

УТВЕРЖДЕНО
 приказом и.о. директора
 ГБУ РК "ЦСА"
 от 24.05.2024 г. №50
 (приложение №4)
 И.В.Талустова

РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ БЛЮД ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ В СООТВЕТСТВИИ С
 НАБОРОМ ПРОДУКТОВ, ЕЖЕДНЕВНО ВЫДАВАЕМЫХ ПОЛУЧАТЕЛЯМ СОЦИАЛЬНЫХ УСЛУГ В
 ВОЗРАСТЕ ОТ 18 ЛЕТ И СТАРШЕ С 01.06.2024 ГОДА

прием пищи	наименование блюд	вес блюда (г)	пищевые вещества			энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)		
1-я неделя							
день 1-й							
завтрак	гречневая каша молочная	250	6,32	8,94	29,34	229	173 г
	масло сливочное	20	0,05	7,25	0,05	74,7	
	яйцо отварное	40	5,08	4,44	0,24	61,2	
	чай с сахаром	200	0,3	0,075	16,2	62,55	375
	хлеб пшеничный	50	1,48	0,044	10,6	49,2	
	хлеб ржаной	50	0,705	0,09	7,43	31,5	
итого за завтрак		610	13,935	20,839	63,86	508,15	
второй завтрак	яблоки	150	0,5	0	11,4	48	
итого второй завтрак		100	0,5	0	11,4	48	
обед	суп гороховый	300	3,57	3,315	12,165	93,885	102
	каша пшеничная	200	5,316	12,403	24,108	203,097	302
	курица тушеная в соусе	100/25	7,385	8,31	1,695	96,835	290
	компот из сухофрукты	200	0,54	0	24,945	66,75	349
	хлеб пшеничный	50	1,48	0,044	10,6	49,2	
	хлеб ржаной	50	0,705	0,09	7,43	31,5	
итого за обед		800	18,996	24,162	80,943	541,267	
ужин	картофель отварной	200	2,354	7,172	15,884	140,36	312
	тефтели с рисом	90/25	4,02	11,586	6,294	146,148	279
	свекла отварная	100	0,52	2,08	4,64	38,24	52
	чай с сахаром	200	0,3	0,075	16,2	62,55	375
	хлеб пшеничный	50	1,48	0,044	10,6	49,2	
	хлеб ржаной	50	0,47	0,06	4,95	21	
итого за ужин		600	9,144	21,017	58,568	457,498	
итого за день		2110	42,575	66,018	214,771	1554,915	

УТВЕРЖДЕНО
приказом и.о. директора
ГБУ РК "ЦСА"
от 24.05.2024 г. №50
(приложение №4)
И.В. Галушова

РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ БЛЮД ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ В СООТВЕТСТВИИ С
НАБОРОМ ПРОДУКТОВ, ЕЖЕДНЕВНО ВЫДАВАЕМЫХ ПОЛУЧАТЕЛЯМ СОЦИАЛЬНЫХ УСЛУГ
В ВОЗРАСТЕ ОТ 18 ЛЕТ И СТАРШЕ С 01.06.2024 ГОДА

прием пищи	наименование блюда	вес блюда (г)	пищевые вещества			энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)		
1-я неделя							
день 2-й							
завтрак	каша молочная	250	6,195	9,36	28,485	216,405	173 о
	овсяная	20	0,05	7,25	0,05	74,7	
	масло сливочное	30	0,192	0,238	0,003	2,928	
	сыр	200	0,3	0,075	16,2	62,55	375
	чай с сахаром	50	1,48	0,044	10,6	49,2	
	хлеб пшеничный	50	0,705	0,09	7,43	31,5	
итого за завтрак	хлеб ржаной	600	8,922	17,057	62,768	437,283	
второй завтрак	яблоки	150	0,5	0	11,4	48	
итого второй завтрак		100	0,5	0	11,4	48	
обед	рассольник	300	1,485	3,21	10,305	77,61	96
	ленинградский	200	4,873	5,522	22,099	159,654	302 г
	картофельное пюре	100	7,04	5,9	1,85	88,865	255
	рыба запеченая	200	0,75	0,135	11,145	100,125	
	сок	50	1,48	0,044	10,6	49,2	
	хлеб пшеничный	50	0,705	0,09	7,43	31,5	
итого за обед	хлеб ржаной	900	16,333	14,901	63,429	506,954	
ужин	макаронные изделия	200	2,354	7,172	15,884	140,36	312
	изделия	100	3,91	7,255	2,265	90,195	271
	отварные	100	0,7	3,1	4,2	47,4	
	котлеты домашние	200	0,3	0,075	16,2	62,55	375
	икра из кабачков	50	1,48	0,044	10,6	49,2	
	чай с сахаром	50	0,47	0,06	4,95	21	
итого за ужин	хлеб пшеничный	700	9,214	17,706	54,099	410,705	
итого за день	хлеб ржаной	2300	34,969	49,664	191,696	1402,942	

УТВЕРЖДЕНО
приказом и.о. директора
ГБУ РК "ЦСА"
от 24.05.2024 г. №50
(приложение №4)
И.В.Галустова

РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ БЛЮД ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ В СООТВЕТСТВИИ С
НАБОРОМ ПРОДУКТОВ, ЕЖЕДНЕВНО ВЫДАВАЕМЫХ ПОЛУЧАТЕЛЯМ СОЦИАЛЬНЫХ
УСЛУГ В ВОЗРАСТЕ ОТ 18 ЛЕТ И СТАРШЕ С 01.06.2024 ГОДА

прием пищи	наименование блюда	вес блюда (г)	пищевые вещества			энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)		
1-я неделя день 3-й							
завтрак	каша молочная манная	250	4,35	7,62	22,53	176,265	181 м
	масло сливочное	20	0,05	7,25	0,05	74,7	
	яйцо отварное	40	5,08	4,44	0,24	61,2	
	чай с сахаром	200	0,3	0,075	16,2	62,55	375
	хлеб пшеничный	50	1,48	0,044	10,6	49,2	
	хлеб ржаной	50	0,705	0,09	7,43	31,5	
итого за завтрак		610	11,965	19,519	57,05	455,415	
второй завтрак	яблоки	150	0,5	0	11,4	48	
итого второй завтрак		150	0,5	0	11,4	48	
обед	борщ с капустой и картофелем	300	2,7	6,225	7,035	94,485	82
	гречка отварная	200	2,2	4,224	17,665	120,945	125
	курица тушеная в соусе	100/25	7,385	8,31	1,695	96,835	290
	компот из сухофрукты	200	0,54	0	24,945	66,75	349
	хлеб пшеничный	50	1,48	0,044	10,6	49,2	
	хлеб ржаной	50	0,705	0,09	7,43	31,5	
итого за обед		800	15,01	18,893	69,37	459,715	
ужин	гуляш	100/25	5,7	14,86	1,45	161160,42	260
	картофель отварной	200	2,354	7,172	15,884	140,36	312
	салат из капусты	100	0,062	0,202	0,362	3,484	52
	чай с сахаром	200	0,3	0,075	3,484	62,55	375
	хлеб пшеничный	50	1,48	0,044	10,6	49,2	
	хлеб ржаной	50	0,47	0,06	4,95	21	
итого за ужин		600	10,366	22,413	36,73	161437,014	
итого за день		2160	37,841	60,825	174,55	162400,144	

УТВЕРЖДЕНО
приказом и.о. директора
ГБУ РК "ЦСА"
от 24.05.2024 г. №50
(приложение №4)
И.В. Гаустова

РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ БЛЮД ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ В СООТВЕТСТВИИ С
НАБОРОМ ПРОДУКТОВ, ЕЖЕДНЕВНО ВЫДАВАЕМЫХ ПОЛУЧАТЕЛЯМ СОЦИАЛЬНЫХ
УСЛУГ В ВОЗРАСТЕ ОТ 18 ЛЕТ И СТАРШЕ С 01.06.2024 ГОДА

прием пищи	наименование блюда	вес блюда (г)	пищевые вещества			энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)		
1-я неделя день 4-й							
завтрак	каша молочная пшеничная	250	6,165	8,58	31,53	228,825	173 пш
	масло сливочное	20	0,05	7,25	0,05	74,7	
	сыр	30	0,192	0,238	0,003	2,928	
	чай с сахаром	200	0,3	0,075	3,484	62,55	375
	хлеб пшеничный	50	1,48	0,044	10,6	49,2	
	хлеб ржаной	50	0,705	0,09	7,43	31,5	
итого за завтрак		600	8,892	16,277	53,097	449,703	
второй завтрак	яблоки	150	0,5	0	11,4	48	
итого второй завтрак		150	0,5	0	11,4	48	
обед	суп картофельный с макаронными изделиями	300	1,725	1,755	12,57	74,44	82
	рис отварной с овощами	200	1,76	4,18	20,79	126	749
	рыбная котлета	100	4,19	5,12	3,63	77,35	234
	компот из сухофрукты	200	0,54	0	24,945	66,75	349
	хлеб пшеничный	50	1,48	0,044	10,6	49,2	
	хлеб ржаной	50	0,705	0,09	7,43	31,5	
итого за обед		900	10,4	11,189	79,965	425,24	
ужин	курица тушеная в соусе	100/25	7,385	8,31	1,695	96,835	290
	картофельное порее	200	4,873	5,522	22,099	159,654	302 г
	капуста тушеная	100	0,093	0,161	0,394	359,958	139
	чай с сахаром	200	0,3	0,075	3,484	62,55	375
	хлеб пшеничный	50	1,48	0,044	10,6	49,2	
	хлеб ржаной	50	0,47	0,06	4,95	21	
итого за ужин		600	7,216	5,862	41,527	652,362	
итого за день		2250	27,008	33,328	185,989	1575,305	

УТВЕРЖДЕНО
приказом и.о. директора
ГБУ РК "ЦСА"
от 24.05.2024 г. №50
(приложение №4)
И.В. Галушова

РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ БЛЮД ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ В СООТВЕТСТВИИ С
НАБОРОМ ПРОДУКТОВ, ЕЖЕДНЕВНО ВЫДАВАЕМЫХ ПОЛУЧАТЕЛЯМ СОЦИАЛЬНЫХ
УСЛУГ В ВОЗРАСТЕ ОТ 18 ЛЕТ И СТАРШЕ С 01.06.2024 ГОДА

прием пищи	наименование блюда	вес блюда (г)	пищевые вещества			энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)		
1-я неделя день 5-й							
завтрак	каша вязкая молочная рисовая	250	4,26	7,71	30,285	208,53	174
	масло сливочное	20	0,05	7,25	0,05	74,7	
	яйцо отварное	40	5,08	4,44	0,24	61,2	
	чай с сахаром	200	0,3	0,075	3,484	62,55	375
	хлеб пшеничный	50	1,48	0,044	10,6	49,2	
	хлеб ржаной	50	0,705	0,09	7,43	31,5	
итого за завтрак		610	11,875	19,609	52,089	487,68	
второй завтрак	яблоки	150	0,5	0	11,4	48	
итого второй завтрак		150	0,5	0	11,4	48	
обед	суп картофельный с крупой	300	1,305	1,71	10,53	64,08	101
	макаронные изделия отварные	200	2,354	7,172	15,884	140,36	312
	оладьи из печени	100	8,86	8,36	0,02	111,13	672
	компот из сухофрукты	200	0,54	0	24,945	66,75	349
	хлеб пшеничный	50	1,48	0,044	10,6	49,2	
	хлеб ржаной	50	0,705	0,09	7,43	31,5	
итого за обед		900	15,244	17,376	69,409	463,02	
ужин	рагу из свинины	300	17,86	20,44	18,92	301,2	289
	винегрет	100	0,7	3,1	4,2	47,4	52
	чай с сахаром	200	0,3	0,075	3,484	62,55	375
	хлеб пшеничный	50	1,48	0,044	10,6	49,2	
	хлеб ржаной	50	0,47	0,06	4,95	21	
итого за ужин		400	2,95	3,279	23,234	180,15	
итого за день		2060	30,569	40,264	156,132	1178,85	

УТВЕРЖДЕНО
приказом и.о. директора
ГБУ РК "ЦСА"
от 24.05.2024 г. №50
(приложение №4)
И.В.Галузова

РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ БЛЮД ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ В СООТВЕТСТВИИ С
НАБОРОМ ПРОДУКТОВ, ЕЖЕДНЕВНО ВЫДАВАЕМЫХ ПОЛУЧАТЕЛЯМ СОЦИАЛЬНЫХ
УСЛУГ В ВОЗРАСТЕ ОТ 18 ЛЕТ И СТАРШЕ С 01.06.2024 ГОДА

прием пищи	наименование блюда	вес блюда (г)	пищевые вещества			энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)		
1-я неделя день 6-й							
завтрак	запеканка из творога	200/20	16,29	12,255	51,99	378,645	223
	масло сливочное	20	0,05	7,25	0,05	74,7	
	сыр	30	0,192	0,238	0,003	2,928	
	чай с сахаром	200	0,3	0,075	3,484	62,55	375
	хлеб пшеничный	50	1,48	0,044	10,6	49,2	
	хлеб ржаной	50	0,705	0,09	7,43	31,5	
итого за завтрак		350	19,017	19,952	73,557	599,523	
второй завтрак	яблоки	150	0,5	0	11,4	48	
итого второй завтрак		150	0,5	0	11,4	48	
обед	суп из овощей	300	1,305	3,165	7,545	65,31	99
	вареники с картофелем	300	19,23	6,89	48,96	412,3	112
	компот из сухофрукты	200	0,54	0	24,945	66,75	349
	хлеб пшеничный	50	1,48	0,044	10,6	49,2	
	хлеб ржаной	50	0,705	0,09	7,43	31,5	
итого за обед		900	23,26	10,189	99,48	625,06	
ужин	курица тушеная в соусе	100/25	7,385	8,31	1,695	96,835	290
	картофель отварной	200	2,354	7,172	15,884	140,36	312
	свекла отварная	100	0,52	2,08	4,64	38,24	26
	чай с сахаром	200	0,3	0,075	3,484	62,55	375
	хлеб пшеничный	50	1,48	0,044	10,6	49,2	
	хлеб ржаной	50	0,47	0,06	4,95	21	
итого за ужин		600	5,124	9,431	39,558	311,35	
итого за день		2000	47,901	39,572	223,995	1583,933	

УТВЕРЖДЕНО

приказом и.о. директора
ГБУ РК "ЦСА"
от 24.05.2024 г. №50
(подпись)
И.В.Галустова



**РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ БЛЮД ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ В СООТВЕТСТВИИ С НАБОРОМ
ПРОДУКТОВ, ЕЖЕДНЕВНО ВЫДАВАЕМЫХ ПОЛУЧАТЕЛЯМ СОЦИАЛЬНЫХ УСЛУГ В ВОЗРАСТЕ ОТ 18
ЛЕТ И СТАРШЕ С 01.06.2024 ГОДА**

прием пищи	наименование блюд	вес блюда (г)	пищевые вещества			энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)		
1-я неделя день 7-й							
завтрак	макароны отварные с сыром	250	5,52	6,015	36,69	226,5	203
	масло сливочное	20	0,05	7,25	0,05	74,7	
	яйцо отварное	40	5,08	4,44	0,24	61,2	
	чай с сахаром	200	0,3	0,075	3,484	62,55	375
	хлеб пшеничный	50	1,48	0,044	10,6	49,2	
	хлеб ржаной	50	0,705	0,09	7,43	31,5	
итого за завтрак		610	13,135	17,914	58,494	505,65	
второй завтрак	яблоки	150	0,5	0	11,4	48	
итого второй завтрак		150	0,5	0	11,4	48	
обед	борщ с капустой и картофелем	300	2,7	6,225	7,035	94,485	82
	картофельное пюре	200	2,354	7,172	15,884	140,36	312
	рыба тушеная в томате с овощами	100/25	5,34	3,19	2,45	58,46	229
	компот из сухофрукты	200	0,54	0	24,945	66,75	349
	хлеб пшеничный	50	1,48	0,044	10,6	49,2	
	хлеб ржаной	50	0,705	0,09	7,43	31,5	
итого за обед		800	13,119	16,721	68,344	440,755	
ужин	плов из свинины	300	8,75	16,275	41,47	346,32	265
	салат из капусты	100	0,062	0,202	0,362	3,484	52
	чай с сахаром	200	0,3	0,075	3,484	62,55	375
	хлеб пшеничный	50	1,48	0,044	10,6	49,2	
	хлеб ржаной	50	0,47	0,06	4,95	21	
		700	11,062	16,656	60,866	482,554	
итого за ужин		700	11,062	16,656	60,866	482,554	
итого за день		2260	37,816	51,291	199,104	1476,959	



УТВЕРЖДЕНО
приказом и.о. директора
ФБУ РК "ЦСА"
от 24.05.2024 г. №50
(приложение №4)
И.В.Галустова

РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ БЛЮД ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ В СООТВЕТСТВИИ С
НАБОРОМ ПРОДУКТОВ, ЕЖЕДНЕВНО ВЫДАВАЕМЫХ ПОЛУЧАТЕЛЯМ СОЦИАЛЬНЫХ УСЛУГ В
ВОЗРАСТЕ ОТ 18 ЛЕТ И СТАРШЕ С 01.06.2024 ГОДА

прием пищи	наименование блюд	вес блюда (г)	пищевые вещества			энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)		
2-я неделя день 8-й							
завтрак	гречневая каша молочная	250	6,31	8,94	29,34	101,76	173 г
	масло сливочное	20	0,05	7,25	0,05	74,7	
	яйцо отварное	40	5,08	4,44	0,24	61,2	
	чай с сахаром	200	0,3	0,075	16,2	62,55	
	хлеб пшеничный	50	1,48	0,044	10,6	49,2	
	хлеб ржаной	50	0,705	0,09	7,43	31,5	
итого за завтрак		610	13,925	20,839	63,86	380,91	
второй завтрак	яблоки	150	0,5	0	11,4	48	
итого второй завтрак		150	0,5	0	11,4	48	
обед	суп гороховый	300	3,57	3,315	12,165	93,885	102
	каша пшеничная	200	5,316	12,403	24,108	203,097	302
	курица тушеная в соусе	100/25	7,385	8,31	1,695	96,835	290
	компот из сухофрукты	200	0,54	0	24,945	66,75	349
	хлеб пшеничный	50	1,48	0,044	10,6	49,2	
	хлеб ржаной	50	0,705	0,09	7,43	31,5	
итого за обед		800	18,996	24,162	80,943	541,267	
ужин	картофель отварной	200	2,2	4,224	17,665	120,945	125
	тефтели с рисом	90/25	4,02	11,586	6,294	146,148	279
	свекла отварная	100	0,52	2,08	4,64	38,24	52
	чай с сахаром	200	0,3	0,075	16,2	62,55	375
	хлеб пшеничный	50	1,48	0,044	10,6	49,2	
	хлеб ржаной	50	0,47	0,06	4,95	21	
итого за ужин		600	8,99	18,069	60,349	438,083	
итого за день		2160	42,411	63,07	216,552	1408,26	

УТВЕРЖДЕНО

приказом и.о. директора

ГБУ РК "ЦСА"

от 24.05.2024 г. №50

(приложение №4)

И.В.Гавристова



**РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ БЛЮД ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ В СООТВЕТСТВИИ С
НАБОРОМ ПРОДУКТОВ, ЕЖЕДНЕВНО ВЫДАВАЕМЫХ ПОЛУЧАТЕЛЯМ СОЦИАЛЬНЫХ УСЛУГ В
ВОЗРАСТЕ ОТ 18 ЛЕТ И СТАРШЕ С 01.06.2024 ГОДА**

прием пищи	наименование блюд	вес блюда (г)	пищевые вещества			энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)		
2-я неделя день 9-й							
завтрак	каша молочная овсяная	250	6,195	9,36	28,485	216,405	173 о
	масло сливочное	20	0,05	7,25	0,05	74,7	
	сыр	30	0,192	0,238	0,003	2,928	
	чай с сахаром	200	0,3	0,075	16,2	62,55	375
	хлеб пшеничный	50	1,48	0,044	10,6	49,2	
	хлеб ржаной	50	0,705	0,09	7,43	31,5	
итого за завтрак		600	8,922	17,057	62,768	437,283	
второй завтрак	яблоки	150	0,5	0	11,4	48	
итого второй завтрак		150	0,5	0	11,4	48	
обед	рассольник ленинградский	300	1,485	3,21	10,305	77,61	96
	картофельное пюре	200	4,873	5,522	22,099	159,654	302 г
	рыбная котлета	100	7,04	5,9	1,85	88,865	255
	сок	200	0,75	0,135	11,145	100,125	
	хлеб пшеничный	50	1,48	0,044	10,6	49,2	
	хлеб ржаной	50	0,705	0,09	7,43	31,5	
итого за обед		900	16,333	14,901	63,429	506,954	
ужин	макаронные изделия отварные	200	2,354	7,172	15,884	140,36	312
	котлеты домашние	100	3,91	7,255	2,265	90,195	271
	икра из кабачков	100	0,7	3,1	4,2	47,4	
	чай с сахаром	200	0,3	0,075	16,2	62,55	375
	хлеб пшеничный	50	1,48	0,044	10,6	49,2	
	хлеб ржаной	50	0,47	0,06	4,95	21	
итого за ужин		700	9,214	17,706	54,099	410,705	
итого за день		2350	34,969	49,664	191,696	1402,942	



РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ БЛЮД ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ В СООТВЕТСТВИИ С
НАБОРОМ ПРОДУКТОВ, ЕЖЕДНЕВНО ВЫДАВАЕМЫХ ПОЛУЧАТЕЛЯМ СОЦИАЛЬНЫХ
УСЛУГ В ВОЗРАСТЕ ОТ 18 ЛЕТ И СТАРШЕ С 01.06.2024 ГОДА

прием пищи	наименование блюда	вес блюда (г)	пищевые вещества			энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)		
2-я неделя день 10-й							
завтрак	каша молочная манная	250	4,35	7,62	22,53	176,265	181 м
	масло сливочное	20	0,05	7,25	0,05	74,7	
	яйцо отварное	40	5,08	4,44	0,24	61,2	
	чай с сахаром	200	0,3	0,075	16,2	62,55	375
	хлеб пшеничный	50	1,48	0,044	10,6	49,2	
	хлеб ржаной	50	0,705	0,09	7,43	31,5	
итого за завтрак		610	11,965	19,519	57,05	455,415	
второй завтрак	яблоки	150	0,5	0	11,4	48	
итого второй завтрак		150	0,5	0	11,4	48	
обед	борщ с капустой и картофелем	300	2,7	6,225	7,035	94,485	82
	гречка отварная	200	2,2	4,224	17,665	120,945	125
	курица тушеная в соусе	100/25	7,385	8,31	1,695	96,835	290
	компот из сухофрукты	200	0,54	0	24,945	66,75	349
	хлеб пшеничный	50	1,48	0,044	10,6	49,2	
	хлеб ржаной	50	0,705	0,09	7,43	31,5	
итого за обед		800	15,01	18,893	69,37	459,715	
ужин	гуляш	75/25	5,7	14,86	1,45	161160,42	260
	картофель отварной	200	2,354	7,172	15,884	140,36	312
	салат из капусты	100	0,062	0,202	0,362	3,484	36
	чай с сахаром	200	0,3	0,075	3,484	62,55	375
	хлеб пшеничный	50	1,48	0,044	10,6	49,2	
	хлеб ржаной	50	0,47	0,06	4,95	21	
	итого за ужин	600	10,366	22,413	36,73	161437,014	
итого за день		2160	37,841	60,825	174,55	162400,144	

УТВЕРЖДЕНО

приказом и.о. директора

ГБУ РК "ЦСА"

от 24.05.2024 г. №50

(приложение №4)

ИЗВ. Галушова



**РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ БЛЮД ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ В СООТВЕТСТВИИ С
НАБОРОМ ПРОДУКТОВ, ЕЖЕДНЕВНО ВЫДАВАЕМЫХ ПОЛУЧАТЕЛЯМ СОЦИАЛЬНЫХ
УСЛУГ В ВОЗРАСТЕ ОТ 18 ЛЕТ И СТАРШЕ С 01.06.2024 ГОДА**

прием пищи	наименование блюда	вес блюда (г)	пищевые вещества			энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)		
2-я неделя день 11-й							
завтрак	каша молочная пшеничная	250	6,165	8,58	31,53	228,825	173 пш
	масло сливочное	20	0,05	7,25	0,05	74,7	
	сыр	30	0,192	0,238	0,003	2,928	
	чай с сахаром	200	0,3	0,075	3,484	62,55	375
	хлеб пшеничный	50	1,48	0,044	10,6	49,2	
	хлеб ржаной	50	0,705	0,09	7,43	31,5	
итого за завтрак		600	8,892	16,277	53,097	449,703	
второй завтрак	яблоки	150	0,5	0	11,4	48	
итого второй завтрак		150	0,5	0	11,4	48	
обед	суп картофельный с макаронными изделиями	300	1,725	1,755	12,57	74,44	82
	рис отварной с овощами	200	1,76	4,18	20,79	126	749
	рыбная котлета	100	4,19	5,12	3,63	77,35	234
	компот из сухофрукты	200	0,54	0	24,945	66,75	349
	хлеб пшеничный	50	1,48	0,044	10,6	49,2	
	хлеб ржаной	50	0,705	0,09	7,43	31,5	
итого за обед		900	10,4	11,189	79,965	425,24	
ужин	курица тушеная в соусе	100/25	7,385	8,31	1,695	96,835	290
	картофельное пюре	200	4,873	5,522	22,099	159,654	302 г
	капуста тушеная	100	0,093	0,161	0,394	359,958	139
	чай с сахаром	200	0,3	0,075	3,484	62,55	375
	хлеб пшеничный	50	1,48	0,044	10,6	49,2	
	хлеб ржаной	50	0,47	0,06	4,95	21	
итого за ужин		600	7,216	5,862	41,527	652,362	
итого за день		2250	27,008	33,328	185,989	1575,305	

УТВЕРЖДЕНО
приказом и.о. директора
ГБУ РК "ЦСА"
от 24.05.2024 г. №50
(приложение №4)
И.В. Галушкова



**РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ БЛЮД ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ В СООТВЕТСТВИИ С
НАБОРОМ ПРОДУКТОВ, ЕЖЕДНЕВНО ВЫДАВАЕМЫХ ПОЛУЧАТЕЛЯМ СОЦИАЛЬНЫХ
УСЛУГ В ВОЗРАСТЕ ОТ 18 ЛЕТ И СТАРШЕ С 01.06.2024 ГОДА**

прием пищи	наименование блюда	вес блюда (г)	пищевые вещества			энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)		
2-я неделя день 12-й							
завтрак	каша вязкая молочная рисовая	250	4,26	7,71	30,285	208,53	174
	масло сливочное	20	0,05	7,25	0,05	74,7	
	яйцо отварное	40	5,08	4,44	0,24	61,2	
	чай с сахаром	200	0,3	0,075	3,484	62,55	375
	хлеб пшеничный	50	1,48	0,044	10,6	49,2	
	хлеб ржаной	50	0,705	0,09	7,43	31,5	
итого за завтрак		610	11,875	19,609	52,089	487,68	
второй завтрак	яблоки	150	0,5	0	11,4	48	
итого второй завтрак		150	0,5	0	11,4	48	
обед	суп картофельный с крупой	300	1,305	1,71	10,53	64,08	101
	макаронные изделия отварные	200	2,354	7,172	15,884	140,36	312
	оладьи из печени	100	8,86	8,36	0,02	111,13	672
	компот из сухофрукты	200	0,54	0	24,945	66,75	349
	хлеб пшеничный	50	1,48	0,044	10,6	49,2	
	хлеб ржаной	50	0,705	0,09	7,43	31,5	
итого за обед		900	15,244	17,376	69,409	463,02	
ужин	рагу из свинины	300	17,86	20,44	18,92	301,2	289
	винегрет	100	0,7	3,1	4,2	47,4	52
	чай с сахаром	200	0,3	0,075	3,484	62,55	375
	хлеб пшеничный	50	1,48	0,044	10,6	49,2	
	хлеб ржаной	50	0,47	0,06	4,95	21	
итого за ужин		400	2,95	3,279	23,234	180,15	
итого за день		2060	30,569	40,264	156,132	1178,85	

УТВЕРЖДЕНО

приказом и.о. директора

ГБУ РК "ЦСА"

от 24.05.2024 г. №50

(приложение №4)

И.В.Галустова



**РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ БЛЮД ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ В СООТВЕТСТВИИ С
НАБОРОМ ПРОДУКТОВ, ЕЖЕДНЕВНО ВЫДАВАЕМЫХ ПОЛУЧАТЕЛЯМ СОЦИАЛЬНЫХ
УСЛУГ В ВОЗРАСТЕ ОТ 18 ЛЕТ И СТАРШЕ С 01.06.2024 ГОДА**

прием пищи	наименование блюда	вес блюда (г)	пищевые вещества			энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)		
2-я неделя день 13-й							
завтрак	запеканка из творога	200/20	16,29	12,255	51,99	378,645	223
	масло сливочное	20	0,05	7,25	0,05	74,7	
	сыр	30	0,192	0,238	0,003	2,928	
	чай с сахаром	200	0,3	0,075	3,484	62,55	375
	хлеб пшеничный	50	1,48	0,044	10,6	49,2	
	хлеб ржаной	50	0,705	0,09	7,43	31,5	
итого за завтрак		350	19,017	19,952	73,557	599,523	
второй завтрак	яблоки	150	0,5	0	11,4	48	
итого второй завтрак		150	0,5	0	11,4	48	
обед	суп из овощей	300	1,305	3,165	7,545	65,31	99
	вареники с картофелем	300	19,23	6,89	48,96	412,3	112
	компот из сухофрукты	200	0,54	0	24,945	66,75	349
	хлеб пшеничный	50	1,48	0,044	10,6	49,2	
	хлеб ржаной	50	0,705	0,09	7,43	31,5	
итого за обед		900	23,26	10,189	99,48	625,06	
ужин	курица тушеная в соусе	100/25	7,385	8,31	1,695	96,835	290
	картофель отварной	200	2,354	7,172	15,884	140,36	312
	свекла отварная	100	0,52	2,08	4,64	38,24	52
	чай с сахаром	200	0,3	0,075	3,484	62,55	375
	хлеб пшеничный	50	1,48	0,044	10,6	49,2	
	хлеб ржаной	50	0,47	0,06	4,95	21	
итого за ужин		600	5,124	9,431	39,558	311,35	
итого за день		2000	47,901	39,572	223,995	1583,933	

УТВЕРЖДЕНО
приказом и.о. директора
ФБУ РК "ЦСА"
от 24.05.2024 г. №50
(приложение №4)
И.В. Садулова

РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ БЛЮД ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ В СООТВЕТСТВИИ С НАБОРОМ
ПРОДУКТОВ, ЕЖЕДНЕВНО ВЫДАВАЕМЫХ ПОЛУЧАТЕЛЯМ СОЦИАЛЬНЫХ УСЛУГ В ВОЗРАСТЕ ОТ 18
ЛЕТ И СТАРШЕ С 01.06.2024 ГОДА

прием пищи	наименование блюд	вес блюда (г)	пищевые вещества			энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)		
2-я неделя	день						
14-й							
завтрак	макароны отварные с сыром	250	8,275	9,812	24,475	223	204
	масло сливочное	20	0,05	7,25	0,05	74,7	
	яйцо отварное	40	5,08	4,44	0,24	61,2	
	чай с сахаром	200	0,3	0,075	3,484	62,55	375
	хлеб пшеничный	50	1,48	0,044	10,6	49,2	
	хлеб ржаной	50	0,705	0,09	7,43	31,5	
итого за завтрак		610	15,89	21,711	46,279	502,15	
второй завтрак	яблоки	150	0,5	0	11,4	48	
итого второй завтрак		150	0,5	0	11,4	48	
обед	борщ с капустой и картофелем	300	2,7	6,225	7,035	94,485	82
	картофельное пюре	200	2,354	7,172	15,884	140,36	312
	рыба запеченная	100	7,04	5,9	1,85	88,865	255
	компот из сухофрукты	200	0,54	0	24,945	66,75	349
	хлеб пшеничный	50	1,48	0,044	10,6	49,2	
	хлеб ржаной	50	0,705	0,09	7,43	31,5	
итого за обед		900	14,819	19,431	67,744	471,16	
ужин	плов	300	7,5	13,95	35,55	296,85	289
	салат из капусты	100	0,062	0,202	0,362	3,484	52
	чай с сахаром	200	0,3	0,075	3,484	62,55	375
	хлеб пшеничный	50	1,48	0,044	10,6	49,2	
	хлеб ржаной	50	0,47	0,06	4,95	21	
итого за ужин		700	9,812	14,331	54,946	433,084	
итого за день		2360	41,021	55,473	180,369	1454,394	