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 12 до 18 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 12 до 18 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 12 до 18 лет) в соответствии с Пищевой ценностью в сутки не менее: белки - 130, жиры – 133, углеводы – 498, энергет. ценность - 3715 - **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.

Продукты, входящие в состав рецептур блюд и кулинарных изделий согласно меню указаны **в граммах**, кроме жидкости (сок, молоко, кисломолочный продукты, вода питьевая), которые указаны **в миллилитрах**.

При кулинарной обработке пищевых продуктов необходимо строго соблюдать санитарно-эпидемиологические требования к технологическим процессам приготовления блюд:

- при изготовлении вторых блюд из вареного мяса, птицы, рыбы или отпуске вареного мяса (птицы) к первым блюдам, порционированное мясо обязательно подвергают вторичному кипячению в бульоне в течение 5-7 минут;
- порционированное для первых блюд мясо может до раздачи храниться в бульоне на горячей плите или мармите (не более 1 часа);
- при перемешивании ингредиентов, входящих в состав блюд, необходимо пользоваться кухонным инвентарем, не касаясь продукта руками;
- при изготовлении картофельного (овощного) пюре следует использовать механическое оборудование;
- масло сливочное, используемое для заправки гарниров и других блюд, должно предварительно подвергаться термической обработке (растапливаться и доводиться до кипения);
- яйцо варят в течение 10 минут после закипания воды;
- яйцо рекомендуется использовать для приготовления блюд из яиц, а также в качестве компонента в составе блюд;
- омлеты и запеканки, в рецептуру которых входит яйцо, готовят в жарочном шкафу, омлеты – в течение 8-10 минут при температуре 180-200 С, слоем не более 2,5-3 см; запеканки – 20-30 минут при температуре 220-280 С, слоем не более 3-4 см; хранение яичной массы осуществляется не более 30 минут при температуре не выше 4±2°С;
- вареные колбасы, сардельки и сосиски варят не менее 5 минут после закипания;
- гарниры из риса и макаронных изделий варят в большом объеме воды (в соотношении не менее 1:6) без последующей промывки;
- салаты заправляют непосредственно перед раздачей.

Готовые первые и вторые блюда могут находиться на мармите или горячей плите не более 2-х часов с момента изготовления либо в изотермической таре (термосах) - в течение времени, обеспечивающего поддержание температуры не ниже температуры раздачи, но не более 2-х часов. Подогрев остывших ниже температуры раздачи готовых горячих блюд не допускается.

Горячие блюда (супы, соусы, напитки) при раздаче должны иметь температуру не ниже 75 °С, вторые блюда и гарниры - не ниже 65 °С, холодные супы, напитки - не выше 14 °С.

Холодные закуски должны выставляться в порционированном виде в охлаждаемый прилавок-витрину и реализовываться в течение одного часа.

Готовые к употреблению блюда из сырых овощей могут храниться в холодильнике при температуре 4 +/- 2 °С не более 30 минут.

Свежую зелень закладывают в блюда во время раздачи.

Использование сметаны и майонеза для заправки салатов не допускается.

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.

В соответствии с **СанПиН 2.3.2.1293-03 «Гигиенические требования по применению пищевых добавок», п. 2.12.1, приложение 7 СанПиН 2.4.5.2409-08:**

- Томатное пюре, джем, повидло, кисели и др. продукты использовать без консервантов и искусственных добавок.
- Консервированные овощи (кукуруза, зеленый горошек) для приготовления салатов использовать после термической обработки.
- Консервированные, соленые овощи (огурцы, томаты) для приготовления салатов и других блюд использовать без добавления уксуса, не являющимися закусочными консервами.
- Чеснок добавлять с учетом индивидуальной переносимости.

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

КОП ЛЬН ЗЕД СТЕ енк .135 02"с ря г. д ете 2 дс лет

№	Продукты	Количество продуктов в г, мл, брутто*	Фактически получено, г														за 14 дней, г	Факт в день	% выполнения
			Дни																
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14			
1	Хлеб ржаной	150	160	140	130	140	160	140	120	140	140	140	150	140	150	140	1990	142	95
2	Хлеб пшеничный**	250	190	211	218	216	255	245	266	217	213	270	210	180	315	325	3331	238	95
3	Мука пшеничная	42	59	49	69	63	75	2	4	86	40	0	19	70	26	12	572	41	97
4	Крупы, бобовые, макаронные изделия	75	47	139	18	50	69	129	101	80	76	50	132	50	61	87	1089	78	104
5	Мука картофельная	4	8	0	6	8	0	6	0	8	6	0	8	0	0	6	56	4	100
6	Картофель	400	590	33	376	678	409	409	373	446	147	610	167	426	150	494	5308	379	95
7	Овощи и зелень	475	663	331	613	497	304	544	320	151	535	425	293	755	436	465	6331	452	95
8	Фрукты свежие	300	276	257	271	434	235	471	200	206	221	461	269	250	526	226	4303	307	102
9	Фрукты сухие	20	20	30	25	18	22	15	25	45	0	18	22	15	15	22	292	21	104
10	Сахар	70	78	84	73	83	70	67	61	87	82	60	77	77	56	66	1021	73	104
11	Соки	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	2800	200	100
12	Кондитерские изделия	30	25	40	25	45	25	25	25	25	50	25	25	45	38	25	443	32	105
13	Дрожжи хлебопекарные	2	1	2	2	3	2	0	0	2	0	0	0	2	0	0	12	1	44
14	Какао	2	5	0	0	5	0	0	5	0	0	5	0	0	0	5	25	2	89
15	Чай	2	1,8	1,8	1,8	1,8	3,6	0,0	1,8	3,6	1,8	1,8	1,8	3,6	0	2	27	2	96
16	Мясо 1 категории	110	131	22	208	155	112	122	129	135	129	0	136	129	214	0	1621	116	105
17	Куры 1 категории	50	90	0	0	166	0	0	75	0	75	163	0	0	29	123	721	52	103
18	Колбасные изделия	25	0	102	0	0	0	123	0	0	0	102	0	0	0	31	358	26	102
19	Рыба - филе, сельдь	110	51	139	65	0	246	0	206	260	0	87	166	200	0	173	1593	114	103
20	Молоко, кисломолочные продукты	500	470	657	487	462	699	567	685	374	775	579	285	426	337	439	7242	517	103
22	Творог (9-процентный)	70	0	159	0	30	0	161	0	0	144	100	96	100	159	0	949	68	97
23	Сметана	11	15	12	29	10	11	16	20	0	31	0	5	0	7	12	168	12	109
24	Сыр	12	26	0	16	0	31	21	19	26	0	0	16	0	0	21	176	13	105
25	Масло сливочное	51	58	74	54	52	50	35	45	67	35	42	66	43	62	38	721	52	101
26	Масло растительное	19	27	9	23	14	11	26	14	14	21	19	18	28	11	24	260	19	98
27	Яйцо диетическое	40	2	37	44	10	60	9	30	42	68	3	135	42	73	12	567	40	101
28	Кофе (кофейный напиток)	2	0	6	0	0	0	6	0	0	6	0	6	0	6	0	28	2	98
29	Соль	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	112	8	100
30	Специи	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	28	2	100

* Постановление Правительства РФ от 7 ноября 2005 г. N 659 "Об утверждении норм материального обеспечения детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, лиц из числа 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". Приложение № 1 "Нормы обеспечения питанием детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, лиц из числа 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"

**- мучное изделие промышленного производства посчитано к норме хлеба пшеничного (7, 10 , 13,14 дни)

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001135
АУ ТО «Центр технологического контроля»

Распределение энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи для детей в возрасте с 12 до 18 лет

Постановление Правительства РФ от 7 ноября 2005 г. N 659	Завтрак	%	2 Завтрак	%	Обед	%	Полдник	%	Ужин	%	Сонник	%	ИТОГО	% выполнения
	20%		10%		30%		15%		20%		5%		100%	
	743		371,5		1115		557		743		186		3715	
1 день	779	21	357	10	1089	29	568	15	778	21	178	5	3748	101
2 день	751	20	357	10	1175	32	529	14	783	21	178	5	3772	102
3 день	722	19	357	10	1171	32	527	14	783	21	191	5	3751	101
4 день	762	21	357	10	1182	32	531	14	783	21	178	5	3793	102
5 день	733	20	357	10	1177	32	529	14	786	21	178	5	3759	101
6 день	716	19	357	10	1176	32	576	16	768	21	191	5	3784	102
7 день	780	21	357	10	1171	32	527	14	752	20	178	5	3764	101
8 день	722	19	357	10	1176	32	540	15	747	20	178	5	3719	100
9 день	752	20	357	10	1155	31	528	14	786	21	178	5	3756	101
10 день	776	21	357	10	1187	32	531	14	747	20	191	5	3789	102
11 день	751	20	357	10	1175	32	528	14	772	21	178	5	3759	101
12 день	720	19	357	10	1175	32	527	14	775	21	191	5	3744	101
13 день	750	20	362	10	1068	29	531	14	789	21	229	6	3729	100
14 день	763	21	357	10	1163	31	529	14	760	20	178	5	3749	101
итого в среднем за день	**748**	**20**	**357**	**10**	**1160**	**31**	**536**	**14**	**772**	**21**	**289**	**5**	**3758**	**101**

ПРИМЕРНОЕ 14 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ № 1135 "02" октября 2015г для питания детей - сирот и детей оставшихся без попечения родителей

с 12 до 18 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				***25,4***	***42,3***	***74,0***	***779***	***2,1***	***0,4***	***0,9***	***0,7***	***720,2***	***652,2***	***92,9***	***3,2***
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	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**												
Каша "Геркулесовая" жидкая с маслом №311-2004			**250/5**	**10,5**	**10,1**	**28,3**	**246**	**1,2**	**0,2**	**0,1**	**0,7**	**254,9**	**284,7**	**70,5**	**1,3**
крупа овсяная "Геркулес"	38	38													
вода питьевая	88	88													
молоко питьевое	133	133													
или молоко концентрированное	61	61													
или молоко сухое	16	16													
вода кипяченая для концентрированного молока	72	72													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001135
АУ ТО «Центр технологического контроля»

вода кипяченая для сухого молока	117	117													
сахар	5	5													
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													
2 завтрак				***6***	***7***	***68***	***357***	***4***	***0***	***0***	***0***	***40***	***54***	***0***	***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**
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, 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**
ОБЕД				***46,6***	***38,8***	***138,5***	***1089***	***59,7***	***0,8***	***0,2***	***5,0***	***115,8***	***553,1***	***164,3***	***12,3***
Помидор консервированный или свежий №101-2004			**100**	**0,6**	**0,2**	**4,2**	**21**	**7,4**	**0,0**	**0,0**	**0,2**	**4,1**	**7,6**	**0,9**	**0,3**
помидор консервированный без уксуса	182	100													
или помидоры свежие парниковые	102	100													
или помидоры свежие грунтовые	118	100													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													

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			**230**	**5,9**	**8,4**	**19**	**175**	**43,6**	**0,1**	**0,0**	**2,6**	**23,3**	**88,3**	**38,0**	**1,4**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	51	38													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001135
АУ ТО «Центр технологического контроля»

01.11.-31.12. -30%	54	38													
01.01-29.02 - 35%	59	38													
01.03 - 40%	63	38													
капуста белокочанная свежая	119	95													
морковь до 01.01.-20%	73	58													
с 01.01 - 25%	77	58													
лук репчатый	27	23													
масло растительное	7	7													
для соуса томатного (№587-2004)		70													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	12	12													
мука пшеничная	3	3													
морковь до 01.01.-20%	15,0	12													
с 01.01 - 25%	16,0	12													
лук репчатый	2,4	2,0													
масло сливочное	3	3													
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	100	100	**100**	**8,2**	**1,4**	**36,1**	**190**	**0,0**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**33,0**	**218,0**	**62,0**	**4,2**
или Хлеб витаминизированный			**100**												
Хлеб ржаной	80	80	**80**	**3,8**	**0,8**	**35,0**	**162**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**14,4**	**69,6**	**15,2**	**2,2**
ПОЛДНИК				***15,7***	***7,5***	***109,3***	***568***	***24,5***	***0,2***	***0,3***	***0,1***	***55,2***	***185,2***	***108,9***	***2,0***
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													
горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	57	38													
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	69	38													
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	51	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	7,1	6													
масло растительное	2	2													
яйцо куриное для смазки изделия	2	2													
масло растительное для смазки листа	1	1													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001135
АУ ТО «Центр технологического контроля»

Фрукт (посчитана пищевая ценность бананов) №458-2006, Москва			**230**	**3,5**	**0,2**	**39,9**	**176**	**23,0**	**0,0**	**0,2**	**0,0**	**18,4**	**64,4**	**96,6**	**1,4**
Кисель из чернослива или кураги №643-2004			**200**	**0,1**	**0,1**	**25,2**	**102**	**1,5**	**0,0**	**0,0**	**0,1**	**7,4**	**8,2**	**0,0**	**0,6**
чернослив или курага	20	20													
мука картофельная (крахмал)	8	8													
сахар	15	15													
УЖИН				***31,6***	***30,6***	***93,9***	***777,8***	***12,4***	***0,4***	***0,3***	***1,1***	***141,0***	***514,4***	***76,9***	***8,0***
Салат из белокочанной капусты №43-2004			**100**	**1,6**	**5,0**	**5,9**	**75**	**7,2**	**0,0**	**0,2**	**0,3**	**42,7**	**33,2**	**4,8**	**0,6**
капуста белокочанная свежая	160	81													
лук репчатый	18	15													
или лук зеленый	19	15													
масло растительное	5	5													
Курица, запечённая с картофелем в сметанном соусе (Технико-Технологическая карта)			**300**	**22,1**	**24,2**	**24,2**	**403**	**4,1**	**0,2**	**0,1**	**0,7**	**63,5**	**297,0**	**22,8**	**3,1**
курица потрошеная 1 категории	114	102													
или окорочок куриный	108	102													
или грудка куриная	108	102													
а запеченной курицы (порционные кусочки)		70													
или филе куриное промышленного производства	90	87													
масса запеченного филе (мякоть)		70													
масло растительное	8	8													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	313	235													
01.11.-31.12. -30%	336	235													
01.01-29.02 - 35%	362	235													
01.03 - 40%	392	235													

масло сливочное	5	5													
соус сметанный:		50													
сметана	15	15													
мука пшеничная	2,5	2,5													
вода питьевая	35	35													
масло сливочное	2,5	2,5													
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	60	60	**60**	**4,9**	**0,8**	**21,7**	**114**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**19,8**	**130,8**	**37,2**	**2,5**
или Хлеб витаминизированный			**60**												
Хлеб ржаной	60	60	**60**	**2,8**	**0,6**	**26,2**	**122**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**10,8**	**52,2**	**11,4**	**1,7**
СОННИК				***5,6***	***6,8***	***23,5***	***178***	***1,8***	***0,0***	***0,0***	***0,0***	***288,0***	***134,0***	***30,0***	***0,2***
Кисломолочный напиток (ряженка, биопростокваша, ацидофилин, снежок, йогурт питьевой (р.645-1996)	207	200	**200**	**5,6**	**6,8**	**23,5**	**178**	**1,8**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**288,0**	**134,0**	**30,0**	**0,2**
ИТОГО:				***131***	***133***	***507***	***3748***	***104***	***1,8***	***1,6***	***6,8***	***1360***	***2092,9***	***473,0***	***25,6***
Соотношение белков:жиров:углеводов				***1***	***1***	***4***									

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				***32,2***	***30,3***	***87,4***	***751***	***1,8***	***0,2***	***0,6***	***1,1***	***438,5***	***529,4***	***77,9***	***3,1***
Бутерброд с маслом №1-2004			**30/15**	**2,4**	**11,1**	**15,0**	**170**	**0,0**	**0,0**	**0,6**	**0,5**	**9,6**	**24,0**	**4,2**	**0,3**
хлеб пшеничный	30	30													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001135
АУ ТО «Центр технологического контроля»

масло сливочное	15	15													
Пудинг из творога с молоком сгущенным №362-2004			**230**	**23,3**	**15,4**	**33,1**	**364**	**0,5**	**0,1**	**0,0**	**0,6**	**298,9**	**347,5**	**41,9**	**1,0**
творог	159	157													
крупа манная	16	16													
яйцо куриное	20	20													
масло сливочное	7	7													
сахар	20	20													
изюм	15,2	15													
ванилин	0,02	0,02													
сметана	7	7													
сухари	7	7													
масло сливочное (для смазки)	6	6													
масса готового пудинга		200													
молоко сгущенное с сахаром	30	30													
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	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
2 завтрак				***6***	***7***	***68***	***357***	***4***	***0***	***0***	***0***	***40***	***54***	***0***	***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
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, 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
ОБЕД				***31,9***	***40,6***	***170,5***	***1175***	***23,8***	***0,5***	***0,6***	***4,3***	***162,7***	***484,1***	***110,2***	***9,4***
Икра кабачковая промышленного производства для детского питания №101-2004	105	100	100	0,5	4,4	5,2	62	5,0	0,0	0,0	2,2	28,2	29,5	0,0	0,8
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													
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													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001135
АУ ТО «Центр технологического контроля»

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			**180**	**6,2**	**4,5**	**37,2**	**214**	**0,0**	**0,1**	**0,1**	**1,1**	**15,9**	**48,8**	**8,8**	**0,9**
макаронные изделия	63	63													
масло сливочное	6	6													
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	100	100	**100**	**8,2**	**1,4**	**36,1**	**190**	**0,0**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**33,0**	**218,0**	**62,0**	**4,2**
или Хлеб витаминизированный			**100**												
Хлеб ржаной	70	70	**70**	**3,3**	**0,7**	**30,6**	**142**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**12,6**	**60,9**	**13,3**	**2,0**
Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность яблок, груш, апельсин, мандарин и т. д.)№458-2006, 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				***19,2***	***17,1***	***74,5***	***529***	***4,4***	***0,1***	***0,1***	***0,0***	***266,8***	***281,5***	***31,7***	***0,4***
Пирожок печенный с яблоками №687-1996			**100**	**7,0**	**6,8**	**55,5**	**312**	**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)			**15**	**5,8**	**5,1**	**7,0**	**97**	**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**	**5,2**	**12,0**	**120**	**1,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**211,2**	**214,2**	**24,4**	**0,2**
УЖИН				***35,5***	***31,9***	***88,6***	***783***	***31,5***	***0,4***	***0,2***	***1,3***	***269,6***	***575,1***	***125,5***	***5,5***
Шницель рыбный натуральный с маслом сливочным №391-2004			**120/10**	**24,4**	**20,5**	**4,5**	**300**	**1,1**	**0,2**	**0,1**	**0,6**	**34,8**	**233,6**	**35,6**	**1,4**
горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	155	103													
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	187	103													
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	139	103													
или треска потрошеная обезглавленая (филе с кожей без костей)	135	103													
лук репчатый	23	19													
молоко питьевое	10	10													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001135
АУ ТО «Центр технологического контроля»

яйцо куриное	10	10													
сухари	14	14													
масло растительное	8	8													
масло сливочное	10	10													
Рис припущенный с овощами (Технико-Технологическая карта)			**200**	**3,9**	**7,2**	**29,0**	**196**	**30,0**	**0,0**	**0,2**	**0,7**	**27,8**	**82,7**	**36,3**	**1,0**
крупа рисовая	60	60													
масло сливочное	10	10													
кукуруза консервированная	50	30													
морковь до 01.01.-20%	38	30													
с 01.01 - 25%	40	30													
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	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***	***6,8***	***23,5***	***178***	***1,8***	***0,0***	***0,0***	***0,0***	***288,0***	***134,0***	***30,0***	***0,2***

Кисломолочный напиток (ряженка, биопростокваша, ацидофилин, снежок, йогурт питьевой (р.645-1996)	207	200	200	5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
ИТОГО:				*131*	*134*	*512*	*3772*	*67,3*	*1,3*	*1,6*	*6,7*	*1466*	*2058,1*	*375,2*	*18,6*
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				*23,5*	*32,3*	*84,2*	*722*	*1,4*	*0,2*	*0,0*	*0,6*	*435,5*	*472,8*	*69,0*	*2,5*
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			300	9,5	8,7	25,0	216	0,8	0,0	0,0	0,1	160,3	141,6	14,1	0,3
молоко питьевое	150	150													
или молоко концентрированное	69	69													
или молоко сухое	18	18													
вода кипяченая для концентрированного молока	81	81													
вода кипяченая для сухого молока	132	132													
вода питьевая	138	138													
крупа рисовая, или манная, или кукурузная	18	18													
или ячневая, или гречневая, или пшено	24	24													
масло сливочное	5	5													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001135
АУ ТО «Центр технологического контроля»

сахар	5	5													
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**	**21,5**	**88**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
чай-заварка	1,8	1,8													
сахар	20	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**
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**												
2 завтрак				***6***	***7***	***68***	***357***	***4***	***0***	***0***	***0***	***40***	***54***	***0***	***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**
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, 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**
ОБЕД				***49,2***	***34,8***	***165,1***	***1171***	***92,6***	***0,8***	***0,0***	***10,8***	***160,2***	***575,8***	***180,3***	***12,0***
Салат из отварных овощей (Технико-Технологическая карта)			**100**	**2,6**	**5,0**	**14,0**	**111**	**1,6**	**0,1**	**0,0**	**2,5**	**22,2**	**68,4**	**1,4**	**0,6**
морковь до 01.01.-20%	28	22													
с 01.01 - 25%	29	22													
свекла до 01.01 -20%	44	35													
с 01.01 - 25%	47	35													
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	62	40													
масло растительное на полив при подаче	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													

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													
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)			**300**	**23,5**	**21,3**	**43,7**	**461**	**6,4**	**0,3**	**0,0**	**5,8**	**61,8**	**101,1**	**75,3**	**4,2**
говядина 1 категории	107	79													
или говядина полуфабрикат	93	79													
масло растительное	12	12													
масса тушеного мяса		50													
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													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001135
АУ ТО «Центр технологического контроля»

морковь до 01.01.-20%	69	55													
с 01.01 - 25%	73	55													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	3	3													
или помидоры свежие грунтовые	24	20													
или помидоры свежие парниковые	20,4	20													
лук репчатый	24	20													
сметана	19	19													
бульон или вода питьевая	50	50													
Отвар из плодов шиповника №705-2004			**200**	**0,7**	**0,3**	**30,1**	**126**	**82,0**	**0,0**	**0,0**	**1,4**	**12,1**	**3,2**	**3,2**	**0,3**
шиповник	25	25													
сахар	20	20													
Хлеб пшеничный	90	90	**90**	**7,4**	**1,3**	**32,5**	**171**	**0,0**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**29,7**	**196,2**	**55,8**	**3,8**
или Хлеб витаминизированный			**90**												
Хлеб ржаной	80	80	**80**	**3,8**	**0,8**	**35,0**	**162**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**14,4**	**69,6**	**15,2**	**2,2**
ПОЛДНИК				***16,1***	***19,0***	***73,0***	***527,4***	***3,0***	***0,1***	***0,2***	***1,1***	***326,6***	***207,9***	***42,3***	***0,2***
Булочка дорожная №470-2004			**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 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 (ряженка, биопростокваша, ацидофилин, снежок, йогурт питьевой (р.645-1996)	207	200	**200**	**5,6**	**6,8**	**23,5**	**178**	**1,8**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**288,0**	**134,0**	**30,0**	**0,2**
УЖИН				***31***	***41***	***72***	***783***	***13***	***0***	***1***	***4***	***178***	***425***	***86***	***7***
Яйцо отварное р.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 из мяса с маслом №451-2004			**100/10**	**16,3**	**23,1**	**4,8**	**292**	**0,1**	**0,3**	**0,0**	**3,1**	**39,1**	**164,3**	**26,6**	**2,6**
говядина 1 категории	101	74													
или говядина полуфабрикат	87	74													
или фарш промышленного производства	74	74													
хлеб пшеничный	18	18													
молоко питьевое или вода питьевая	20	20													
яйцо куриное	4	4													
сухари	10	10													
масло растительное	6	6													
масло сливочное	10	10													
Капуста тушённая в соусе сметанном (Технико-Технологическая карта)			**230**	**5,1**	**12,7**	**14,0**	**191**	**12,1**	**0,0**	**0,0**	**0,5**	**95,6**	**74,0**	**22,3**	**1,3**
капуста белокочанная свежая	319	255													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001135
АУ ТО «Центр технологического контроля»

морковь до 01.01.-20%	23	18													
с 01.01 - 25%	24	18													
лук репчатый	14	12													
масло сливочное	12	12													
сметана	10	10													
мука пшеничная	4	4													
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				***3,8***	***0,3***	***43,3***	***190,9***	***25,0***	***0,1***	***0,2***	***0,0***	***20,0***	***70,0***	***105,0***	***1,5***
Фрукт (посчитана пищевая ценность бананов) №458-2006, Москва			**250**	**3,8**	**0,3**	**43,3**	**191**	**25,0**	**0,1**	**0,2**	**0,0**	**20,0**	**70,0**	**105,0**	**1,5**
ИТОГО:				***130***	***135***	***505***	***3751***	***139***	***1,7***	***1,0***	***16,3***	***1160***	***1805,3***	***483,0***	***23,7***
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				***21,7***	***21,6***	***120,3***	***762***	***2,0***	***0,3***	***0,2***	***0,9***	***429,9***	***440,4***	***66,5***	***3,6***
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			**250/5**	**9,8**	**10,9**	**33,0**	**269**	**0,5**	**0,1**	**0,1**	**0,1**	**222,6**	**155,7**	**24,7**	**0,3**
крупа кукурузная	50	50													
сахар	5	5													
вода питьевая	85	85													
молоко питьевое	125	125													
или молоко концентрированное	58	58													
или молоко сухое	15	15													
вода кипяченая для концентрированного молока	68	68													
вода кипяченая для сухого молока	110	110													
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**

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 00743 5
АУ ТО «Центр технологического контроля»

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												
2 завтрак				***6***	***7***	***68***	***357***	***4***	***0***	***0***	***0***	***40***	***54***	***0***	***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
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, 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
ОБЕД				***46,4***	***52,1***	***131,9***	***1182***	***28,4***	***0,7***	***0,1***	***5,7***	***249,8***	***655,4***	***188,7***	***10,7***
Салат из моркови с маслом растительным №52-2006, Москва			100	1,1	5,0	5,4	71	1,2	0,0	0,0	2,5	23,1	41,3	7,8	0,6
морковь до 01.01.-20%	120	96													
с 01.01 - 25%	128	96													
масло растительное	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
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													
Курица запеченная с маслом №494-2004			**100/10**	**21,0**	**27,0**	**0,0**	**327**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**1,8**	**74,4**	**82,6**	**3,7**	**0,5**
курица потрошеная 1 категории	166	145													
или окорочок куриный	157	145													
или грудка куриная	154	145													
сметана	5	5													
масло растительное	3	3													
масло сливочное	10	10													
Овощи припущенные №524-2004			**230**	**6,3**	**11,8**	**16,9**	**199**	**13,4**	**0,3**	**0,1**	**0,6**	**51,5**	**177,4**	**69,6**	**1,9**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	120	90													
01.11.-31.12. -30%	129	90													
01.01-29.02 - 35%	139	90													
01.03 - 40%	150	90													
горошек зеленый консервированный	92	60													
морковь до 01.01.-20%	81	65													
с 01.01 - 25%	86	65													
лук репчатый	36	30													
масло сливочное	15	15													
мука пшеничная	4	4													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001135
АУ ТО «Центр технологического контроля»

Компот из кураги + Витамин "С" №638-2004			**200**	**0,8**	**0,0**	**27,8**	**114**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**0,5**	**16,0**	**14,1**	**12,8**	**0,4**
курага	18	18													
сахар	20	20													
Хлеб пшеничный	90	90	**90**	**7,4**	**1,3**	**32,5**	**171**	**0,0**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**29,7**	**196,2**	**55,8**	**3,8**
или Хлеб витаминизированный			**90**												
Хлеб ржаной	90	90	**90**	**4,2**	**0,9**	**39,3**	**182**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**16,2**	**78,3**	**17,1**	**2,5**
ПОЛДНИК				***17,1***	***13,4***	***85,4***	***531,2***	***26,9***	***0,1***	***0,2***	***0,1***	***74,0***	***139,6***	***113,2***	***2,7***
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, Москва			**250**	**3,8**	**0,3**	**43,3**	**191**	**25,0**	**0,1**	**0,2**	**0,0**	**20,0**	**70,0**	**105,0**	**1,5**
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)	34,2	30													
мука картофельная (крахмал)	8	8													
сахар	15	15													

УЖИН				***33,6***	***32,4***	***89,0***	***783***	***28,8***	***0,5***	***0,1***	***6,3***	***68,6***	***402,6***	***105,5***	***7,4***
Овощи консервированные без уксуса (огурцы) №101-2001	**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			**300/10**	**27,1**	**32,0**	**32,2**	**525**	**11,3**	**0,4**	**0,1**	**38,3**	**42,2**	**321,9**	**78,5**	**4,9**
говядина 1 категории	133	98													
или говядина полуфабрикат	116	98													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	380	286													
01.11.-31.12. -30%	409	286													
01.01-29.02 - 35%	440	286													
01.03 - 40%	478	286													
лук репчатый	26	22													
масло растительное	6	6													
сухари	6	6													
масло сливочное	10	10													
ИЛИ															
Жаркое по-домашнему №436-2004			**300**	**26,8**	**31,0**	**31,2**	**511**	**6,2**	**0,3**	**0,0**	**5,7**	**32,4**	**268,1**	**60,6**	**3,8**
говядина 1 категории	129	95													
или говядина полуфабрикат	112	95													
масло растительное	10	10													
масса тушеного мяса		60													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	233	175													
01.11.-31.12. -30%	250	175													
01.01-29.02 - 35%	270	175													

ЭКЗЕМПЛЯР ОРИГИНАЛ
Меню № 001135
АУ ТО «Центр технологического контроля»

01.03 - 40%	292	175													
морковь до 01.01.-20%	31	25													
с 01.01 - 25%	33	25													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	7	7													
лук репчатый	27	23													
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, Москва			**150**	**1,4**	**0,4**	**12,2**	**57**	**6,8**	**0,0**	**0,1**	**0,1**	**5,1**	**4,8**	**2,0**	**0,5**
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	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				***5,6***	***6,8***	***23,5***	***178***	***1,8***	***0,0***	***0,0***	***0,0***	***288,0***	***134,0***	***30,0***	***0,2***
Кисломолочный напиток (ряженка, биопростокваша, ацидофилин, снежок, йогурт питьевой (р.645-1996)	207	200	**200**	**5,6**	**6,8**	**23,5**	**178**	**1,8**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**288,0**	**134,0**	**30,0**	**0,2**
ИТОГО:				***131***	***133***	***518***	***3793***	***92***	***1,7***	***0,5***	***12,9***	***1150***	***1825,9***	***503,8***	***24,6***
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				***26,7***	***28,8***	***91,7***	***733***	***1,7***	***0,3***	***1,1***	***1,1***	***513,5***	***549,0***	***75,7***	***5,0***
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	13,5												
Суп молочный с макаронными изделиями №161-1996			**300**	**8,5**	**9,7**	**24,6**	**220**	**0,8**	**0,1**	**0,0**	**0,4**	**162,6**	**134,4**	**9,3**	**0,4**
молоко питьевое	150	150													
или молоко концентрированное	69	69													
или молоко сухое	18	18													
вода кипяченая для концентрированного молока	81	81													
вода кипяченая для сухого молока	132	132													
вода питьевая	126	126													
макаронные изделия	24	24													
масло сливочное	5	5													
сахар	5	5													
Яйцо отварное р.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**	**0,2**	**0,0**	**20,2**	**82**	**0,8**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**2,2**	**0,1**	**0,5**	**0,1**
чай-заварка	1,8	1,8													
сахар	20	20													
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	60	60	**60**	**4,9**	**0,8**	**21,7**	**114**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**19,8**	**130,8**	**37,2**	**2,5**
или Хлеб витаминизированный			**60**												
2 завтрак				***6***	***7***	***68***	***357***	***4***	***0***	***0***	***0***	***40***	***54***	***0***	***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 № 001135
АУ ТО «Центр технологического контроля»

Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, 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**
ОБЕД				***52,0***	***41,1***	***149,8***	***1177***	***13,9***	***0,8***	***0,1***	***10,2***	***186,0***	***681,2***	***167,6***	***10,6***
Салат из свеклы с зеленым горошком (Технико-Технологическая карта)			**100**	**2,3**	**5,0**	**7,1**	**83**	**3,6**	**0,1**	**0,0**	**2,3**	**30,7**	**57,8**	**3,7**	**1,1**
свекла до 01.01 -20%	92,5	74													
с 01.01 - 25%	98	74													
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	39	25													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
масло растительное на полив при подаче	5	5													
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			**120/10**	**28,6**	**23,0**	**3,8**	**337**	**0,8**	**0,2**	**0,1**	**6,7**	**24,0**	**153,2**	**18,0**	**0,3**
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	184	136													
или ряпушка неразделанная	166	143													
или горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	219	143													
или горбуша неразделанная (филе с кожей без костей)	246	143													
или треска потрошеная обезглавленая (филе с кожей без костей)	187	143													
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	233	143													
мука пшеничная	6	6													
масло растительное	6	6													
масло сливочное	10	10													
Пюре картофельное №520-2004			**200**	**4,0**	**5,0**	**25,7**	**164**	**2,9**	**0,1**	**0,0**	**0,4**	**47,6**	**103,5**	**34,6**	**1,2**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	226	170													
01.11.-31.12. -30%	243	170													
01.01-29.02 - 35%	262	170													
01.03 - 40%	284	170													
молоко питьевое	32	32													
или молоко концентрированное	15	15													
или молоко сухое	4	4													
вода кипяченая для концентрированного молока	17	17													
вода кипяченая для сухого молока	28	28													

ЭКЗЕМПЛЯР ОРИГИНАЛ
Меню № 00-1135
АУ ТО «Центр технологического контроля»

масло сливочное	7	7													
Компот из сухофруктов + Витамин "С" №638-2004			**200**	**0,8**	**0,0**	**25,8**	**106**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**0,5**	**16,0**	**14,1**	**12,8**	**0,4**
сухофрукты	22	22													
сахар	20	20													
Хлеб пшеничный	90	90	**90**	**7,4**	**1,3**	**32,5**	**171**	**0,0**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**29,7**	**196,2**	**55,8**	**3,8**
или Хлеб витаминизированный			**90**												
Хлеб ржаной	90	90	**90**	**4,2**	**0,9**	**39,3**	**182**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**16,2**	**78,3**	**17,1**	**2,5**
ПОЛДНИК				***16,1***	***13,2***	***86,4***	***529***	***24,4***	***0,2***	***0,6***	***1,1***	***272,4***	***353,0***	***132,8***	***2,2***
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, Москва			**230**	**3,5**	**0,2**	**39,9**	**176**	**23,0**	**0,0**	**0,2**	**0,0**	**18,4**	**64,4**	**96,6**	**1,4**
УЖИН				***23,2***	***36,4***	***91,4***	***786,3***	***0,5***	***0,4***	***0,1***	***1,3***	***245,8***	***582,2***	***160,3***	***9,5***
Тефтели из мяса с соусом (461-2004)			**100/50**	**9,3**	**21,4**	**2,4**	**239**	**0,1**	**0,2**	**0,1**	**0,5**	**20,1**	**143,1**	**25,8**	**2,4**
говядина 1 категории	90	66													
или говядина полуфабрикат	78	66													
или фарш промышленного производства	66	66													
хлеб пшеничный	15	15													
молоко питьевое или вода питьевая	20	20													
лук репчатый	25	21													
масло сливочное	10	10													
масса припущенного с маслом лука		**15**													
мука пшеничная	3	3													
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													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001135
АУ ТО «Центр технологического контроля»

сахар	0,2	0,2													
Каша гречневая вязкая, с морковью (Технико-Технологическая карта)			**230**	**4,5**	**10,5**	**22,3**	**202**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,8**	**10,2**	**128,1**	**66,6**	**3,0**
крупа гречневая	45	45													
морковь до 01.01.-20%	63	50													
с 01.01 - 25%	67	50													
вода питьевая	145	145													
масло сливочное	10	10													
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													
Хлеб пшеничный	60	60	**60**	**4,9**	**0,8**	**21,7**	**114**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**19,8**	**130,8**	**37,2**	**2,5**
или Хлеб витаминизированный			**60**												
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**
СОННИК				***5,6***	***6,8***	***23,5***	***178***	***1,8***	***0,0***	***0,0***	***0,0***	***288,0***	***134,0***	***30,0***	***0,2***
Кисломолочный напиток (ряженка, биопростокваша, ацидофилин, снежок, йогурт питьевой (р.645-1996)	207	200	**200**	**5,6**	**6,8**	**23,5**	**178**	**1,8**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**288,0**	**134,0**	**30,0**	**0,2**
ИТОГО:				***130***	***133***	***510***	***3759***	***46,4***	***1,8***	***1,9***	***13,6***	***1546***	***2353,4***	***566,3***	***27,5***
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				***24,2***	***24,7***	***99,3***	***716***	***2,0***	***0,4***	***0,0***	***1,1***	***439,9***	***544,7***	***116,7***	***4,8***
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 пшенная жидкая с маслом №311-2004			**250/5**	**9,0**	**9,1**	**38,3**	**271**	**0,7**	**0,2**	**0,0**	**0,3**	**186,3**	**226,1**	**57,0**	**1,5**
крупа пшено	50	50													
молоко питьевое	210	210													
или молоко концентрированное	97	97													
или молоко сухое	25	25													
вода кипяченая для концентрированного молока	113	113													
вода кипяченая для сухого молока	185	185													
сахар	5	5													
соль йодированная	1,3	1,3													
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													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001135
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													
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**												
2 завтрак				***6***	***7***	***68***	***357***	***4***	***0***	***0***	***0***	***40***	***54***	***0***	***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**
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, 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**
ОБЕД				***39,6***	***45,0***	***153,3***	***1176***	***30,9***	***0,8***	***1,1***	***4,1***	***149,1***	***595,5***	***160,0***	***11,5***
Помидор консервированный или свежий №101-2004			**100**	**0,6**	**0,2**	**4,2**	**21**	**7,4**	**0,0**	**0,0**	**0,2**	**4,1**	**7,6**	**0,9**	**0,3**
помидор консервированный без уксуса	182	100													
или помидоры свежие парниковые	102	100													
или помидоры свежие грунтовые	118	100													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
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													
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			**100/10**	**16,3**	**23,1**	**4,8**	**292**	**0,1**	**0,3**	**0,0**	**3,1**	**39,1**	**164,3**	**26,6**	**2,6**
говядина 1 категории	101	74													
или говядина полуфабрикат	87	74													
или фарш промышленного производства	74	74													
хлеб пшеничный	18	18													
молоко питьевое или вода питьевая	20	20													
яйцо куриное	4	4													
сухари	10	10													
масло растительное	6	6													
масло сливочное	10	10													
Овощи тушеные № 225-2004			**230**	**4,1**	**12,7**	**23,3**	**224**	**11,8**	**0,1**	**0,5**	**0,5**	**41,2**	**76,1**	**37,3**	**1,2**
морковь до 01.01.-20%	94	75													
с 01.01 - 25%	100	75													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001135
АУ ТО «Центр технологического контроля»

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													
капуста белокочанная свежая	138	110													
масло растительное	15	15													
вода питьевая	70	70													
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, 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**
Хлеб пшеничный	90	90	**90**	**7,4**	**1,3**	**32,5**	**171**	**0,0**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**29,7**	**196,2**	**55,8**	**3,8**
или Хлеб витаминизированный			**90**												
Хлеб ржаной	70	70	**70**	**3,3**	**0,7**	**30,6**	**142**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**12,6**	**60,9**	**13,3**	**2,0**
ПОЛДНИК				***36,8***	***25,0***	***51,0***	***576,2***	***2,5***	***0,0***	***0,0***	***0,2***	***502,0***	***446,0***	***37,8***	***0,4***
Запеканка из творога со сгущённым молоком №366-2004			**200**	**31,2**	**18,2**	**27,5**	**399**	**0,7**	**0,0**	**0,0**	**0,2**	**214,0**	**312,0**	**7,8**	**0,2**
творог	161	160													
крупа манная	11	11													
или мука пшеничная	12	12													
сахар	9	9													
яйцо куриное	5	5													
масло сливочное	7	7													
сухари	7	7													

сметана	6	6													
масса готовой запеканки		170													
молоко сгущенное с сахаром	30	30													
Кисломолочный напиток (ряженка, биопростокваша, ацидофилин, снежок, йогурт питьевой (р.645-1996)	207	200	**200**	**5,6**	**6,8**	**23,5**	**178**	**1,8**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**288,0**	**134,0**	**30,0**	**0,2**
УЖИН				***20,5***	***31,1***	***101,5***	***768,0***	***17,6***	***0,2***	***0,7***	***2,5***	***90,6***	***258,6***	***67,1***	***9,3***
Салат с морской капустой №362-2002			**100**	**0,2**	**5,0**	**5,1**	**66**	**16,4**	**0,0**	**0,0**	**1,4**	**24,0**	**45,7**	**27,4**	**5,4**
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													
морковь до 01.01.-20%	41	33													
с 01.01 - 25%	44	33													
капуста морская консервированная	37	36													
лук репчатый	12	10													
масло растительное	5	5													
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													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001135
АУ ТО «Центр технологического контроля»

масло сливочное	1,5	1,5													
Макаронные изделия отварные №516-2004			**180**	**6,2**	**4,5**	**37,2**	**214**	**0,0**	**0,1**	**0,1**	**1,1**	**15,9**	**48,8**	**8,8**	**0,9**
макаронные изделия	63	63													
масло сливочное	6	6													
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	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**
СОННИК				***3,8***	***0,3***	***43,3***	***190,9***	***25,0***	***0,1***	***0,2***	***0,0***	***20,0***	***70,0***	***105,0***	***1,5***
Фрукт (посчитана пищевая ценность бананов) №458-2006, Москва			**250**	**3,8**	**0,3**	**43,3**	**191**	**25,0**	**0,1**	**0,2**	**0,0**	**20,0**	**70,0**	**105,0**	**1,5**
ИТОГО:				***131***	***133***	***516***	***3784***	***82,1***	***1,6***	***2,0***	***7,8***	***1242***	***1968,8***	***486,6***	***27,5***
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				***22,6***	***30,5***	***103,8***	***779,7***	***1,2***	***0,3***	***0,7***	***1,1***	***440,7***	***451,5***	***64,3***	***3,2***
Бутерброд с маслом №1-2004			**30/15**	**2,4**	**11,1**	**15,0**	**170**	**0,0**	**0,0**	**0,6**	**0,5**	**9,6**	**24,0**	**4,2**	**0,3**
хлеб пшеничный	30	30													

масло сливочное	15	15													
Каша манная молочная жидкая с маслом №262-1996			**250/5**	**12,0**	**12,9**	**39,6**	**323**	**0,5**	**0,1**	**0,1**	**0,7**	**237,3**	**189,2**	**31,5**	**0,6**
крупа манная	38	38													
вода питьевая	88	88													
молоко питьевое	133	133													
или молоко концентрированное	61	61													
или молоко сухое	16	16													
вода кипяченая для концентрированного молока	72	72													
вода кипяченая для сухого молока	117	117													
сахар	5	5													
соль йодированная	1,3	1,3													
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			**40**	**3,3**	**0,6**	**14,4**	**76**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**13,2**	**87,2**	**24,8**	**1,7**

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001135
АУ ТО «Центр технологического контроля»

или Хлеб витаминизированный			40													
2 завтрак				***6***	***7***	***68***	***357***	***4***	***0***	***0***	***0***	***40***	***54***	***0***	***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**
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, 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**
ОБЕД				***43,5***	***37,1***	***165,9***	***1171***	***102***	***0,6***	***0,4***	***7,0***	***159,9***	***626,7***	***159,7***	***9,8***
Сельдь с луком и маслом №89-2004			**100/10/5**	**5,6**	**7,8**	**0,6**	**95**	**2,0**	**0,0**	**0,0**	**0,1**	**88,2**	**223,2**	**34,1**	**1,0**
сельдь слабосоленая тихоокеанская (разделка на филе)	206	100													
лук репчатый	12	10													
масло растительное	5	5													
ИЛИ															
Салат рыбный с зеленым горошком и яйцом №4-1992			**100**	**9,1**	**6,3**	**1,9**	**101**	**2,4**	**0,1**	**0,3**	**2,4**	**28,0**	**108,3**	**26,4**	**0,9**
минтай потрошенный обезглавленный (филе без кожи и костей)	65	43													
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	65	43													
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	78	43													
или треска потрошеная обезглавленая (филе без кожи и костей)	58	43													
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе без кожи и костей)	80	43													
Масса припущенной рыбы		35													
огурцы солёные (без уксуса)	51	28													
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	31	20													
яйцо куриное	15	15													
масло растительное	5	5													

Свекольник с мясом, со сметаной №34-2004, Пермь			**250/10/5**	**5,1**	**6,9**	**15,0**	**143**	**6,57**	**0,09**	**0,03**	**0,26**	**39,67**	**85,52**	**31,79**	**1,81**
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													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001135
АУ ТО «Центр технологического контроля»

бульон или отвар	35	35													
лук репчатый	14	12													
масло растительное	5	5													
Рис припущенный №512-2004			**180**	**4,4**	**4,3**	**40,9**	**220**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,3**	**6,6**	**94,7**	**30,9**	**0,6**
крупа рисовая	63	63													
масло сливочное	5	5													
Отвар из плодов шиповника №705-2004			**200**	**0,7**	**0,3**	**30,1**	**126**	**82,0**	**0,0**	**0,0**	**1,4**	**12,1**	**3,2**	**3,2**	**0,3**
шиповник	25	25													
сахар	20	20													
Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность яблок, груш, апельсин, мандарин и т. д.)№458-2006, 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	60	60	**60**	**4,9**	**0,8**	**21,7**	**114**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**19,8**	**130,8**	**37,2**	**2,5**
или Хлеб витаминизированный			**60**												
Хлеб ржаной	70	70	**70**	**3,3**	**0,7**	**30,6**	**142**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**12,6**	**60,9**	**13,3**	**2,0**
ПОЛДНИК				***18,9***	***20,5***	***66,8***	***527***	***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 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**
УЖИН				***34,3***	***32,7***	***80,0***	***751,5***	***30,3***	***0,4***	***0,1***	***1,2***	***239,3***	***509,0***	***85,5***	***5,8***
Горошек зеленый консервированный (после термической обработки) №101-2004	154	100	**100**	**8,6**	**0,4**	**12,5**	**88**	**10,0**	**0,0**	**0,0**	**0,4**	**22,9**	**106,1**	**13,1**	**0,6**
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
или Огурцы свежие парниковые №70-2006, Москва	102	100	**100**	**0,8**	**0,1**	**2,5**	**14**	**9,8**	**0,0**	**0,0**	**0,1**	**22,5**	**41,2**	**13,7**	**0,6**
или Огурцы свежие грунтовые	105	100													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													

Колбаски по-домашнему из птицы с маслом (Технико-Технологическая карта)			**100/10**	**18,9**	**24,1**	**4,4**	**310**	**1,1**	**0,1**	**0,1**	**0,5**	**44,9**	**148,3**	**19,7**	**1,4**
курица потрошеная 1 категории (филе без кожи)	174	75													
или филе куриное промышленного производства	76	75													
или фарш куриный промышленного производства	75	75													
лук репчатый	12	10													
чеснок свежий	3	2													
яйцо куриное	10	10													
молоко питьевое или вода питьевая	5	5													
сухари	6	6													
масло растительное	4	4													
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													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001135
АУ ТО «Центр технологического контроля»

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				***5,6***	***6,8***	***23,5***	***178***	***1,8***	***0,0***	***0,0***	***0,0***	***288,0***	***134,0***	***30,0***	***0,2***
Кисломолочный напиток (ряженка, биопростокваша, ацидофилин, снежок, йогурт питьевой (р.645-1996)	207	200	200	5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
ИТОГО:				***131***	***134***	***507***	***3764***	***140***	***1,4***	***1,1***	***9,3***	***1379***	***1989,4***	***363,8***	***19,1***
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				***23,3***	***35,6***	***77,1***	***722,2***	***1,0***	***0,3***	***0,8***	***0,1***	***458,7***	***440,8***	***55,1***	***3,4***
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	60	60	60	4,9	0,8	21,7	114	0,0	0,1	0,0	0,0	19,8	130,8	37,2	2,5
или Хлеб витаминизированный			60												
Суп молочный с крупой №162-1996			300	9,5	8,7	25,0	216	0,8	0,0	0,0	0,1	160,3	141,6	14,1	0,3
молоко питьевое	150	150													
или молоко концентрированное	69	69													
или молоко сухое	18	18													

вода кипяченая для концентрированного молока	81	81													
вода кипяченая для сухого молока	132	132													
вода питьевая	138	138													
крупа рисовая, или манная, или кукурузная	18	18													
или ячневая, или гречневая, или пшено	24	24													
масло сливочное	5	5													
сахар	5	5													
Чай с сахаром №685-2004			**200**	**0,4**	**0**	**21,5**	**88**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
чай-заварка	1,8	1,8													
сахар	20	20													
2 завтрак				***6***	***7***	***68***	***357***	***4***	***0***	***0***	***0***	***40***	***54***	***0***	***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**
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, 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**
ОБЕД				***52,5***	***44,8***	***140,5***	***1176***	***11,1***	***0,8***	***0,2***	***6,7***	***189,9***	***613,9***	***150,7***	***9,1***
Икра кабачковая промышленного производства для детского питания №101-2004	**105**	**100**	**100**	**0,5**	**4,4**	**5,2**	**62**	**5,0**	**0,0**	**0,0**	**2,2**	**28,2**	**29,5**	**0,0**	**0,8**
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													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 00 1 1 3 5
АУ ТО «Центр технологического контроля»

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			**120/45/10**	**29,2**	**27,2**	**7,2**	**390**	**0,5**	**0,1**	**0,1**	**3,0**	**28,3**	**154,2**	**12,8**	**0,1**
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	184	136													
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	215	143													
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	260	143													
или треска потрошеная обезглавленая (филе без кожи и костей)	194	143													
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе без кожи и костей)	265	143													
мука пшеничная	11	11													
масло растительное	8	8													
молоко питьевое	14	14													
яйцо куриное	40	40													
масло сливочное	10	10													
Картофель отварной с маслом №203-2004			**200**	**5,2**	**7,0**	**24,2**	**181**	**3,2**	**0,3**	**0,1**	**0,4**	**54,0**	**116,2**	**40,3**	**1,5**

картофель - 01.09.-31.10.- 25%	273	205													
01.11.-31.12. -30%	293	205													
01.01-29.02 - 35%	316	205													
01.03 - 40%	342	205													
масло сливочное	10	10													
Компот из сухофруктов + Витамин "С" №638-2004			**200**	**0,8**	**0,0**	**25,8**	**106**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**0,5**	**16,0**	**14,1**	**12,8**	**0,4**
сухофрукты	22	22													
сахар	20	20													
Хлеб пшеничный	60	60	**60**	**4,9**	**0,8**	**21,7**	**114**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**19,8**	**130,8**	**37,2**	**2,5**
или Хлеб витаминизированный			**60**												
Хлеб ржаной	60	60	**60**	**2,8**	**0,6**	**26,2**	**122**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**10,8**	**52,2**	**11,4**	**1,7**
ПОЛДНИК				***11,4***	***12,1***	***96,4***	***539,8***	***12,6***	***0,2***	***0,1***	***1,6***	***46,4***	***87,8***	***11,6***	***1,6***
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													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001135
АУ ТО «Центр технологического контроля»

Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность яблок, груш, апельсин, мандарин и т. д.)№458-2006, 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**
Кисель из чернослива или кураги №643-2004			**200**	**0,1**	**0,1**	**25,2**	**102**	**1,5**	**0,0**	**0,0**	**0,1**	**7,4**	**8,2**	**0,0**	**0,6**
чернослив или курага	20	20													
мука картофельная (крахмал)	8	8													
сахар	15	15													
УЖИН				***31,1***	***26,8***	***95,2***	***746,8***	***1,0***	***0,3***	***0,1***	***3,1***	***54,1***	***489,4***	***134,1***	***9,3***
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			**180**	**4,9**	**10,2**	**22,3**	**201**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,8**	**10,2**	**128,1**	**66,6**	**3,0**
крупа гречневая	45	45													
вода питьевая	145	145													
масло сливочное	10	10													

джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, консервантов и красителей)	25,4	25													
Суфле творожное со сгущенным молоком №365-2004			**230**	**13,8**	**9,8**	**41,6**	**310**	**0,7**	**0,1**	**0,2**	**0,8**	**341,9**	**379,7**	**46,4**	**0,8**
творог	144	142													
сметана	19	19													
яйцо куриное	9	9													
сахар	14	14													
мука пшеничная	15	15													
молоко питьевое	28	28													
масло сливочное	1,4	1,4													
масса готового суфле		200													
молоко сгущенное с сахаром	30	30													
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	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	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**
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													
2 завтрак				***6***	***7***	***68***	***357***	***4***	***0***	***0***	***0***	***40***	***54***	***0***	***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**
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, 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**
ОБЕД				***40,6***	***34,6***	***170,4***	***1155***	***25,9***	***0,6***	***0,1***	***5,8***	***141,7***	***749,2***	***138,6***	***11,5***
Салат из свеклы с огурцом №21-2004, Пермь			**100**	**1,2**	**4,5**	**5,1**	**66**	**1,2**	**0,0**	**0,0**	**2,3**	**27,2**	**30,6**	**6,1**	**1,0**
свекла до 01.01 -20%	90	72													
с 01.01 - 25%	96	72													
огурцы солёные (без уксуса)	55	30													
или огурцы свежие парниковые	31	30													
или огурцы свежие грунтовые	32	30													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
масло растительное на полив при подаче	5	5													
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													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001139
АУ ТО «Центр технологического контроля»

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)			**180**	**3,5**	**8,2**	**35,2**	**229**	**21,6**	**0,1**	**0,0**	**0,8**	**34,0**	**162,4**	**22,0**	**1,2**
крупа перловая	45	45													
масло сливочное	10	10													
лук репчатый	27	23													
морковь до 01.01.-20%	59	47													
с 01.01 - 25%	63	47													
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	100	100	**100**	**8,2**	**1,4**	**36,1**	**190**	**0,0**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**33,0**	**218,0**	**62,0**	**4,2**

или Хлеб витаминизированный			**100**												
Хлеб ржаной	100	100	**100**	**4,7**	**1,0**	**43,7**	**203**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**18,0**	**87,0**	**19,0**	**2,8**
ПОЛДНИК				***19,6***	***25,3***	***55,5***	***528***	***11,0***	***0,2***	***0,0***	***0,7***	***449,3***	***424,6***	***54,1***	***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 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 средняя пищевая ценность яблок, груш и т. д.) №458-2006, 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				***34,9***	***42,9***	***65,1***	***786***	***44,1***	***0,3***	***0,7***	***3,3***	***287,5***	***522,0***	***105,4***	***5,6***
Яйцо отварное р.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			**100/10**	**18,5**	**26,1**	**3,1**	**321**	**0,1**	**0,1**	**0,1**	**0,4**	**44,8**	**147,3**	**19,6**	**1,3**
курица потрошеная 1 категории (филе без кожи)	174	75													
или филе куриное промышленного производства	76	75													
или фарш куриный промышленного производства	75	75													
хлеб пшеничный	18	18													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001135
АУ ТО «Центр технологического контроля»

молоко питьевое или вода питьевая	27	27													
сухари	5	5													
масло растительное	4	4													
масло сливочное	10	10													
Рагу из овощей №215-1996			**230**	**5,9**	**8,4**	**19**	**175**	**43,6**	**0,1**	**0,0**	**2,6**	**23,3**	**88,3**	**38,0**	**1,4**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	51	38													
01.11.-31.12. -30%	54	38													
01.01-29.02 - 35%	59	38													
01.03 - 40%	63	38													
капуста белокочанная свежая	119	95													
морковь до 01.01.-20%	73	58													
с 01.01 - 25%	77	58													
лук репчатый	27	23													
масло растительное	7	7													
для соуса томатного (№587-2004)		70													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	12	12													
мука пшеничная	3	3													
морковь до 01.01.-20%	15,0	12													
с 01.01 - 25%	16,0	12													
лук репчатый	2,4	2,0													
масло сливочное	3	3													
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	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**
СОННИК				***5,6***	***6,8***	***23,5***	***178***	***1,8***	***0,0***	***0,0***	***0,0***	***288,0***	***134,0***	***30,0***	***0,2***
Кисломолочный напиток (ряженка, биопростокваша, ацидофилин, снежок, йогурт питьевой (р.645-1996)	207	200	**200**	**5,6**	**6,8**	**23,5**	**178**	**1,8**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**288,0**	**134,0**	**30,0**	**0,2**
ИТОГО:				***132***	***133***	***507***	***3756***	***90,0***	***1,4***	***0,9***	***11,1***	***1870***	***2636,8***	***439,5***	***25,3***
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				***29,8***	***32,1***	***92,0***	***776,4***	***2,0***	***0,3***	***0,6***	***0,8***	***566,5***	***499,2***	***65,0***	***2,4***
Бутерброд с маслом №1-2004			**30/15**	**2,4**	**11,1**	**15,0**	**170**	**0,0**	**0,0**	**0,6**	**0,5**	**9,6**	**24,0**	**4,2**	**0,3**
хлеб пшеничный	30	30													
масло сливочное	15	15													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001135
АУ ТО «Центр технологического контроля»

Каша пшенная жидкая с маслом №311-2004			**250/5**	**9,0**	**9,1**	**38,3**	**271**	**0,7**	**0,2**	**0,0**	**0,3**	**186,3**	**226,1**	**57,0**	**1,5**
крупа пшено	50	50													
сахар	5	5													
соль йодированная	1,3	1,3													
молоко питьевое	210	210													
или молоко концентрированное	97	97													
или молоко сухое	25	25													
вода кипяченая для концентрированного молока	113	113													
вода кипяченая для сухого молока	185	185													
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 100г 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**
2 завтрак				***6***	***7***	***68***	***357***	***4***	***0***	***0***	***0***	***40***	***54***	***0***	***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**
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, 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**
ОБЕД				***53,3***	***37,2***	***159,7***	***1187***	***25,6***	***0,6***	***0,1***	***8,2***	***180,6***	***574,1***	***123,2***	***8,7***
Салат из белокочанной капусты с клюквой №62-1997			**100**	**1,1**	**5,0**	**7,1**	**78**	**39,2**	**0,0**	**0,0**	**0,1**	**41,8**	**27,1**	**2,8**	**0,6**
капуста белокочанная свежая (стертая с солью)	174	88													
клюква свежая	10,5	10													
сахар	0,4	0,4													
масло растительное на полив при подаче	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
ИЛИ															
Мини-винегрет (Технико-Технологическая карта)			**100**	**1,4**	**4,9**	**5,2**	**71**	**2,0**	**0,0**	**0,0**	**0,1**	**32,6**	**37,9**	**0,9**	**1,2**
морковь - до 01.01 - 20%	51,3	41													
с 01.01 - 25%	55	41													
огурцы солёные (без уксуса)	36	20													
свекла - до 01.01 - 20%	53,8	43													
с 01.01 - 25%	57	43													
масло растительное на полив при подаче	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
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													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001135
АУ ТО «Центр технологического контроля»

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			**300**	**29,4**	**24,0**	**17,2**	**402**	**4,4**	**0,1**	**0,1**	**6,3**	**39,0**	**82,6**	**14,0**	**0,3**
курица потрошеная 1 категории	163	145													
или окорочок куриный	153	145													
или грудка куриная	153	145													
масса тушеной курицы (порционные кусочки)		100													

или филе куриное промышленного производства	129	124													
масса тушеного филе (мякоть)		100													
масло растительное	5	5													
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**	**27,8**	**114**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**0,5**	**16,0**	**14,1**	**12,8**	**0,4**
курага	18	18													
сахар	20	20													
Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность яблок, груш, апельсин, мандарин и т. д.)№458-2006, 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	100	100	**100**	**8,2**	**1,4**	**36,1**	**190**	**0,0**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**33,0**	**218,0**	**62,0**	**4,2**
или Хлеб витаминизированный			**100**												
Хлеб ржаной	80	80	**80**	**3,8**	**0,8**	**35,0**	**162**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**14,4**	**69,6**	**15,2**	**2,2**
ПОЛДНИК				***17,1***	***19,0***	***73,0***	***531,4***	***3,0***	***0,1***	***0,2***	***1,1***	***326,6***	***207,9***	***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**

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001135
АУ ТО «Центр технологического контроля»

Кисломолочный напиток (ряженка, биопростокваша, ацидофилин, снежок, йогурт питьевой (р.645-1996)	207	200	**200**	**5,6**	**6,8**	**23,5**	**178**	**1,8**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**288,0**	**134,0**	**30,0**	**0,2**
УЖИН				***20,3***	***38,7***	***79,6***	***747,3***	***9,0***	***0,3***	***0,0***	***3,2***	***119,4***	***300,6***	***67,7***	***5,1***
Икра баклажанная промышленного производства для детского питания №101-2004	**105**	**100**	**100**	**3,5**	**8,9**	**6,1**	**119**	**5,0**	**0,0**	**0,0**	**2,2**	**28,2**	**29,5**	**0,0**	**0,8**
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			**200**	**4,0**	**5,0**	**25,7**	**164**	**2,9**	**0,1**	**0,0**	**0,4**	**47,6**	**103,5**	**34,6**	**1,2**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	226	170													
01.11.-31.12. -30%	243	170													
01.01-29.02 - 35%	262	170													
01.03 - 40%	284	170													
молоко питьевое	32	32													
или молоко концентрированное	15	15													
или молоко сухое	4	4													
вода кипяченая для концентрированного молока	17	17													
вода кипяченая для сухого молока	28	28													
масло сливочное	7	7													
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				***3,8***	***0,3***	***43,3***	***190,9***	***25,0***	***0,1***	***0,2***	***0,0***	***20,0***	***70,0***	***105,0***	***1,5***
Фрукт (посчитана пищевая ценность бананов) №458-2006, Москва			250	3,8	0,3	43,3	191	25,0	0,1	0,2	0,0	20,0	70,0	105,0	1,5
ИТОГО:				***130***	***134***	***515***	***3789***	***68,7***	***1,4***	***1,0***	***13,3***	***1253***	***1705,8***	***403,1***	***17,8***
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				***30,3***	***33,4***	***82,1***	***750,6***	***5,3***	***0,4***	***0,0***	***2,8***	***294,1***	***533,9***	***86,1***	***5,5***
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													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001135
АУ ТО «Центр технологического контроля»

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	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**
Хлеб пшеничный	60	60	**60**	**4,9**	**0,8**	**21,7**	**114**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**19,8**	**130,8**	**37,2**	**2,5**
или Хлеб витаминизированный			**60**												
2 завтрак				***6***	***7***	***68***	***357***	***4***	***0***	***0***	***0***	***40***	***54***	***0***	***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**
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, 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**
ОБЕД				***38,9***	***33,6***	***179,2***	***1175***	***20,9***	***0,7***	***0,4***	***5,9***	***152,3***	***599,3***	***138,5***	***10,9***
Салат из моркови и яблок №10-2001, Пермь			**100**	**0,9**	**5,0**	**7,2**	**77**	**6,1**	**0,1**	**0,0**	**3,5**	**21,6**	**37,9**	**6,5**	**0,3**
морковь до 01.01.-20%	89	71													
с 01.01 - 25%	94	71													
в свежем виде морковь старого урожая использовать до 1 марта, после 1 марта в отварном															

яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	29	25													
масло растительное на полив при подаче	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
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			**100/10**	**14,1**	**17,2**	**8,6**	**246**	**1,1**	**0,3**	**0,1**	**0,3**	**19,6**	**162,9**	**22,2**	**2,5**
говядина 1 категории	114	84													
или говядина полуфабрикат	99	84													
или фарш промышленного производства	84	84													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001135
АУ ТО «Центр технологического контроля»

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													
чеснок свежий	1,8	1,4													
мука пшеничная	4	4													
масло растительное	4	4													
масло сливочное	10	10													
Макаронные изделия отварные №516-2004			**180**	**6,2**	**4,5**	**37,2**	**214**	**0,0**	**0,1**	**0,1**	**1,1**	**15,9**	**48,8**	**8,8**	**0,9**
макаронные изделия	63	63													
масло сливочное	6	6													
Компот из сухофруктов + Витамин "С" №638-2004			**200**	**0,8**	**0,0**	**25,8**	**106**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**0,5**	**16,0**	**14,1**	**12,8**	**0,4**
сухофрукты	22	22													
сахар	20	20													
Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность яблок, груш, апельсин, мандарин и т. д.)№458-2006, 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**												
Хлеб ржаной	80	80	**80**	**3,8**	**0,8**	**35,0**	**162**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**14,4**	**69,6**	**15,2**	**2,2**
ПОЛДНИК				***14,9***	***21,3***	***69,3***	***528,4***	***1,8***	***0,0***	***0,1***	***0,5***	***203,3***	***187,0***	***6,8***	***0,8***
Ватрушка царская (творожное блюдо) (Технико-Технологическая карта)			**130**	**14,8**	**21,2**	**49,2**	**447**	**0,0**	**0,0**	**0,1**	**0,5**	**195,0**	**177,9**	**6,8**	**0,1**
творог	96	95													
крупа манная	4,3	4,3													

яйцо куриное	10	10													
соль йодированная	0,3	0,3													
сахар	12	12													
масло сливочное	9	9													
мука пшеничная	9	9													
масло сливочное на смазку	1,3	1,3													
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)	34,2	30													
мука картофельная (крахмал)	8	8													
сахар	15	15													
УЖИН				***37,8***	***31,2***	***84,9***	***771,5***	***31,6***	***0,4***	***0,2***	***7,4***	***74,3***	***358,0***	***87,2***	***4,2***
Рыба запечённая с маслом №310-1996			**120/10**	**28,6**	**23,0**	**3,8**	**337**	**0,8**	**0,2**	**0,1**	**6,7**	**24,0**	**153,2**	**18,0**	**0,3**
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	184	136													
или ряпушка неразделанная	166	143													
или горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	219	143													
или горбуша неразделанная (филе с кожей без костей)	246	143													
или треска потрошеная обезглавленая (филе с кожей без костей)	187	143													
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	233	143													
мука пшеничная	6	6													
масло растительное	6	6													
масло сливочное	10	10													

ЭКЗЕМПЛЯР ОРИГИНАЛ
Меню № 001135
АУ ТО «Центр технологического контроля»

Рис припущенный с овощами (Технико-Технологическая карта)			**200**	**3,9**	**7,2**	**29,0**	**196**	**30,0**	**0,0**	**0,2**	**0,7**	**27,8**	**82,7**	**36,3**	**1,0**
крупа рисовая	60	60													
масло сливочное	10	10													
кукуруза консервированная	50	30													
морковь до 01.01.-20%	38	30													
с 01.01 - 25%	40	30													
Чай с лимоном №686-2004			**200/5**	**0,2**	**0,0**	**20,2**	**82**	**0,8**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**2,2**	**0,1**	**0,5**	**0,1**
чай-заварка	1,8	1,8													
сахар	20	20													
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***	***6,8***	***23,5***	***178***	***1,8***	***0,0***	***0,0***	***0,0***	***288,0***	***134,0***	***30,0***	***0,2***
Кисломолочный напиток (ряженка, биопростокваша, ацидофилин, снежок, йогурт питьевой (р.645-1996)	207	200	**200**	**5,6**	**6,8**	**23,5**	**178**	**1,8**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**288,0**	**134,0**	**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:				***134***	***133***	***507***	***3759***	***65,5***	***1,6***	***0,7***	***16,5***	***1052***	***1866,2***	***348,7***	***21,6***
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				***16,6***	***20,0***	***118,3***	***720***	***1,7***	***0,4***	***0,2***	***1,2***	***448,2***	***534,4***	***125,5***	***5,1***
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			**250/5**	**8,2**	**12,1**	**41,0**	**306**	**0,5**	**0,2**	**0,1**	**0,4**	**237,9**	**290,3**	**74,9**	**2,4**
крупа ячневая	50	50													
сахар	5	5													
вода питьевая	85	85													
молоко питьевое	126	126													
или молоко концентрированное	58	58													
или молоко сухое	15	15													
вода кипяченая для концентрированного молока	68	68													
вода кипяченая для сухого молока	111	111													
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													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001135
АУ ТО «Центр технологического контроля»

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			**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**												
2 завтрак				***6***	***7***	***68***	***357***	***4***	***0***	***0***	***0***	***40***	***54***	***0***	***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**
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, 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**
ОБЕД				***51,7***	***45,4***	***139,7***	***1175***	***10,6***	***0,8***	***1,4***	***7,8***	***181,0***	***650,7***	***152,5***	***10,1***
Салат из свеклы отварной с маслом (р.20/1-2011, Екатеринбург)			**100**	**1,4**	**5,0**	**6,8**	**78**	**1,9**	**0,0**	**0,0**	**2,3**	**32,2**	**37,5**	**9,2**	**1,2**
свекла до 01.01 -20%	124	99													
с 01.01 - 25%	132	99													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
масло растительное на полив при подаче	5	5													
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			**120/50**	**26,4**	**23,3**	**7,6**	**346**	**0,9**	**0,2**	**0,0**	**4,5**	**27,7**	**153,0**	**15,1**	**0,4**
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	200	148													
или горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	220	144													
или горбуша неразделанная (филе с кожей без костей)	248	144													
или треска потрошеная обезглавленая (филе с кожей без костей)	189	144													
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	235	144													
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													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001135
АУ ТО «Центр технологического контроля»

вода питьевая	19	19													
масло растительное	5	5													
сахар	1	1													
Картофель отварной с маслом №203-2004			**200**	**5,2**	**7,0**	**24,2**	**181**	**3,2**	**0,3**	**0,1**	**0,4**	**54,0**	**116,2**	**40,3**	**1,5**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	273	205													
01.11.-31.12. -30%	293	205													
01.01-29.02 - 35%	316	205													
01.03 - 40%	342	205													
масло сливочное	10	10													
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	80	80	**80**	**3,8**	**0,8**	**35,0**	**162**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**14,4**	**69,6**	**15,2**	**2,2**
ПОЛДНИК				***18,9***	***22,8***	***61,5***	***527***	***1,1***	***0,1***	***0,6***	***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													
сахар	8	8													
молоко питьевое или вода питьевая	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 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**
УЖИН				***32,7***	***37,9***	***75,9***	***775,1***	***42,2***	***0,4***	***0,0***	***0,7***	***345,6***	***478,3***	***98,9***	***6,8***
Продукт творожный с фруктовым наполнителем для детского питания промышленного производства *(масса творожного продукта конкретизируется по фактическому использованию от 100г 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, тушёная с капустой № 440-2004			**300**	**18,6**	**23,9**	**18,5**	**364**	**41,6**	**0,2**	**0,0**	**0,7**	**135,0**	**258,3**	**66,5**	**4,0**
говядина 1 категории	107	79													
или говядина полуфабрикат	93	79													
масса тушеного мяса		50													
лук репчатый	36	30													
капуста белокочанная свежая	415	332													
масло растительное	18	18													
морковь до 01.01.-20%	31	25													
с 01.01 - 25%	30	25													
лук репчатый	18	15													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	10	10													
мука пшеничная	3	3													
Чай с сахаром №685-2004			**200**	**0,4**	**0**	**21,5**	**88**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
чай-заварка	1,8	1,8													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 00135
АУ ТО «Центр технологического контроля»

сахар	20	20													
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				***3,8***	***0,3***	***43,3***	***190,9***	***25,0***	***0,1***	***0,2***	***0,0***	***20,0***	***70,0***	***105,0***	***1,5***
Фрукт (посчитана пищевая ценность бананов) №458-2006, Москва			**250**	**3,8**	**0,3**	**43,3**	**191**	**25,0**	**0,1**	**0,2**	**0,0**	**20,0**	**70,0**	**105,0**	**1,5**
ИТОГО:				***130***	***133***	***506***	***3744***	***85***	***1,9***	***2,3***	***9,6***	***1287***	***2079,0***	***517,9***	***24,6***
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				***33***	***30***	***87***	***750***	***2***	***0***	***1***	***1***	***440***	***542***	***82***	***3***
Бутерброд с маслом №1-2004			**30/15**	**2,4**	**11,1**	**15,0**	**170**	**0,0**	**0,0**	**0,6**	**0,5**	**9,6**	**24,0**	**4,2**	**0,3**
хлеб пшеничный	30	30													
масло сливочное	15	15													
Пудинг из творога с молоком сгущенным №362-2004			**230**	**23,3**	**15,4**	**33,1**	**364**	**0,5**	**0,1**	**0,0**	**0,6**	**298,9**	**347,5**	**41,9**	**1,0**
творог	159	157													
крупа манная	16	16													
яйцо куриное	20	20													
масло сливочное	7	7													
сахар	20	20													
изюм	15,2	15													

ванилин	0,02	0,02													
сметана	7	7													
сухари	7	7													
масло сливочное (для смазки)	6	6													
масса готового пудинга		200													
молоко сгущенное с сахаром	30	30													
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**												
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													
2 завтрак				***4***	***12***	***59***	***362***	***11***	***0***	***0***	***0***	***18***	***12***	***0***	***0***
Кондитерское изделие промышленного производства (шоколадные 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**
Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность яблок, груш, апельсин, мандарин и т. д.)№458-2006, 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**
ОБЕД				***42,3***	***40,4***	***133,6***	***1068***	***29,7***	***0,5***	***46,2***	***6,2***	***130,7***	***645,5***	***179,9***	***12,3***
Салат из квашеной капусты с луком №45-2004			**100**	**1,6**	**5,0**	**7,6**	**82**	**27,3**	**0,0**	**0,0**	**2,4**	**48,1**	**27,8**	**14,7**	**0,6**
капуста квашеная промышленного производства	122	85													
лук зеленый	13	10													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001135
АУ ТО «Центр технологического контроля»

или лук репчатый	12	10													
сахар	1	1													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
масло растительное	5	5													
ИЛИ															
Салат из белокочанной капусты № 43-2004			**100**	**1,7**	**5,0**	**7,8**	**83**	**22,3**	**0,0**	**0,0**	**2,1**	**45,6**	**22,3**	**15,2**	**0,8**
капуста белокочанная свежая (стертая с солью)	158	80													
лук зеленый	19	15													
или морковь до 01.01.-20%	19	15													
с 01.01 - 25%	20	15													
сахар	1	1													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
масло растительное	5	5													
Суп лапша домашняя с курицей №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**
курица потрошеная 1 категории (мякоть без кожи)	29	26													
лапша домашняя №549-2004		20													
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													
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			**180**	**4,9**	**10,2**	**22,3**	**201**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,8**	**10,2**	**128,1**	**66,6**	**3,0**
крупа гречневая	45	45													
вода питьевая	145	145													
масло сливочное	10	10													
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													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001135
АУ ТО «Центр технологического контроля»

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	80	80	80	3,8	0,8	35,0	162	0,0	0,1	0,0	0,0	14,4	69,6	15,2	2,2
ПОЛДНИК				***17,1***	***19,0***	***73,0***	***531,4***	***3,0***	***0,1***	***0,2***	***1,1***	***326,6***	***207,9***	***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 (ряженка, биопростокваша, ацидофилин, снежок, йогурт питьевой (р.645-1996)	207	200	200	5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
УЖИН				***30,3***	***32,3***	***94,2***	***789***	***17,6***	***0,9***	***0,7***	***5,0***	***189,0***	***652,8***	***150,9***	***9,7***
Яйцо отварное р.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			100	12,0	14,3	4,1	193	0,1	0,4	0,0	4,1	52,6	202,1	36,5	3,4
говядина 1 категории	101	74													
или говядина полуфабрикат	87	74													
или фарш промышленного производства	74	74													
хлеб пшеничный	18	18													
вода или молоко питьевое	16	16													
яйцо куриное	8	8													
масло сливочное для смазки емкости	4	4													
Овощи припущенные №524-2004			230	6,3	11,8	16,9	199	13,4	0,3	0,1	0,6	51,5	177,4	69,6	1,9
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	120	90													
01.11.-31.12. -30%	129	90													
01.01-29.02 - 35%	139	90													
01.03 - 40%	150	90													

горошек зеленый консервированный	92	60													
морковь до 01.01.-20%	81	65													
с 01.01 - 25%	86	65													
лук репчатый	36	30													
масло сливочное	15	15													
мука пшеничная	4	4													
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, 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	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**
СОННИК				***4,6***	***0,3***	***52,0***	***229,1***	***30,0***	***0,1***	***0,2***	***0,0***	***24,0***	***84,0***	***126,0***	***1,8***
Фрукт (посчитана пищевая ценность бананов) №458-2006, Москва			**300**	**4,6**	**0,3**	**52,0**	**229**	**30,0**	**0,1**	**0,2**	**0,0**	**24,0**	**84,0**	**126,0**	**1,8**
ИТОГО:				***131***	***135***	***498***	***3729***	***93,1***	***1,8***	***47,8***	***13,6***	***1128***	***2144,9***	***581,2***	***27,2***
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				***25,6***	***28,9***	***100,0***	***763***	***2,9***	***0,3***	***0,4***	***1,6***	***504,9***	***521,4***	***91,4***	***3,0***
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 № 001155
АУ ТО «Центр технологического контроля»

сыр	21	20													
хлеб пшеничный	40	40													
Каша рисовая жидкая, с маслом №311-2004			**250/5**	**10,6**	**11,4**	**48,8**	**340**	**0,5**	**0,1**	**0,1**	**0,2**	**234,5**	**210,6**	**41,9**	**0,6**
крупа рисовая	38	38													
сахар	5	5													
вода питьевая	88	88													
молоко питьевое	133	133													
или молоко концентрированное	61	61													
или молоко сухое	16	16													
вода кипяченая для концентрированного молока	72	72													
вода кипяченая для сухого молока	117	117													
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													
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			**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**												
2 завтрак				***6***	***7***	***68***	***357***	***4***	***0***	***0***	***0***	***40***	***54***	***0***	***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**

Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, 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**
ОБЕД				***46,0***	***43,3***	***147,2***	***1163***	***70,7***	***0,7***	***0,2***	***2,2***	***190,4***	***618,9***	***160,4***	***10,1***
Салат из соленых огурцов с луком (р.17-2004)			**100/20/5**	**1,5**	**5,0**	**8,3**	**84**	**41,8**	**0,0**	**0,0**	**0,2**	**42,1**	**26,6**	**3,6**	**0,6**
огурцы солёные (без уксуса)	182	100													
лук репчатый	24	20													
или лук зеленый	25	20													
масло растительное	5	5													
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													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001135
АУ ТО «Центр технологического контроля»

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													
Котлеты из мяса птицы рубленые школьные, с маслом №352-2006, Москва			**100/10**	**17,1**	**22,2**	**4,6**	**287**	**0,7**	**0,1**	**0,1**	**0,5**	**43,3**	**142,5**	**18,9**	**1,4**
курица потрошеная 1 категории (филе с кожей)	123	75													
хлеб пшеничный	18	18													
молоко питьевое или вода питьевая	26	26													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное	2	2													
масса лука репчатого припущенного		6													
сухари	10	10													
масло растительное	4	4													
масло сливочное	10	10													

Макаронные изделия отварные с овощами №517-2004			**200**	**9,2**	**5,6**	**34,5**	**225**	**20,0**	**0,3**	**0,1**	**0,8**	**33,2**	**134,0**	**37,1**	**1,3**
макаронные изделия	49	49													
масло сливочное	7	7													
масса отварных макаронных изделий		140													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	10	10													
зеленый горошек консервированный (после термической обработки)	92	60													
Компот из сухофруктов + Витамин "С" №638-2004			**200**	**0,8**	**0,0**	**25,8**	**106**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**0,5**	**16,0**	**14,1**	**12,8**	**0,4**
сухофрукты	22	22													
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	80	80	**80**	**3,8**	**0,8**	**35,0**	**162**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**14,4**	**69,6**	**15,2**	**2,2**
ПОЛДНИК				***15,0***	***16,9***	***79,4***	***529***	***12,3***	***0,0***	***0,0***	***0,2***	***23,3***	***18,6***	***2,9***	***0,2***
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**
Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность яблок, груш, апельсин, мандарин и т. д.)№458-2006, 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**
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				***31,6***	***30,0***	***90,9***	***760,2***	***45,5***	***0,4***	***0,2***	***1,1***	***147,4***	***420,8***	***98,9***	***6,0***
Винегрет овощной №71-2004			**100**	**1,5**	**5,0**	**12,5**	**101**	**41,8**	**0,0**	**0,0**	**0,2**	**42,1**	**26,6**	**3,6**	**0,6**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	35	26													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001135
АУ ТО «Центр технологического контроля»

01.11.-31.12. -30%	37	26													
01.01-29.02 - 35%	40	26													
01.03 - 40%	43	26													
свекла до 01.01 -20%	21	17													
с 01.01 - 25%	23	17													
морковь до 01.01.-20%	15,0	12													
с 01.01 - 25%	16	12													
огурцы солёные (без уксуса)	55	30													
лук репчатый	18	15													
или лук зеленый	19	15													
масло растительное	5	5													
Тефтели рыбные с соусом сметанным №394,600-2004			**120/40**	**21,6**	**19,2**	**4,2**	**276**	**0,0**	**0,2**	**0,2**	**0,5**	**38,5**	**190,4**	**33,9**	**1,7**
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	107	79													
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	119	79													
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	144	79													
или треска потрошеная обезглавленая (филе без кожи и костей)	107	79													
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе без кожи и костей)	146	79													
хлеб пшеничный	17	17													
вода питьевая	12	12													
лук репчатый	20	17													
яйцо куриное	12	12													
мука пшеничная	10	10													

масло растительное	10	10													
соус сметанный:		40													
сметана	12	12													
мука пшеничная	2	2													
вода питьевая	28	28													
масло сливочное	2	2													
Пюре картофельное №520-2004			**200**	**4,0**	**5,0**	**25,7**	**164**	**2,9**	**0,1**	**0,0**	**0,4**	**47,6**	**103,5**	**34,6**	**1,2**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	226	170													
01.11.-31.12. -30%	243	170													
01.01-29.02 - 35%	262	170													
01.03 - 40%	284	170													
молоко питьевое	32	32													
или молоко концентрированное	15	15													
или молоко сухое	4	4													
вода кипяченая для концентрированного молока	17	17													
вода кипяченая для сухого молока	28	28													
масло сливочное	7	7													
Чай с лимоном №686-2004			**200/5**	**0,2**	**0,0**	**20,2**	**82**	**0,8**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**2,2**	**0,1**	**0,5**	**0,1**
чай-заварка	1,8	1,8													
сахар	20	20													
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**

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 001135
АУ ТО «Центр технологического контроля»

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*	*6,8*	*23,5*	*178*	*1,8*	*0,0*	*0,0*	*0,0*	*288,0*	*134,0*	*30,0*	*0,2*
Кисломолочный напиток (ряженка, биопростокваша, ацидофилин, снежок, йогурт питьевой (р.645-1996)	207	200	200	5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	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:				*130*	*133*	*509*	*3749*	*137*	*1,6*	*0,7*	*5,1*	*1194*	*1767,7*	*383,5*	*19,5*
Соотношение белков:жиров:углеводов				*1*	*1*	*4*									
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД				*1831*	*1869*	*7117*	*52615*	*1242*	*23*	*64*	*154*	*18164*	*28114*	*6307*	*326*
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД				*131*	*134*	*508*	*3758*	*88,7*	*1,6*	*4,6*	*11,0*	*1297*	*2008,1*	*450,5*	*23,3*
СРЕДНЯЯ КАЛОРИЙНОСТЬ				*523*	*1202*	*2033*	*3758*								
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности				*14*	*32*	*54*	*100*								
Соотношение кальция к фосфору												*1,5*			