

СОГЛАСОВАНО

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

Г.К. Елифанова

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 3 до 7 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 дошкольного возраста (с 3 до 7 лет) в ФГБУ «Сергиево Посадском детском доме слепоглухих» – завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин, сонник (режим питания в соответствии с п. 15.11 таблица 5 СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций").

Нормы потребления рассчитаны для детей дошкольного возраста (с 3 до 7 лет) в соответствии с Пищевой ценностью в сутки не менее: белки - 84,4, жиры – 92, углеводы – 305,3, энергетическая ценность - 2387 - завтрак (20%), второй завтрак (5%), обед (35%), полдник(15%), ужин (20%), сонник (5%) согласно п. 15. 4 таблица 4, приложения 10 СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций" 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».

Учтены объемы приемов пищи в соответствие с Приложением №13 к СанПин 2.4.1.3049-13.

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 2.4.1.3049-13:

- 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.

В соответствии с СанПиН 2.3.2.1293-03 «Гигиенические требования по применению пищевых добавок», п. 2.12.1, приложение N 11 СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций"

- 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

Суммарные объемы блюд по приемам пищи для детей с 3 до 7 лет (в граммах)

Приложение №13 к СанПин 2.4.1.3049-13	Завтрак, 2 завтрак, грамм	Обед, граммы	Полдник, граммы	Ужин, Сонник, граммы
	400-550	600-800	250-300	450-600
1 день	550	750	255	590
2 день	550	600	260	545
3 день	465	700	250	580
4 день	550	630	260	600
5 день	550	630	260	560
6 день	550	655	300	550
7 день	535	645	250	575
8 день	550	600	300	580
9 день	550	640	250	585
10 день	550	650	250	565
11 день	550	630	280	535
12 день	550	705	260	570
13 день	500	720	250	570
14 день	550	665	250	600

Автономное учреждение Томской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИИН 7203208134

* Постановление Правительства РФ от 7 ноября 2005 г. № 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, получающихся и воспитывающихся в федеральных государственных образовательных учреждениях - родителей, получающихся и воспитывающихся в феде

Приложение № 1 "Нормы обеспечения питания детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, лиц из числа детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, лиц из специальных профессиональных училищ открытия и закрытого типа и федеральном государственном учреждении "Сергиев Посадский детский дом слепоглухих Федерального агентства по здравоохранению и социальному развитию".

и государственных образовательных учреждений", Национальный Педагогический детский центр по методическим и научно-исследовательским вопросам дошкольного и начального образования, а также вузами и научными учреждениями.

** - Мучное изделие промышленного производства посчитано к норме хлеба пшеничного (10 дес.)
** - мучное изделие промышленного производства посчитано к норме хлеба ржаного (12 дес.)

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
чного с целью выполнения единого меню
Меню № 001-13
АУТО «Центр технологического контроля»

ПРИМЕРНОЕ 14 - ТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ № 1136 "02" октября 2015г для питания детей - сирот и детей

оставшихся без попечения родителей

с 3 до 7 лет (осенне-зимний сезон)

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

1 день

Прием пиши, наименование блюда, № рецептуры	Бруто, г	Нетто, г	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)				Витамины, мг				Минералы, мг			
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	A, мкг рет.экв.	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК	550	21,1	29,2	36,6	493,4	1,7	0,3	0,5	516,5	502,9	82,3	2,0			
<i>Для бутерброда:</i>															
Масло сливочное (порциями) №96-2004	5	5	5	0,1	3,7	0,1	33	0,0	0,0	0,2	0,0	1,2	1,5	0,0	0,0
Сыр (порциями) №97-2004	16	15	15	6,5	11,1	0,0	126	0,1	0,0	0,0	0,0	162,0	87,0	0,0	0,0
Хлеб пшеничный			20	1,6	0,3	7,2	38	0,0	0,0	0,0	0,0	6,6	43,6	12,4	0,8
или Хлеб витаминизированный			20												
Каша "Геркулесовая" жидкая с маслом №311-2004	180	8,1	9,5	20,3	199	0,8	0,1	0,0	0,5	188,3	210,1	51,6	1,0		
крупа овсяная "Геркулес"	20	20													
молоко питьевое	170	170													
или молоко концентрированное	78	78													
или молоко сухое	20	20													
сахар	3,5	3,5													
соль йодированная	0,7	0,7													
масло сливочное	5	5													

Меню № 001136
АУТО «Центр технологического контроля»
ЭКЗЕМПЛЯР ОРИГИНАЛ

Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность яблок, груш, апельсин, мандарин и т.д.) №458-2006. Москва

мука картофельная (крахмал)

5

масло растительное 1,4 1,4

17

КОЖИ И 50 27

костей)

или треска потрошеная

Сыроватки из яиц с добавлением сметаны и кефира.

ארכיאולוגיה של ירושלים וסביבתה

Минтай потрошечный 26
Сырье для плавленых сыров 65

Масло сливочное 2 | 2

соль йодированная 0,6 0,6

ЖИВО

Задат из белорусской кириллицы №43-2001

ЗАПУСТЯ БЕДОКОНОМНАЯ СВОЮСТЬ

Меню № 001136
АУТО «Центр технологического контроля»

сахар	12	12													
Хлеб пшеничный	20	20	20	1,6	0,3	7,2	38	0,0	0,0	0,0	6,6	43,6	12,4	0,8	
или Хлеб витаминизированный			20												
Хлеб ржаной	10	10	10	0,5	0,1	4,4	20	0,0	0,0	0,0	1,8	8,7	1,9	0,3	
СОННИК			4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2	
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, биопростокваша и т.д. (р.645-1996)	207	200	200	4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2	
ИТОГО:			86,9	95	307,0	2427	73	4	1	4	901	1297	452	30	
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	B1	A, мкг рет.экв.	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК			550	25,2	21,7	50,1	497,4	1,6	0,1	0,4	0,7	328,2	341,1	45,1	1,0
Бутерброд с маслом №1-2004			20/10	1,6	7,4	10,0	114	0,0	0,0	0,4	0,3	6,4	16,0	2,8	0,2
хлеб пшеничный	20	20													
масло спивочное	10	10													
Пудинг из творога с молоком стущенным №362-2004			170	20,2	11,1	21,1	265	0,3	0,1	0,0	0,4	203,8	236,9	28,6	0,7
творог	125	124													
крупа манная	10	10													
яйцо куриное	15	15													
масло спивочное	5,0	5,0													

Меню №
АУТО «Центр технологического контроля»
ЭКЗЕМПЛЯР-ОРГИНАЛ
001136

Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной. с. мясом №110-2004	2005/10	4,0	4,9	9,3	97	6,1	0,0	0,0	0,2	28,5	54,1	20,9	1,1
говядина 1 категория	22	16											
или говядина полуфабрикат	19	16											
свекла до 01.01 -20%	40	32											
с 01.01 - 25%	43	32											
капуста белокочанная свежая	20	16											
картофель - 01.09.-31.10. -25%	21	16											
01.11.-31.12. -30%	23	16											
01.01-29.02 - 35%	25	16											
01.03 - 40%	27	16											
морковь до 01.01.-20%	10	8											
с 01.01 - 25%	11	8											
лук репчатый	10	8											
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	6	6											
масло сливочное	4	4											
сметана	5	5											
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2											
Сосиски, сардельки, колбаса отварные с маслом №413-2004	50/5	7,1	20,1	0,0	209	0,0	0,0	0,3	9,5	22,3	0,0	0,1	
сардельки, или сосиски молочные, или колбаса вареная высшего сорта для детского питания	51	50											
масло сливочное	5	5											
Макаронные изделия отварные №516-2004	100	3,6	3,5	24,7	145	0,0	0,1	0,1	0,7	10,3	31,7	5,7	0,6
макаронные изделия	35	35											

ASY TO USE HIGH PERFORMANCE MOULDED POLYMER

хлеб пшеничный	20	20												
Суп молочный с крупой №162-1996	180	7,5	7,3	19,1	172	0,8	0,0	0,0	0,1	39,6	122,0	12,6	0,3	
молоко питьевое	190	190												
или молоко концентрированное	87	87												
крупа рисовая, или манная, или кукурузная	23	23												
или яичная, или гречневая, или пшено	10	10												
масло сливочное	14	14												
сахар	3	3												
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	
Чай с сахаром №685-2004	150	0,4	0,0	16,5	68	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0	
чай - заварка	0,2	0,2												
сахар	15	15												
Хлеб ржаной	10	10	0,5	0,1	4,4	20	0,0	0,0	0,0	1,8	8,7	1,9	0,3	
Хлеб пшеничный	15	15	15	0,1	0,0	0,5	3	0,0	0,0	0,0	0,5	3,3	0,9	0,1
или Хлеб витаминизированный														
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	4,9	2,4	21,8	126,2	6,8	0,0	0,1	0,1	5,1	4,8	2,0	0,5		
Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность яблок, апельсин) №458-2006, Москва	150	1,8	0,4	12,2	57	6,8	0,0	0,1	0,1	5,1	4,8	2,0	0,5	
Кондитерское изделие промышленного производства посчитана средняя пищевая ценность - Конфеты шоколадные, пастыла, зефир)	20	3,1	2,0	9,6	69	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
ОБЕД	700	33,7	29,6	101,8	809	16,8	0,6	0,0	7,1	135,4	468,0	137,0	9,5	
Салат из отварных овощей (Техничко-Технологическая карта)	80	2,1	4,0	11,2	89	1,3	0,1	0,0	2,0	17,8	54,7	1,1	0,5	
Морковь до 01.01.-20%	23	18												

Меню № 001136
АУТО «Центр технологического контроля»

01.11.-31.12. -30%	66	46						
01.01-29.02 - 35%	71	46						
01.03 - 40%	77	46						
Горошек зеленый консервированный	77	50						
Морковь до 01.01-20%	44	35						
с 01.01 - 25%	47	35						
лук репчатый	21	18						
Масло сливочное	10	10						
Мука пшеничная	2	2						
Компот из кураги + Витамин "С" №638-2004		150	0,8	0,0	23,3	96	0,2	0,0
курага	15	15						
сахар	15	15						
Хлеб пшеничный	60	60	60	4,9	0,8	21,7	114	0,0
или Хлеб витаминизированный		60						
Хлеб ржаной	30	30	30	1,4	0,3	13,1	61	0,0
ПОЛДНИК		260	11,6	10,5	55,1	362	1,1	0,2
Булочка Творожная №786-2004		60	4,9	4,8	20,0	143	0,0	0,0
Мука пшеничная	35	35						
сахар	5	5						
Масло сливочное	1,5	1,5						
творог	18	18						
Вода или молоко питьевое	10	10						

ПРИЧЕСКИ-ОРИГИНАЛ

Мемо № 00136
АУ ТО «Центр технологического контроля»

Меню № 00 1136 АУТО «Центр технологического контроля

Молоко питьевое	20	20						
или молоко концентрированное	9	9						
или молоко сухое	2	2						
вода кипяченая для концентрированного молока	11	11						
вода кипяченая для сухого молока	18	18						
масло спивочное	4	4						
Компот из сухофруктов + Витамин "С" №6338-2004	150	0,4	0,0	20,2	82	0,1	0,0	0,3
сухофрукты	15	15						
сахар	15	15						
Хлеб пшеничный	60	60	60	4,9	0,8	21,7	114	0,0
или Хлеб витаминизированный	60	30	30	1,4	0,3	13,1	61	0,0
ПОЛДНИК	260	10,2	8,9	64,1	378	1,3	0,2	0,3
Шанежка напивная с яйцом №295-2004, Пермь	60	3,5	3,2	29,0	159	0,2	0,1	0,2
Масса теста	61							
мука пшеничная	37	37						
мука пшеничная на подсыпку	0,9	0,9						
сахар	2,6	2,6						
яйцо куриное	1,2	1,2						
соль йодированная	0,5	0,5						
дрожжи прессованные	1,1	1,1						
вода питьевая	18	18						

Меню № 001136
АУТО «Центр технологического контроля»

Вода питьевая	88	88													
Масло сливочное	6	6													
Чай с молоком №630-1996		150	2,1	3,2	16,5	103	0,4	0,0	0,0	186,6	136,8	21,2	0,2		
чай - заварка	0,2	0,2													
сахар	15	15													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
Хлеб пшеничный	30	30	30	2,5	0,4	10,8	57	0,0	0,1	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	3,6	17,4	3,8	0,6	
СОННИК		4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2		
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, биопростокваша и т.д. (р.645-1996)	207	200	200	4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2	
ИТОГО:		84,6	92	305	2377	21	1	1	18	1178	1685	314	18		
Соотношение белков:жиров:углеводов	1	1	4												
6 день															
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Энергетическая ценность (ккал)							Минералы, мг
ЗАВТРАК	550	14,6	20,1	65,7	501,8	1,8	0,3	0,0	0,6	313,0	334,1	70,5	2,3		
Бутерброд горячий с сыром №10-2004	40	3,5	8,8	10,5	135	0,0	0,0	0,0	0,4	62,8	50,0	6,0	0,3		
Масло сливочное	5	5												Меню №	00 11 3 6

Хлеб пшеничный	50	50	50	4,1	0,7	18,1	95	0,0	0,1	0,0	0,0	16,5	109,0	31,0	2,1
или Хлеб витаминизированный	50														
Хлеб ржаной	25	25	25	1,2	0,3	10,9	51	0,0	0,0	0,0	0,0	4,5	21,8	4,8	0,7
ПОЛДНИК	300	22,5	18,1	29,6	371	2,3	0,0	0,0	0,1	323,6	378,3	34,5	0,3		
Запеканка из творога со сгущенным молоком №366-2004	100	18,2	14,1	12,4	249	0,5	0,0	0,0	0,1	123,6	180,3	4,5	0,1		
творог	81	80													
крупа манная	5,5	5,5													
или мука пшеничная	6	6													
сахар	4	4													
яйцо куриное	2,3	2,3													
масло сливочное	3	3													
сухари	3	3													
сметана	3,5	3,5													
Масса готовой запеканки		80													
молоко сгущенное с сахаром	20	20													
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, биопростокваша и т.д. (р.645-1996)	207	200	200	4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
УЖИН	550	13,8	20,8	53,8	457	17,1	0,1	0,4	1,8	51,8	116,5	34,3	5,8		
Салат с морской капустой №362-2002	80	0,2	4,0	4,1	53	15,9	0,0	0,0	1,1	19,2	36,5	21,9	4,3		
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	21	16													
01.11.-31.12. -30%	23	16													
01.01-29.02 - 35%	25	16													

СОННИК	2,3	0,2	29,0	126,6	0,0	0,1	0,0	12,0	42,0	63,0	0,9	1,2	
Фрукт (посчитана пищевая ценность бананов) №458-2006. Москва	150	2,3	0,2	29,0	127	0,0	0,1	0,0	12,0	42,0	63,0	0,9	1,2
ИТОГО:	84,4	92	307	2391	55	1	1	18	856	1286	248	19	
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	B1	A, мкг рет.экв.	Е	Кальций	Фосфор	Магний
ЗАВТРАК	535	15,3	17,2	60,9	460	1,1	0,2	0,4	0,6	320,6	331,4	51,5	1,5	
Бутерброд с маслом №1-2004	20,5	1,4	3,8	10,0	80	0,0	0,0	0,3	0,2	3,6	8,2	1,9	0,1	
хлеб пшеничный	20	20												
масло сливочное	5	5												
Каша манная молочная жидкая с маслом №262-1996	160	7,4	8,5	32,1	234	0,3	0,1	0,0	0,4	151,9	121,1	20,1	0,4	
крупа манная	24	24												
вода питьевая	55	55												
молоко питьевое	85	85												
или молоко концентрированное	39	39												
или молоко сухое	10	10												
сахар	3	3												
соль йодированная	0,8	0,8												
масло сливочное	5	5												
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	158	150	4,8	4,7	9,0	97	0,8	0,0	0,0	158,4	160,7	18,3	0,1	

01.11.-31.12. -30%	215	150							
01.01-29.02 - 35%	231	150							
01.03 - 40%	251	150							
сыр	21	20							
яйцо куриное	20	20							
масло сливочное	5	5							
Зеленый чай с сахаром №686-2004	150	0,2	0,0	12,9	52	1,1	0,0	0,0	4,2
чай - заварка	0,2	0,2							
сахар	12	12							
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0
СОННИК	4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, биопростокваша и т.д. (р.645-1996)	207	200	200	4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0
ИТОГО:	84,2	92	309	2397	102	1	1	5	1061
Соотношение белков:жиров:углеводов	1	1	4						1513
									262
									14

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		
ЗАВТРАК	550	16,6	22,4	47,2	457	0,9	0,1	0,2	0,1
Для бутерброда:									
Масло сливочное (порциями) №96-2004	5	5	5	0,1	3,7	0,1	33	0,0	0,2
								0,0	1,2
								1,5	0,0
								1,5	0,0

Меню № 001136
АУТО «Центр технологического контроля»

Суп гороховый с гренками и мясом №139-2004

	200/10/10	8,9	4,3	27,6	185	1,7	0,1	0,0	0,5	26,3	93,4	29,0	1,7
говядина 1 категория	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											
горох пущёный	12,2	12											
лук репчатый	12	10											
морковь до 01.01.-20%	10,0	8											
с 01.01 - 25%	11	8											
масло спивочное	4	4											
хлеб пшеничный	19	16											
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2											
Рыба запечённая в омлете с маслом №382-2004	50/45/10	14,2	18,0	5,5	241	0,4	0,1	0,0	1,9	17,7	96,4	8,0	0,1
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	81	60											
или горбуша потрощенная с головой (филе без кожи и костей) или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	90	60											
или треска потрощенная обезглавленная (филе без кожи и костей)	109	60											
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе без кожи и костей)	82	60											
	111	60											
Меню №	ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ												
	00 01 1 3 6												

сахар	3,5	3,5	
соль йодированная	0,3	0,3	
изюм	2	2	
вода питьевая или молоко питьевое	14	14	
яйцо куриное для смазки изделия	1,2	1,2	
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2	
Кисель из чернослива или кураги №643-2004			
чертнстик или курага	18	18	
Мука картофельная (крахмал)	5	5	
сахар	12	12	
Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность манцидарин) №458-2006, Москва			
УЖИН	580	23	23
47	490	1	0
Мясо тушеное №433-2004	100	18,3	15,2
говядина 1 категория	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	

ЭКЗЕМПЛЯР ОРИГИНАЛ
Меню № 001136
АУТО-специализированный магазин

9 день

Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Бруто, г	Нетто, г	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)				Витамины, мг				Минералы, мг			
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	C	B1	A, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК	550	15,7	11,9	78,9	485,8	2,8	0,1	0,1	0,9	503,7	505,3	68,0	0,9		
Бутерброд с джемом или повидлом №2-2004	15/15	2,1	0,4	31	135	0,6	0,0	0,0	0,4	7,5	19,0	5,4	0,4		
хлеб пшеничный	15	15													
джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, консервантов и красителей)	15,4	15													
Суфле творожное со стущенным молоком №365-2004															
творог	72	71													
сметана	12	12													
яйцо куриное	5	5													
сахар	7	7													
мука пшеничная	7	7													
молоко питьевое	14	14													
масло спивочное	1	1													
Масса готового суфле		100													
молоко стущенное с сахаром	20	20													
Йогурт молочный в индивидуальной упаковке для детского питания	100	2,2	2,7	5,0	53	0,5	0,0	0,0	0,0	180,0	178,0	22,0	0,0		
Кофейный напиток №253-2004, Пермь	150	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	7	7													

01.11.-31.12. -30%	57	40									
01.01-29.02 - 35%	62	40									
01.03 - 40%	67	40									
Макаронные изделия	10	10									
Морковь до 01.01.-20%	10,0	8									
с 01.01 - 25%	10,6	8									
лук репчатый	10	8									
масло сливочное	4	4									
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2									
Гуляш №152-2004, Пермь			100	18,3	14,2	4,1	217	0,2	0,1	2,3	111,1
говядина 1 категории	107	79									
или говядина полупабрикат	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 (Техническая карта)			100	2,3	4,1	26,9	154	13,7	0,0	0,5	18,9
крупа перловая	25	25									
масло сливочное	5	5									
лук репчатый	14	12									
морковь до 01.01.-20%	31	25									
с 01.01 - 25%	33	25									

Котлеты рубленные из птицы с маслом №461-1996	60/5	8,2	16,2	2,8	190	0,1	0,0	0,0	0,2	26,9	88,4	11,8	0,8
курица потрошена 1 категория (мякоть без кожи)	104	45											
или филе куриное промышленного производства	47	45											
или фарш куриный промышленного производства	45	45											
хлеб пшеничный	11	11											
вода или молоко питьевое	17	17											
сухари	3	3											
масло растительное	2	2											
масло сливочное	5	5											
Rагу из овощей №215-1996	130	2,0	4,7	13,4	104	24,6	0,1	0,0	1,5	13,2	49,9	21,5	0,8
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	29	22											
01.11.-31.12. -30%	31	22											
01.01-29.02 - 35%	34	22											
01.03 - 40%	37	22											
капуста белокочанная свежая	65	52											
морковь до 01.01.-20%	40	32											
с 01.01 - 25%	43	32											
лук репчатый	14	12											
масло растительное	4	4											
для соуса томатного (№587-2004)	40												
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	6	6											
мука пшеничная	2	2											

Меню №
«Аутлет гипермаркета «Лента»»

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ

Масло сливочное	5	5												
Каша пшеничная жидкая с Маслом №311-2004	160	6,0	7,8	29,0	210	0,5	0,1	0,0	0,2	125,5	152,3	38,4	1,0	
крупа пшено	32	32												
сахар	3	3												
соль йодированная	0,8	0,8												
молоко питьевое	134	134												
или молоко концентрированное	62	62												
или молоко сухое	16	16												
Масло сливочное	5	5												
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	158	150	150	4,8	4,7	9,0	97	0,8	0,0	0,0	158,4	160,7	18,3	0,1
Продукт творожный промышленного производства для детского питания (масса творожного продукта конкретизируется по фактическому использованию от 100г и выше)	95	12,8	5,7	3,8	118	0,6	0,0	0,0	0,0	180,5	93,1	0,0	0,0	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК			1,9	2,1	22,3	116	6,0	0,0	0,0	22,0	18,0	6,0	1,3	
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, Москва	120	120	120	0,1	0,0	8,1	33	6,0	0,0	0,0	22,0	18,0	6,0	1,3
Кондитерское изделие промышленного производства (печенье, пряники, вафли, сушки, бараки и т.п.)														
ОБЕД	650	37	30	97	810	22	0	0	6	134	370	75	9	
Салат из белокочанной капусты с клюковой №62-1997	80	0,9	4,0	5,7	62	31,3	0,0	0,0	0,1	33,4	21,7	2,2	0,4	
капуста белокочанная свежая (стертая с солью)	139	70												
клубника свежая	8,4	8												
сахар	0,3	0,3												

Фрикадельки:						
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	27	20				
или горбуша потрощенная с головой (филе без кожи и костей)	30	20				
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	36	20				
или треска потрощенная обезглавленная (филе без кожи и костей)	27	20				
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе без кожи и костей)	37	20				
яйцо куриное	1	1				
лук репчатый	5	4				
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2				
Жаркое из птицы №446-1996			200	23,1	19,9	11,4
курица потрощеная 1 категория	81	72		317	3,5	0,1
или окорочок куриный	76	72			0,0	4,2
или грудка куриная	76	72				26,0
масса запеченной курицы (порционные кусочки)	50					55,0
или филе куриное промышленного производства	64	62				9,4
масса запеченного филе	50					0,2
масло растительное	2	2				
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	106	80				
01.11.-31.12. -30%	114	80				
01.01-29.02 - 35%	123	80				

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
 Меню № 001136
 АУТО «Центр технологического контроля»

Сосиски, сардельки, колбаса отварные с маслом №413-2004	50/5	4,2	18,1	0,0	180	0,0	0,0	0,0	0,3	9,5	22,3	0,0	0,1
сардельки, или сосиски молочные, или колбаса вареная высшего сорта для детского питания	51	50											
масло сливочное	5	5											
Пюре картофельное №520-2004	130	2,6	3,3	16,7	107	1,9	0,1	0,0	0,3	30,9	67,3	22,5	0,8
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											
молоко питьевое	20	20											
или молоко концентрированное	9	9											
или молоко сухое	2	2											
вода кипяченая для концентрированного молока	11	11											
вода кипяченая для сухого молока	18	18											
масло сливочное	4	4											
Зеленый чай с сахаром №686-2004	150	0,2	0,0	12,9	52	1,1	0,0	0,0	4,2	1,1	0,7	0,1	
чай - заварка	0,2	0,2											
сахар	12	12											
Хлеб ржаной	40	40	40	1,9	0,4	17,5	81	0,0	0,0	7,2	34,8	7,6	1,1
СОННИК	2,3	0,2	29,0	127	0,0	0,1	0,0	12,0	42,0	63,0	0,9	1,2	
Фрукт (посчитана пищевая ценность бананов) №458-2006. Москва	150	2,3	0,2	29,0	127	0,0	0,1	0,0	12,0	42,0	63,0	0,9	1,2
ИТОГО:	87,0	93	309	2423	39	1	1	21	975	1281	213	16	
Соотношение белков:жиров:углеводов	1	1	4										

ВТОРОЙ ЗАВТРАК		1,9	2,1	24,8	126	8,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, Москва		200	200	200	0,1	0,0	10,6	43	8,0	0,0	0,0	28,0
Кондитерское изделие промышленного производства (печенье, пряники, вафли, сушки, баракки и т.п.)		18	1,8	2,1	14,2	83	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД		630	26,4	26,0	118,1	812	18,9	0,5	0,3	4,4	106,9	389,3
Салат из моркови и яблок №10-2001, Пермь		80	0,7	4,0	5,8	62	4,9	0,0	0,0	2,8	17,3	30,3
Морковь до 01.01.-20%	71	57										
	С 01.01 - 25%	76	57									
<u>В свежем виде морковь старого урожая использовать до 1 марта, после 1 марта в отварном</u>												
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	23	20										
	масло растительное на полив при подаче	4	4									
	зелень свежая (петрушка, укроп)	2,2	1,6									
Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной №129-1996		200/10/5	4,7	4,1	11,5	102	2,0	0,1	0,2	0,2	16,5	63,6
говядина 1 категория	22	16										
	или говядина полуфабрикат	19	16									
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	73	55										
	01.11.-31.12. -30%	79	55									
	01.01-29.02 - 35%	85	55									
01.03 - 40%	92	55										
	крупа (перловая, или рисовая)	4	4									

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ

АУТО «Центр технологического контроля»

Меню № 001136

Комплот из сухофруктов + Витамин "С" №6338-2004	150	0,4	0,0	20,2	82	0,1	0,0	0,0	0,3	11,0	9,3	7,1	0,2
сухофрукты	15	15											
сахар	15	15											
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	50	50	50	4,1	0,7	18,1	95	0,0	0,1	0,0	0,0	16,5	109,0
или Хлеб витаминизированный				50									
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4
ПОЛДНИК	280	3,3	10,9	62,8	362	1,4	0,0	0,0	0,4	156,2	143,7	5,3	0,6
Ватрушка царская (творожное блюдо) (Техники-Технологическая карта)	100	3,2	10,8	43,2	283	0,0	0,0	0,0	0,4	150,0	136,8	5,3	0,1
творог	74	73											
крупа манная	3,5	3,5											
яйцо куриное	8,0	8,0											
соль йодированная	0,2	0,2											
сахар	9	9											
масло сливочное	7	7											
мука пшеничная	7	7											
масло сливочное на сметану	1	1											
Кисель из яблок №642-2004	180	0,1	0,1	19,6	79	1,4	0,0	0,0	0,0	6,2	6,8	0,0	0,5
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	29	25											
мука картофельная (крахмал)	5	5											
сахар	12	12											

Меню №
ЭКЗЕМПЛЯР-ОРГИНАЛ
AY TO «Центр питания и здоровья»

ЛИМОН	6	5												
Хлеб пшеничный	15	15	15	1,2	0,2	5,4	28	0,0	0,0	0,0	5,0	32,7	9,3	0,6
или Хлеб витаминизированный			15											
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
СОННИК														
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, биопростокваша и т.д. (р.645-1996)	207	200	200	4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	200,0	198,0	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	211,2	214,2	24,4	0,2	
ИТОГО:															
Соотношение белков:жиров:углеводов	1	1	4												
12 день															
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	C	B1	A, мкт ред.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК															
Бутерброд с джемом или повидлом с маслом №1,2-2004	550	11,4	15,5	76,5	491	1,3	0,3	0,2	0,9	391,8	431,1	98,4	3,5		
хлеб пшеничный	20/15/5	1,9	3,1	26,7	142	0,6	0,1	0,1	0,6	8,2	19,7	5,6	0,5		
масло сливочное	5	5													
джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, консервантов и красителей)	15,4	15													
ЭКЗЕМПЛЯР ОРИГИНАЛ															
Меню №	001136														

ОБЕД	705	35,3	33,7	86,5	790,6	8,1	0,5	1,3	5,1	121,9	403,7	98,7	6,1
Салат из свеклы отварной с маслом (р.20/1-2011, Екатеринбург)	80	1,1	4,0	5,4	62	1,6	0,0	0,0	1,8	25,8	30,0	7,3	1,0
свекла до 01.01 -20% 99	79												
с 01.01 - 25%	105	79											
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,2	1,6											
масло растильное на полив при подаче	4	4											
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
Суп из овощей с мясом №135 - 2004	200/10	3,1	3,3	8,02	74	3,6	0,1	0,1	0,2	1,2	11,1	14,3	0,2
говядина 1 категория	22	16											
или говядина полуфабрикат	19	16											
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	53	40											
01.11.-31.12. -30%	57	40											
01.01-29.02 - 35%	62	40											
01.03 - 40%	67	40											
морковь до 01.01.-20%	20	16											
с 01.01 - 25%	21	16											
лук репчатый	10	8											
горошек зеленый консервированный	23	15											
масло сливочное	4	4											
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2											
Рыба, тушеная в томате с овощами №374-2004	50/25	16,6	15,1	5,1	223	0,5	0,1	0,0	2,5	14,4	79,7	7,9	0,2
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	84	62											

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Модю №
АУТО «Центр технологического контроля»
001136

Хлеб пшеничный	50	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	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
ПОЛДНИК	260	11,0	15,9	45,0	367	1,1	0,1	0,3	0,0	235,7	260,6	31,4	0,7			
Булочка Домашняя №769-2004	60	5,5	10,3	35,0	255	0,0	0,0	0,3	0,0	24,5	46,4	7,0	0,5			
Мука пшеничная	40	40														
сахар	5	5														
вода или молоко питьевое	17	17														
масло сливочное	11	11														
яйцо куриное для смазки изделий	1,2	1,2														
соль йодированная	0,4	0,4														
дрожжи прессованные	1	1														
сахар (для отделки)	2	2														
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2														
Молоко питьевое кипяченое 2,5 % №260-2004	210	200	200	5,5	5,6	10,0	112	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2	
УЖИН	570	22,4	27,1	43,1	505,3	28,3	0,2	0,0	0,5	282,9	283,2	47,2	3,1			
Продукт творожный с фруктовым наполнителем для детского питания промышленного производства (масса творожного продукта конкретизируется по фактическому использованию от 100г и выше)																
Говядина, тушенная с капустой № 440-2004	200	12,8	13,9	16,0	240	27,7	0,1	0,0	0,5	90,0	190,0	98,0	0,0	0,0	0,0	0,0
говядина 1 категория	107	79														
или говядина полуфабрикат	93	79														
масса тушеного мяса		50														

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ

Меню № 001136

АТ ТО «Центр технологического контроля»

масло сливочное	10	10									
Пудинг из творога с молоком сгущенным №362-2004	170	20,2	11,1	21,1	265	0,3	0,1	0,0	0,4	203,8	236,9
творог	125	124									
крупа манная	10	10									
яйцо куриное	15	15									
масло сливочное	5	5									
сахар	15	15									
изюм	12,5	12									
ванилин	0,01	0,01									
сметана	5	5									
сухари	5	5									
масло сливочное (для смазки)	5	5									
Масса готового пудинга		150									
молоко сгущенное с сахаром	20	20									
Кофейный напиток №253-2004, Пермь	150	3,4	3,2	19,0	118	1,3	0,0	0,0	0,0	118,0	88,2
кофейный напиток	7	7									
сахар	15	15									
молоко питьевое	100	100									
или молоко концентрированное	46	46									
или молоко сухое	12	12									
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	4,9	2,4	21,8	126	6,8	0,0	0,1	0,1	5,1	4,8	2,0
Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность яблок, апельсин) №458-2006, Москва	150	1,8	0,4	12,2	57	6,8	0,0	0,1	5,1	4,8	2,0

Мука пшеничная	14	14														
Мука пшеничная на подсыпке	1	1														
Яйцо куриное	4	4														
Вода питьевая	2,8	2,8														
Соль йодированная	0,4	0,4														
Или лапша промышленного производства	16	16														
Морковь до 01.01.-20%	10,0	8														
С 01.01 - 25%	11	8														
Лук репчатый	10	8														
Масло сливочное	4	4														
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															
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														

АУТО «Центр технологического контроля»
ЭКСПЕРИМЕНТАЛНАЯ
Модель № 001136

яйцо куриное	4	4										
масло сливочное для смазки емкости	2	2										
Овощи припущенные №524-2004			130	4,0	7,1	12,0	128	7,6	0,2	0,0	0,4	29,1
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	61	46										
01.11.-31.12. -30%	66	46										
01.01-29.02 - 35%	71	46										
01.03 - 40%	77	46										
горошек зеленый консервированный	77	50										
морковь до 01.01.-20%	44	35										
с 01.01 - 25%	47	35										
лук репчатый	21	18										
масло сливочное	10	10										
мука пшеничная	2	2										
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407- 2006, Москва	200	200	200	0,4	0,0	22,1	90	8,0	0,0	0,0	28,0	26,0
Хлеб ржаной	30	30	30	1,4	0,3	13,1	61	0,0	0,0	0,0	5,4	26,1
СОННИК			2,3	0,2	29,0	126,6	0,0	0,1	0,0	12,0	42,0	63,0
Фрукт (посчитана пищевая ценность бананов) №458. 2006, Москва	150	2,3	0,2	29,0	127	0,0	0,1	0,0	12,0	42,0	63,0	0,9
ИТОГО:		90,1	92,4	316	2457	50	1	38	21	788	1466	298
Соотношение белков:жиров:углеводов	1	1	4									

ЭКЗЕМПЛЯР ОФОРМЛЕН
Меню № 001136
АУ ТО «Центр технологического контроля»

ВТОРОЙ ЗАВТРАК		1,9	2,1	24,8	126	8,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, Москва		200	200	0,1	0,0	10,6	43	8,0	0,0	0,0	28,0	26,0
Кондитерское изделие промышленного производства (печенье, пряники, вафли, сушки, баракки и т.п.)		18	1,8	2,1	14,2	83	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД		665	36	34	86	791	20	0	1	2	111	426
Яйцо отварное №337-2004		40	5,0	4,6	0,3	63	0,0	0,0	0,6	0,2	19,4	66,8
Суп картофельный с рыбой №42-2001, Пермь		200/40	6,8	8,1	9,1	137	6,4	0,1	0,0	0,2	12,0	46,1
Минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)		66	49									
или горбуша потрощенная с головой (филе без кожи и костей)		72	48									
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)		87	48									
или треска потрощенная обезглавленная (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%		106	80									
01.11.-31.12. -30%		114	80									
01.01-29.02 - 35%		123	80									
01.03 - 40%		134	80									
Морковь до 01.01.-20%		10,0	8									
с 01.01 - 25%		11	8									

Мешок №
001136
АУ ТО «Центр технологического консалтинга»

сухари	6	6												
Масло растительное	2	2												
масло сливочное	5	5												
Макаронные изделия отварные с овощами №517-2004	130	6,2	3,7	24,6	157	13,0	0,2	0,1	0,5	21,6	87,1	24,1	0,8	
макаронные изделия	28	28												
масло сливочное	4	4												
Масса отварных макаронных изделий	75													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	6	6												
горошек зеленый (после термической обработки)	77	50												
Компот из сухофруктов + Витамин "С" №638-2004	150	0,4	0,0	20,2	82	0,1	0,0	0,0	0,3	11,0	9,3	7,1	0,2	
сухофрукты	15	15												
сахар	15	15												
Хлеб пшеничный	50	50	50	4,1	0,7	18,1	95	0,0	0,1	0,0	16,5	109,0	31,0	2,1
или Хлеб витаминизированный	50													
Хлеб ржаной	25	25	25	1,2	0,3	10,9	51	0,0	0,0	0,0	4,5	21,8	4,8	0,7
ПОЛДНИК	250	8	8	69	377	10,2	0,0	0,1	0,1	12,3	12,7	5,5	0,8	
Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность яблок, апельсин) №458-2006. Москва	200	1,8	0,5	16,2	77	9,0	0,0	0,1	0,1	6,8	6,4	2,6	0,6	
Мучное пряничное изделие промышленного производства	50	6,1	7,2	27,5	199	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Кисель из свежих ягод + Витамин С, №590-1996	200	0,1	0,0	25,2	101	1,2	0,0	0,0	0,0	5,5	6,3	2,9	0,2	
клюква, или брусника, или смородина	21,2	20												
крахмал	5	5												

Меню № **00 11136**
 АУТО «Центр технологического контроля»

или окунь морской потрошенный безглавленный (филе без кожи и костей)	74	40
хлеб пшеничный	8	8
вода питьевая	6	6
лук репчатый	11	9
яйцо куриное	6	6
мука пшеничная	5	5
масло растительное	2	2
соус сметанный:	20	
сметана	12	12
мука пшеничная	1	1
вода питьевая	10	10
масло сливочное	1	1
Пюре картофельное №520-2004		
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
молоко питьевое	20	20
или молоко концентрированное	9	9
или молоко сухое	2	2
вода кипяченая для концентрированного молока	11	11
вода кипяченая для сухого молока	18	18

ЭКСПЛЯВ-ОРИГИНАЛ	Меню №	00 1136
АУТО-ЧЕНТР ТЕХНОЛОГИИ КОНТРОЛЯ		

Извлечение

**Расход соли и специй
при приготовлении блюд и изделий**

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

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