	Хлеб пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
Н	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		55,20	41,10	181,28	1538,58

День: День 19
Сезон: летний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК					
15	Сыр (порциями)	20	5,26	5,32	0,00	68,67
223	Запеканка из творога (с молоком сгущенным)	150/50	27,58	20,64	27,02	401,18
378	Чай с молоком	200	1,42	1,26	14,80	75,34
H	Хлеб пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
H	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
338	Фрукты свежие	100	1,50	0,50	21,00	96,00
	ОБЕД					
39	Салат картофельный с кукурузой и морковью	100	3,02	6,36	23,72	164,20
108	Суп картофельный с клецками	250	11,17	7,35	23,90	208,15
654	Каша рассыпчатая (гречневая)	180	10,26	9,36	53,46	345,60
290	Птица, тушенная в соусе	120	13,55	17,38	15,83	280,33
491	Компот из ягод замороженных	200	0,10	0,00	15,74	62,04
H	Хлеб пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
H	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		97,38	70,57	259,47	2320,71

День: День 20
Сезон: летний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК					
209	Яйца вареные	60	7,62	6,90	0,42	94,50
14	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
181	Каша жидкая молочная из манной крупы (с маслом)	190/10	5,56	9,74	38,50	264,54
382	Какао с молоком	200	3,98	3,80	15,08	109,46
H	Хлеб пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
H	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
	ОБЕД					
52	Салат из свеклы отварной	100	1,41	6,01	8,26	92,80
42	Суп рыбный из консервов	250	2,50	0,58	19,60	94,10
279	Тефтели 2-й вариант	100	6,72	10,03	10,35	159,74
312	Пюре картофельное	180	3,91	3,42	26,41	152,53
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,16	0,00	27,22	103,62
H	Хлеб пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
H	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		55,46	50,13	209,97	1756,49

День: День 21
Сезон: летний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК					
3а	Зеленый горошек отварной	100	3,10	0,20	6,50	40,00
211	Омлет с сыром	200	25,62	38,34	4,62	466,14
376	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	18,16	69,76
H	Хлеб пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
H	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
460	Мороженое молочное, сливочное (без использования жиров растительных)	100	3,20	3,50	21,30	124,20
	ОБЕД					
21	Салат из соленых огурцов с луком	100	0,86	5,11	2,61	61,63
101	Суп картофельный с крупой гречневой	250	12,10	5,82	30,70	199,68
293	Пельмени мясные отварные с маслом	195/5	0,08	3,42	0,10	31,46
348	Компот из кураги	200	1,92	0,12	38,82	161,64
H	Хлеб пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
H	Хлеб ржано-пшеничный	40	5,88	0,60	16,00	154,80
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		70,50	58,91	186,81	1773,71

2