

# ЛДО

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
250	<b>Суп молочный с крупой</b>	Ккал-179, Б-6, Ж-6, У-23
30	<b>Сыр</b>	Ккал-102, Б-8, Ж-8
200	<b>Чай с сахаром</b>	Ккал-57, У-15
100	<b>Хлеб пшеничный</b>	Ккал-236, Б-8, Ж-1, У-48
<b>Итого за Завтрак</b>		Ккал-574, Б-22, Ж-15, У-86
<b><u>Обед</u></b>		
60	<b>Овощи натуральные</b>	Ккал-7, У-1
250	<b>Свекольник</b>	Ккал-129, Б-2, Ж-5, У-9
180	<b>Макаронные изделия отварные</b>	Ккал-261, Б-6, Ж-6, У-27
100	<b>Суфле из кур</b>	Ккал-426, Б-32, Ж-32, У-4
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	Ккал-115, Б-1, У-31
120	<b>Хлеб ржаной</b>	Ккал-266, Б-9, Ж-1, У-54
<b>Итого за Обед</b>		Ккал-1 204, Б-50, Ж-44, У-126
<b>Итого за день</b>		Ккал-1 778, Б-72, Ж-59, У-212



Диетсестра *[Signature]* Э.Р. Юрковская

# ЛДО

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u><b>Завтрак</b></u>		
205	<b>Каша Дружба"</b>	Ккал-191, Б-5, Ж-7, У-27
65	<b>Омлет натуральный</b>	Ккал-49, Б-1, Ж-4, У-1
200	<b>Чай с сахаром</b>	Ккал-57, У-15
100	<b>Хлеб пшеничный</b>	Ккал-236, Б-8, Ж-1, У-48
<b>Итого за Завтрак</b>		Ккал-533, Б-14, Ж-12, У-91
<u><b>Обед</b></u>		
60	<b>Овощи натуральные</b>	Ккал-7, У-1
250	<b>Суп-пюре из разных овощей</b>	Ккал-108, Б-3, Ж-5, У-13
300	<b>Жаркое по-домашнему</b>	Ккал-482, Б-29, Ж-26, У-18
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	Ккал-115, Б-1, У-31
120	<b>Хлеб ржаной</b>	Ккал-266, Б-9, Ж-1, У-54
<b>Итого за Обед</b>		Ккал-978, Б-42, Ж-32, У-117
<b>Итого за день</b>		Ккал-1 511, Б-56, Ж-44, У-208

Директор:  Т.Н. Крутикова

Диетсестра:  Э.Р. Юрковская



# ЛДО

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u><b>Завтрак</b></u>		
205	<b>Каша манная молочная жидкая</b>	Ккал-209, Б-6, Ж-6, У-31
30	<b>Сыр</b>	Ккал-102, Б-8, Ж-8
200	<b>Чай с сахаром</b>	Ккал-57, У-15
100	<b>Хлеб пшеничный</b>	Ккал-236, Б-8, Ж-1, У-48
<b>Итого за Завтрак</b>		Ккал-604, Б-22, Ж-15, У-94
<u><b>Обед</b></u>		
60	<b>Овощи натуральные</b>	Ккал-7, У-1
250	<b>Суп картофельный с бобовыми</b>	Ккал-147, Б-5, Ж-4, У-22
100	<b>Котлета рыбная любительская</b>	Ккал-109, Б-11, Ж-3, У-6
180	<b>Картофельное пюре</b>	Ккал-192, Б-4, Ж-7, У-8
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	Ккал-115, Б-1, У-31
120	<b>Хлеб ржаной</b>	Ккал-266, Б-9, Ж-1, У-54
<b>Итого за Обед</b>		Ккал-836, Б-30, Ж-15, У-122
<b>Итого за день</b>		Ккал-1 440, Б-52, Ж-30, У-216

Директор

Т.Н. Крутикова

Диетсестра

Э.Р. Юрковская



# ЛДО

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
205	<b>Каша пшеничная молочная жидкая</b>	Ккал-239, Б-8, Ж-7, У-35
65	<b>Омлет натуральный</b>	Ккал-49, Б-1, Ж-4, У-1
200	<b>Чай с сахаром</b>	Ккал-57, У-15
100	<b>Хлеб пшеничный</b>	Ккал-236, Б-8, Ж-1, У-48
<b>Итого за Завтрак</b>		Ккал-581, Б-17, Ж-12, У-99
<b><u>Обед</u></b>		
60	<b>Овощи натуральные</b>	Ккал-7, У-1
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями</b>	Ккал-129, Б-3, Ж-3, У-21
100	<b>Котлета куриная припущенная</b>	Ккал-232, Б-12, Ж-8, У-6
180	<b>Капуста тушеная</b>	Ккал-160, Б-3, Ж-7, У-7
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	Ккал-115, Б-1, У-31
120	<b>Хлеб ржаной</b>	Ккал-266, Б-9, Ж-1, У-54
<b>Итого за Обед</b>		Ккал-909, Б-28, Ж-19, У-120
<b>Итого за день</b>		Ккал-1 490, Б-45, Ж-31, У-219



Директор

Т.Н. Крутикова

Диетсестра

Э.Р. Юрковская

# ЛДО

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
200	<b>Запеканка из творога</b>	Ккал-336, Б-19, Ж-16, У-23
30	<b>Сгущенное молоко с сахаром</b>	Ккал-99, Б-2, Ж-3, У-17
30	<b>Сыр</b>	Ккал-102, Б-8, Ж-8
200	<b>Чай с сахаром</b>	Ккал-57, У-15
100	<b>Хлеб пшеничный</b>	Ккал-236, Б-8, Ж-1, У-48
<b>Итого за Завтрак</b>		Ккал-830, Б-37, Ж-28, У-103
<b><u>Обед</u></b>		
60	<b>Овощи натуральные</b>	Ккал-7, У-1
250	<b>Рассольник домашний</b>	Ккал-139, Б-2, Ж-6, У-16
300	<b>Рагу из курицы</b>	
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	Ккал-115, Б-1, У-31
120	<b>Хлеб ржаной</b>	Ккал-266, Б-9, Ж-1, У-54
<b>Итого за Обед</b>		Ккал-527, Б-12, Ж-7, У-102
<b>Итого за день</b>		Ккал-1 357, Б-49, Ж-35, У-205

Директор  Т.Н. Крутикова

Диетсестра  Э.Р. Юрковская



# ЛДО

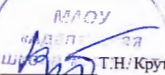
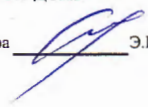
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
205	<b>Каша манная молочная жидкая</b>	Ккал-209, Б-6, Ж-6, У-31
65	<b>Омлет натуральный</b>	Ккал-49, Б-1, Ж-4, У-1
200	<b>Чай с сахаром</b>	Ккал-57, У-15
100	<b>Хлеб пшеничный</b>	Ккал-236, Б-8, Ж-1, У-48
<b>Итого за Завтрак</b>		Ккал-551, Б-15, Ж-11, У-95
<b><u>Обед</u></b>		
60	<b>Овощи натуральные</b>	Ккал-7, У-1
250	<b>Рассольник ленинградский</b>	Ккал-149, Б-3, Ж-7, У-17
180	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>	Ккал-323, Б-10, Ж-8, У-50
100	<b>Суфле из кур</b>	Ккал-426, Б-32, Ж-32, У-4
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	Ккал-115, Б-1, У-31
120	<b>Хлеб ржаной</b>	Ккал-266, Б-9, Ж-1, У-54
<b>Итого за Обед</b>		Ккал-1 286, Б-55, Ж-48, У-157
<b>Итого за день</b>		Ккал-1 837, Б-70, Ж-59, У-252



Директор: Т.Н. Крутикова

Диетсестра: Э.Р. Юрковская

# ЛДО

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
250	<b>Суп молочный с макаронными изделиями</b>	Ккал-185, Б-7, Ж-6, У-22
30	<b>Сыр</b>	Ккал-102, Б-8, Ж-8
200	<b>Чай с сахаром</b>	Ккал-57, У-15
100	<b>Хлеб пшеничный</b>	Ккал-236, Б-8, Ж-1, У-48
<b>Итого за Завтрак</b>		Ккал-580, Б-23, Ж-15, У-85
<b><u>Обед</u></b>		
60	<b>Овоци натуральные</b>	Ккал-7, У-1
250	<b>Суп картофельный с бобовыми</b>	Ккал-147, Б-5, Ж-4, У-22
250	<b>Картофельная запеканка с мясом</b>	Ккал-293, Б-4, Ж-14, У-34
50	<b>Соус томатный</b>	Ккал-28, Ж-2, У-3
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	Ккал-115, Б-1, У-31
120	<b>Хлеб ржаной</b>	Ккал-266, Б-9, Ж-1, У-54
<b>Итого за Обед</b>		Ккал-856, Б-19, Ж-21, У-145
<b>Итого за день</b>		Ккал-1 436, Б-42, Ж-36, У-230
Директор	 Т.Н. Крутикова	Диетсестра  Э.Р. Юрковская



# ЛДО

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
205	<b>Каша рисовая молочная жидкая</b>	Ккал-209, Б-5, Ж-6, У-34
65	<b>Омлет натуральный</b>	Ккал-49, Б-1, Ж-4, У-1
200	<b>Чай с сахаром</b>	Ккал-57, У-15
100	<b>Хлеб пшеничный</b>	Ккал-236, Б-8, Ж-1, У-48
<b>Итого за Завтрак</b>		Ккал-551, Б-14, Ж-11, У-98
<b><u>Обед</u></b>		
60	<b>Овощи натуральные</b>	Ккал-7, У-1
250	<b>Щи из свежей капусты с картофелем</b>	Ккал-96, Б-2, Ж-5, У-7
70/70	<b>Рыба, тушеная в томате с овощами</b>	Ккал-155, Б-12, Ж-7, У-5
180	<b>Макаронные изделия отварные</b>	Ккал-261, Б-6, Ж-6, У-27
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	Ккал-115, Б-1, У-31
120	<b>Хлеб ржаной</b>	Ккал-266, Б-9, Ж-1, У-54
<b>Итого за Обед</b>		Ккал-900, Б-30, Ж-19, У-125
<b>Итого за день</b>		Ккал-1 451, Б-44, Ж-30, У-223



Директор Т.Н. Крутикова

Диетсестра Э.Р. Юрковская



# ЛДО

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
205	<b>Каша овсяная из Геркулеса" жидкая</b>	Ккал-215, Б-7, Ж-8, У-28
30	<b>Сыр</b>	Ккал-102, Б-8, Ж-8
200	<b>Чай с сахаром</b>	Ккал-57, У-15
100	<b>Хлеб пшеничный</b>	Ккал-236, Б-8, Ж-1, У-48
<b>Итого за Завтрак</b>		Ккал-610, Б-23, Ж-17, У-91
<u>Обед</u>		
60	<b>Овощи натуральные</b>	Ккал-7, У-1
250	<b>Борщ с капустой и картофелем</b>	Ккал-118, Б-2, Ж-6, У-8
70/40	<b>Печень говяжья по-строгановски</b>	Ккал-101, Б-1, Ж-10, У-2
180	<b>Картофельное пюре</b>	Ккал-192, Б-4, Ж-7, У-8
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	Ккал-115, Б-1, У-31
120	<b>Хлеб ржаной</b>	Ккал-266, Б-9, Ж-1, У-54
<b>Итого за Обед</b>		Ккал-799, Б-17, Ж-24, У-104
<b>Итого за день</b>		Ккал-1 409, Б-40, Ж-41, У-195
Директор  Т.Н. Крутикова г. Пермь		Диетсестра  Э.Р. Юрковская



**ЛДО**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
205	<b>Каша гречневая вязкая на молоке</b>	Ккал-253, Б-9, Ж-8, У-38
65	<b>Омлет натуральный</b>	Ккал-49, Б-1, Ж-4, У-1
200	<b>Чай с сахаром</b>	Ккал-57, У-15
100	<b>Хлеб пшеничный</b>	Ккал-236, Б-8, Ж-1, У-48
<b>Итого за Завтрак</b>		Ккал-595, Б-18, Ж-13, У-102
<b><u>Обед</u></b>		
60	<b>Овощи натуральные</b>	Ккал-7, У-1
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями</b>	Ккал-129, Б-3, Ж-3, У-21
100	<b>Котлета куриная припущенная</b>	Ккал-232, Б-12, Ж-8, У-6
205	<b>Рагу из овощей</b>	Ккал-203, Б-4, Ж-10, У-24
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	Ккал-115, Б-1, У-31
120	<b>Хлеб ржаной</b>	Ккал-266, Б-9, Ж-1, У-54
<b>Итого за Обед</b>		Ккал-952, Б-29, Ж-22, У-137
<b>Итого за день</b>		Ккал-1 547, Б-47, Ж-35, У-239
Директор	 Т.Н. Крутикова	Диетсестра  Э.Р. Юрковская



# ЛДО

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u><b>Завтрак</b></u>		
250	<b>Суп молочный с крупой</b>	Ккал-179, Б-6, Ж-6, У-23
30	<b>Сыр</b>	Ккал-102, Б-8, Ж-8
200	<b>Чай с сахаром</b>	Ккал-57, У-15
100	<b>Хлеб пшеничный</b>	Ккал-236, Б-8, Ж-1, У-48
<b>Итого за Завтрак</b>		Ккал-574, Б-22, Ж-15, У-86
<u><b>Обед</b></u>		
60	<b>Овощи натуральные</b>	Ккал-7, У-1
250	<b>Свекольник</b>	Ккал-129, Б-2, Ж-5, У-9
180	<b>Макаронные изделия отварные</b>	Ккал-261, Б-6, Ж-6, У-27
100	<b>Суфле из кур</b>	Ккал-426, Б-32, Ж-32, У-4
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	Ккал-115, Б-1, У-31
120	<b>Хлеб ржаной</b>	Ккал-266, Б-9, Ж-1, У-54
<b>Итого за Обед</b>		Ккал-1 204, Б-50, Ж-44, У-126
<b>Итого за день</b>		Ккал-1 778, Б-72, Ж-59, У-212



Директор Г.Н. Крутикова

Диетсестра Э.Р. Юрковская

# ЛДО

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
205	<b>Каша Дружба"</b>	Ккал-191, Б-5, Ж-7, У-27
65	<b>Омлет натуральный</b>	Ккал-49, Б-1, Ж-4, У-1
200	<b>Чай с сахаром</b>	Ккал-57, У-15
100	<b>Хлеб пшеничный</b>	Ккал-236, Б-8, Ж-1, У-48
<b>Итого за Завтрак</b>		Ккал-533, Б-14, Ж-12, У-91
<b><u>Обед</u></b>		
60	<b>Овощи натуральные</b>	Ккал-7, У-1
250	<b>Суп-пюре из разных овощей</b>	Ккал-108, Б-3, Ж-5, У-13
300	<b>Жаркое по-домашнему</b>	Ккал-482, Б-29, Ж-26, У-18
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	Ккал-115, Б-1, У-31
120	<b>Хлеб ржаной</b>	Ккал-266, Б-9, Ж-1, У-54
<b>Итого за Обед</b>		Ккал-978, Б-42, Ж-32, У-117
<b>Итого за день</b>		Ккал-1 511, Б-56, Ж-44, У-208

Директор

Т.Н. Кругикова

Диетсестра

Э.Р. Юрковская



# ЛДО

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u><b>Завтрак</b></u>		
205	<b>Каша манная молочная жидкая</b>	Ккал-209, Б-6, Ж-6, У-31
30	<b>Сыр</b>	Ккал-102, Б-8, Ж-8
200	<b>Чай с сахаром</b>	Ккал-57, У-15
100	<b>Хлеб пшеничный</b>	Ккал-236, Б-8, Ж-1, У-48
<b>Итого за Завтрак</b>		Ккал-604, Б-22, Ж-15, У-94
<u><b>Обед</b></u>		
60	<b>Овощи натуральные</b>	Ккал-7, У-1
250	<b>Суп картофельный с бобовыми</b>	Ккал-147, Б-5, Ж-4, У-22
100	<b>Котлета рыбная любительская</b>	Ккал-109, Б-11, Ж-3, У-6
180	<b>Картофельное пюре</b>	Ккал-192, Б-4, Ж-7, У-8
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	Ккал-115, Б-1, У-31
120	<b>Хлеб ржаной</b>	Ккал-266, Б-9, Ж-1, У-54
<b>Итого за Обед</b>		Ккал-836, Б-30, Ж-15, У-122
<b>Итого за день</b>		Ккал-1 440, Б-52, Ж-30, У-216



Директор Т.Н. Крутикова

Диетсестра Э.Р. Юрковская

# ЛДО

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
205	<b>Каша пшеничная молочная жидкая</b>	Ккал-239, Б-8, Ж-7, У-35
65	<b>Омлет натуральный</b>	Ккал-49, Б-1, Ж-4, У-1
200	<b>Чай с сахаром</b>	Ккал-57, У-15
100	<b>Хлеб пшеничный</b>	Ккал-236, Б-8, Ж-1, У-48
<b>Итого за Завтрак</b>		Ккал-581, Б-17, Ж-12, У-99
<b><u>Обед</u></b>		
60	<b>Овощи натуральные</b>	Ккал-7, У-1
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями</b>	Ккал-129, Б-3, Ж-3, У-21
100	<b>Котлета куриная припущенная</b>	Ккал-232, Б-12, Ж-8, У-6
180	<b>Капуста тушеная</b>	Ккал-160, Б-3, Ж-7, У-7
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	Ккал-115, Б-1, У-31
120	<b>Хлеб ржаной</b>	Ккал-266, Б-9, Ж-1, У-54
<b>Итого за Обед</b>		Ккал-909, Б-28, Ж-19, У-120
<b>Итого за день</b>		Ккал-1 490, Б-45, Ж-31, У-219



Диетсестра Э.Р. Юрковская