СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБУСО МО «Сергиево-Посадский дом-интернат слепоглухих для детей и молодых инвалидов»
_____Г.К. Епифанова

ПРИМЕРНОЕ 28–ми ДНЕВНОЕ МЕНЮ

ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ-СИРОТ И ДЕТЕЙ, ОСТАВШИХСЯ БЕЗ ПОПЕЧЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ В ГБУСО МО «СЕРГИЕВО-ПОСАДСКИЙ ДОМ-ИНТЕРНАТ СЛЕПОГЛУХИХ ДЛЯ ДЕТЕЙ И МОЛОДЫХ ИНВАЛИДОВ»

с 7 до 11 лет (осенне–зимний сезон)

с расчетом содержания пищевой и энергетической ценности (белков, жиров, углеводов, калорийности, минеральных веществ и витаминов в блюдах и кулинарных изделиях

Расчет содержания пищевой и энергетической ценности, витаминов, минеральных элементов, проведен на программном комплексе: «Система расчетов для общественного питания», на модуле системы-разработка технологической документации с расчетом химического состава, расчетом содержания пищевой и энергетической ценности, витаминов, минеральных элементов (продуктов полуфабрикатов, кулинарных изделий, с учетом их сохранности на всех стадиях технологического процесса)

Программа разработана Уральским государственным экономическим университетом и одобрена Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (свидетельство №32 от 11.06.2009)

2019г

Аннотация

Примерное 14 – ти дневное меню разработано для питания детей школьного возраста (с 7 до 11 лет) в ФГБУ «Сергиево Посадском детском доме слепоглухих» – завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин, сонник (п. 6.8, 6.14 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Нормы потребления рассчитаны для детей школьного возраста (с 7 до 11 лет) в соответствии с Пищевой ценностью в сутки не менее: белки - 112, жиры – 119, углеводы – 424, энергетическая ценность - 3209 - **завтрак (20%), второй завтрак (10%), обед (30%), полдник(15%), ужин(20%), сонник (5%)** согласно Приложения 8, таблица №1 «Рекомендуемые среднесуточные наборы пищевых продуктов, в том числе, используемых для приготовления блюд и напитков, для обучающихся общеобразовательных учреждений» **СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно – эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования» и постановления правительства РФ от 07 ноября 2005 г №659** «Об утверждении норм материального обеспечения детей сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, обучающихся и воспитывающихся в федеральных государственных образовательных учреждениях, несовершеннолетних, обучающихся и воспитывающихся в федеральных государственных образовательных учреждениях – специальных профессиональных училищах открытого и закрытого типа и федеральном государственном учреждении **«Сергиево Посадский детский дом слепоглухих федерального агентства по здравоохранению и социальному развитию».**

Меню содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности, включая содержание витаминов и минеральных веществ в каждом блюде, витаминов, минеральных элементов. Расчеты проведены на программном комплексе: «Система расчетов для общественного питания», одобренный Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (свидетельство №32 от 11.06.2009 г.)

Меню и технологические карты для организации питания детей разработаны на основании Сборников технологических нормативов и в соответствии с требованиями **СанПиН 2.4.5.2409-08**:

- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, I часть - М.: Хлебпродинформ, 1996 г.;
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, II часть - М.: Хлебпродинформ, 1997 г;
- Сборник рецептур на торты, пирожные, кексы, рулеты, печенье, пряники, коврижки и сдобные булочные изделия, III часть - М.: Хлебпродинформ, 2000г.;
- Сборник нормативных и технических документов, регламентирующих производство кулинарной продукции, часть IV - М.: Хлебпродинформ, 2001 .;
- Сборник рецептур блюд национальных кухонь, часть V - М.: Хлебпродинформ, 2001г;
- Сборником рецептур блюд диетического питания. - М.: Хлебпродинформ, 2002г.;
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах — М.: Хлебпродинформ, 2004г.
- Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, I часть, II часть — Пермь: Уральский институт питания, 2004г.
- Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции общественного питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, Том 1,2 – Москва,2006г.

Для овощей приняты нормы отходов соответствие с **Приложением №24**, Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий 1996 г. Необходимо строго следить за пересчетом процента отходов для расчета сырья по овощам, в соответствии с сезонностью.

При приготовлении блюд, предусматривающих замену продуктов, использована **таблица № 26 «Нормы взаимозаменяемости продуктов при приготовлении блюд».**

Приготовление блюд должен соблюдаться принцип «щадящего питания»: для тепловой обработки применяется варка, запекание, припускание, тушение, приготовление на пару, приготовление в конвектомате; при приготовлении блюд не допускается жарка.

В целях профилактики гиповитаминозов проводят круглогодичную искусственную **витаминизацию холодных напитков** (компоты, кисели и др.) аскорбиновой кислотой, в соответствии санитарными правилами. Витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом). Подогрев витаминизированной пищи не допускается.

Кроме того, в меню могут быть использованы: хлеб и хлебобулочные изделия с содержанием витаминов и минералов. Для дополнительного обогащения рациона микронутриентами рекомендуется использовать в меню специализированные продукты питания, обогащенные микронутриентами, а также инстантные витаминизированные напитки промышленного выпуска.

В приготовлении блюд использовать только **йодированную соль**, соответствующую требованиям государственных стандартов.

Следует учитывать, что выход фруктов и кондитерских изделий дан в меню ориентировочно. **При формировании меню необходимо определять фактический выход фруктов и кондитерских изделий.**

Разработчик АУ ТО «Центр технологического контроля»
г. Тюмень ул. Мельникайте 107/1, тел. 8 (3452) 209839, 209147

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

ПРИМЕРНОЕ 14 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ № 1134 "02" октября 2015г для питания детей - сирот и детей оставшихся без попечения родителей

с 7 до 11 лет (осенне-зимний сезон)

Меню содержит обязательные вложения - титульный лист, накопительную, аннотацию, меню

1 день

Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)				Витамины, мг				Минералы, мг			
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг рет.экв.	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				*22,4*	*33,1*	*64,7*	*646*	*1,8*	*0,3*	*0,5*	*0,6*	*663,5*	*570,5*	*72,6*	*2,5*
Для бутерброда:															
Масло сливочное (порциями) №96-2004	10	10	10	0,1	7,3	0,1	67	0,0	0,0	0,4	0,0	2,4	3,0	0,0	0,0
Сыр (порциями) №97-2004	26	25	25	7,3	11,3	0,0	131	0,2	0,1	0,0	0,0	270,0	145,0	0,0	0,0
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
Хлеб пшеничный			20	1,6	0,3	7,2	38	0,0	0,0	0,0	0,0	6,6	43,6	12,4	0,8
или Хлеб витаминизированный			20												
Каша "Геркулесовая" жидкая с маслом №311-2004			200/5	8,4	8,3	22,6	199	0,9	0,2	0,0	0,6	203,9	227,8	56,4	1,0
крупа овсяная "Геркулес"	30	30													
вода питьевая	70	70													
молоко питьевое	106	106													
или молоко концентрированное	49	49													
или молоко сухое	13	13													
вода кипяченая для концентрированного молока	57	57													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001134
АУ ТО «Центр технологического контроля»

вода кипяченая для сухого молока	93	93													
сахар	4	4													
соль йодированная	0,8	0,8													
масло сливочное	5	5													
Какао с молоком №642-1996			**200**	**4,0**	**5,7**	**26,0**	**171**	**0,7**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**177,0**	**133,7**	**0,0**	**0,1**
какао - порошок	5	5													
сахар	20	20													
молоко питьевое	130	130													
или молоко концентрированное	60	60													
или молоко сухое	16	16													
вода кипяченая для концентрированного молока	70	70													
вода кипяченая для сухого молока	114	114													
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				***5,9***	***6,5***	***56,6***	***309***	***8,0***	***0,0***	***0,0***	***0,0***	***28,0***	***26,0***	***8,0***	***2,0***
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	**200**	**0,4**	**0,0**	**22,1**	**90**	**8,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**28,0**	**26,0**	**8,0**	**2,0**
Кондитерское изделие промышленного производства (печенье, пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)			**25**	**5,5**	**6,5**	**34,5**	**219**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
ОБЕД				***40,5***	***37,1***	***116,4***	***962***	***52,5***	***0,7***	***0,2***	***4,6***	***100,0***	***470,4***	***141,1***	***10,3***
Помидор консервированный или свежий №101-2004			**80**	**0,5**	**0,2**	**3,4**	**17**	**5,9**	**0,0**	**0,0**	**0,2**	**3,3**	**6,1**	**0,7**	**0,2**
помидор консервированный без уксуса	146	80													
или помидоры свежие парниковые	82	80													
или помидоры свежие грунтовые	94	80													

зелень свежая (петрушка, укроп)	2	1,5													
Суп картофельный с мясом №133 - 2004			**250/10**	**6,5**	**5,8**	**12,5**	**128**	**7,1**	**0,1**	**0,0**	**0,2**	**15,0**	**72,3**	**24,4**	**1,1**
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	106	80													
01.11.-31.12. -30%	114	80													
01.01-29.02 - 35%	123	80													
01.03 - 40%	134	80													
лук репчатый	12	10													
морковь до 01.01.-20%	25	20													
с 01.01 - 25%	27	20													
масло сливочное	5	5													
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2													
Кнели из мяса с рисом и маслом №474-2004			**100/10**	**21,4**	**22,2**	**6,2**	**310**	**0,1**	**0,2**	**0,2**	**1,9**	**19,3**	**93,2**	**20,4**	**2,2**
говядина 1 категории	109	80													
или говядина полуфабрикат	94	80													
или фарш промышленного производства	80	80													
крупа рисовая	9	9													
молоко питьевое или вода питьевая	10	10													
масло растительное	4	4													
масло сливочное на полив	10	10													
Рагу из овощей №215-1996			**200**	**3,0**	**7,3**	**18,0**	**150**	**37,9**	**0,1**	**0,0**	**2,3**	**20,3**	**76,8**	**33,0**	**1,2**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	44	33													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001134
АУ ТО «Центр технологического контроля»

01.11.-31.12. -30%	47	33													
01.01-29.02 - 35%	51	33													
01.03 - 40%	55	33													
капуста белокочанная свежая	100	80													
морковь до 01.01.-20%	63	50													
с 01.01 - 25%	67	50													
лук репчатый	24	20													
масло растительное	6	6													
для соуса томатного (№587-2004)		60													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	10	10													
мука пшеничная	2,7	2,7													
морковь до 01.01.-20%	12,5	10													
с 01.01 - 25%	13,3	10													
лук репчатый	1,4	1,2													
масло сливочное	2,7	2,7													
Компот из свежих плодов + Витамин "С" №585-1996			**200**	**0,2**	**0,0**	**25,6**	**103**	**1,6**	**0,0**	**0,0**	**0,1**	**6,8**	**4,1**	**3,4**	**0,9**
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	45,6	40													
или груши свежие	44	40													
или слива или персик свежие	44	40													
или абрикосы свежие	46	40													
или апельсины свежие	60	40													
или черешня или вишня свежие	42	40													

сахар	20	20													
Хлеб пшеничный	80	80	**80**	**6,6**	**1,1**	**28,9**	**152**	**0,0**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**26,4**	**174,4**	**49,6**	**3,4**
или Хлеб витаминизированный			**80**												
Хлеб ржаной	50	50	**50**	**2,4**	**0,5**	**21,9**	**101**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**9,0**	**43,5**	**9,5**	**1,4**
ПОЛДНИК				***14,3***	***8,1***	***92,8***	***501***	***14,3***	***0,2***	***0,1***	***0,3***	***57,2***	***134,9***	***12,3***	***0,6***
Расстегай Московский №698; 716-1996			**105**	**12,1**	**7,2**	**44,2**	**290**	**0,0**	**0,1**	**0,1**	**0,0**	**29,3**	**112,6**	**12,3**	**0,0**
мука пшеничная	51	51													
мука пшеничная на подпыл	2	2													
дрожжи прессованные	1	1													
сахар	3	3													
соль йодированная	0,9	0,9													
масло сливочное	3	3													
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	51	38													
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	57	38													
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	69	38													
или треска потрошеная обезглавленая (филе без кожи и костей)	52	38													
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе без кожи и костей)	70	38													
лук репчатый	7	6													
масло растительное	2	2													
яйцо куриное для смазки изделия	2	2													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001134
АУ ТО «Центр технологического контроля»

масло растительное для смазки листа	1	1													
Кисель из чернослива или кураги №643-2004			**200**	**0,1**	**0,1**	**23,1**	**94**	**1,5**	**0,0**	**0,0**	**0,1**	**7,4**	**8,2**	**0,0**	**0,6**
чернослив или курага	15	15													
мука картофельная (крахмал)	8	8													
сахар	15	15													
Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность яблок, груш, апельсин, мандарин и т.д.) №458-2006, г. Москва			**230**	**2,1**	**0,8**	**25,5**	**117**	**12,8**	**0,0**	**0,0**	**0,3**	**20,4**	**14,1**	**0,0**	**0,0**
УЖИН				***26,8***	***28,4***	***74,6***	***661***	***11,3***	***0,3***	***0,2***	***0,9***	***111,7***	***397,2***	***55,9***	***6,0***
Салат из белокочанной капусты №43-2004			**80**	**1,3**	**4,0**	**4,7**	**60**	**6,8**	**0,0**	**0,1**	**0,3**	**34,2**	**26,6**	**3,8**	**0,5**
капуста белокочанная свежая (стертая с солью)	131	66													
лук репчатый	14	12													
или лук зеленый	15	12													
масло растительное	4	4													
Курица, запечённая с картофелем в сметанном соусе (Технико-Технологическая карта)			**250**	**20,2**	**23,4**	**22,1**	**380**	**3,4**	**0,1**	**0,1**	**0,6**	**52,9**	**247,5**	**19,0**	**2,6**
курица потрошеная 1 категории	81	72													
или окорочок куриный	76	72													
или грудка куриная	76	72													
масса запеченной курицы (порционные кусочки)		50													
или филе куриное промышленного производства	64	62													
масса запеченного филе		50													
масло растительное	5	5													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	279	210													

01.11.-31.12. -30%	300	210													
01.01-29.02 - 35%	323	210													
01.03 - 40%	351	210													
масло сливочное	5	5													
соус сметанный:		40													
сметана	12	12													
мука пшеничная	2	2													
вода питьевая	28	28													
масло сливочное	2	2													
Зеленый чай с сахаром №686-2004			**200**	**0,2**	**0,0**	**15,9**	**64**	**1,1**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**4,2**	**1,1**	**0,7**	**0,1**
чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	15	15													
Хлеб пшеничный	40	40	**40**	**3,3**	**0,6**	**14,4**	**76**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**13,2**	**87,2**	**24,8**	**1,7**
или Хлеб витаминизированный			**40**												
Хлеб ржаной	40	40	**40**	**1,9**	**0,4**	**17,5**	**81**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**7,2**	**34,8**	**7,6**	**1,1**
СОННИК				***5,6***	***6,4***	***18,2***	***153***	***1,8***	***0,0***	***0,0***	***0,0***	***242,0***	***188,0***	***30,0***	***0,2***
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. (р.645-1996)	207	200	**200**	**5,6**	**6,4**	**18,2**	**153**	**1,8**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**242,0**	**188,0**	**30,0**	**0,2**
ИТОГО:				***115,5***	***119,5***	***423***	***3231***	***90***	***1***	***1***	***6***	***1202***	***1787***	***320***	***22***
Соотношение белков:жиров:углеводов				***1***	***1***	***4***									

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001134
АУ ТО «Центр технологического контроля»

2 день

Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)				Витамины, мг				Минералы, мг			
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг рет.экв.	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				***28,8***	***25,3***	***73,1***	***636***	***1,7***	***0,2***	***0,4***	***0,8***	***406,3***	***481,1***	***70,8***	***2,7***
Бутерброд с маслом №1-2004			**20/10**	**1,6**	**7,4**	**10,0**	**114**	**0,0**	**0,0**	**0,4**	**0,3**	**6,4**	**16,0**	**2,8**	**0,2**
хлеб пшеничный	20	20													
масло сливочное	10	10													
Пудинг из творога с молоком сгущенным №362-2004			**200**	**21,2**	**14,2**	**28,1**	**325**	**0,4**	**0,1**	**0,0**	**0,5**	**271,7**	**315,9**	**38,1**	**0,9**
творог	143	141													
крупа манная	12	12													
яйцо куриное	18	18													
масло сливочное	6	6													
сахар	18	18													
изюм	12,5	12													
ванилин	0,02	0,02													
сметана	5	5													
сухари	6	6													
масло сливочное (для смазки)	5	5													
масса готового пудинга		180													
молоко сгущенное с сахаром	20	20													
Кофейный напиток №253-2004, Пермь			**200**	**3,4**	**3,2**	**19,0**	**118**	**1,3**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**118,0**	**88,2**	**13,7**	**0,1**
кофейный напиток	5,5	5,5													

сахар	15	15													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
вода кипяченая для сухого молока	88	88													
Хлеб пшеничный	20	20	**20**	**1,6**	**0,3**	**7,2**	**38**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**6,6**	**43,6**	**12,4**	**0,8**
или Хлеб витаминизированный			**20**												
Хлеб ржаной	20	20	**20**	**0,9**	**0,2**	**8,7**	**41**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**3,6**	**17,4**	**3,8**	**0,6**
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				***5,9***	***6,5***	***56,6***	***309***	***8,0***	***0,0***	***0,0***	***0,0***	***28,0***	***26,0***	***8,0***	***2,0***
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	**200**	**0,4**	**0,0**	**22,1**	**90**	**8,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**28,0**	**26,0**	**8,0**	**2,0**
Кондитерское изделие промышленного производства (печенье, пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)			**25**	**5,5**	**6,5**	**34,5**	**219**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
ОБЕД				***26,0***	***38,4***	***137,5***	***1000***	***22,8***	***0,4***	***0,6***	***3,6***	***137,8***	***374,6***	***83,7***	***6,9***
Икра кабачковая промышленного производства для детского питания №101-2004	84	80	**80**	**0,5**	**3,5**	**4,8**	**53**	**4,0**	**0,0**	**0,0**	**1,8**	**22,6**	**23,6**	**0,0**	**0,6**
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной, с мясом №110-2004			**250/5/10**	**4,2**	**5,1**	**11,7**	**110**	**7,6**	**0,1**	**0,0**	**0,3**	**35,7**	**67,7**	**26,1**	**1,3**
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
свекла до 01.01 -20%	50	40													
с 01.01 - 25%	53	40													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001134
АУ ТО «Центр технологического контроля»

капуста белокочанная свежая	25	20													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	27	20													
01.11.-31.12. -30%	29	20													
01.01-29.02 - 35%	31	20													
01.03 - 40%	33	20													
морковь до 01.01.-20%	12,5	10													
с 01.01 - 25%	13	10													
лук репчатый	12	10													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	7	7													
масло сливочное	5	5													
сметана	5	5													
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2													
Сосиски, сардельки, колбаса отварные с маслом №413-2004			**100/10**	**7,4**	**23,8**	**0,0**	**244**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,6**	**19,0**	**44,6**	**0,0**	**0,2**
сардельки, или сосиски молочные, или колбаса вареная высшего сорта для детского питания	102	100													
масло сливочное	10	10													
Макаронные изделия отварные №516-2004			**150**	**4,2**	**4,0**	**28,5**	**167**	**0,0**	**0,1**	**0,1**	**0,8**	**11,9**	**36,6**	**6,6**	**0,7**
макаронные изделия	52	52													
масло сливочное	5	5													
Компот из изюма + Витамин "С" №638-2004			**200**	**0,3**	**0,0**	**27,5**	**111**	**0,0**	**0,0**	**0,5**	**0,0**	**0,5**	**2,5**	**0,0**	**0,1**
изюм	15	15													
сахар	20	20													

Хлеб пшеничный	70	70	**70**	**5,7**	**1,0**	**25,3**	**133**	**0,0**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**23,1**	**152,6**	**43,4**	**2,9**
или Хлеб витаминизированный			**70**												
Хлеб ржаной	40	40	**40**	**1,9**	**0,4**	**17,5**	**81**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**7,2**	**34,8**	**7,6**	**1,1**
Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность яблок, груш, апельсин, мандарин и т.д.) №458-2006, г. Москва			**200**	**1,8**	**0,7**	**22,2**	**102**	**11,1**	**0,0**	**0,0**	**0,2**	**17,8**	**12,2**	**0,0**	**0,0**
ПОЛДНИК				***17,3***	***16,4***	***72,2***	***506***	***4,4***	***0,2***	***0,0***	***0,0***	***266,8***	***281,5***	***31,7***	***0,4***
Пирожок печенный с яблоками №687-1996			**100**	**7,0**	**6,8**	**55,5**	**311**	**3,4**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**55,6**	**67,3**	**7,3**	**0,2**
мука пшеничная	47	47													
мука пшеничная на подпыл	2,2	2,2													
сахар	4	4													
масло сливочное	5	5													
яйцо куриное	5	5													
соль йодированная	0,5	0,5													
дрожжи прессованные	1,7	1,7													
вода питьевая	12	12													
яблоки свежие (очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом)	57	40													
сахар	5	5													
яйцо куриное для смазки изделия	2	2													
масло растительное для смазки листа	0,3	0,3													
Кондитерское изделие промышленного производства посчитана средняя пищевая ценность (шоколадные конфеты, пастила)			**10**	**3,9**	**3,4**	**4,7**	**65**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	210	200	**200**	**6,4**	**6,2**	**12,0**	**129**	**1,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**211,2**	**214,2**	**24,4**	**0,2**

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001134
АУ ТО «Центр технологического контроля»

УЖИН				***28,8***	***26,4***	***77,1***	***661***	***23,8***	***0,3***	***0,2***	***1,0***	***252,3***	***486,0***	***103,1***	***4,4***
Шницель рыбный натуральный с маслом сливочным №391-2004			**80/10**	**19,5**	**17,0**	**3,6**	**245**	**0,9**	**0,2**	**0,1**	**0,5**	**27,8**	**186,9**	**28,5**	**1,1**
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	93	69													
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	104	69													
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	126	69													
или треска потрошеная обезглавленая (филе с кожей без костей)	90	69													
лук репчатый	14	12													
молоко питьевое	6	6													
яйцо куриное	7	7													
сухари	10	10													
масло растительное	6	6													
масло сливочное	10	10													
Рис припущенный с овощами (Технико-Технологическая карта)			**150**	**2,9**	**5,4**	**22,0**	**148**	**22,5**	**0,0**	**0,1**	**0,5**	**20,8**	**62,1**	**27,2**	**0,8**
крупа рисовая	45	45													
масло сливочное	8	8													
кукуруза консервированная	28	17													
морковь до 01.01.-20%	21	17													
с 01.01 - 25%	23	17													
Чай с молоком №630-1996			**200**	**2,1**	**3,2**	**23,2**	**130**	**0,4**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**186,6**	**136,8**	**21,2**	**0,2**
чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	20	20													

молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
вода кипяченая для сухого молока	88	88													
Хлеб пшеничный	30	30	**30**	**2,5**	**0,4**	**10,8**	**57**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**9,9**	**65,4**	**18,6**	**1,3**
или Хлеб витаминизированный			**30**												
Хлеб ржаной	40	40	**40**	**1,9**	**0,4**	**17,5**	**81**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**7,2**	**34,8**	**7,6**	**1,1**
СОННИК				***5,6***	***6,4***	***18,2***	***153***	***1,8***	***0,0***	***0,0***	***0,0***	***242,0***	***188,0***	***30,0***	***0,2***
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. (р.645-1996)	207	200	**200**	**5,6**	**6,4**	**18,2**	**153**	**1,8**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**242,0**	**188,0**	**30,0**	**0,2**
ИТОГО:				***112,4***	***119,4***	***435***	***3264***	***63***	***1***	***1***	***6***	***1333***	***1837***	***327***	***17***
Соотношение белков:жиров:углеводов				***1***	***1***	***4***									

3 день

Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)				Витамины, мг				Минералы, мг			
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг рет.экв.	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				***21,1***	***30,8***	***71,4***	***647***	***1,3***	***0,2***	***0,0***	***0,6***	***405,5***	***427,4***	***60,5***	***2,1***
Бутерброд горячий с сыром №10-2004			**50**	**4,4**	**11,0**	**13,1**	**169**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,5**	**78,5**	**62,5**	**7,5**	**0,4**
масло сливочное	5	5													
сыр	16	15													
хлеб пшеничный	30	30													
Суп молочный с крупой №162-1996			**250**	**7,9**	**7,3**	**20,8**	**181**	**0,7**	**0,0**	**0,0**	**0,1**	**133,6**	**118,0**	**11,8**	**0,3**
молоко питьевое	125	125													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001134
АУ ТО «Центр технологического контроля»

или молоко концентрированное	58	58													
или молоко сухое	15	15													
вода кипяченая для концентрированного молока	68	68													
вода кипяченая для сухого молока	110	110													
вода питьевая	138	138													
крупа рисовая, или манная, или кукурузная	15	15													
или ячневая, или гречневая, или пшено	20	20													
масло сливочное	4	4													
сахар	4	4													
Йогурт сливочный в индивидуальной упаковке для детского питания			**100**	**5,8**	**12,0**	**5,0**	**151**	**0,6**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**183,0**	**186,0**	**25,0**	**0,0**
Чай с сахаром №685-2004			**200**	**0,4**	**0,0**	**16,5**	**68**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	15	15													
Хлеб ржаной	20	20	**20**	**0,9**	**0,2**	**8,7**	**41**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**3,6**	**17,4**	**3,8**	**0,6**
Хлеб пшеничный			**20**	**1,6**	**0,3**	**7,2**	**38**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**6,6**	**43,6**	**12,4**	**0,8**
или Хлеб витаминизированный			**20**												
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				***5,9***	***6,5***	***56,6***	***309***	***8,0***	***0,0***	***0,0***	***0,0***	***28,0***	***26,0***	***8,0***	***2,0***
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	**200**	**0,4**	**0,0**	**22,1**	**90**	**8,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**28,0**	**26,0**	**8,0**	**2,0**
Кондитерское изделие промышленного производства (печенье, пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)			**25**	**5,5**	**6,5**	**34,5**	**219**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**

ОБЕД				***43,2***	***32,0***	***128,9***	***977***	***58,2***	***0,7***	***0,0***	***8,8***	***128,6***	***474,3***	***148,0***	***9,5***
Салат из отварных овощей (Технико-Технологическая карта)			**80**	**2,1**	**4,0**	**11,2**	**89**	**1,3**	**0,1**	**0,0**	**2,0**	**17,8**	**54,7**	**1,1**	**0,5**
морковь до 01.01.-20%	23	18													
с 01.01 - 25%	24	18													
свекла до 01.01 -20%	35	28													
с 01.01 - 25%	37	28													
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	49	32													
масло растительное на полив при подаче	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,2	1,6													
Уха рыбацкая №181-1996			**250/40**	**11,3**	**6,2**	**9,9**	**140**	**2,6**	**0,1**	**0,0**	**1,0**	**20,1**	**137,4**	**29,4**	**0,9**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	100	75													
01.11.-31.12. -30%	107	75													
01.01-29.02 - 35%	116	75													
01.03 - 40%	125	75													
лук репчатый	15	13													
масло сливочное	5	5													
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	65	48													
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	72	48													
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	87	48													
или треска потрошеная обезглавленая (филе без кожи и костей)	65	48													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ

Меню № 001134

АУ ТО «Центр технологического контроля»

или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе без кожи и костей)	89	48													
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2													
Мясо, тушеное с картофелем (Технико-Технологическая карта)			**250**	**21,5**	**20,3**	**35,6**	**411**	**5,3**	**0,3**	**0,0**	**4,9**	**51,5**	**84,2**	**62,7**	**3,5**
говядина 1 категории	107	79													
или говядина полуфабрикат	93	79													
масло растительное	10	10													
масса тушеного мяса		50													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	160	120													
01.11.-31.12. -30%	172	120													
01.01-29.02 - 35%	185	120													
01.03 - 40%	200	120													
морковь до 01.01.-20%	53	42													
с 01.01 - 25%	56	42													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	2	2													
или помидоры свежие парниковые	16,3	16													
или помидоры свежие грунтовые	18,9	16													
лук репчатый	19	16													
сметана	15	15													
бульон или вода питьевая	40	40													
Отвар из плодов шиповника №705-2004			**200**	**0,2**	**0,1**	**25,1**	**102**	**49,0**	**0,0**	**0,0**	**0,9**	**7,2**	**1,9**	**1,9**	**0,2**
шиповник	15	15													

сахар	18	18													
Хлеб пшеничный	70	70	**70**	**5,7**	**1,0**	**25,3**	**133**	**0,0**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**23,1**	**152,6**	**43,4**	**2,9**
или Хлеб витаминизированный			**70**												
Хлеб ржаной	50	50	**50**	**2,4**	**0,5**	**21,9**	**101**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**9,0**	**43,5**	**9,5**	**1,4**
ПОЛДНИК				***16,1***	***18,6***	***67,7***	***503***	***3,0***	***0,1***	***0,2***	***1,1***	***280,6***	***261,9***	***42,3***	***0,2***
Булочка дорожная №770-2004			**100**	**10,5**	**12,2**	**49,5**	**350**	**1,2**	**0,1**	**0,2**	**1,1**	**38,6**	**73,9**	**12,3**	**0,0**
тесто															
мука пшеничная	61	61													
мука пшеничная на подпыл	2	2													
сахар	10	10													
масло сливочное	13	13													
дрожжи прессованные	1,5	1,5													
соль йодированная	0,6	0,6													
молоко питьевое	30	30													
крошка															
мука пшеничная	2	2													
масло сливочное	2	2													
масло сливочное для смазки изделия	2	2													
масло растительное для смазки листа	0,3	0,3													
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. (р.645-1996)	207	200	**200**	**5,6**	**6,4**	**18,2**	**153**	**1,8**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**242,0**	**188,0**	**30,0**	**0,2**
УЖИН				***26,7***	***30,8***	***70,4***	***665***	***11,8***	***0,4***	***0,6***	***3,1***	***157,8***	***382,3***	***78,2***	***6,8***
Яйцо отварное №337-2004			**40**	**5,0**	**4,6**	**0,3**	**63**	**0,0**	**0,0**	**0,6**	**0,2**	**19,4**	**66,8**	**4,2**	**0,9**

ЭКЗЕМПЛЯР ОРИГИНАЛ
Меню № 001134
АУ ТО «Центр технологического контроля

Котлеты из мяса с маслом №451-2004			**80/10**	**13,3**	**15,5**	**3,8**	**208**	**0,1**	**0,2**	**0,0**	**2,4**	**31,3**	**131,5**	**21,3**	**2,1**
говядина 1 категории	82	60													
или говядина полуфабрикат	71	60													
или фарш промышленного производства	60	60													
хлеб пшеничный	15	15													
молоко питьевое или вода питьевая	15	15													
яйцо куриное	3	3													
сухари	8	8													
масло растительное	5	5													
масло сливочное	10	10													
Капуста тушённая в соусе сметанном (Технико-Технологическая карта)			**200**	**3,6**	**9,8**	**13,5**	**157**	**10,5**	**0,0**	**0,0**	**0,4**	**83,1**	**64,4**	**19,4**	**1,1**
капуста белокочанная свежая	275	220													
морковь до 01.01.-20%	19	15													
с 01.01 - 25%	20	15													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное	10	10													
сметана	8	8													
мука пшеничная	3,5	3,5													
Кисель из свежих ягод + Витамин С, №590-1996			**200**	**0,1**	**0,0**	**25,2**	**101**	**1,2**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**5,5**	**6,3**	**2,9**	**0,2**
клюква, или брусника, или смородина	21,2	20													
крахмал	6	6													
сахар	18	18													

Хлеб пшеничный	40	40	40	3,3	0,6	14,4	76	0,0	0,1	0,0	0,0	13,2	87,2	24,8	1,7
или Хлеб витаминизированный			40												
Хлеб ржаной	30	30	30	1,4	0,3	13,1	61	0,0	0,0	0,0	0,0	5,4	26,1	5,7	0,8
СОННИК				***3,1***	***0,2***	***34,7***	***153***	***20,0***	***0,0***	***0,1***	***0,0***	***16,0***	***56,0***	***84,0***	***1,2***
Фрукт (посчитана пищевая ценность бананов) №458-2006, г. Москва			200	3,1	0,2	34,7	153	20,0	0,0	0,1	0,0	16,0	56,0	84,0	1,2
ИТОГО:				***116,0***	***118,9***	***430***	***3252***	***102***	***1***	***1***	***14***	***1017***	***1628***	***421***	***22***
Соотношение белков:жиров:углеводов				***1***	***1***	***4***									

4 день

Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)				Витамины, мг				Минералы, мг			
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг рет.экв.	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				***17,3***	***20,0***	***102,9***	***660***	***1,9***	***0,2***	***0,1***	***0,9***	***375,5***	***343,8***	***43,0***	***2,3***
Бутерброд с джемом или повидлом с маслом №1,2-2004			30/20/5	2,9	4,1	34,5	187	0,8	0,1	0,1	0,8	10,2	24,6	7,0	0,6
хлеб пшеничный	30	30													
масло сливочное	5	5													
джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, консервантов и красителей)	20,4	20													
Каша кукурузная жидкая, с маслом №311-2004			200/5	7,8	9,7	26,4	224	0,4	0,0	0,0	0,1	178,1	124,5	19,8	0,2
крупа кукурузная	40	40													
сахар	4	4													
вода питьевая	68	68													
молоко питьевое	100	100													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001134
АУ ТО «Центр технологического контроля»

или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
вода кипяченая для сухого молока	88	88													
масло сливочное	5	5													
Какао с молоком №642-1996			**200**	**4,0**	**5,7**	**26,0**	**171**	**0,7**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**177,0**	**133,7**	**0,0**	**0,1**
какао - порошок	5	5													
сахар	20	20													
молоко питьевое	130	130													
или молоко концентрированное	60	60													
или молоко сухое	16	16													
вода кипяченая для концентрированного молока	70	70													
вода кипяченая для сухого молока	114	114													
Хлеб ржаной	20	20	**20**	**0,9**	**0,2**	**8,7**	**41**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**3,6**	**17,4**	**3,8**	**0,6**
Хлеб пшеничный			**20**	**1,6**	**0,3**	**7,2**	**38**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**6,6**	**43,6**	**12,4**	**0,8**
или Хлеб витаминизированный			**20**												
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				***5,9***	***6,5***	***56,6***	***309***	***8,0***	***0,0***	***0,0***	***0,0***	***28,0***	***26,0***	***8,0***	***2,0***
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	**200**	**0,4**	**0,0**	**22,1**	**90**	**8,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**28,0**	**26,0**	**8,0**	**2,0**
Кондитерское изделие промышленного производства (печенье, пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)			**25**	**5,5**	**6,5**	**34,5**	**219**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
ОБЕД				***41,0***	***46,1***	***108,5***	***1013***	***25,2***	***0,6***	***0,1***	***4,7***	***208,6***	***535,5***	***157,5***	***8,6***

Салат из моркови с маслом растительным №52 - 2006. г. Москва			**80**	**0,9**	**4,0**	**4,3**	**57**	**0,9**	**0,0**	**0,0**	**2,0**	**18,5**	**33,1**	**6,3**	**0,5**
морковь до 01.01.-20%	96	77													
с 01.01 - 25%	102	77													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,2	1,6													
Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и сметаной №124-2004			**250/10/5**	**5,6**	**6,1**	**10,0**	**117**	**13,4**	**0,1**	**0,0**	**0,2**	**39,0**	**65,5**	**21,9**	**1,1**
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
капуста белокочанная свежая	66	53													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	40	30													
01.11.-31.12. -30%	43	30													
01.01-29.02 - 35%	46	30													
01.03 - 40%	50	30													
морковь до 01.01.-20%	12,5	10													
с 01.01 - 25%	13	10													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное	5	5													
сметана	5	5													
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2													
Суфле из кур с маслом №503-2004			**80/10**	**19,2**	**24,6**	**0,0**	**298**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**1,5**	**59,5**	**66,1**	**2,9**	**0,4**
курица потрошеная 1 категории	179	77													
или грудка куриная	113	77													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001134
АУ ТО «Центр технологического контроля»

яйцо куриное	15	15													
соус молочный густой №598-2004		20													
молоко питьевое	16	16													
масло сливочное	3	3													
мука пшеничная	3	3													
вода питьевая	4	4													
масло растительное для смазки листа	3	3													
масло сливочное	10	10													
Овощи припущенные №524-2004			**180**	**5,6**	**9,8**	**16,2**	**175**	**10,5**	**0,2**	**0,0**	**0,5**	**40,3**	**138,8**	**54,5**	**1,5**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	84	63													
01.11.-31.12. -30%	90	63													
01.01-29.02 - 35%	97	63													
01.03 - 40%	105	63													
горошек зеленный консервированный	77	50													
морковь до 01.01.-20%	60	48													
с 01.01 - 25%	64	48													
лук репчатый	30	25													
масло сливочное	12	12													
мука пшеничная	2,7	2,7													
Компот из кураги + Витамин "С" №638-2004			**200**	**0,8**	**0,0**	**27,3**	**112**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**0,5**	**16,0**	**14,1**	**12,8**	**0,4**
курага	15	15													
сахар	20	20													

Хлеб пшеничный	80	80	80	6,6	1,1	28,9	152	0,0	0,2	0,0	0,0	26,4	174,4	49,6	3,4
или Хлеб витаминизированный			80												
Хлеб ржаной	50	50	50	2,4	0,5	21,9	101	0,0	0,0	0,0	0,0	9,0	43,5	9,5	1,4
ПОЛДНИК				***21,5***	***18,9***	***63,2***	***509***	***19,1***	***0,1***	***0,1***	***0,0***	***271,3***	***325,1***	***108,1***	***1,7***
Булочка Творожная №786-2004			100	13,2	13,1	22,0	259	0,1	0,0	0,0	0,0	45,7	60,5	8,2	0,5
мука пшеничная	59	59													
сахар	8	8													
масло сливочное	2	2													
творог	30	30													
вода или молоко питьевое	17	17													
яйцо куриное	10	10													
ванилин	0,04	0,04													
дрожжи прессованные	2,5	2,5													
масло растительное для смазки листа	0,3	0,3													
Фрукт (посчитана пищевая ценность бананов) №458-2006, г. Москва			180	2,8	0,2	31,2	137	18,0	0,0	0,1	0,0	14,4	50,4	75,6	1,1
Молоко питьевое кипяченое 2,5 % №260-2004	210	200	200	5,5	5,6	10,0	112	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
УЖИН				***26,4***	***26,3***	***74,4***	***640***	***31,8***	***0,5***	***0,2***	***31,5***	***61,9***	***343,0***	***94,3***	***6,4***
Овощи консервированные без уксуса (огурцы) №101-2004	182	100	100	0,6	0,2	2,2	14	14,7	0,0	0,0	0,4	8,2	15,3	11,8	0,5
Запеканка картофельная с мясом №430-1996			243/10	21,6	25,2	28,1	426	9,2	0,4	0,1	31,0	34,2	260,8	63,6	3,9
говядина 1 категории	107	79													
или говядина полуфабрикат	93	79													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	309	232													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001134
АУ ТО «Центр технологического контроля»

01.11.-31.12. -30%	332	232													
01.01-29.02 - 35%	357	232													
01.03 - 40%	387	232													
лук репчатый	21	18													
масло растительное	5	5													
сухари	5	5													
масло сливочное	10	10													
ИЛИ															
Жаркое по-домашнему №436-2004			**250**	**21,6**	**24,4**	**27,1**	**414**	**5,2**	**0,3**	**0,0**	**4,8**	**27,0**	**223,4**	**50,5**	**3,2**
говядина 1 категории	107	79													
или говядина полуфабрикат	93	79													
масло растительное	8	8													
масса тушеного мяса		50													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	193	145													
01.11.-31.12. -30%	207	145													
01.01-29.02 - 35%	223	145													
01.03 - 40%	242	145													
морковь до 01.01.-20%	25	20													
с 01.01 - 25%	27	20													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	5	5													
лук репчатый	24	20													
Зеленый чай с сахаром №686-2004			**200**	**0,2**	**0,0**	**15,9**	**64**	**1,1**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**4,2**	**1,1**	**0,7**	**0,1**
чай - заварка	1,8	1,8													

сахар	15	15													
Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность яблок, апельсин) №458-2006, г. Москва			**150**	**1,4**	**0,4**	**12,2**	**58**	**6,8**	**0,0**	**0,1**	**0,1**	**5,1**	**4,8**	**2,0**	**0,5**
Хлеб пшеничный	20	20	**20**	**1,6**	**0,3**	**7,2**	**38**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**6,6**	**43,6**	**12,4**	**0,8**
или Хлеб витаминизированный			**20**												
Хлеб ржаной	20	20	**20**	**0,9**	**0,2**	**8,7**	**40**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**3,6**	**17,4**	**3,8**	**0,6**
СОННИК				***5,6***	***6,4***	***18,2***	***153***	***1,8***	***0,0***	***0,0***	***0,0***	***242,0***	***188,0***	***30,0***	***0,2***
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. (р.645-1996)	207	200	**200**	**5,6**	**6,4**	**18,2**	**153**	**1,8**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**242,0**	**188,0**	**30,0**	**0,2**
ИТОГО:				***117,6***	***124,2***	***424***	***3284***	***88***	***1***	***1***	***37***	***1187***	***1761***	***441***	***21***
Соотношение белков:жиров:углеводов				***1***	***1***	***4***									

5 день

Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)				Витамины, мг				Минералы, мг			
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг рет.экв.	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				***24,1***	***27,3***	***78,9***	***658***	***1,6***	***0,2***	***1,1***	***1,0***	***483,1***	***504,8***	***67,9***	***4,5***
Бутерброд с сыром №3-2004			**30/30**	**7,1**	**13,5**	**16,2**	**215**	**0,2**	**0,0**	**0,5**	**0,5**	**306,0**	**199,5**	**20,7**	**0,5**
хлеб пшеничный	30	30													
сыр	31	30													
Суп молочный с макаронными изделиями №161-1996			**250**	**6,9**	**8,3**	**20,4**	**184**	**0,7**	**0,1**	**0,0**	**0,3**	**135,5**	**112,0**	**7,7**	**0,4**
молоко питьевое	125	125													
или молоко концентрированное	58	58													
или молоко сухое	15	15													
вода кипяченая для концентрированного молока	68	68													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001134
АУ ТО «Центр технологического контроля»

вода кипяченая для сухого молока	110	110													
вода питьевая	105	105													
макаронные изделия	20	20													
масло сливочное	4	4													
сахар	4	4													
Яйцо отварное №337-2004			**40**	**5,0**	**4,6**	**0,3**	**63**	**0,0**	**0,0**	**0,6**	**0,2**	**19,4**	**66,8**	**4,2**	**0,9**
Чай с лимоном №686-2004			**200/5**	**0,1**	**0,0**	**15,2**	**61**	**0,8**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**2,2**	**0,1**	**0,5**	**0,1**
чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	15	15													
лимон	6	5													
Хлеб ржаной	20	20	**20**	**0,9**	**0,2**	**8,7**	**41**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**3,6**	**17,4**	**3,8**	**0,6**
Хлеб пшеничный			**50**	**4,1**	**0,7**	**18,1**	**95**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**16,5**	**109,0**	**31,0**	**2,1**
или Хлеб витаминизированный			**50**												
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				***5,9***	***6,5***	***56,6***	***309***	***8,0***	***0,0***	***0,0***	***0,0***	***28,0***	***26,0***	***8,0***	***2,0***
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	**200**	**0,4**	**0,0**	**22,1**	**90**	**8,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**28,0**	**26,0**	**8,0**	**2,0**
Кондитерское изделие промышленного производства (печенье, пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)			**25**	**5,5**	**6,5**	**34,5**	**219**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
ОБЕД				***42,2***	***34,4***	***113,0***	***931***	***12,3***	***0,7***	***0,1***	***8,4***	***148,4***	***549,6***	***134,7***	***8,0***
Салат из свеклы с зеленым горошком (Технико-Технологическая карта)			**80**	**1,8**	**4,0**	**5,7**	**66**	**2,9**	**0,1**	**0,0**	**1,8**	**24,6**	**46,3**	**3,0**	**0,9**
свекла до 01.01 -20%	74	59													
с 01.01 - 25%	78	59													

горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	31	20													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,2	1,6													
масло растительное на полив при подаче	4	4													
Рассольник с мясом, со сметаной №130-2004			**250/10/5**	**4,7**	**5,9**	**15,6**	**134**	**6,4**	**0,1**	**0,0**	**0,2**	**21,8**	**78,0**	**25,6**	**1,2**
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	100	75													
01.11.-31.12. -30%	107	75													
01.01-29.02 - 35%	116	75													
01.03 - 40%	125	75													
морковь до 01.01.-20%	12,5	10													
с 01.01 - 25%	13	10													
лук репчатый	12	10													
огурцы солёные (без уксуса)	27	15													
масло сливочное	5	5													
сметана	5	5													
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2													
Рыба запечённая с маслом №310-1996			**100/10**	**23,8**	**19,2**	**3,2**	**281**	**0,7**	**0,2**	**0,1**	**5,6**	**20,0**	**127,7**	**15,0**	**0,2**
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	153	113													
или горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	170	119													
или горбуша неразделанная (филе с кожей без костей)	205	119													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001134
АУ ТО «Центр технологического контроля»

или ряпушка неразделанная	138	119													
или треска потрошеная обезглавленая (филе с кожей без костей)	156	119													
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	194	119													
мука пшеничная	4	4													
масло растительное	5	5													
масло сливочное	10	10													
Пюре картофельное №520-2004			**150**	**3,0**	**3,8**	**19,3**	**123**	**2,2**	**0,1**	**0,0**	**0,3**	**35,7**	**77,6**	**26,0**	**0,9**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	170	128													
01.11.-31.12. -30%	183	128													
01.01-29.02 - 35%	197	128													
01.03 - 40%	214	128													
молоко питьевое	23	23													
или молоко концентрированное	11	11													
или молоко сухое	3	3													
вода кипяченая для концентрированного молока	12	12													
вода кипяченая для сухого молока	20	20													
масло сливочное	5	5													
Компот из сухофруктов + Витамин "С" №638-2004			**200**	**0,5**	**0,0**	**22,8**	**93**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**0,4**	**12,7**	**10,9**	**8,0**	**0,3**
сухофрукты	15	15													
сахар	20	20													
Хлеб пшеничный	80	80	**80**	**6,6**	**1,1**	**28,9**	**152**	**0,0**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**26,4**	**174,4**	**49,6**	**3,4**

или Хлеб витаминизированный			**80**												
Хлеб ржаной	40	40	**40**	**1,9**	**0,4**	**17,5**	**81**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**7,2**	**34,8**	**7,6**	**1,1**
ПОЛДНИК				***15,7***	***13,2***	***81,2***	***506***	***21,4***	***0,2***	***0,6***	***1,1***	***270,0***	***344,6***	***120,2***	***2,0***
Шанежка наливная с яйцом №295-2004, Пермь			**100**	**6,2**	**6,8**	**34,5**	**224**	**0,4**	**0,1**	**0,4**	**1,1**	**42,8**	**74,4**	**11,8**	**0,6**
масса теста		**102**													
мука пшеничная	62	62													
мука пшеничная на подпыл	1,5	1,5													
сахар	4,3	4,3													
яйцо куриное	2	2													
соль йодированная	0,8	0,8													
дрожжи прессованные	1,8	1,8													
вода питьевая	30	30													
масса яично-сметанной смеси		**23**													
яйцо куриное	18	18													
сметана	6	6													
рафинадная пудра	0,7	0,7													
масло растительное для смазки листа	0,3	0,3													
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	210	200	**200**	**6,4**	**6,2**	**12,0**	**129**	**1,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**211,2**	**214,2**	**24,4**	**0,2**
Фрукт (посчитана пищевая ценность бананов) №458-2006, г. Москва			**200**	**3,1**	**0,2**	**34,7**	**153**	**20,0**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**16,0**	**56,0**	**84,0**	**1,2**
УЖИН				***18,7***	***31,0***	***79,9***	***673***	***0,5***	***0,4***	***0,1***	***1,0***	***234,9***	***501,8***	***135,9***	***7,8***
Тефтели из мяса с соусом №461-2004			**80/50**	**6,4**	**17,9**	**2,3**	**196**	**0,1**	**0,2**	**0,1**	**0,4**	**16,1**	**114,5**	**20,6**	**1,9**
говядина 1 категории	72	53													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001134
АУ ТО «Центр технологического контроля»

или говядина полуфабрикат	63	53													
или фарш промышленного производства	53	53													
Хлеб пшеничный	12	12													
молоко питьевое или вода питьевая	16	16													
лук репчатый	20	17													
масло сливочное	8	8													
масса припущенного с маслом лука		**12**													
мука пшеничная	2	2													
Соус красный основной		**50**													
бульон или вода питьевая	50	50													
масло сливочное	3	3													
мука пшеничная	2	2													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	8	8													
морковь до 01.01.-20%	10	8													
с 01.01 - 25%	11	8													
лук репчатый	1,2	1													
сахар	0,2	0,2													
Каша гречневая вязкая, с морковью (Технико-Технологическая карта)			**180**	**4,2**	**8,8**	**18,9**	**172**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,6**	**8,5**	**106,7**	**55,5**	**2,5**
крупа гречневая	38	38													
морковь до 01.01.-20%	38	30													
с 01.01 - 25%	40	30													

вода питьевая	121	121													
масло сливочное	8	8													
Чай с молоком №630-1996			**200**	**2,1**	**3,2**	**23,2**	**130**	**0,4**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**186,6**	**136,8**	**21,2**	**0,2**
чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	20	20													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
вода кипяченая для сухого молока	88	88													
Хлеб пшеничный	50	50	**50**	**4,1**	**0,7**	**18,1**	**95**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**16,5**	**109,0**	**31,0**	**2,1**
или Хлеб витаминизированный			**50**												
Хлеб ржаной	40	40	**40**	**1,9**	**0,4**	**17,5**	**81**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**7,2**	**34,8**	**7,6**	**1,1**
СОННИК				***5,6***	***6,4***	***18,2***	***152,8***	***1,8***	***0,0***	***0,0***	***0,0***	***242,0***	***188,0***	***30,0***	***0,2***
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. (р.645-1996)	207	200	**200**	**5,6**	**6,4**	**18,2**	**153**	**1,8**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**242,0**	**188,0**	**30,0**	**0,2**
ИТОГО:				***112,2***	***118,8***	***428***	***3229***	***46***	***2***	***2***	***11***	***1406***	***2115***	***497***	***25***
Соотношение белков:жиров:углеводов				***1***	***1***	***4***									

6 день

Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)				Витамины, мг				Минералы, мг			
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг рет.экв.	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				***21,4***	***24,4***	***87,4***	***654***	***1,9***	***0,4***	***0,0***	***1,0***	***399,3***	***477,7***	***99,1***	***4,1***
Бутерброд горячий с мясопродуктами и сыром №11-2004			**90**	**6,8**	**11,5**	**15,2**	**191**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,7**	**115,4**	**104,1**	**11,2**	**0,5**
колбаса вареная, или полукопченая, или ветчина для детского питания	31	30													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001134
АУ ТО «Центр технологического контроля»

сыр	21	20													
хлеб пшеничный	40	40													
Каша пшенная жидкая с маслом №311-2004			**200/5**	**7,0**	**8,9**	**30,0**	**228**	**0,6**	**0,2**	**0,0**	**0,3**	**149,0**	**180,9**	**45,6**	**1,2**
крупа пшено	40	40													
молоко питьевое	168	168													
или молоко концентрированное	77	77													
или молоко сухое	20	20													
вода кипяченая для концентрированного молока	91	91													
вода кипяченая для сухого молока	148	148													
сахар	4	4													
соль йодированная	1	1													
масло сливочное	5	5													
Кофейный напиток №253-2004, Пермь			**200**	**3,4**	**3,2**	**19,0**	**118**	**1,3**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**118,0**	**88,2**	**13,7**	**0,1**
кофейный напиток	5,5	5,5													
сахар	15	15													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
вода кипяченая для сухого молока	88	88													
Хлеб ржаной	20	20	**20**	**0,9**	**0,2**	**8,7**	**41**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**3,6**	**17,4**	**3,8**	**0,6**
Хлеб пшеничный			**40**	**3,3**	**0,6**	**14,4**	**76**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**13,2**	**87,2**	**24,8**	**1,7**

или Хлеб витаминизированный			40												
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				***5,9***	***6,5***	***56,6***	***309***	***8,0***	***0,0***	***0,0***	***0,0***	***28,0***	***26,0***	***8,0***	***2,0***
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	200	0,4	0,0	22,1	90	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Кондитерское изделие промышленного производства (печенье, пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)			25	5,5	6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД				***34,0***	***35,8***	***133,9***	***994***	***29,1***	***0,6***	***1,0***	***3,4***	***124,5***	***498,3***	***135,1***	***9,6***
Помидор консервированный или свежий №101-2004			80	0,5	0,2	3,4	17	5,9	0,0	0,0	0,2	3,3	6,1	0,7	0,2
помидор консервированный без уксуса	146	80													
или помидоры свежие парниковые	82	80													
или помидоры свежие грунтовые	94	80													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,8	1,3													
Суп картофельный с крупой, с мясом №138-2004			250/10	5,8	6,5	14,3	139	2,7	0,1	0,0	0,2	15,0	81,5	23,5	1,1
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	100	75													
01.11.-31.12. -30%	107	75													
01.01-29.02 - 35%	116	75													
01.03 - 40%	125	75													
крупа (рисовая или пшено, хлопья овсяные "Геркулес")	5	5													
крупа (перловая, или пшеничная, или овсяная)	10	10													
морковь до 01.01.-20%	19	15													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001134
АУ ТО «Центр технологического контроля»

с 01.01 - 25%	20	15													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное	5	5													
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2													
Биточки из мяса с маслом сливочным №451-2004			**80/10**	**13,3**	**15,5**	**3,8**	**208**	**0,1**	**0,2**	**0,0**	**2,4**	**31,3**	**131,5**	**21,3**	**2,1**
говядина 1 категории	80	59													
или говядина полуфабрикат	70	59													
или фарш промышленного производства	59	59													
хлеб пшеничный	14	14													
вода или молоко питьевое	16	16													
яйцо куриное	3,5	3,5													
сухари	8	8													
масло растительное	5	5													
масло сливочное	10	10													
Овощи тушеные № 225-2004			**180**	**3,4**	**11,5**	**18,2**	**190**	**9,2**	**0,1**	**0,4**	**0,4**	**32,3**	**59,5**	**29,2**	**0,9**
морковь до 01.01.-20%	75	60													
с 01.01 - 25%	80	60													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	146	110													
01.11.-31.12. -30%	157	110													
01.01-29.02 - 35%	169	110													
01.03 - 40%	184	110													
капуста белокочанная свежая	106	85													

масло растительное	12	12													
вода питьевая	55	55													
Компот из изюма + Витамин "С" №638-2004			**200**	**0,3**	**0,0**	**27,5**	**111**	**0,0**	**0,0**	**0,5**	**0,0**	**0,5**	**2,5**	**0,0**	**0,1**
изюм	15	15													
сахар	20	20													
Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность яблок, апельсин) №458-2006, г. Москва			**250**	**2,3**	**0,6**	**20,3**	**96**	**11,3**	**0,0**	**0,1**	**0,1**	**8,5**	**8,0**	**3,3**	**0,8**
Хлеб пшеничный	80	80	**80**	**6,6**	**1,1**	**28,9**	**152**	**0,0**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**26,4**	**174,4**	**49,6**	**3,4**
или Хлеб витаминизированный			**80**												
Хлеб ржаной	40	40	**40**	**1,9**	**0,4**	**17,5**	**81**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**7,2**	**34,8**	**7,6**	**1,1**
ПОЛДНИК				***30,4***	***22,6***	***38,8***	***480***	***2,5***	***0,0***	***0,0***	***0,1***	***427,5***	***458,4***	***36,8***	***0,3***
Запеканка из творога со сгущённым молоком №366-2004			**150**	**24,8**	**16,2**	**20,6**	**327**	**0,7**	**0,0**	**0,0**	**0,1**	**185,5**	**270,4**	**6,8**	**0,1**
творог	123	122													
крупа манная	9	9													
или мука пшеничная	10	10													
сахар	7	7													
яйцо куриное	4	4													
масло сливочное	5	5													
сухари	5	5													
сметана	5	5													
масса готовой запеканки		130													
молоко сгущенное с сахаром	20	20													
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. (р.645-1996)	207	200	**200**	**5,6**	**6,4**	**18,2**	**153**	**1,8**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**242,0**	**188,0**	**30,0**	**0,2**

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001134
АУ ТО «Центр технологического контроля»

УЖИН				***17,6***	***29,4***	***83,0***	***667***	***17,1***	***0,2***	***0,7***	***1,9***	***78,2***	***219,9***	***55,7***	***7,5***
Салат с морской капустой №362-2002			**80**	**0,2**	**4,0**	**4,1**	**53**	**15,9**	**0,0**	**0,0**	**1,1**	**19,2**	**36,5**	**21,9**	**4,3**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	21	16													
01.11.-31.12. -30%	23	16													
01.01-29.02 - 35%	25	16													
01.03 - 40%	27	16													
морковь до 01.01.-20%	33	26													
с 01.01 - 25%	35	26													
капуста морская консервированная	30	29													
лук репчатый	10	8													
масло растительное	4	4													
Сосиски, сардельки отварные с соусом №413,600-2004			**120**	**9,2**	**20,7**	**1,3**	**228**	**0,0**	**0,0**	**0,6**	**0,0**	**26,3**	**49,0**	**0,0**	**0,2**
сардельки, или сосиски молочные высшего сорта для детского питания	92	90													
соус сметанный:		30													
сметана	10	10													
мука пшеничная	1,5	1,5													
вода питьевая	20	20													
масло сливочное	1,5	1,5													
Макаронные изделия отварные №516-2004			**150**	**4,2**	**4,0**	**28,5**	**167**	**0,0**	**0,1**	**0,1**	**0,8**	**11,9**	**36,6**	**6,6**	**0,7**
макаронные изделия	52	52													
масло сливочное	5	5													

Кисель из свежих ягод + Витамин С, №590-1996			**200**	**0,1**	**0,0**	**25,2**	**101**	**1,2**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**5,5**	**6,3**	**2,9**	**0,2**
клюква, или брусника, или смородина	21,2	20													
крахмал	6	6													
сахар	18	18													
Хлеб пшеничный	30	30	**30**	**2,5**	**0,4**	**10,8**	**57**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**9,9**	**65,4**	**18,6**	**1,3**
или Хлеб витаминизированный			**30**												
Хлеб ржаной	30	30	**30**	**1,4**	**0,3**	**13,1**	**61**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**5,4**	**26,1**	**5,7**	**0,8**
СОННИК				***3,1***	***0,2***	***34,7***	***153***	***20,0***	***0,0***	***0,1***	***0,0***	***16,0***	***56,0***	***84,0***	***1,2***
Фрукт (посчитана пищевая ценность бананов) №458-2006, г. Москва			**200**	**3,1**	**0,2**	**34,7**	**153**	**20,0**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**16,0**	**56,0**	**84,0**	**1,2**
ИТОГО:				***112,3***	***118,9***	***434***	***3257***	***79***	***1***	***2***	***6***	***1073***	***1736***	***419***	***25***
Соотношение белков:жиров:углеводов				***1***	***1***	***4***									

7 день

Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)				Витамины, мг				Минералы, мг			
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг рет.экв.	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				***18,3***	***24,3***	***91,2***	***658***	***1,1***	***0,2***	***0,4***	***0,8***	***386,8***	***383,9***	***50,4***	***2,5***
Бутерброд с маслом №1-2004			**20/10**	**1,6**	**7,4**	**10,0**	**114**	**0,0**	**0,0**	**0,4**	**0,3**	**6,4**	**16,0**	**2,8**	**0,2**
хлеб пшеничный	20	20													
масло сливочное	10	10													
Каша манная молочная жидкая с маслом №262-1996			**200/5**	**9,3**	**10,6**	**35,6**	**275**	**0,4**	**0,1**	**0,0**	**0,5**	**189,9**	**151,4**	**25,2**	**0,5**
крупа манная	30	30													
вода питьевая	70	70													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001134
АУ ТО «Центр технологического

молоко питьевое	106	106													
или молоко концентрированное	49	49													
или молоко сухое	13	13													
вода кипяченая для концентрированного молока	57	57													
вода кипяченая для сухого молока	93	93													
сахар	4	4													
соль йодированная	1	1													
масло сливочное	5	5													
Какао с молоком №642-1996			**200**	**4,0**	**5,7**	**26,0**	**171**	**0,7**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**177,0**	**133,7**	**0,0**	**0,1**
какао - порошок	5	5													
сахар	20	20													
молоко питьевое	130	130													
или молоко концентрированное	60	60													
или молоко сухое	16	16													
вода кипяченая для концентрированного молока	70	70													
вода кипяченая для сухого молока	114	114													
Хлеб ржаной	20	20	**20**	**0,9**	**0,2**	**8,7**	**41**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**3,6**	**17,4**	**3,8**	**0,6**
Хлеб пшеничный			**30**	**2,5**	**0,4**	**10,8**	**57**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**9,9**	**65,4**	**18,6**	**1,3**
или Хлеб витаминизированный			**30**												
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				***5,9***	***6,5***	***56,6***	***309***	***8,0***	***0,0***	***0,0***	***0,0***	***28,0***	***26,0***	***8,0***	***2,0***
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	**200**	**0,4**	**0,0**	**22,1**	**90**	**8,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**28,0**	**26,0**	**8,0**	**2,0**

Кондитерское изделие промышленного производства (печенье, пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)			**25**	**5,5**	**6,5**	**34,5**	**219**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
ОБЕД				***38,2***	***34,5***	***136,9***	***1011***	***68,6***	***0,5***	***0,3***	***5,9***	***139,7***	***540,0***	***136,0***	***8,1***
Сельдь с луком и маслом №89-2004			**80/10/4**	**4,5**	**6,2**	**0,5**	**76**	**1,6**	**0,0**	**0,0**	**0,1**	**70,6**	**178,5**	**27,3**	**0,8**
сельдь слабосоленая тихоокеанская (разделка на филе)	165	80													
лук репчатый	12	10													
масло растительное	4	4													
ИЛИ															
Салат рыбный с зеленым горошком и яйцом №4-1992			**80**	**7,3**	**5,0**	**1,5**	**80**	**1,9**	**0,1**	**0,2**	**1,9**	**22,4**	**86,6**	**21,1**	**0,7**
минтай потрошенный обезглавленный (филе без кожи и костей)	56	37													
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	56	37													
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	67	37													
или треска потрошеная обезглавленая (филе без кожи и костей)	50	37													
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе без кожи и костей)	68	37													
масса припущенной рыбы		30													
огурцы солёные (без уксуса)	36	20													
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	23	15													
яйцо куриное	12	12													
масло растительное	4	4													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001154
АУ ТО «Центр технологического контроля»

Свекольник с мясом, со сметаной №34-2004, Пермь			**250/10/5**	**5,1**	**6,9**	**15,0**	**143**	**6,6**	**0,1**	**0,0**	**0,3**	**39,7**	**85,5**	**31,8**	**1,8**
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
свекла до 01.01 -20%	81	65													
с 01.01 - 25%	86	65													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	58	43													
01.11.-31.12. -30%	62	43													
01.01-29.02 - 35%	67	43													
01.03 - 40%	72	43													
морковь до 01.01.-20%	18,8	15													
с 01.01 - 25%	20	15													
лук репчатый	13	11													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	3	3													
масло сливочное	5	5													
сахар	1	1													
сметана	5	5													
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2													
Бефстроганов №423-2004			**100**	**14,1**	**17,1**	**3,5**	**224**	**0,1**	**0,1**	**0,0**	**2,4**	**23,4**	**131,1**	**16,9**	**1,7**
говядина 1 категории	107	79													
или говядина полуфабрикат	93	79													
мука пшеничная	4	4													
сметана	15	15													

бульон или отвар	35	35													
лук репчатый	14	12													
масло растительное	5	5													
Рис припущенный №512-2004			**150**	**3,7**	**3,6**	**34,1**	**184**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,3**	**5,5**	**78,9**	**25,7**	**0,5**
крупа рисовая	53	53													
масло сливочное	4	4													
Отвар из плодов шиповника №705-2004			**200**	**0,2**	**0,1**	**25,1**	**102**	**49,0**	**0,0**	**0,0**	**0,9**	**7,2**	**1,9**	**1,9**	**0,2**
шиповник	15	15													
сахар	18	18													
Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность яблок, груш, апельсин, мандарин и т.д.) №458-2006, г. Москва			**200**	**1,8**	**0,7**	**22,2**	**102**	**11,1**	**0,0**	**0,0**	**0,2**	**17,8**	**12,2**	**0,0**	**0,0**
Хлеб пшеничный	50	50	**50**	**4,1**	**0,7**	**18,1**	**95**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**16,5**	**109,0**	**31,0**	**2,1**
или Хлеб витаминизированный			**50**												
Хлеб ржаной	40	40	**40**	**1,9**	**0,4**	**17,5**	**81**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**7,2**	**34,8**	**7,6**	**1,1**
ПОЛДНИК				***18,0***	***19,9***	***64,8***	***510***	***1,0***	***0,1***	***0,0***	***0,0***	***211,2***	***214,2***	***24,4***	***0,2***
Мучное сдобное изделие промышленного производства			**100**	**12,5**	**14,3**	**54,8**	**398**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
Молоко питьевое кипяченое 2,5 % №260-2004	210	200	**200**	**5,5**	**5,6**	**10,0**	**112**	**1,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**211,2**	**214,2**	**24,4**	**0,2**
УЖИН				***27,0***	***27,2***	***69,3***	***630***	***28,1***	***0,3***	***0,1***	***1,0***	***220,6***	***427,6***	***70,9***	***4,7***
Горошек зеленый консервированный (после термической обработки) №101-2004	123	80	**80**	**6,9**	**0,3**	**10,0**	**70**	**8,0**	**0,0**	**0,0**	**0,3**	**18,3**	**84,9**	**10,5**	**0,5**
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,2	1,6													
или Огурцы свежие парниковые №70-2006, г. Москва	82	80	**80**	**0,6**	**0,1**	**2,0**	**11**	**7,8**	**0,0**	**0,0**	**0,1**	**18,0**	**32,9**	**11,0**	**0,5**

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001134
АУ ТО «Центр технологического контроля»

или Огурцы свежие грунтовые	84	80													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
Колбаски по - домашнему из птицы с маслом (Технико-Технологическая карта)			**80/10**	**14,6**	**18,9**	**4,1**	**245**	**0,9**	**0,1**	**0,1**	**0,4**	**35,9**	**118,6**	**15,8**	**1,1**
курица потрошеная 1 категории (мякоть без кожи)	139	60													
или филе куриное промышленного производства	61	60													
или фарш куриный промышленного производства	60	60													
лук репчатый	9,5	8													
чеснок свежий	2	1,6													
яйцо куриное	8	8													
молоко питьевое	4	4													
сухари	5	5													
масло растительное	3	3													
масло сливочное	10	10													
Картофель запеченный с сыром №259-2004			**180**	**2,7**	**7,5**	**23,3**	**172**	**18,1**	**0,2**	**0,0**	**0,3**	**152,0**	**162,0**	**27,8**	**1,6**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	239	180													
01.11.-31.12. -30%	257	180													
01.01-29.02 - 35%	277	180													
01.03 - 40%	301	180													
сыр	19	18													
яйцо куриное	20	20													
масло сливочное	5	5													
Зеленый чай с сахаром №686-2004			**200**	**0,2**	**0,0**	**15,9**	**64**	**1,1**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**4,2**	**1,1**	**0,7**	**0,1**
чай - заварка	1,8	1,8													

сахар	15	15													
Хлеб пшеничный	20	20	20	1,6	0,3	7,2	38	0,0	0,0	0,0	0,0	6,6	43,6	12,4	0,8
или Хлеб витаминизированный			20												
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	40	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
СОННИК				*5,6*	*6,4*	*18,2*	*153*	*1,8*	*0,0*	*0,0*	*0,0*	*242,0*	*188,0*	*30,0*	*0,2*
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. (р.645-1996)	207	200	200	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
ИТОГО:				*113,0*	*118,8*	*437*	*3270*	*109*	*1*	*1*	*8*	*1228*	*1780*	*320*	*18*
Соотношение белков:жиров:углеводов				*1*	*1*	*4*									

8 день

Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)				Витамины, мг				Минералы, мг			
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг рет.экв.	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				*20,8*	*34,1*	*64,3*	*647*	*0,9*	*0,2*	*0,8*	*0,1*	*428,7*	*395,4*	*46,6*	*3,0*
Для бутерброда:															
Масло сливочное (порциями) №96-2004	20	20	20	0,2	14,6	0,2	133	0,0	0,0	0,8	0,0	4,8	6,0	0,0	0,0
Сыр (порциями) №97-2004	26	25	25	7,3	11,3	0,0	131	0,2	0,1	0,0	0,0	270,0	145,0	0,0	0,0
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
Хлеб пшеничный	50	50	50	4,1	0,7	18,1	95	0,0	0,1	0,0	0,0	16,5	109,0	31,0	2,1
или Хлеб витаминизированный			50												
Суп молочный с крупой №162-1996			250	7,9	7,3	20,8	181	0,7	0,0	0,0	0,1	133,6	118,0	11,8	0,3
молоко питьевое	125	125													
или молоко концентрированное	58	58													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001134
АУ ТО «Центр технологического контроля»

или молоко сухое	15	15													
вода кипяченая для концентрированного молока	68	68													
вода кипяченая для сухого молока	110	110													
вода питьевая	138	138													
крупа рисовая, или манная, или кукурузная	15	15													
или ячневая, или гречневая, или пшено	20	20													
масло сливочное	4	4													
сахар	4	4													
Чай с сахаром №685-2004			**200**	**0,4**	**0,0**	**16,5**	**68**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	15	15													
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				***5,9***	***6,5***	***56,6***	***309***	***8,0***	***0,0***	***0,0***	***0,0***	***28,0***	***26,0***	***8,0***	***2,0***
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	**200**	**0,4**	**0,0**	**22,1**	**90**	**8,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**28,0**	**26,0**	**8,0**	**2,0**
Кондитерское изделие промышленного производства (печенье, пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)			**25**	**5,5**	**6,5**	**34,5**	**219**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
ОБЕД				***45,1***	***38,0***	***121,1***	***1007***	***9,2***	***0,7***	***0,2***	***5,6***	***157,7***	***519,4***	***125,6***	***7,7***
Икра кабачковая промышленного производства для детского питания №101-2004	84	80	**80**	**0,5**	**3,5**	**4,8**	**53**	**4,0**	**0,0**	**0,0**	**1,8**	**22,6**	**23,6**	**0,0**	**0,6**
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
Суп гороховый с гренками и мясом №139-2004		**250/20/10**		**9,1**	**4,8**	**30,2**	**200**	**2,1**	**0,2**	**0,0**	**0,6**	**32,8**	**116,8**	**36,2**	**2,1**
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													

картофель - 01.09.-31.10.- 25%	82	62													
01.11.-31.12. -30%	89	62													
01.01-29.02 - 35%	95	62													
01.03 - 40%	104	62													
горох лущёный	17,2	17													
лук репчатый	15	13													
морковь до 01.01.-20%	12,5	10													
с 01.01 - 25%	13	10													
масло сливочное	5	5													
хлеб пшеничный	37	31													
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2													
Рыба запечённая в омлете с маслом №382-2004			**100/45/10**	**24,3**	**22,7**	**6,0**	**326**	**0,5**	**0,1**	**0,1**	**2,5**	**23,6**	**128,5**	**10,7**	**0,1**
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	153	113													
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	179	119													
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	217	119													
или треска потрошеная обезглавленая (филе без кожи и костей)	162	119													
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе без кожи и костей)	220	119													
мука пшеничная	9	9													
масло растительное	7	7													
молоко литьевое	14	14													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001134
АУ ТО «Центр технологического контроля

яйцо куриное	40	40													
масло сливочное	10	10													
Картофель отварной с маслом №203-2004			**150**	**4,2**	**5,8**	**17,4**	**139**	**2,4**	**0,2**	**0,1**	**0,3**	**40,5**	**87,2**	**30,3**	**1,1**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	200	150													
01.11.-31.12. -30%	215	150													
01.01-29.02 - 35%	231	150													
01.03 - 40%	251	150													
масло сливочное	7	7													
Компот из сухофруктов + Витамин "С" №638-2004			**200**	**0,5**	**0,0**	**22,8**	**93**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**0,4**	**12,7**	**10,9**	**8,0**	**0,3**
сухофрукты	15	15													
сахар	20	20													
Хлеб пшеничный	50	50	**50**	**4,1**	**0,7**	**18,1**	**95**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**16,5**	**109,0**	**31,0**	**2,1**
или Хлеб витаминизированный			**50**												
Хлеб ржаной	50	50	**50**	**2,4**	**0,5**	**21,9**	**101**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**9,0**	**43,5**	**9,5**	**1,4**
ПОЛДНИК				***11,4***	***11,9***	***88,3***	***506***	***10,5***	***0,2***	***0,2***	***1,5***	***35,4***	***81,9***	***14,2***	***2,2***
Булочка "Веснушка" №773-2004			**100**	**9,5**	**11,3**	**49,0**	**336**	**0,0**	**0,2**	**0,1**	**1,3**	**21,2**	**67,3**	**11,6**	**1,0**
мука пшеничная	72	72													
дрожжи прессованные	2,2	2,2													
масло сливочное	7	7													
сахар	7	7													
соль йодированная	0,7	0,7													
изюм	3	3													

вода питьевая или молоко питьевое	28	28													
яйцо куриное для смазки изделия	2,2	2,2													
масло растительное для смазки листа	0,3	0,3													
Кисель из чернослива или кураги №643-2004			**200**	**0,1**	**0,1**	**23,1**	**94**	**1,5**	**0,0**	**0,0**	**0,1**	**7,4**	**8,2**	**0,0**	**0,6**
чернослив или курага	15	15													
мука картофельная (крахмал)	8	8													
сахар	15	15													
Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность яблок, апельсин) №458-2006, г. Москва			**200**	**1,8**	**0,5**	**16,2**	**77**	**9,0**	**0,0**	**0,1**	**0,1**	**6,8**	**6,4**	**2,6**	**0,6**
УЖИН				***29***	***25***	***78***	***656***	***1***	***0***	***0***	***3***	***47***	***438***	***115***	***8***
Мясо тушеное №433-2004			**100**	**18,3**	**15,2**	**4,8**	**229**	**0,2**	**0,1**	**0,1**	**2,3**	**11,1**	**178,3**	**18,3**	**2,1**
говядина 1 категории	113	83													
или говядина полуфабрикат	98	83													
масса тушеного мяса		50													
масса соуса		50													
морковь до 01.01.-20%	3,8	3													
с 01.01 - 25%	4	3													
лук репчатый	4	3													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	8	8													
масло растительное	6	6													
мука пшеничная	3	3													
Каша гречневая вязкая №302-2004			**150**	**4,1**	**8,8**	**18,5**	**170**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,6**	**8,5**	**106,7**	**55,5**	**2,5**
крупа гречневая	38	38													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001134
АУ ТО «Центр технологического контроля»

вода питьевая	121	121													
масло сливочное	8	8													
Чай с лимоном №686-2004			**200/5**	**0,1**	**0,0**	**15,2**	**61**	**0,8**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**2,2**	**0,1**	**0,5**	**0,1**
чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	15	15													
лимон	6	5													
Хлеб пшеничный	50	50	**50**	**4,1**	**0,7**	**18,1**	**95**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**16,5**	**109,0**	**31,0**	**2,1**
или Хлеб витаминизированный			**50**												
Хлеб ржаной	50	50	**50**	**2,3**	**0,5**	**21,8**	**101**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**9,0**	**43,5**	**9,5**	**1,4**
СОННИК				***5,6***	***6,4***	***18,2***	***153***	***1,8***	***0,0***	***0,0***	***0,0***	***242,0***	***188,0***	***30,0***	***0,2***
Молоко питьевое кипяченое 2,5 % №260-2004	210	200	**200**	**5,5**	**5,6**	**10,0**	**112**	**1,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**211,2**	**214,2**	**24,4**	**0,2**
ИЛИ															
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. (р.645-1996)	207	200	**200**	**5,6**	**6,4**	**18,2**	**153**	**1,8**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**242,0**	**188,0**	**30,0**	**0,2**
ИТОГО:				***117,7***	***122,1***	***427***	***3277***	***31***	***1***	***1***	***10***	***939***	***1648***	***339***	***23***
Соотношение белков:жиров:углеводов				***1***	***1***	***4***									

9 день

Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)				Витамины, мг				Минералы, мг			
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг рет.экв.	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				***21,6***	***15,1***	***107,8***	***653***	***3,1***	***0,2***	***0,2***	***1,2***	***610,0***	***651,3***	***91,0***	***2,0***
Бутерброд с джемом или повидлом №2-2004			**30/25**	**2,7**	**0,5**	**39,6**	**173**	**0,8**	**0,0**	**0,0**	**0,6**	**9,6**	**24,4**	**6,9**	**0,5**
хлеб пшеничный	30	30													

джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, консервантов и красителей)	25,4	25													
Суфле творожное со сгущенным молоком №365-2004			**200**	**12,0**	**8,5**	**36,2**	**269**	**0,6**	**0,1**	**0,2**	**0,7**	**297,3**	**330,2**	**40,3**	**0,7**
творог	130	128													
сметана	17	17													
яйцо куриное	8	8													
сахар	12	12													
мука пшеничная	13	13													
молоко питьевое	25	25													
масло сливочное	1,2	1,2													
масса готового суфле		180													
молоко сгущенное с сахаром	20	20													
Йогурт молочный в индивидуальной упаковке для детского питания			**100**	**2,2**	**2,7**	**5,0**	**53**	**0,5**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**180,0**	**178,0**	**22,0**	**0,0**
Хлеб пшеничный	10	10	**10**	**0,8**	**0,1**	**3,6**	**19**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**3,3**	**21,8**	**6,2**	**0,4**
или Хлеб витаминизированный			**10**												
Хлеб ржаной	10	10	**10**	**0,5**	**0,1**	**4,4**	**20**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**1,8**	**8,7**	**1,9**	**0,3**
Кофейный напиток №253-2004, Пермь			**200**	**3,4**	**3,2**	**19,0**	**118**	**1,3**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**118,0**	**88,2**	**13,7**	**0,1**
кофейный напиток	5,5	5,5													
сахар	15	15													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001134
АУ ТО «Центр технологического контроля»

вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
вода кипяченая для сухого молока	88	88													
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				***5,9***	***6,5***	***56,6***	***309***	***8,0***	***0,0***	***0,0***	***0,0***	***28,0***	***26,0***	***8,0***	***2,0***
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	**200**	**0,4**	**0,0**	**22,1**	**90**	**8,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**28,0**	**26,0**	**8,0**	**2,0**
Кондитерское изделие промышленного производства (печенье, пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)			**25**	**5,5**	**6,5**	**34,5**	**219**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
ОБЕД				***35,3***	***30,3***	***133,9***	***950***	***24,6***	***0,5***	***0,1***	***5,2***	***115,0***	***628,6***	***111,8***	***8,9***
Салат из свеклы с огурцом №21-2004, Пермь			**80**	**1,0**	**4,0**	**4,1**	**56**	**0,9**	**0,0**	**0,0**	**1,8**	**21,7**	**24,5**	**4,9**	**0,8**
свекла до 01.01 -20%	73	58													
с 01.01 - 25%	77	58													
огурцы солёные (без уксуса)	44	24													
или огурцы свежие парниковые	24	24													
или огурцы свежие грунтовые	25	24													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,2	1,6													
масло растительное на полив при подаче	4	4													
Суп с макаронными изделиями и картофелем, с мясом №143-2004			**250/10**	**4,6**	**5,3**	**21,0**	**150**	**1,7**	**0,1**	**0,0**	**0,4**	**13,0**	**66,7**	**8,3**	**0,1**
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	67	50													
01.11.-31.12. -30%	72	50													
01.01-29.02 - 35%	77	50													

01.03 - 40%	84	50													
макаронные изделия	12	12													
морковь до 01.01.-20%	12,5	10													
с 01.01 - 25%	13,3	10													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное	5	5													
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2													
Гуляш №152-2004, Пермь			**100**	**18,3**	**14,2**	**4,1**	**217**	**0,2**	**0,1**	**0,1**	**2,3**	**11,1**	**178,3**	**18,3**	**2,1**
говядина 1 категории	107	79													
или говядина полуфабрикат	93	79													
масло растительное	5	5													
лук репчатый	12	10													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	4	4													
мука пшеничная	2,5	2,5													
Перловка припущенная с овощами (Технико-Технологическая карта)			**150**	**2,4**	**5,2**	**28,8**	**172**	**20,6**	**0,1**	**0,0**	**0,7**	**28,3**	**135,0**	**18,3**	**1,0**
крупа перловая	38	38													
масло сливочное	7	7													
лук репчатый	23	19													
морковь до 01.01.-20%	49	39													
с 01.01 - 25%	52	39													
Кисель из свежих ягод + Витамин С, №590-1996			**200**	**0,1**	**0,0**	**25,2**	**101**	**1,2**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**5,5**	**6,3**	**2,9**	**0,2**
клюква, или брусника, или смородина	21,2	20													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001134
АУ ТО «Центр технологического контроля»

крахмал	6	6													
сахар	18	18													
Хлеб пшеничный	80	80	**80**	**6,6**	**1,1**	**28,9**	**152**	**0,0**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**26,4**	**174,4**	**49,6**	**3,4**
или Хлеб витаминизированный			**80**												
Хлеб ржаной	50	50	**50**	**2,4**	**0,5**	**21,9**	**101**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**9,0**	**43,5**	**9,5**	**1,4**
ПОЛДНИК				***18,7***	***24,7***	***53,5***	***511***	***11,0***	***0,2***	***0,0***	***0,7***	***449,3***	***424,6***	***54,2***	***4,8***
Манник (технико - технологическая карта)			**80**	**12,1**	**18,5**	**25,5**	**317**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,7**	**214,1**	**178,4**	**27,4**	**0,0**
мука пшеничная	19	19													
сахар	15	15													
крупа манная	19	19													
яйцо куриное	19	19													
сметана	12	12													
двууглекислый натрий	0,8	0,8													
масло сливочное	6	6													
масло растительное для смазки листа	0,3	0,3													
Молоко питьевое кипяченое 2,5 % №260-2004	210	200	**200**	**5,5**	**5,6**	**10,0**	**112**	**1,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**211,2**	**214,2**	**24,4**	**0,2**
Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность яблок, груш и т.д.) №458-2006, г. Москва			**200**	**1,1**	**0,6**	**18,0**	**82**	**10,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**24,0**	**32,0**	**2,4**	**4,6**
УЖИН				***25,5***	***36,5***	***59,9***	***670***	***38,4***	***0,3***	***0,6***	***2,8***	***272,2***	***459,2***	***90,3***	***4,7***
Яйцо отварное №337-2004			**40**	**5,0**	**4,6**	**0,3**	**63**	**0,0**	**0,0**	**0,6**	**0,2**	**19,4**	**66,8**	**4,2**	**0,9**
Котлеты рубленные из птицы с маслом №461-1996			**80/10**	**12,8**	**20,9**	**2,5**	**249**	**0,1**	**0,1**	**0,0**	**0,3**	**35,8**	**117,8**	**15,7**	**1,0**
курица потрошеная 1 категории (мякоть без кожи)	139	60													
или филе куриное промышленного производства	61	60													

или фарш куриный промышленного производства	60	60													
хлеб пшеничный	14	14													
вода или молоко питьевое	22	22													
сухари	4	4													
масло растительное	3	3													
масло сливочное	10	10													
Рагу из овощей №215-1996			**200**	**3,0**	**7,3**	**18,0**	**150**	**37,9**	**0,1**	**0,0**	**2,3**	**20,3**	**76,8**	**33,0**	**1,2**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	44	33													
01.11.-31.12. -30%	47	33													
01.01-29.02 - 35%	51	33													
01.03 - 40%	55	33													
капуста белокочанная свежая	100	80													
морковь до 01.01.-20%	63	50													
с 01.01 - 25%	67	50													
лук репчатый	24	20													
масло растительное	6	6													
для соуса томатного (№587-2004)		60													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	10	10													
мука пшеничная	2,7	2,7													
морковь до 01.01.-20%	12,5	10													
с 01.01 - 25%	13,3	10													
лук репчатый	1,4	1,2													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001134
АУ ТО «Центр технологического контрол

масло сливочное	2,7	2,7													
Чай с молоком №630-1996			**200**	**2,1**	**3,2**	**23,2**	**130**	**0,4**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**186,6**	**136,8**	**21,2**	**0,2**
чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	20	20													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
вода кипяченая для сухого молока	88	88													
Хлеб пшеничный	20	20	**20**	**1,6**	**0,3**	**7,2**	**38**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**6,6**	**43,6**	**12,4**	**0,8**
или Хлеб витаминизированный			**20**												
Хлеб ржаной	20	20	**20**	**0,9**	**0,2**	**8,7**	**40**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**3,6**	**17,4**	**3,8**	**0,6**
СОННИК				***5,6***	***6,4***	***18,2***	***153***	***1,8***	***0,0***	***0,0***	***0,0***	***242,0***	***188,0***	***30,0***	***0,2***
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. (р.645-1996)	207	200	**200**	**5,6**	**6,4**	**18,2**	**153**	**1,8**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**242,0**	**188,0**	**30,0**	**0,2**
ИТОГО:				***112,6***	***119,5***	***430***	***3245***	***87***	***1***	***1***	***10***	***1717***	***2378***	***385***	***22***
Соотношение белков:жиров:углеводов				***1***	***1***	***4***									

10 день

Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)				Витамины, мг				Минералы, мг			
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг рет.экв.	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				***27,0***	***28,2***	***78,7***	***678***	***1,9***	***0,3***	***0,4***	***0,6***	***526,0***	***446,0***	***52,2***	***2,0***
Бутерброд с маслом №1-2004			**20/10**	**1,6**	**7,4**	**10,0**	**114**	**0,0**	**0,0**	**0,4**	**0,3**	**6,4**	**16,0**	**2,8**	**0,2**
хлеб пшеничный	20	20													

масло сливочное	10	10													
Каша пшенная жидкая с маслом №311-2004			**200/5**	**7,0**	**8,9**	**30,0**	**228**	**0,6**	**0,2**	**0,0**	**0,3**	**149,0**	**180,9**	**45,6**	**1,2**
крупа пшено	40	40													
молоко питьевое	168	168													
или молоко концентрированное	77	77													
или молоко сухое	20	20													
вода кипяченая для концентрированного молока	91	91													
вода кипяченая для сухого молока	148	148													
сахар	4	4													
соль йодированная	1	1													
масло сливочное	5	5													
Какао с молоком №642-1996			**200**	**4,0**	**5,7**	**26,0**	**171**	**0,7**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**177,0**	**133,7**	**0,0**	**0,1**
какао - порошок	5	5													
сахар	20	20													
молоко питьевое	130	130													
или молоко концентрированное	60	60													
или молоко сухое	16	16													
вода кипяченая для концентрированного молока	70	70													
вода кипяченая для сухого молока	114	114													
Продукт творожный промышленного производства для детского питания *(масса творожного продукта конкретизируется по фактическому использованию от 100 г и выше)*			**100**	**13,5**	**6,0**	**4,0**	**124**	**0,6**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**190,0**	**98,0**	**0,0**	**0,0**
Хлеб ржаной	20	20	**20**	**0,9**	**0,2**	**8,7**	**41**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**3,6**	**17,4**	**3,8**	**0,6**

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001134
АУ ТО «Центр технологического контроля»

ВТОРОЙ ЗАВТРАК				***5,9***	***6,5***	***56,6***	***309***	***8,0***	***0,0***	***0,0***	***0,0***	***28,0***	***26,0***	***8,0***	***2,0***
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	**200**	**0,4**	**0,0**	**22,1**	**90**	**8,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**28,0**	**26,0**	**8,0**	**2,0**
Кондитерское изделие промышленного производства (печенье, пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)			**25**	**5,5**	**6,5**	**34,5**	**219**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
ОБЕД				***42***	***31***	***123***	***939***	***25***	***0***	***0***	***7***	***136***	***413***	***87***	***6***
Салат из белокочанной с клюквой №62-1997			**80**	**0,9**	**4,0**	**5,7**	**62**	**31,3**	**0,0**	**0,0**	**0,1**	**33,4**	**21,7**	**2,2**	**0,4**
капуста белокочанная свежая (стертая с солью)	139	70													
клюква свежая	8,4	8													
сахар	0,3	0,3													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,2	1,6													
ИЛИ															
Мини - винегрет (Технико -Технологическая карта)			**80**	**1,1**	**3,9**	**4,5**	**58**	**1,6**	**0,0**	**0,0**	**0,1**	**26,1**	**30,3**	**0,8**	**1,0**
морковь до 01.01.-20%	41	33													
с 01.01 - 25%	44	33													
свекла до 01.01 -20%	44	35													
с 01.01 - 25%	47	35													
огурцы сслёные (без уксуса)	27	15													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,2	1,6													
Суп с рыбными фрикадельками №142-2004			**250/50**	**7,9**	**5,4**	**16,3**	**145**	**8,0**	**0,2**	**0,0**	**1,0**	**27,9**	**139,7**	**18,2**	**0,3**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	113	85													

01.11.-31.12. -30%	122	85													
01.01-29.02 - 35%	131	85													
01.03 - 40%	142	85													
морковь до 01.01.-20%	12,5	10													
с 01.01 - 25%	13	10													
лук репчатый	12	10													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	3	3													
масло сливочное	5	5													
фрикадельки:															
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	65	48													
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	72	48													
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	87	48													
или треска потрошеная обезглавленая (филе без кожи и костей)	65	48													
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе без кожи и костей)	89	48													
яйцо куриное	2,5	2,5													
лук репчатый	12	10													
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2													
Жаркое из птицы №446-1996			**250**	**23,5**	**20,1**	**14,3**	**332**	**4,4**	**0,1**	**0,0**	**5,3**	**32,5**	**68,8**	**11,7**	**0,2**
курица потрошеная 1 категории	81	72													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001134
АУ ТО «Центр технологического контроля»

или окорочок куриный	76	72													
или грудка куриная	76	72													
масса тушеной курицы (порционные кусочки)		50													
или филе куриное промышленного производства	64	62													
масса тушеного филе		50													
масло растительное	3	3													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	146	110													
01.11.-31.12. -30%	157	110													
01.01-29.02 - 35%	169	110													
01.03 - 40%	184	110													
морковь до 01.01.-20%	56	45													
с 01.01 - 25%	60	45													
лук репчатый	30	25													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	13	13													
масло растительное	9	9													
Компот из кураги + Витамин "С" №638-2004			**200**	**0,8**	**0,0**	**27,3**	**112**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**0,5**	**16,0**	**14,1**	**12,8**	**0,4**
курага	15	15													
сахар	20	20													
Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность яблок, апельсин) №458-2006, г. Москва			**250**	**2,3**	**0,6**	**20,3**	**96**	**11,3**	**0,0**	**0,1**	**0,1**	**8,5**	**8,0**	**3,3**	**0,8**
Хлеб пшеничный	50	50	**50**	**4,1**	**0,7**	**18,1**	**95**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**16,5**	**109,0**	**31,0**	**2,1**
или Хлеб витаминизированный			**50**												

Хлеб ржаной	50	50	50	2,4	0,5	21,9	101	0,0	0,0	0,0	0,0	9,0	43,5	9,5	1,4
ПОЛДНИК				***17,1***	***18,6***	***67,7***	***507***	***3,0***	***0,1***	***0,2***	***1,1***	***280,6***	***261,9***	***42,3***	***0,2***
Мучное изделие промышленного производства			100	11,5	12,2	49,5	354	1,2	0,1	0,2	1,1	38,6	73,9	12,3	0,0
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. (р.645-1996)	207	200	200	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
УЖИН				***18,0***	***37,2***	***64,0***	***663***	***7,3***	***0,2***	***0,0***	***2,7***	***96,8***	***238,4***	***50,9***	***4,0***
Икра баклажанная промышленного производства для детского питания №101-2004	105	100	100	3,5	8,9	4,9	114	4,0	0,0	0,0	1,8	22,6	23,6	0,0	0,6
Сосиски, сардельки, колбаса отварные с маслом №413-2004			100/10	7,4	23,8	0,0	244	0,0	0,0	0,0	0,6	19,0	44,6	0,0	0,2
сардельки, или сосиски молочные, или колбаса вареная высшего сорта для детского питания	102	100													
масло сливочное	10	10													
Пюре картофельное №520-2004			150	3,0	3,8	19,3	123	2,2	0,1	0,0	0,3	35,7	77,6	26,0	0,9
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	170	128													
01.11.-31.12. -30%	183	128													
01.01-29.02 - 35%	197	128													
01.03 - 40%	214	128													
молоко питьевое	23	23													
или молоко концентрированное	11	11													
или молоко сухое	3	3													
вода кипяченая для концентрированного молока	12	12													
вода кипяченая для сухого молока	20	20													
масло сливочное	5	5													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001134
АУ ТО «Центр технологического контроля»

Зеленый чай с сахаром №686-2004			200	0,2	0,0	15,9	64	1,1	0,0	0,0	0,0	4,2	1,1	0,7	0,1
чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	15	15													
Хлеб пшеничный	30	30	30	2,5	0,4	10,8	57	0,0	0,1	0,0	0,0	9,9	65,4	18,6	1,3
или Хлеб витаминизированный			30												
Хлеб ржаной	30	30	30	1,4	0,3	13,1	61	0,0	0,0	0,0	0,0	5,4	26,1	5,7	0,8
СОННИК				*3,1*	*0,2*	*34,7*	*153*	*20,0*	*0,0*	*0,1*	*0,0*	*16,0*	*56,0*	*84,0*	*1,2*
Фрукт (посчитана пищевая ценность бананов) №458-2006, г. Москва			200	3,1	0,2	34,7	153	20,0	0,0	0,1	0,0	16,0	56,0	84,0	1,2
ИТОГО:				*113,1*	*121,9*	*424*	*3248*	*66*	*1*	*1*	*11*	*1084*	*1442*	*325*	*15*
Соотношение белков:жиров:углеводов				*1*	*1*	*4*									

11 день

Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)				Витамины, мг				Минералы, мг			
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг рет.экв.	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				*27,4*	*32,9*	*66,9*	*673*	*5,3*	*0,3*	*0,0*	*2,8*	*282,4*	*459,8*	*65,7*	*4,0*
Бутерброд горячий с сыром №10-2004			50	4,4	11,0	13,1	169	0,0	0,0	0,0	0,5	78,5	62,5	7,5	0,4
масло сливочное	5	5													
сыр	16	15													
хлеб пшеничный	30	30													
Омлет натуральный с маслом №284-1996 с подгарнировкой (№244-2006,Москва)			200	17,2	18,1	9,6	270	4,4	0,1	0,0	2,2	105,4	251,0	25,9	1,7
яйцо куриное	125	125													
молоко питьевое	47	47													

или молоко концентрированное	22	22													
или молоко сухое	6	6													
вода кипяченая для концентрированного молока	25	25													
вода кипяченая для сухого молока	41	41													
масло растительное	3	3													
масса готового омлета		165													
масло сливочное на полив	10	10													
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	46	30													
или кукуруза консервированная (после термической обработки)	50	30													
Кофейный напиток на сгущенном молоке №252-2004, Пермь			**200**	**2,4**	**3,2**	**24,6**	**137**	**0,9**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**85,0**	**63,5**	**9,9**	**0,1**
кофейный напиток	5,5	5,5													
сахар	10	10													
молоко сгущенное с сахаром	28	28													
Хлеб ржаной	20	20	**20**	**0,9**	**0,2**	**8,7**	**41**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**3,6**	**17,4**	**3,8**	**0,6**
Хлеб пшеничный			**30**	**2,5**	**0,4**	**10,8**	**57**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**9,9**	**65,4**	**18,6**	**1,3**
или Хлеб витаминизированный			**30**												
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				***5,9***	***6,5***	***56,6***	***309***	***8,0***	***0,0***	***0,0***	***0,0***	***28,0***	***26,0***	***8,0***	***2,0***
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	**200**	**0,4**	**0,0**	**22,1**	**90**	**8,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**28,0**	**26,0**	**8,0**	**2,0**
Кондитерское изделие промышленного производства (печенье, пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)			**25**	**5,5**	**6,5**	**34,5**	**219**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001134
АУ ТО «Центр технологического контроля»

ОБЕД				**32,2**	**28,4**	**151,3**	**990**	**19,4**	**0,7**	**0,4**	**4,7**	**131,4**	**517,7**	**120,1**	**9,1**
Салат из моркови и яблок №10-2001, Пермь			**80**	**0,7**	**4,0**	**5,8**	**62**	**4,9**	**0,0**	**0,0**	**2,8**	**17,3**	**30,3**	**5,2**	**0,3**
морковь до 01.01.-20%	71	57													
с 01.01 - 25%	76	57													
в свежем виде морковь старого урожая использовать до 1 марта, после 1 марта в отварном															
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	23	20													
масло растительное на полив при подаче	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,2	1,6													
Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной №129-1996			**250/10/5**	**4,8**	**4,3**	**14,4**	**116**	**2,5**	**0,1**	**0,2**	**0,3**	**20,7**	**79,4**	**23,4**	**1,1**
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	93	70													
01.11.-31.12. -30%	100	70													
01.01-29.02 - 35%	108	70													
01.03 - 40%	117	70													
крупа (перловая, или рисовая)	5	5													
морковь до 01.01.-20%	12,5	10													
с 01.01 - 25%	13	10													
лук репчатый	10	8													
огурцы солёные (без уксуса)	31	17													
масло сливочное	5	5													
сметана	5	5													

зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2													
Колбаски из говядины с маслом №32-1992			**80/10**	**11,3**	**13,8**	**6,9**	**197**	**0,9**	**0,2**	**0,1**	**0,2**	**15,6**	**130,3**	**17,8**	**2,0**
говядина 1 категории	91	67													
или говядина полуфабрикат	79	67													
или фарш промышленного производства	67	67													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	32	24													
01.11.-31.12. -30%	34	24													
01.01-29.02 - 35%	37	24													
01.03 - 40%	40	24													
чеснок свежий	1,4	1,1													
мука пшеничная	3	3													
масло растительное	3	3													
масло сливочное	10	10													
Макаронные изделия отварные №516-2004			**150**	**4,2**	**4,0**	**28,5**	**167**	**0,0**	**0,1**	**0,1**	**0,8**	**11,9**	**36,6**	**6,6**	**0,7**
макаронные изделия	52	52													
масло сливочное	5	5													
Компот из сухофруктов + Витамин "С" №638-2004			**200**	**0,5**	**0,0**	**22,8**	**93**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**0,4**	**12,7**	**10,9**	**8,0**	**0,3**
сухофрукты	15	15													
сахар	20	20													
Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность яблок, груш, апельсин, мандарин и т.д.) №458-2006, г. Москва			**200**	**1,8**	**0,7**	**22,2**	**102**	**11,1**	**0,0**	**0,0**	**0,2**	**17,8**	**12,2**	**0,0**	**0,0**
Хлеб пшеничный	80	80	**80**	**6,6**	**1,1**	**28,9**	**152**	**0,0**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**26,4**	**174,4**	**49,6**	**3,4**
или Хлеб витаминизированный			**80**												

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001134
АУ ТО «Центр технологического контроля»

Хлеб ржаной	50	50	**50**	**2,4**	**0,5**	**21,9**	**101**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**9,0**	**43,5**	**9,5**	**1,4**
ПОЛДНИК				***13,5***	***19,7***	***63,8***	***487***	***1,8***	***0,0***	***0,1***	***0,5***	***188,3***	***173,4***	***6,3***	***0,8***
Ватрушка царская (творожное блюдо) (Технико-Технологическая карта)			**120**	**13,4**	**19,6**	**43,7**	**405**	**0,0**	**0,0**	**0,1**	**0,4**	**180,0**	**164,2**	**6,3**	**0,1**
творог	89	88													
крупа манная	4	4													
яйцо куриное	9,2	9,2													
соль йодированная	0,3	0,3													
сахар	11	11													
масло сливочное	8	8													
мука пшеничная	8	8													
масло сливочное на смазку	1,2	1,2													
Кисель из яблок №642-2004			**200**	**0,1**	**0,1**	**20,1**	**82**	**1,8**	**0,0**	**0,0**	**0,1**	**8,3**	**9,1**	**0,0**	**0,7**
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	34	30													
мука картофельная (крахмал)	8	8													
сахар	15	15													
УЖИН				***32,0***	***25,6***	***72,3***	***647***	***24,0***	***0,3***	***0,2***	***6,1***	***63,4***	***311,8***	***75,2***	***3,9***
Рыба запечённая с маслом №310-1996			**100/10**	**23,8**	**19,2**	**3,2**	**281**	**0,7**	**0,2**	**0,1**	**5,6**	**20,0**	**127,7**	**15,0**	**0,2**
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	153	113													
или горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	170	119													
или горбуша неразделанная (филе с кожей без костей)	205	119													
или ряпушка неразделанная	138	119													

или треска потрошеная обезглавленая (филе с кожей без костей)	156	119													
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	194	119													
мука пшеничная	4	4													
масло растительное	5	5													
масло сливочное	10	10													
Рис припущенный с овощами (Технико-Технологическая карта)			**150**	**2,9**	**5,4**	**22,0**	**148**	**22,5**	**0,0**	**0,1**	**0,5**	**20,8**	**62,1**	**27,2**	**0,8**
крупа рисовая	45	45													
масло сливочное	8	8													
кукуруза консервированная	28	17													
морковь до 01.01.-20%	21	17													
с 01.01 - 25%	23	17													
Чай с лимоном №686-2004			**200/5**	**0,1**	**0,0**	**15,2**	**61**	**0,8**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**2,2**	**0,1**	**0,5**	**0,1**
чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	15	15													
лимон	6	5													
Хлеб пшеничный	40	40	**40**	**3,3**	**0,6**	**14,4**	**76**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**13,2**	**87,2**	**24,8**	**1,7**
или Хлеб витаминизированный			**40**												
Хлеб ржаной	40	40	**40**	**1,9**	**0,4**	**17,5**	**81**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**7,2**	**34,8**	**7,6**	**1,1**
СОННИК				***5,6***	***6,4***	***18,2***	***153***	***1,8***	***0,0***	***0,0***	***0,0***	***242,0***	***188,0***	***30,0***	***0,2***
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. (р.645-1996)	207	200	**200**	**5,6**	**6,4**	**18,2**	**153**	**1,8**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**242,0**	**188,0**	**30,0**	**0,2**
ИЛИ															

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001134
АУ ТО «Центр технологического контроля»

Молоко питьевое кипяченое 2,5 % №260-2004	210	200	200	5,5	5,6	10,0	112	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
ИТОГО:				*116,6*	*119,5*	*429*	*3258*	*60*	*1*	*1*	*14*	*935*	*1677*	*305*	*20*
Соотношение белков:жиров:углеводов				*1*	*1*	*4*									

12 день

Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)				Витамины, мг				Минералы, мг			
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг рет.экв.	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				*16,1*	*17,3*	*111,6*	*667*	*1,6*	*0,4*	*0,2*	*1,1*	*407,2*	*520,0*	*122,9*	*5,4*
Бутерброд с джемом или повидлом с маслом №1,2-2004			30/20/5	2,9	4,1	34,5	187	0,8	0,1	0,1	0,8	10,2	24,6	7,0	0,6
хлеб пшеничный	30	30													
масло сливочное	5	5													
джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, консервантов и красителей)	20,4	20													
Каша ячневая жидкая, с маслом №311-2004			200/5	6,1	9,1	27,1	215	0,4	0,2	0,1	0,3	190,3	232,2	59,9	1,9
крупа ячневая	40	40													
сахар	4	4													
вода питьевая	68	68													
молоко питьевое	101	101													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	55	55													
вода кипяченая для сухого молока	89	89													
масло сливочное	5	5													

Чай с молоком №630-1996			**200**	**2,1**	**3,2**	**23,2**	**130**	**0,4**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**186,6**	**136,8**	**21,2**	**0,2**
чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	20	20													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
вода кипяченая для сухого молока	88	88													
Хлеб ржаной	20	20	**20**	**0,9**	**0,2**	**8,7**	**41**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**3,6**	**17,4**	**3,8**	**0,6**
Хлеб пшеничный			**50**	**4,1**	**0,7**	**18,1**	**95**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**16,5**	**109,0**	**31,0**	**2,1**
или Хлеб витаминизированный			**50**												
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				***5,9***	***6,5***	***56,6***	***309***	***8,0***	***0,0***	***0,0***	***0,0***	***28,0***	***26,0***	***8,0***	***2,0***
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	**200**	**0,4**	**0,0**	**22,1**	**90**	**8,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**28,0**	**26,0**	**8,0**	**2,0**
Кондитерское изделие промышленного производства (печенье, пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)			**25**	**5,5**	**6,5**	**34,5**	**219**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
ОБЕД				***45,4***	***39,0***	***117,2***	***1002***	***9,3***	***0,7***	***1,3***	***6,7***	***151,0***	***562,5***	***132,3***	***8,6***
Салат из свеклы отварной с маслом р.20/1-2011, Екатеринбург			**80**	**1,1**	**4,0**	**5,4**	**62**	**1,6**	**0,0**	**0,0**	**1,8**	**25,8**	**30,0**	**7,3**	**1,0**
свекла до 01.01 -20%	99	79													
с 01.01 - 25%	105	79													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,2	1,6													
масло растительное на полив при подаче	4	4													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001134
АУ ТО «Центр технологического контроля»

Яйцо отварное №337-2004			**40**	**5,0**	**4,6**	**0,3**	**63**	**0,0**	**0,0**	**0,6**	**0,2**	**19,4**	**66,8**	**4,2**	**0,9**
Суп из овощей с мясом №135-2004			**250/10**	**3,1**	**3,6**	**9,5**	**83**	**4,5**	**0,1**	**0,1**	**0,3**	**6,4**	**30,6**	**18,9**	**0,5**
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	67	50													
01.11.-31.12. -30%	72	50													
01.01-29.02 - 35%	77	50													
01.03 - 40%	84	50													
морковь до 01.01.-20%	25	20													
с 01.01 - 25%	27	20													
лук репчатый	12	10													
горошек зеленый консервированный	28	18													
масло сливочное	5	5													
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2													
Рыба, тушеная в томате с овощами №374-2004			**100/50**	**22,8**	**19,4**	**6,4**	**291**	**0,8**	**0,2**	**0,0**	**4,0**	**23,1**	**127,5**	**12,6**	**0,3**
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	166	123													
или горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	172	120													
или горбуша неразделанная (филе с кожей без костей)	206	120													
или треска потрошеная обезглавленая (филе с кожей без костей)	157	120													
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	196	120													

морковь до 01.01.-20%	23	18													
с 01.01 - 25%	24	18													
лук репчатый	15	12													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	8	8													
вода питьевая	19	19													
масло растительное	5	5													
сахар	1	1													
Картофель отварной с маслом №203-2004			**150**	**4,2**	**5,8**	**17,4**	**139**	**2,4**	**0,2**	**0,1**	**0,3**	**40,5**	**87,2**	**30,3**	**1,1**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	200	150													
01.11.-31.12. -30%	215	150													
01.01-29.02 - 35%	231	150													
01.03 - 40%	251	150													
масло сливочное	7	7													
Компот из изюма + Витамин "С" №638-2004			**200**	**0,3**	**0,0**	**27,5**	**111**	**0,0**	**0,0**	**0,5**	**0,0**	**0,5**	**2,5**	**0,0**	**0,1**
изюм	15	15													
сахар	20	20													
Хлеб пшеничный	80	80	**80**	**6,6**	**1,1**	**28,9**	**152**	**0,0**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**26,4**	**174,4**	**49,6**	**3,4**
или Хлеб витаминизированный			**80**												
Хлеб ржаной	50	50	**50**	**2,4**	**0,5**	**21,9**	**101**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**9,0**	**43,5**	**9,5**	**1,4**
ПОЛДНИК				***18,0***	***22,2***	***59,5***	***510***	***1,1***	***0,1***	***0,5***	***0,0***	***252,0***	***291,6***	***36,1***	***1,0***
Булочка Домашняя №769-2004			**100**	**12,5**	**16,6**	**49,5**	**397**	**0,1**	**0,1**	**0,5**	**0,0**	**40,8**	**77,4**	**11,7**	**0,8**
мука пшеничная	67	67													

ЭКЗЕМПЛЯР ОРИГИНАЛ
Меню № 00113
АУ ТО «Центр технологического контроля»

сахар	8	8													
вода или молоко питьевое	28	28													
масло сливочное	18	18													
яйцо куриное для смазки изделия	2	2													
соль йодированная	0,6	0,6													
дрожжи прессованные	1,7	1,7													
сахар (для отделки)	3	3													
масло растительное для смазки листа	0,3	0,3													
Молоко питьевое кипяченое 2,5 % №260-2004	210	200	**200**	**5,5**	**5,6**	**10,0**	**112**	**1,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**211,2**	**214,2**	**24,4**	**0,2**
УЖИН				***29,4***	***34,6***	***61,2***	***674***	***35,3***	***0,3***	***0,0***	***0,6***	***318,0***	***404,7***	***79,7***	***5,5***
Продукт творожный с фруктовым наполнителем для детского питания промышленного производства *(масса творожного продукта конкретизируется по фактическому использованию от 100 г и выше)*			**100**	**8,5**	**13,0**	**4,0**	**167**	**0,6**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**190,0**	**98,0**	**0,0**	**0,0**
Говядина, тушённая с капустой № 440-2004			**250**	**16,6**	**20,9**	**16,8**	**322**	**34,7**	**0,2**	**0,0**	**0,6**	**112,5**	**215,2**	**55,4**	**3,4**
говядина 1 категории	107	79													
или говядина полуфабрикат	93	79													
масса тушеного мяса		50													
лук репчатый	24	20													
капуста белокочанная свежая	276	221													
масло растительное	10	10													
морковь до 01.01.-20%	19	15													
с 01.01 - 25%	20	15													
лук репчатый	12	10													

томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	7	7													
мука пшеничная	2	2													
Чай с сахаром №685-2004			**200**	**0,4**	**0,0**	**16,5**	**68**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	15	15													
Хлеб пшеничный	30	30	**30**	**2,5**	**0,4**	**10,8**	**57**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**9,9**	**65,4**	**18,6**	**1,3**
или Хлеб витаминизированный			**30**												
Хлеб ржаной	30	30	**30**	**1,4**	**0,3**	**13,1**	**61**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**5,4**	**26,1**	**5,7**	**0,8**
СОННИК				***3,1***	***0,2***	***34,7***	***153***	***20,0***	***0,0***	***0,1***	***0,0***	***16,0***	***56,0***	***84,0***	***1,2***
Фрукт (посчитана пищевая ценность бананов) №458-2006, г. Москва			**200**	**3,1**	**0,2**	**34,7**	**153**	**20,0**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**16,0**	**56,0**	**84,0**	**1,2**
ИТОГО:				***117,9***	***119,8***	***441***	***3313***	***75***	***2***	***2***	***8***	***1172***	***1861***	***463***	***24***
Соотношение белков:жиров:углеводов				***1***	***1***	***4***									

13 день

Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)				Витамины, мг				Минералы, мг			
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг рет.экв.	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				***30,4***	***25,6***	***80,3***	***674***	***1,7***	***0,2***	***0,4***	***0,8***	***412,9***	***524,7***	***83,2***	***3,5***
Бутерброд с маслом №1-2004			**20/10**	**1,6**	**7,4**	**10,0**	**114**	**0,0**	**0,0**	**0,4**	**0,3**	**6,4**	**16,0**	**2,8**	**0,2**
хлеб пшеничный	20	20													
масло сливочное	10	10													
Пудинг из творога с молоком сгущенным №362-2004			**200**	**21,2**	**14,2**	**28,1**	**325**	**0,4**	**0,1**	**0,0**	**0,5**	**271,7**	**315,9**	**38,1**	**0,9**
творог	143	141													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001134
АУ ТО «Центр технологического контроля»

крупа манная	12	12													
яйцо куриное	18	18													
масло сливочное	6	6													
сахар	18	18													
изюм	12,5	12													
ванилин	0,02	0,02													
сметана	5	5													
сухари	6	6													
масло сливочное (для смазки)	5	5													
масса готового пудинга		180													
молоко сгущенное с сахаром	20	20													
Кофейный напиток №253-2004, Пермь			**200**	**3,4**	**3,2**	**19,0**	**118**	**1,3**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**118,0**	**88,2**	**13,7**	**0,1**
кофейный напиток	5,5	5,5													
сахар	15	15													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
вода кипяченая для сухого молока	88	88													
Хлеб ржаной	20	20	**20**	**0,9**	**0,2**	**8,7**	**41**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**3,6**	**17,4**	**3,8**	**0,6**
Хлеб пшеничный			**40**	**3,3**	**0,6**	**14,4**	**76**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**13,2**	**87,2**	**24,8**	**1,7**
или Хлеб витаминизированный			**40**												

ВТОРОЙ ЗАВТРАК				4,3	12,1	52,7	337	9,0	0,0	0,1	0,1	6,8	6,4	2,6	0,6
Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность яблок, апельсин) №458-2006, г. Москва			200	1,8	0,5	16,2	77	9,0	0,0	0,1	0,1	6,8	6,4	2,6	0,6
Кондитерское изделие промышленного производства (шоколадный конфеты, зефир)			38	2,5	11,6	36,5	260	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД				39,8	37,7	115,2	960	24,2	0,5	46,2	5,5	113,9	592,4	160,1	10,8
Салат из квашеной капусты с луком №45-2004			80	1,3	4,0	6,1	66	21,8	0,0	0,0	1,9	38,5	22,2	11,7	0,5
капуста квашеная промышленного производства	97	68													
лук зеленый	10	8													
или лук репчатый	9,5	8													
сахар	0,8	0,8													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,2	1,6													
ИЛИ															
Салат из белокочанной капусты №43-2004			80	1,4	4,0	6,2	66	17,8	0,0	0,0	1,7	36,5	17,8	12,2	0,6
капуста белокочанная свежая (стертая с солью)	127	64													
лук зеленый	15	12													
или морковь до 01.01.-20%	15,0	12													
с 01.01 - 25%	16	12													
сахар	0,8	0,8													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,2	1,6													
Суп-лапша домашняя, с курой №148-2004			250/10	7,1	8,1	13,5	155	0,7	0,1	46,1	0,6	16,7	64,8	11,8	0,8
лапша домашняя №549-2004		20													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001134
АУ ТО «Центр технологического контроля»

мука пшеничная	18	18													
мука пшеничная на подпыл	1,2	1,2													
яйцо куриное	5	5													
вода питьевая	3,5	3,5													
соль йодированная	0,5	0,5													
или лапша промышленного производства	20	20													
морковь до 01.01.-20%	12,5	10													
с 01.01 - 25%	13	10													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное	5	5													
курица потрошеная 1 категории (мякоть без кожи)	29	26													
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2													
Мясо тушеное №433-2004			**100**	**18,3**	**15,2**	**4,8**	**229**	**0,2**	**0,1**	**0,1**	**2,3**	**11,1**	**178,3**	**18,3**	**2,1**
говядина 1 категории	113	83													
или говядина полуфабрикат	98	83													
масса тушеного мяса		50													
масса соуса		50													
морковь до 01.01.-20%	3,8	3													
с 01.01 - 25%	4	3													
лук репчатый	4	3													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	8	8													
масло растительное	6	6													

мука пшеничная	3	3													
Каша гречневая вязкая №302-2004			**150**	**4,1**	**8,8**	**18,5**	**170**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,6**	**8,5**	**106,7**	**55,5**	**2,5**
крупа гречневая	38	38													
вода питьевая	121	121													
масло сливочное	8	8													
Компот из свежих ягод + Витамин С, №357-2002			**200**	**0,1**	**0,0**	**21,6**	**87**	**1,5**	**0,0**	**0,0**	**0,2**	**3,8**	**2,6**	**3,6**	**0,2**
клюква или брусника	26,4	25													
сахар	20	20													
Хлеб пшеничный	80	80	**80**	**6,6**	**1,1**	**28,9**	**152**	**0,0**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**26,4**	**174,4**	**49,6**	**3,4**
или Хлеб витаминизированный			**80**												
Хлеб ржаной	50	50	**50**	**2,4**	**0,5**	**21,9**	**101**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**9,0**	**43,5**	**9,5**	**1,4**
ПОЛДНИК				***17,1***	***18,6***	***67,7***	***507***	***3,0***	***0,1***	***0,2***	***1,1***	***280,6***	***261,9***	***42,3***	***0,2***
Мучное изделие промышленного производства			**100**	**11,5**	**12,2**	**49,5**	**354**	**1,2**	**0,1**	**0,2**	**1,1**	**38,6**	**73,9**	**12,3**	**0,0**
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. (р.645-1996)	207	200	**200**	**5,6**	**6,4**	**18,2**	**153**	**1,8**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**242,0**	**188,0**	**30,0**	**0,2**
УЖИН				***25,6***	***28,9***	***73,6***	***657***	***14,6***	***0,7***	***0,6***	***4,0***	***153,7***	***491,0***	***106,0***	***6,7***
Яйцо отварное №337-2004			**40**	**5,0**	**4,6**	**0,3**	**63**	**0,0**	**0,0**	**0,6**	**0,2**	**19,4**	**66,8**	**4,2**	**0,9**
Биточки паровые №466-2004			**80**	**11,4**	**13,5**	**3,8**	**182**	**0,1**	**0,3**	**0,0**	**3,3**	**42,0**	**161,7**	**29,2**	**2,7**
говядина 1 категории	80	59													
или говядина полуфабрикат	70	59													
или фарш промышленного производства	59	59													
хлеб пшеничный	14	14													
вода или молоко питьевое	13	13													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001134
АУ ТО «Центр технологического контроля»

яйцо куриное	6	6													
масло сливочное для смазки емкости	3	3													
Овощи припущенные №524-2004			**180**	**5,6**	**9,8**	**16,2**	**175**	**10,5**	**0,2**	**0,0**	**0,5**	**40,3**	**138,8**	**54,5**	**1,5**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	84	63													
01.11.-31.12. -30%	90	63													
01.01-29.02 - 35%	97	63													
01.03 - 40%	105	63													
горошек зеленный консервированный	77	50													
морковь до 01.01.-20%	60	48													
с 01.01 - 25%	64	48													
лук репчатый	30	25													
масло сливочное	12	12													
мука пшеничная	2,7	2,7													
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	**200**	**0,6**	**0,4**	**33,0**	**138**	**4,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**40,0**	**54,0**	**0,0**	**0,0**
Хлеб пшеничный	20	20	**20**	**1,6**	**0,3**	**7,2**	**38**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**6,6**	**43,6**	**12,4**	**0,8**
или Хлеб витаминизированный			**20**												
Хлеб ржаной	30	30	**30**	**1,4**	**0,3**	**13,1**	**61**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**5,4**	**26,1**	**5,7**	**0,8**
СОННИК				***3,1***	***0,2***	***34,7***	***153***	***20,0***	***0,0***	***0,1***	***0,0***	***16,0***	***56,0***	***84,0***	***1,2***
Фрукт (посчитана пищевая ценность бананов) №458-2006, г. Москва			**200**	**3,1**	**0,2**	**34,7**	**153**	**20,0**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**16,0**	**56,0**	**84,0**	**1,2**
ИТОГО:				***120,3***	***123,1***	***424***	***3287***	***72***	***2***	***48***	***12***	***984***	***1932***	***478***	***23***
Соотношение белков:жиров:углеводов				***1***	***1***	***4***									

14 день

Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)				Витамины, мг				Минералы, мг			
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг рет.экв.	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				***22,7***	***26,5***	***86,6***	***676***	***2,8***	***0,3***	***0,3***	***1,6***	***454,7***	***457,5***	***76,8***	***2,5***
Бутерброд горячий с мясопродуктами и сыром №11-2004			**90**	**6,8**	**11,5**	**15,2**	**191**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,7**	**115,4**	**104,1**	**11,2**	**0,5**
колбаса вареная, или полукопченая, или ветчина для детского питания	31	30													
сыр	21	20													
хлеб пшеничный	40	40													
Каша рисовая жидкая, с маслом №311-2004			**200/5**	**8,5**	**9,1**	**39,0**	**272**	**0,4**	**0,1**	**0,0**	**0,2**	**187,6**	**168,5**	**33,6**	**0,5**
крупа рисовая	30	30													
сахар	4	4													
вода питьевая	70	70													
молоко питьевое	106	106													
или молоко концентрированное	49	49													
или молоко сухое	13	13													
вода кипяченая для концентрированного молока	57	57													
вода кипяченая для сухого молока	93	93													
масло сливочное	5	5													
Какао с молоком сгущенным №250-2004, Пермь			**200**	**4,8**	**5,4**	**16,5**	**134**	**2,4**	**0,1**	**0,3**	**0,7**	**141,5**	**123,9**	**15,8**	**0,1**
какао - порошок	5	5													
сахар	3	3													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001134
АУ ТО «Центр технологического контроля»

молоко сгущенное с сахаром	38	38													
Хлеб ржаной	20	20	**20**	**0,9**	**0,2**	**8,7**	**41**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**3,6**	**17,4**	**3,8**	**0,6**
Хлеб пшеничный	20	20	**20**	**1,6**	**0,3**	**7,2**	**38**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**6,6**	**43,6**	**12,4**	**0,8**
или Хлеб витаминизированный			**20**												
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				***5,9***	***6,5***	***56,6***	***309***	***8,0***	***0,0***	***0,0***	***0,0***	***28,0***	***26,0***	***8,0***	***2,0***
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	**200**	**0,4**	**0,0**	**22,1**	**90**	**8,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**28,0**	**26,0**	**8,0**	**2,0**
Кондитерское изделие промышленного производства (печенье, пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)			**25**	**5,5**	**6,5**	**34,5**	**219**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
ОБЕД				***38***	***37***	***120***	***966***	***57***	***1***	***0***	***2***	***156***	***522***	***136***	***8***
Салат из соленых огурцов с луком р.17-2004			**80/15/4**	**1,2**	**4,0**	**6,9**	**68**	**33,4**	**0,0**	**0,0**	**0,1**	**33,7**	**21,3**	**2,9**	**0,4**
огурцы солёные (без уксуса)	146	80													
лук репчатый	18	15													
или лук зеленый	19	15													
масло растительное	4	4													
Суп картофельный с рыбой №42-2001, Пермь			**250/40**	**7,1**	**8,6**	**10,2**	**147**	**8,0**	**0,1**	**0,0**	**0,2**	**15,0**	**57,6**	**23,1**	**0,8**
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	66	49													
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	72	48													
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	87	48													
или треска потрошеная обезглавленая (филе без кожи и костей)	65	48													

или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе без кожи и костей)	89	48													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	133	100													
01.11.-31.12. -30%	143	100													
01.01-29.02 - 35%	154	100													
01.03 - 40%	167	100													
морковь до 01.01.-20%	12,5	10													
с 01.01 - 25%	13	10													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное	5	5													
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2													
ИЛИ															
Суп картофельный с рыбными консервами №64-2001. Пермь			**250/40**	**6,6**	**8,3**	**12,1**	**150**	**8,0**	**0,2**	**0,0**	**1,0**	**27,9**	**139,7**	**18,2**	**0,3**
консервы рыбные в собственном соку или с добавлением масла	41	40													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	150	113													
01.11.-31.12. -30%	162	113													
01.01-29.02 - 35%	174	113													
01.03 - 40%	189	113													
морковь до 01.01.-20%	12,5	10													
с 01.01 - 25%	13	10													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное	5	5													
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001134
АУ ТО «Центр технологического контроля»

Котлеты из мяса птицы рубленые школьные с маслом №352-2006, г. Москва			**80/10**	**13,7**	**18,6**	**3,7**	**237**	**0,6**	**0,1**	**0,0**	**0,4**	**34,6**	**114,0**	**15,1**	**1,1**
курица потрошеная 1 категории (мякоть с кожей)	99	60													
хлеб пшеничный	15	15													
вода или молоко питьевое	21	21													
лук репчатый	10	8													
масло сливочное	1,6	1,6													
масса лука репчатого припущенного		4,8													
сухари	8	8													
масло растительное	3	3													
масло сливочное	10	10													
Макаронные изделия отварные с овощами №517-2004			**150**	**6,9**	**4,0**	**25,9**	**167**	**15,0**	**0,2**	**0,1**	**0,6**	**24,9**	**100,5**	**27,8**	**0,9**
макаронные изделия	32	32													
масло сливочное	5	5													
масса отварных макаронных изделий		90													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	7	7													
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	92	60													
Компот из сухофруктов + Витамин "С" №638-2004			**200**	**0,5**	**0,0**	**22,8**	**93**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**0,4**	**12,7**	**10,9**	**8,0**	**0,3**
сухофрукты	15	15													
сахар	20	20													
Хлеб пшеничный	80	80	**80**	**6,6**	**1,1**	**28,9**	**152**	**0,0**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**26,4**	**174,4**	**49,6**	**3,4**
или Хлеб витаминизированный			**80**												

Хлеб ржаной	50	50	50	2,4	0,5	21,9	101	0,0	0,0	0,0	0,0	9,0	43,5	9,5	1,4
ПОЛДНИК				***15***	***17***	***73***	***504***	***10,2***	***0,0***	***0,1***	***0,1***	***12,3***	***12,7***	***5,5***	***0,8***
Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность яблок, апельсин) №458-2006, г. Москва			200	1,8	0,5	16,2	77	9,0	0,0	0,1	0,1	6,8	6,4	2,6	0,6
Мучное пряничное изделие промышленного производства			100	13,1	16,2	32,0	326	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Кисель из свежих ягод + Витамин С, №590-1996			200	0,1	0,0	25,2	101	1,2	0,0	0,0	0,0	5,5	6,3	2,9	0,2
клюква, или брусника, или смородина	21,2	20													
крахмал	6	6													
сахар	18	18													
УЖИН				***25***	***27***	***78***	***653***	***36***	***0***	***0***	***1***	***114***	***326***	***78***	***5***
Винегрет овощной №71-2004			80	1,2	4,0	11,9	88	33,4	0,0	0,0	0,1	33,7	21,3	2,9	0,4
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	27	20													
01.11.-31.12. -30%	29	20													
01.01-29.02 - 35%	31	20													
01.03 - 40%	33	20													
свекла до 01.01 -20%	17,5	14													
с 01.01 - 25%	19	14													
морковь до 01.01.-20%	12,5	10													
с 01.01 - 25%	13	10													
огурцы солёные (без уксуса)	46	25													
лук репчатый	14	12													
или лук зеленый	15	12													
масло растительное	4	4													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001134
АУ ТО «Центр технологического контроля»

Тефтели рыбные с соусом сметанным №394, 600 - 2004			**80/40**	**16,2**	**18,1**	**3,5**	**242**	**0,0**	**0,1**	**0,1**	**0,3**	**25,7**	**126,9**	**22,6**	**1,2**
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	72	53													
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	80	53													
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	96	53													
или треска потрошеная обезглавленая (филе без кожи и костей)	72	53													
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе без кожи и костей)	98	53													
хлеб пшеничный	11	11													
вода питьевая	8	8													
лук репчатый	13	11													
яйцо куриное	8	8													
мука пшеничная	6	6													
масло растительное	6	6													
соус сметанный:		40													
сметана	12	12													
мука пшеничная	2	2													
вода питьевая	28	28													
масло сливочное	2	2													
Пюре картофельное №520-2004			**150**	**3,0**	**3,8**	**19,3**	**123**	**2,2**	**0,1**	**0,0**	**0,3**	**35,7**	**77,6**	**26,0**	**0,9**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	170	128													
01.11.-31.12. -30%	183	128													

01.01-29.02 - 35%	197	128													
01.03 - 40%	214	128													
молоко питьевое	23	23													
или молоко концентрированное	11	11													
или молоко сухое	3	3													
вода кипяченая для концентрированного молока	12	12													
вода кипяченая для сухого молока	20	20													
масло сливочное	5	5													
Чай с лимоном №686-2004			**200/5**	**0,1**	**0,0**	**15,2**	**61**	**0,8**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**2,2**	**0,1**	**0,5**	**0,1**
чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	15	15													
лимон	6	5													
Хлеб пшеничный	30	30	**30**	**2,5**	**0,4**	**10,8**	**57**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**9,9**	**65,4**	**18,6**	**1,3**
или Хлеб витаминизированный			**30**												
Хлеб ржаной	40	40	**40**	**1,9**	**0,4**	**17,5**	**81**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**7,2**	**34,8**	**7,6**	**1,1**
СОННИК				***5,6***	***6,4***	***18,2***	***153***	***1,8***	***0,0***	***0,0***	***0,0***	***242,0***	***188,0***	***30,0***	***0,2***
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. (р.645-1996)	207	200	**200**	**5,6**	**6,4**	**18,2**	**153**	**1,8**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**242,0**	**188,0**	**30,0**	**0,2**
ИЛИ															
Молоко питьевое кипяченое 2,5 % №260-2004	210	200	**200**	**5,5**	**5,6**	**10,0**	**112**	**1,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**211,2**	**214,2**	**24,4**	**0,2**
ИТОГО:				***112,3***	***119,6***	***433***	***3259***	***116***	***1***	***1***	***4***	***1008***	***1533***	***334***	***19***
Соотношение белков:жиров:углеводов				***1***	***1***	***4***									

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 00113
АУ ТО «Центр технологического контроля»

ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД	1610	1684	6019	45675	1083	18	63	158	16286	25114	5374	295
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД	115	120	430	3262	77	1	4	11	1163	1794	384	21
СРЕДНЯЯ КАЛОРИЙНОСТЬ	460	1083	1720	3262								
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	14	33	53	588								
Соотношение кальция к фосфору									1,5			

Сборник рецептур блюд и
кулинарных изделий, 1996 г.
таблица № 28

Извлечение

Расход соли и специй при приготовлении блюд и изделий

Блюда	Наименование специй	
	Соль, г	Лавровый лист, г
1	2	5
1. **Холодные блюда (на порцию)**	2—3	0,01
2. **Супы (на 1000 г)'**	6—10	0,04
3. **Блюда из овощей (варка) на 1 л воды**	10	—
4. **Блюда из круп (на 1 кг крупы)**		
гречневая каша:		
рассыпчатая из ядрицы	21	—
вязкая	40	—
пшенная каша:		
рассыпчатая	25	—
вязкая	40	—
рисовая каша:		
рассыпчатая	28	—
вязкая	45	—
перловая каша:		
рассыпчатая	30	—
вязкая	45	—
овсяная каша вязкая	40	—
манная каша вязкая	45	—
кукурузная каша:		
рассыпчатая	30	—
вязкая	35	
5. **Блюда из бобовых (на 1 порцию отварных бобов)**	3—4	—
6. **Блюда из макаронных изделий (варка) на I кг изделий**	30	
7. **Блюда из яиц (на 1 шт.)**	0,25	
8. **Блюда из творога (на 1 кг)**	10	
9. **Блюда из рыбы и морепродуктов (на 1 порцию)**	3	0,01
10. **Блюда из мяса (на 1 порцию)**	4	0,02
11. **Блюда из сельскохозяйственной птицы (на 1 порцию)**	3—5	0,02

[1] Норма закладки соли в молочных супах — 6 г на **1000 г.**