

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

с 7 до 11 лет (весенне-летний 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 Уралским 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 28 – ти дневное меню разработано для питания детей школьного возраста (с 7 до 11 лет) в ФГБУ «Сергиево Посадском детском доме слепоглухих» – завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин, сонник (п. 6.8, 6.14 СанПиН 2.4.5.2409-08).

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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 (растопливаться 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 должно 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.**

**ПРИМЕРНОЕ 28 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ № 1214 "16" марта 2016г для питания детей - сирот и детей оставшихся без попечения родителей, с 7 до 11 лет (весенне - летний сезон)**

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

**1 день**

Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)				Витамины, мг				Минералы, мг			
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал								
								С	В1	А, мкг рет.экв.	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				22,4	26,6	87,1	677	2,8	0,3	0,3	1,6	464,6	466,3	78,5	2,5
Бутерброд горячий с мясопродуктами и сыром №11-2004			90	6,8	11,5	15,2	191	0,0	0,1	0,0	0,7	115,4	104,1	11,2	0,5
колбаса вареная, или полукопченая, или ветчина для детского питания	31	30													
сыр	21	20													
хлеб пшеничный	40	40													
Каша пшеничная жидкая, с маслом №311-2004			200/5	8,2	9,2	39,5	274	0,4	0,1	0,0	0,2	197,5	177,4	35,3	0,5
крупа пшеничная	35	35													
сахар	4	4													
вода питьевая	70	70													
молоко питьевое	103	103													
или молоко концентрированное	47	47													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	56	56													
вода кипяченая для сухого молока	91	91													
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

[illegible]

чеснок свежий	0,6	0,5													
масло сливочное	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
<b>Биточки рубленые из птицы паровые с маслом №349-2006, г. Москва</b>			<b>80/10</b>	<b>11,7</b>	<b>16,2</b>	<b>6,6</b>	<b>219</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>0,4</b>	<b>31,1</b>	<b>102,6</b>	<b>13,6</b>	<b>1,0</b>
курица потрошенная 1 категории (мякоть без кожи)	144	62													
или филе индейка	65	62													
хлеб пшеничный	15	15													
вода или молоко питьевое	21	21													
масло сливочное для припускания	1,6	1,6													
масло сливочное	10	10													
<b>Макаронные изделия отварные с овощами №517-2004</b>			<b>150</b>	<b>3,8</b>	<b>3,8</b>	<b>25,5</b>	<b>151</b>	<b>0,7</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>0,7</b>	<b>9,9</b>	<b>28,6</b>	<b>5,4</b>	<b>0,6</b>
макаронные изделия	35	35													
масло сливочное	5	5													
масса отварных макаронных изделий		100													
морковь до 01.01.-20%	69	55													
с 01.01 - 25%	73	55													
<b>Компот из сухофруктов + Витамин "С" №638-2004</b>			<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>20,2</b>	<b>82</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,3</b>	<b>11,0</b>	<b>9,3</b>	<b>7,1</b>	<b>0,2</b>
сухофрукты	15	15													
сахар	15	15													
Хлеб пшеничный	80	80	<b>80</b>	<b>6,6</b>	<b>1,1</b>	<b>28,9</b>	<b>152</b>	<b>0,0</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>26,4</b>	<b>174,4</b>	<b>49,6</b>	<b>3,4</b>
или хлеб витаминизированный			<b>80</b>												
Хлеб ржаной	50	50	<b>50</b>	<b>2,4</b>	<b>0,5</b>	<b>21,9</b>	<b>101</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>9,0</b>	<b>43,5</b>	<b>9,5</b>	<b>1,4</b>
<b>ПОЛДНИК</b>				<b>15,0</b>	<b>16,7</b>	<b>73,4</b>	<b>504</b>	<b>10,2</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>12,3</b>	<b>12,7</b>	<b>5,5</b>	<b>0,8</b>
<b>Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москва</b>			<b>200</b>	<b>1,8</b>	<b>0,5</b>	<b>16,2</b>	<b>77</b>	<b>9,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>6,8</b>	<b>6,4</b>	<b>2,6</b>	<b>0,6</b>

[illegible]

вода или молоко питьевые	4	4													
лук репчатый	19	16													
чеснок свежий	1,0	0,8													
масло сливочное	5	5													
яйцо куриное	5	5													
мука пшеничная	6	6													
масло растительное	4	4													
масло сливочное	5	5													
<b>Пюре картофельное №520-2004</b>			<b>150</b>	<b>3,0</b>	<b>3,8</b>	<b>19,3</b>	<b>123</b>	<b>2,2</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>0,3</b>	<b>35,7</b>	<b>77,6</b>	<b>26,0</b>	<b>0,9</b>
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	170	128													
01.11.-31.12. -30%	183	128													
01.01-29.02 - 35%	197	128													
01.03 - 40%	214	128													
молоко питьевое	23	23													
или молоко концентрированное	11	11													
или молоко сухое	3	3													
вода кипяченая для концентрированного молока	12	12													
вода кипяченая для сухого молока	20	20													
масло сливочное	5	5													
<b>Чай с лимоном №686-2004</b>			<b>200/5</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>15,2</b>	<b>61</b>	<b>0,8</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>2,2</b>	<b>0,1</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>
чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	15	15													
лимон	6	5													
<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>30</b>	<b>30</b>	<b>30</b>	<b>2,5</b>	<b>0,4</b>	<b>10,8</b>	<b>57</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>9,9</b>	<b>65,4</b>	<b>18,6</b>	<b>1,3</b>



[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

сухари	10	10													
масло растительное	6	6													
масло сливочное	10	10													
<b>Овощи припущенные №524-2004</b>			<b>200</b>	<b>6,2</b>	<b>10,9</b>	<b>18,0</b>	<b>195</b>	<b>11,7</b>	<b>0,3</b>	<b>0,0</b>	<b>0,6</b>	<b>44,8</b>	<b>154,2</b>	<b>60,6</b>	<b>1,6</b>
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													
кабачки	107	72													
морковь до 01.01.-20%	68	54													
с 01.01 - 25%	72	54													
лук репчатый	33	28													
масло сливочное	12	12													
мука пшеничная	3	3													
<b>Фито-чай с сахаром №627-1996</b>			<b>200</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>15,5</b>	<b>62</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>
фито-чай для детей (с мятой или душицей или ромашкой или липой или др.)	1,5	1,5													
сахар	15	15													
<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>30</b>	<b>30</b>	<b>30</b>	<b>2,5</b>	<b>0,4</b>	<b>10,8</b>	<b>57</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>9,9</b>	<b>65,4</b>	<b>18,6</b>	<b>1,3</b>
или хлеб витаминизированный			<b>30</b>												
<b>Хлеб ржаной</b>	<b>30</b>	<b>30</b>	<b>30</b>	<b>1,4</b>	<b>0,3</b>	<b>13,1</b>	<b>61</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>5,4</b>	<b>26,1</b>	<b>5,7</b>	<b>0,8</b>
<b>СОННИК</b>				<b>5,6</b>	<b>6,4</b>	<b>18,2</b>	<b>153</b>	<b>1,8</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>242,0</b>	<b>188,0</b>	<b>30,0</b>	<b>0,2</b>
<b>Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. №645-1996</b>	<b>207</b>	<b>200</b>	<b>200</b>	<b>5,6</b>	<b>6,4</b>	<b>18,2</b>	<b>153</b>	<b>1,8</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>242,0</b>	<b>188,0</b>	<b>30,0</b>	<b>0,2</b>
<b>ИЛИ</b>															
<b>Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004</b>	<b>210</b>	<b>200</b>	<b>200</b>	<b>6,4</b>	<b>6,2</b>	<b>12,0</b>	<b>129</b>	<b>1,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>211,2</b>	<b>214,2</b>	<b>24,4</b>	<b>0,2</b>

ИТОГО:				119	125	419	3280	61	1	49	11	867	1706	338	19
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				17,2	17,1	112,2	672	1,6	0,4	0,2	1,1	417,2	532,2	126,1	5,5
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 "Солнечная" с маслом (техничко-технологическая карта)			200/5	7,2	8,9	27,7	220	0,4	0,2	0,1	0,3	200,3	244,4	63,1	2,0
крупа кукурузная	13	13													
крупа манная	13	13													
сахар	4	4													
соль йодированная	0,9	0,9													
вода питьевая	70	70													
молоко питьевое	102	102													
или молоко концентрированное	47	47													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	55	55													
вода кипяченая для сухого молока	90	90													
масло сливочное	5	5													
Чай с молоком №630-1996			200	2,1	3,2	23,2	130	0,4	0,0	0,0	0,0	186,6	136,8	21,2	0,2

чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	20	20													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипячая для концентрированного молока	54	54													
вода кипячая 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												
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>				<b>5,9</b>	<b>6,5</b>	<b>56,6</b>	<b>309</b>	<b>8,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>28,0</b>	<b>26,0</b>	<b>8,0</b>	<b>2,0</b>
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	200	0,4	0,0	22,1	90	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Кондитерское изделие промышленного производства ( печенье, пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)			25	5,5	6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>ОБЕД</b>				<b>43,6</b>	<b>31,2</b>	<b>136,8</b>	<b>1002</b>	<b>30,3</b>	<b>0,7</b>	<b>1,4</b>	<b>7,6</b>	<b>152,3</b>	<b>482,4</b>	<b>105,6</b>	<b>8,8</b>
Салат зеленый с огурцами и помидорами №15-2004			80	1,2	4,0	6,3	66	7,1	0,0	0,0	2,3	26,9	31,1	8,2	1,5
капуста пекинская (китайская)	30	21													
огурцы свежие парниковые	33	32													
или огурцы свежие грунтовые	34	32													
помидоры свежие парниковые	27	26													
или помидоры свежие грунтовые	31	26													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
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

[illegible]



[illegible]

[illegible]

[illegible]

хлеб пшеничный	30	30													
Омлет натуральный с маслом №284-1996 с подгарнировкой (№244-2006, Москва)			200	17,2	18,1	9,6	270	4,4	0,1	0,0	2,2	105,4	251,0	25,9	1,7
яйцо куриное	125	125													
молоко питьевое	47	47													
или молоко концентрированное	22	22													
или молоко сухое	6	6													
вода кипяченая для концентрированного молока	25	25													
вода кипяченая для сухого молока	41	41													
масло растительное	3	3													
масса готового омлета		165													
масло сливочное на полив	10	10													
огурец свежий грунтовый	31,5	30													
или огурец свежий парниковый	31	30													
или горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	46	30													
Кофейный напиток на сгущенном молоке №252-2004, Пермь			200	2,4	3,2	24,6	137	0,9	0,0	0,0	0,0	85,0	63,5	9,9	0,1
кофейный напиток	5,5	5,5													
сахар	10	10													
молоко сгущенное с сахаром	28	28													
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
Хлеб пшеничный			30	2,5	0,4	10,8	57	0,0	0,1	0,0	0,0	9,9	65,4	18,6	1,3
или хлеб витаминизированный			30												
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>				<b>5,9</b>	<b>6,5</b>	<b>56,6</b>	<b>309</b>	<b>8,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>28,0</b>	<b>26,0</b>	<b>8,0</b>	<b>2,0</b>
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	200	0,4	0,0	22,1	90	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0

[illegible]

[illegible]

или груши свежие	44	40													
или слива или персик свежие или нектарины	44	40													
или абрикосы свежие	46	40													
или черешня или вишня свежие	42	40													
сахар	20	20													
<b>Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москва</b>			<b>250</b>	<b>2,3</b>	<b>0,8</b>	<b>27,8</b>	<b>128</b>	<b>13,9</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,3</b>	<b>22,2</b>	<b>15,3</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>
Хлеб пшеничный	80	80	<b>80</b>	<b>6,6</b>	<b>1,1</b>	<b>28,9</b>	<b>152</b>	<b>0,0</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>26,4</b>	<b>174,4</b>	<b>49,6</b>	<b>3,4</b>
или хлеб витаминизированный			<b>80</b>												
Хлеб ржаной	50	50	<b>50</b>	<b>2,4</b>	<b>0,5</b>	<b>21,9</b>	<b>101</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>9,0</b>	<b>43,5</b>	<b>9,5</b>	<b>1,4</b>
<b>ПОЛДНИК</b>				<b>12,9</b>	<b>21,0</b>	<b>57,2</b>	<b>469</b>	<b>3,7</b>	<b>0,0</b>	<b>0,2</b>	<b>0,6</b>	<b>196,5</b>	<b>166,6</b>	<b>5,9</b>	<b>1,4</b>
<b>Зразы из творога с черносливом или с курагой, с молоком сгущенным №364-2004</b>			<b>130/20</b>	<b>12,8</b>	<b>20,9</b>	<b>37,1</b>	<b>388</b>	<b>1,9</b>	<b>0,0</b>	<b>0,2</b>	<b>0,5</b>	<b>188,3</b>	<b>157,5</b>	<b>5,9</b>	<b>0,7</b>
творог	87	87													
мука пшеничная	15	15													
сахар	13	13													
соль йодированная	1,3	1,3													
яйцо куриное	9	9													
чернослив	35	26													
или курага	26	26													
мука пшеничная для панировки	4	4													
масло сливочное на смазку	3	3													
масса готовых зраз		130													
молоко сгущенное с сахаром	20	20													
<b>ИЛИ</b>															
<b>Сырники из творога со сгущенным молоком (№358-2004)</b>			<b>150/20</b>	<b>20,5</b>	<b>11,2</b>	<b>39,0</b>	<b>339</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,5</b>	<b>230,8</b>	<b>210,5</b>	<b>8,1</b>	<b>0,1</b>

[illegible]



[illegible]

масло сливочное	10	10													
<b>Каша пшенная жидкая с маслом №311-2004</b>			<b>200/5</b>	<b>7,0</b>	<b>8,9</b>	<b>30,0</b>	<b>228</b>	<b>0,6</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>0,3</b>	<b>149,0</b>	<b>180,9</b>	<b>45,6</b>	<b>1,2</b>
крупa пшено	40	40													
молоко питьевое	168	168													
или молоко концентрированное	77	77													
или молоко сухое	20	20													
вода кипяченая для концентрированного молока	91	91													
вода кипяченая для сухого молока	148	148													
сахар	4	4													
соль йодированная	1	1													
масло сливочное	5	5													
<b>Какао с молоком №642-1996</b>			<b>200</b>	<b>4,0</b>	<b>5,7</b>	<b>26,0</b>	<b>171</b>	<b>0,7</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>177,0</b>	<b>133,7</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>
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													
<b>Продукт творожный промышленного производства для детского питания (масса творожного продукта конкретизируется по фактическому использованию от 100 г и выше)</b>			<b>100</b>	<b>13,5</b>	<b>6,0</b>	<b>4,0</b>	<b>124</b>	<b>0,6</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>190,0</b>	<b>98,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>
Хлеб ржаной	20	20	<b>20</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>8,7</b>	<b>41</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>3,6</b>	<b>17,4</b>	<b>3,8</b>	<b>0,6</b>
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>				<b>4,0</b>	<b>8,4</b>	<b>59,0</b>	<b>328</b>	<b>9,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>6,8</b>	<b>6,4</b>	<b>2,6</b>	<b>0,6</b>
<b>Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москва</b>			<b>200</b>	<b>1,8</b>	<b>0,5</b>	<b>16,2</b>	<b>77</b>	<b>9,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>6,8</b>	<b>6,4</b>	<b>2,6</b>	<b>0,6</b>

[illegible]

[illegible]

[illegible]

01.03 - 40%	214	128													
молоко питьевое	23	23													
или молоко концентрированное	11	11													
или молоко сухое	3	3													
вода кипяченая для концентрированного молока	12	12													
вода кипяченая для сухого молока	20	20													
масло сливочное	5	5													
Зеленый чай с сахаром №686-2004			200	0,2	0,0	15,9	64	1,1	0,0	0,0	0,0	4,2	1,1	0,7	0,1
чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	15	15													
Хлеб пшеничный	30	30	30	2,5	0,4	10,8	57	0,0	0,1	0,0	0,0	9,9	65,4	18,6	1,3
или хлеб витаминизированный			30												
Хлеб ржаной	30	30	30	1,4	0,3	13,1	61	0,0	0,0	0,0	0,0	5,4	26,1	5,7	0,8
СОННИК				5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. №645-1996	207	200	200	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
ИЛИ															
Молоко питьевое кипяченое 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
ИТОГО:				105	123	426	3228	53	1	1	10	1111	1410	238	13
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
ЗАВТРАК				23,8	20,0	98,5	669	2,7	0,2	0,1	1,3	375,5	305,7	69,4	1,5

Бутерброд с джемом или повидлом №2-2004			30/25	2,7	0,5	39,6	173	0,8	0,0	0,0	0,6	9,6	24,4	6,9	0,5
хлеб пшеничный	30	30													
джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, консервантов и красителей)	25,4	25													
Суфле творожное с печеньем со сгущенным молоком (технико-технологическая карта)			180/20	17,2	16,2	35,5	357	0,7	0,1	0,1	0,7	246,1	184,4	46,9	0,7
печенье песочное	36	36													
творог	132	132													
мука пшеничная	15	15													
сахар	13	13													
яйцо куриное	18	18													
сухари	7	7													
сметана	4	4													
масло сливочное для смазки листа	3,5	3,5													
масса готового суфле		180													
молоко сгущенное с сахаром	20	20													
Хлеб ржаной	10	10	10	0,5	0,1	4,4	20	0,0	0,0	0,0	0,0	1,8	8,7	1,9	0,3
Кофейный напиток №253-2004, Пермь			200	3,4	3,2	19,0	118	1,3	0,0	0,0	0,0	118,0	88,2	13,7	0,1
кофейный напиток	5,5	5,5													
сахар	15	15													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
вода кипяченая для сухого молока	88	88													
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				5,9	6,5	56,6	309	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0

Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	200	0,4	0,0	22,1	90	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Кондитерское изделие промышленного производства ( печенье, пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)			25	5,5	6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>ОБЕД</b>				<b>40,7</b>	<b>43,4</b>	<b>111,7</b>	<b>1000,7</b>	<b>47,0</b>	<b>0,4</b>	<b>0,6</b>	<b>6,2</b>	<b>155,1</b>	<b>495,4</b>	<b>109,7</b>	<b>7,4</b>
Помидоры свежие №71-2006, Москва			80	0,5	0,2	3,4	17	5,9	0,0	0,0	1,8	3,3	0,0	0,7	0,2
помидоры свежие парниковые	82	80													
или помидоры свежие грунтовые	94	80													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
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 "Питательный " мясом и сметаной (технич-технологическая карта)			250/10/5	4,5	5,2	18,5	139	1,8	0,1	0,0	0,4	13,6	70,2	8,8	0,1
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	80	60													
01.11.-31.12. -30%	86	60													
01.01-29.02 - 35%	92	60													
01.03 - 40%	100	60													
крупа кукурузная	10	10													
морковь до 01.01.-20%	12,5	10													
с 01.01 - 25%	13,3	10													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное	5	5													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Суфле из кур с маслом №503-2004			80/10	19,2	24,6	0,0	298	0,2	0,0	0,0	1,5	59,5	66,1	2,9	0,4



[illegible]

мука пшеничная	2,7	2,7													
морковь до 01.01.-20%	12,5	10													
с 01.01 - 25%	13,3	10													
лук репчатый	1,4	1,2													
масло сливочное	2,7	2,7													
<b>Кисель из свежих ягод + Витамин С, №590-1996</b>			<b>200</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>25,2</b>	<b>101</b>	<b>1,2</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>5,5</b>	<b>6,3</b>	<b>2,9</b>	<b>0,2</b>
клюква, или брусника, или смородина	21,2	20													
крахмал	6	6													
сахар	18	18													
<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>80</b>	<b>80</b>	<b>80</b>	<b>6,6</b>	<b>1,1</b>	<b>28,9</b>	<b>152</b>	<b>0,0</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>26,4</b>	<b>174,4</b>	<b>49,6</b>	<b>3,4</b>
<b>или хлеб витаминизированный</b>			<b>80</b>												
<b>Хлеб ржаной</b>	<b>40</b>	<b>40</b>	<b>40</b>	<b>1,9</b>	<b>0,4</b>	<b>17,5</b>	<b>81</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>7,2</b>	<b>34,8</b>	<b>7,6</b>	<b>1,1</b>
<b>ПОЛДНИК</b>				<b>15,5</b>	<b>16,5</b>	<b>74,4</b>	<b>508</b>	<b>10,0</b>	<b>0,2</b>	<b>0,1</b>	<b>1,0</b>	<b>503,5</b>	<b>458,4</b>	<b>63,5</b>	<b>0,8</b>
<b>Пирог "Зебра" (техничко-технологическая карта)</b>			<b>80</b>	<b>8,2</b>	<b>10,4</b>	<b>48,2</b>	<b>319</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>0,9</b>	<b>285,5</b>	<b>237,8</b>	<b>36,5</b>	<b>0,0</b>
мука пшеничная	21	21													
сахар	30	30													
яйцо куриное	16	16													
сметана	29	29													
масло сливочное	8	8													
какао-порошок	10	10													
двууглекислый натрий	0,6	0,6													
сахарная пудра	3	3													
масло растительное для смазки листа	0,3	0,3													
<b>Молоко питьевое кипяченое 2,5 % №260-2004</b>	<b>210</b>	<b>200</b>	<b>200</b>	<b>5,5</b>	<b>5,6</b>	<b>10,0</b>	<b>112</b>	<b>1,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>211,2</b>	<b>214,2</b>	<b>24,4</b>	<b>0,2</b>

[illegible]

Чай с молоком №630-1996				200	2,1	3,2	23,2	130	0,4	0,0	0,0	0,0	186,6	136,8	21,2	0,2
чай - заварка	1,8	1,8														
сахар	20	20														
молоко питьевое	100	100														
или молоко концентрированное	46	46														
или молоко сухое	12	12														
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54														
вода кипяченая для сухого молока	88	88														
Хлеб пшеничный	20	20	20	1,6	0,3	7,2	38	0,0	0,0	0,0	0,0	6,6	43,6	12,4	0,8	
или хлеб витаминизированный			20													
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	40	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6	
СОННИК				5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2	
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. №645-1996	207	200	200	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2	
ИЛИ																
Молоко питьевое кипяченое 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	
ИТОГО:				122	124	437	3349	82	1	2	14	1561	2044	361	18	
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				20,8	34,1	64,3	647	0,9	0,2	0,8	0,1	428,7	395,4	46,6	3,0	
Для бутерброда:																
Масло сливочное (порциями) №96-2004	20	20	20	0,2	14,6	0,2	133	0,0	0,0	0,8	0,0	4,8	6,0	0,0	0,0	

Сыр (порциями) №97-2004	26	25	25	7,3	11,3	0,0	131	0,2	0,1	0,0	0,0	270,0	145,0	0,0	0,0
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
Хлеб пшеничный	50	50	50	4,1	0,7	18,1	95	0,0	0,1	0,0	0,0	16,5	109,0	31,0	2,1
или хлеб витаминизированный			50												
Суп молочный с крупой №162-1996			250	7,9	7,3	20,8	181	0,7	0,0	0,0	0,1	133,6	118,0	11,8	0,3
молоко питьевое	125	125													
или молоко концентрированное	58	58													
или молоко сухое	15	15													
вода кипяченая для концентрированного молока	68	68													
вода кипяченая для сухого молока	110	110													
вода питьевая	138	138													
крупa рисовая, или кукурузная	15	15													
или ячневая, или пшено	20	20													
масло сливочное	4	4													
сахар	4	4													
Чай с сахаром №685-2004			200	0,4	0,0	16,5	68	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0	0,0	0,0
чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	15	15													
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>				<b>5,9</b>	<b>6,5</b>	<b>56,6</b>	<b>309</b>	<b>8,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>28,0</b>	<b>26,0</b>	<b>8,0</b>	<b>2,0</b>
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	200	0,4	0,0	22,1	90	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Кондитерское изделие промышленного производства ( печенье, пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)			25	5,5	6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>ОБЕД</b>				<b>43,2</b>	<b>38,2</b>	<b>116,8</b>	<b>984</b>	<b>88,1</b>	<b>0,6</b>	<b>0,2</b>	<b>5,0</b>	<b>155,2</b>	<b>500,5</b>	<b>133,1</b>	<b>7,4</b>
Салат из белокочанной капусты с перцем или помидором свежим (техничко-технологическая карта)			80	1,2	4,0	3,7	56	83,0	0,0	0,0	1,5	24,2	19,1	9,4	0,4

[illegible]

[illegible]

или дрожжи сухие	0,3	0,3													
соль йодированная	1,2	1,2													
мак для отделки	1	1													
вода питьевая или молоко питьевое	37	37													
масло растительное для смазки листа	0,3	0,3													
<b>Кисель из чернослива или кураги №643-2004</b>			<b>200</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>23,1</b>	<b>94</b>	<b>1,5</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>7,4</b>	<b>8,2</b>	<b>0,0</b>	<b>0,6</b>
чернослив или курага	15	15													
мука картофельная (крахмал)	8	8													
сахар	15	15													
<b>Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москва</b>			<b>250</b>	<b>2,3</b>	<b>0,6</b>	<b>20,3</b>	<b>96</b>	<b>11,3</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>8,5</b>	<b>8,0</b>	<b>3,3</b>	<b>0,8</b>
<b>УЖИН</b>				<b>24,7</b>	<b>27,1</b>	<b>77,1</b>	<b>651</b>	<b>0,9</b>	<b>0,3</b>	<b>0,0</b>	<b>3,0</b>	<b>59,6</b>	<b>390,4</b>	<b>113,4</b>	<b>7,8</b>
<b>Бефстроганов №423-2004</b>			<b>50/50</b>	<b>14,1</b>	<b>17,1</b>	<b>3,5</b>	<b>224</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>2,4</b>	<b>23,4</b>	<b>131,1</b>	<b>16,9</b>	<b>1,7</b>
говядина 1 категории	107	79													
или говядина полуфабрикат	93	79													
мука пшеничная	4	4													
сметана	15	15													
бульон или отвар	35	35													
лук репчатый	14	12													
масло растительное	5	5													
<b>Каша гречневая вязкая №302-2004</b>			<b>150</b>	<b>4,1</b>	<b>8,8</b>	<b>18,5</b>	<b>170</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,6</b>	<b>8,5</b>	<b>106,7</b>	<b>55,5</b>	<b>2,5</b>
крупа гречневая	38	38													
вода питьевая	121	121													
масло сливочное	8	8													
<b>Чай с лимоном №686-2004</b>			<b>200/5</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>15,2</b>	<b>61</b>	<b>0,8</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>2,2</b>	<b>0,1</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>





молоко питьевое	106	106													
или молоко концентрированное	49	49													
или молоко сухое	13	13													
вода кипяченая для концентрированного молока	57	57													
вода кипяченая для сухого молока	93	93													
сахар	4	4													
соль йодированная	1	1													
масло сливочное	5	5													
<b>Какао с молоком №642-1996</b>			<b>200</b>	<b>4,0</b>	<b>5,7</b>	<b>26,0</b>	<b>171</b>	<b>0,7</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>177,0</b>	<b>133,7</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>
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													
<b>Хлеб ржаной</b>	20	20	<b>20</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>8,7</b>	<b>41</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>3,6</b>	<b>17,4</b>	<b>3,8</b>	<b>0,6</b>
<b>Хлеб пшеничный</b>			<b>30</b>	<b>2,5</b>	<b>0,4</b>	<b>10,8</b>	<b>57</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>9,9</b>	<b>65,4</b>	<b>18,6</b>	<b>1,3</b>
<b>или хлеб витаминизированный</b>			<b>30</b>												
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>				<b>5,9</b>	<b>6,5</b>	<b>56,6</b>	<b>309</b>	<b>8,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>28,0</b>	<b>26,0</b>	<b>8,0</b>	<b>2,0</b>
<b>Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва</b>	200	200	<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>22,1</b>	<b>90</b>	<b>8,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>28,0</b>	<b>26,0</b>	<b>8,0</b>	<b>2,0</b>
<b>Кондитерское изделие промышленного производства ( печенье, пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)</b>			<b>25</b>	<b>5,5</b>	<b>6,5</b>	<b>34,5</b>	<b>219</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>
<b>ОБЕД</b>				<b>31,7</b>	<b>33,4</b>	<b>140,5</b>	<b>989</b>	<b>83,2</b>	<b>0,4</b>	<b>0,1</b>	<b>6,0</b>	<b>213,3</b>	<b>465,9</b>	<b>131,4</b>	<b>8,0</b>





зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
<b>Драники из птицы запеченные, с маслом (техничко-технологическая карта)</b>			<b>80/5</b>	<b>18,1</b>	<b>20,5</b>	<b>3,0</b>	<b>269</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>0,4</b>	<b>39,9</b>	<b>131,8</b>	<b>17,6</b>	<b>1,3</b>
курица потрошенная 1 категории (мякоть без кожи)	195	84													
или филе куриное промышленного производства	89	84													
или фарш куриный промышленного производства	84	84													
яйцо куриное	20	20													
мука пшеничная	5	5													
масло растительное	4	4													
масло сливочное	5	5													
<b>Картофель тушеный №216-2004</b>			<b>180</b>	<b>2,9</b>	<b>9,8</b>	<b>25,3</b>	<b>201</b>	<b>20,1</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>0,3</b>	<b>28,9</b>	<b>36,0</b>	<b>30,8</b>	<b>1,8</b>
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	206	155													
01.11.-31.12. -30%	222	155													
01.01-29.02 - 35%	239	155													
01.03 - 40%	259	155													
морковь до 01.01.-20%	35	28													
с 01.01 - 25%	37	28													
лук репчатый	24	20													
вода питьевая	65	65													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	10	10													
масло сливочное	14	14													
<b>Зеленый чай с сахаром №686-2004</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>15,9</b>	<b>64</b>	<b>1,1</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>4,2</b>	<b>1,1</b>	<b>0,7</b>	<b>0,1</b>
чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	15	15													
<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>1,6</b>	<b>0,3</b>	<b>7,2</b>	<b>38</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>6,6</b>	<b>43,6</b>	<b>12,4</b>	<b>0,8</b>









масло растительное	5	5													
масло сливочное	10	10													
<b>Капуста тушеная № 534-2004</b>			<b>200</b>	<b>4,5</b>	<b>6,3</b>	<b>19,3</b>	<b>152</b>	<b>8,8</b>	<b>0,1</b>	<b>0,4</b>	<b>0,5</b>	<b>35,8</b>	<b>66,1</b>	<b>32,5</b>	<b>1,0</b>
капуста белокочанная свежая	288	230													
морковь до 01.01.-20%	6	5													
с 01.01 - 25%	6,7	5													
лук репчатый	10	8													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	12	12													
мука пшеничная	2,4	2,4													
сахар	1,8	1,8													
масло растительное	6	6													
<b>ИЛИ</b>															
<b>Капуста цветная отварная №523-2004</b>			<b>200</b>	<b>5,4</b>	<b>8,0</b>	<b>9,6</b>	<b>132</b>	<b>33,3</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>166,7</b>	<b>43,3</b>	<b>30,0</b>	<b>1,7</b>
капуста цветная	417	217													
или капуста цветная замороженная	258	228													
масло сливочное	6	6													
<b>Компот из изюма + Витамин "С" №638-2004</b>			<b>200</b>	<b>0,3</b>	<b>0,0</b>	<b>23,5</b>	<b>95</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,5</b>	<b>0,0</b>	<b>0,5</b>	<b>2,5</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>
изюм	15	15													
сахар	15	15													
<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>80</b>	<b>80</b>	<b>80</b>	<b>6,6</b>	<b>1,1</b>	<b>28,9</b>	<b>152</b>	<b>0,0</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>26,4</b>	<b>174,4</b>	<b>49,6</b>	<b>3,4</b>
<b>или хлеб витаминизированный</b>			<b>80</b>												
<b>Хлеб ржаной</b>	<b>60</b>	<b>60</b>	<b>60</b>	<b>2,8</b>	<b>0,6</b>	<b>26,2</b>	<b>122</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>10,8</b>	<b>52,2</b>	<b>11,4</b>	<b>1,7</b>
<b>ПОЛДНИК</b>				<b>21,6</b>	<b>22,7</b>	<b>52,1</b>	<b>499</b>	<b>1,9</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>200,7</b>	<b>291,0</b>	<b>10,0</b>	<b>0,3</b>
<b>Колобки творожные, запеченные со сгущённым молоком (технико-технологическая карта)</b>			<b>150/20</b>	<b>21,5</b>	<b>22,7</b>	<b>26,9</b>	<b>398</b>	<b>0,7</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>195,2</b>	<b>284,6</b>	<b>7,1</b>	<b>0,1</b>



масло сливочное	1,5	1,5													
Макаронные изделия отварные №516-2004			150	4,2	4,0	28,5	167	0,0	0,1	0,1	0,8	11,9	36,6	6,6	0,7
макаронные изделия	52	52													
масло сливочное	5	5													
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	200	0,4	0,0	22,1	90	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
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	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. №645-1996	207	200	200	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
ИЛИ															
Молоко питьевое кипяченое 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
ИТОГО:				106	127	421	3252	62	1	2	6	1079	1698	331	20
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				24,1	27,3	78,9	658	1,6	0,2	1,1	1,0	483,1	504,8	67,9	4,5
Бутерброд с сыром №3-2004			30/30	7,1	13,5	16,2	215	0,2	0,0	0,5	0,5	306,0	199,5	20,7	0,5
хлеб пшеничный	30	30													
сыр	31	30													
Суп молочный с макаронными изделиями №161-1996			250	6,9	8,3	20,4	184	0,7	0,1	0,0	0,3	135,5	112,0	7,7	0,4





мука пшеничная	4	4													
масло растительное	5	5													
масло сливочное	10	10													
<b>Пюре картофельное №520-2004</b>			<b>150</b>	<b>3,0</b>	<b>3,8</b>	<b>19,3</b>	<b>123</b>	<b>2,2</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>0,3</b>	<b>35,7</b>	<b>77,6</b>	<b>26,0</b>	<b>0,9</b>
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	170	128													
01.11.-31.12. -30%	183	128													
01.01-29.02 - 35%	197	128													
01.03 - 40%	214	128													
молоко питьевое	23	23													
или молоко концентрированное	11	11													
или молоко сухое	3	3													
вода кипяченая для концентрированного молока	12	12													
вода кипяченая для сухого молока	20	20													
масло сливочное	5	5													
<b>Компот из свежих плодов + Витамин "С" №585-1996</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>25,6</b>	<b>103</b>	<b>1,6</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>6,8</b>	<b>4,1</b>	<b>3,4</b>	<b>0,9</b>
яблоки свежие	45,4	40													
или груши свежие	44	40													
или слива или персик свежие или нектарины	44	40													
или абрикосы свежие	46	40													
или черешня или вишня свежие	42	40													
сахар	20	20													
<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>80</b>	<b>80</b>	<b>80</b>	<b>6,6</b>	<b>1,1</b>	<b>28,9</b>	<b>152</b>	<b>0,0</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>26,4</b>	<b>174,4</b>	<b>49,6</b>	<b>3,4</b>
<b>или хлеб витаминизированный</b>			<b>80</b>												
<b>Хлеб ржаной</b>	<b>40</b>	<b>40</b>	<b>40</b>	<b>1,9</b>	<b>0,4</b>	<b>17,5</b>	<b>81</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>7,2</b>	<b>34,8</b>	<b>7,6</b>	<b>1,1</b>



01.11.-31.12. -30%	147	103													
01.01-29.02 - 35%	159	103													
01.03 - 40%	172	103													
молоко питьевое или вода питьевая	4	4													
лук репчатый	2,4	2													
мука пшеничная	6	6													
масло сливочное	3	3													
сметана	4,5	4,5													
<b>Каша гречневая вязкая №302-2004</b>			<b>150</b>	<b>4,1</b>	<b>8,8</b>	<b>18,5</b>	<b>170</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,6</b>	<b>8,5</b>	<b>106,7</b>	<b>55,5</b>	<b>2,5</b>
крупа гречневая	38	38													
вода питьевая	121	121													
масло сливочное	8	8													
<b>Чай с молоком №630-1996</b>			<b>200</b>	<b>2,1</b>	<b>3,2</b>	<b>23,2</b>	<b>130</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>186,6</b>	<b>136,8</b>	<b>21,2</b>	<b>0,2</b>
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													
<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>4,1</b>	<b>0,7</b>	<b>18,1</b>	<b>95</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>16,5</b>	<b>109,0</b>	<b>31,0</b>	<b>2,1</b>
<b>или хлеб витаминизированный</b>			<b>50</b>												
<b>Хлеб ржаной</b>	<b>40</b>	<b>40</b>	<b>40</b>	<b>1,9</b>	<b>0,4</b>	<b>17,5</b>	<b>81</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>7,2</b>	<b>34,8</b>	<b>7,6</b>	<b>1,1</b>
<b>СОННИК</b>				<b>5,6</b>	<b>6,4</b>	<b>18,2</b>	<b>153</b>	<b>1,8</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>242,0</b>	<b>188,0</b>	<b>30,0</b>	<b>0,2</b>





















[illegible]

[illegible]

[illegible]

масло растительное	5	5													
масло сливочное	10	10													
Картофель отварной с маслом №203-2004			150	4,2	5,8	17,4	139	2,4	0,2	0,1	0,3	40,5	87,2	30,3	1,1
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	200	150													
01.11.-31.12. -30%	215	150													
01.01-29.02 - 35%	231	150													
01.03 - 40%	251	150													
масло сливочное	7	7													
Фито-чай с сахаром №627-1996			200	0,1	0,0	15,5	62	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
фито-чай для детей (с мятой или душицей или ромашкой или липой или др.)	1,5	1,5													
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	15	15	15	0,7	0,2	6,6	30	0,0	0,0	0,0	0,0	2,7	13,1	2,9	0,4
СОННИК				5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. №645-1996	207	200	200	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
ИЛИ															
Молоко питьевое кипяченое 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
ИТОГО:				112	117	414	3159	134	1	1	8	1054	1729	414	22
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

[illegible]

[illegible]

[illegible]

сахар	15	15													
Хлеб пшеничный	70	70	70	5,7	1,0	25,3	133	0,0	0,2	0,0	0,0	23,1	152,6	43,4	2,9
или хлеб витаминизированный			70												
Хлеб ржаной	40	40	40	1,9	0,4	17,5	81	0,0	0,0	0,0	0,0	7,2	34,8	7,6	1,1
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москва			200	1,8	0,5	16,2	77	9,0	0,0	0,1	0,1	6,8	6,4	2,6	0,6
<b>ПОЛДНИК</b>				<b>13,1</b>	<b>16,7</b>	<b>79,0</b>	<b>519</b>	<b>5,8</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>263,5</b>	<b>280,6</b>	<b>31,3</b>	<b>0,6</b>
Пирожок сдобный печенный с ягодным фаршем (технич- технологическая карта)			100	7,6	11,1	69,0	406	4,8	0,1	0,0	0,0	52,3	66,4	6,9	0,4
масса теста		84													
мука пшеничная	51	51													
мука пшеничная на подпыл	2	2													
сахар	6	6													
соль йодированная	0,4	0,4													
масло сливочное	8	8													
яйцо куриное	5	5													
дрожжи прессованные	2	2													
или дрожжи сухие	0,5	0,5													
молоко питьевое	14	14													
для начинки															
вишня, или малина, или клубника	43	36													
сахар	9	9													
крупа манная	3	3													
яйцо куриное для смазки изделия	2	2													
масло растительное для смазки листа	0,3	0,3													
Молоко питьевое кипяченое 2,5 % №260-2004	210	200	200	5,5	5,6	10,0	112	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2



[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

соль йодированная	0,6	0,6													
масло сливочное	1,5	1,5													
вода питьевая	15	15													
<b>фарш рыбный</b>		<b>50</b>													
горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	81	54													
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	98	54													
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	73	54													
или треска потрошенная обезглавленная (филе без кожи и костей)	73	54													
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе без кожи и костей)	100	54													
соль йодированная	0,3	0,3													
лук репчатый	8	7													
масло сливочное	4	4													
мука пшеничная	0,4	0,4													
<b>масса прогретого с маслом сливочным и мукой лука</b>		<b>5</b>													
яйцо куриное для смазки изделия	1,5	1,5													
масло растительное для смазки листа	1	1													
<b>масса прогретого с маслом сливочным и мукой лука</b>		<b>5</b>													
яйцо куриное для смазки изделия	1,5	1,5													
масло растительное для смазки листа	1	1													
<b>Кисель из чернослива или кураги №643-2004</b>			<b>200</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>23,1</b>	<b>94</b>	<b>1,5</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>7,4</b>	<b>8,2</b>	<b>0,0</b>	<b>0,6</b>
чернослив или курага	15	15													
мука картофельная (крахмал)	8	8													
сахар	15	15													
<b>Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москва</b>			<b>230</b>	<b>2,1</b>	<b>0,8</b>	<b>25,5</b>	<b>117</b>	<b>12,8</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,3</b>	<b>20,4</b>	<b>14,1</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>

[illegible]



вода питьевая	28	28													
масло сливочное	2	2													
Зеленый чай с сахаром №686-2004			200	0,2	0,0	15,9	64	1,1	0,0	0,0	0,0	4,2	1,1	0,7	0,1
чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	15	15													
Хлеб пшеничный	40	40	40	3,3	0,6	14,4	76	0,0	0,1	0,0	0,0	13,2	87,2	24,8	1,7
или хлеб витаминизированный			40												
Хлеб ржаной	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	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. №645-1996	207	200	200	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
ИЛИ															
Молоко питьевое кипяченое 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
ИТОГО:				109	124	424	3250	105	1	1	8	1207	1799	326	22
Соотношение белков:жиров:углеводов				1	1	4									
15 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				24,3	27,3	82,1	671	1,4	0,2	0,1	0,9	524,4	547,8	85,3	2,6
Бутерброд горячий с мясопродуктами и сыром №11-2004			90	6,8	11,5	15,2	191	0,0	0,1	0,0	0,7	115,4	104,1	11,2	0,5
колбаса вареная, или полукопченая, или ветчина для детского питания	31	30													
сыр	21	20													
хлеб пшеничный	40	40													
Каша рисовая жидкая, с маслом №311-2004			200/5	8,5	9,1	39,0	272	0,4	0,1	0,0	0,2	187,6	168,5	33,6	0,5

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

вода кипяченая для сухого молока	20	20													
масло сливочное	5	5													
Чай с лимоном №686-2004			200/5	0,1	0,0	15,2	61	0,8	0,0	0,0	0,0	2,2	0,1	0,5	0,1
чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	15	15													
лимон	6	5													
Хлеб пшеничный	30	30	30	2,5	0,4	10,8	57	0,0	0,1	0,0	0,0	9,9	65,4	18,6	1,3
или хлеб витаминизированный			30												
Хлеб ржаной	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	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. №645-1996	207	200	200	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
ИЛИ															
Молоко питьевое кипяченое 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
ИТОГО:				117	114	426	3198	62	1	0	7	1059	1720	338	19
Соотношение белков:жиров:углеводов				1	1	4									
16 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				21,2	19,9	88,4	618	1,9	0,3	0,6	1,0	438,5	539,0	85,4	3,2
Бутерброд с маслом №1-2004			20/10	1,6	7,4	10,0	114	0,0	0,0	0,4	0,3	6,4	16,0	2,8	0,2
хлеб пшеничный	20	20													
масло сливочное	10	10													
Суфле творожное со сгущенным молоком №365-2004			200	12,0	8,5	36,2	269	0,6	0,1	0,2	0,7	297,3	330,2	40,3	0,7

творог	130	128													
сметана	17	17													
яйцо куриное	8	8													
сахар	12	12													
мука пшеничная	13	13													
молоко питьевое	25	25													
масло сливочное	1,2	1,2													
масса готового суфле		180													
молоко сгущенное с сахаром	20	20													
<b>Кофейный напиток №253-2004, Пермь</b>			<b>200</b>	<b>3,4</b>	<b>3,2</b>	<b>19,0</b>	<b>118</b>	<b>1,3</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>118,0</b>	<b>88,2</b>	<b>13,7</b>	<b>0,1</b>
кофейный напиток	5,5	5,5													
сахар	15	15													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
вода кипяченая для сухого молока	88	88													
Хлеб ржаной	20	20	<b>20</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>8,7</b>	<b>41</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>3,6</b>	<b>17,4</b>	<b>3,8</b>	<b>0,6</b>
Хлеб пшеничный			<b>40</b>	<b>3,3</b>	<b>0,6</b>	<b>14,4</b>	<b>76</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>13,2</b>	<b>87,2</b>	<b>24,8</b>	<b>1,7</b>
или хлеб витаминизированный			<b>40</b>												
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>				<b>4,0</b>	<b>8,4</b>	<b>59,0</b>	<b>328</b>	<b>9,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>6,8</b>	<b>6,4</b>	<b>2,6</b>	<b>0,6</b>
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москва			<b>200</b>	<b>1,8</b>	<b>0,5</b>	<b>16,2</b>	<b>77</b>	<b>9,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>6,8</b>	<b>6,4</b>	<b>2,6</b>	<b>0,6</b>
Кондитерское изделие промышленного производства (конфеты вафельные, зефир, мармелад, пастила)			<b>25</b>	<b>2,2</b>	<b>7,9</b>	<b>42,8</b>	<b>251</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>
<b>ОБЕД</b>				<b>39,2</b>	<b>36,7</b>	<b>113,8</b>	<b>942,6</b>	<b>39,9</b>	<b>0,5</b>	<b>46,2</b>	<b>5,9</b>	<b>95,9</b>	<b>605,6</b>	<b>154,9</b>	<b>11,7</b>

[illegible]



зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Гуляш №152-2004, Пермь			50/50	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													
Каша гречневая вязкая №302-2004			150	4,1	8,8	18,5	170	0,0	0,0	0,0	0,6	8,5	106,7	55,5	2,5
крупа гречневая	38	38													
вода питьевая	121	121													
масло сливочное	8	8													
Компот из свежих ягод + Витамин С, №357-2002			200	0,1	0,0	21,6	87	1,5	0,0	0,0	0,2	3,8	2,6	3,6	0,2
клюква или брусника	26,4	25													
сахар	20	20													
Хлеб пшеничный	80	80	80	6,6	1,1	28,9	152	0,0	0,2	0,0	0,0	26,4	174,4	49,6	3,4
или хлеб витаминизированный			80												
Хлеб ржаной	50	50	50	2,4	0,5	21,9	101	0,0	0,0	0,0	0,0	9,0	43,5	9,5	1,4
<b>ПОЛДНИК</b>				<b>13,4</b>	<b>12,7</b>	<b>76,3</b>	<b>473</b>	<b>18,2</b>	<b>0,1</b>	<b>0,3</b>	<b>1,2</b>	<b>73,4</b>	<b>106,3</b>	<b>22,9</b>	<b>2,6</b>
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
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	200	0,1	0,0	10,6	43	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москва			200	1,8	0,5	16,2	77	9,0	0,0	0,1	0,1	6,8	6,4	2,6	0,6
<b>УЖИН</b>				<b>30,4</b>	<b>33,9</b>	<b>60,6</b>	<b>669</b>	<b>11,7</b>	<b>0,7</b>	<b>0,6</b>	<b>4,5</b>	<b>122,8</b>	<b>470,4</b>	<b>115,3</b>	<b>7,2</b>

[illegible]

масло сливочное	12	12													
мука пшеничная	3,0	3,0													
Фито-чай с сахаром №627-1996			200	0,1	0,0	15,5	62	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
фито-чай для детей (с мятой или душицей или ромашкой или липой или др.)	1,5	1,5													
сахар	15	15													
Хлеб пшеничный	20	20	20	1,6	0,3	7,2	38	0,0	0,0	0,0	0,0	6,6	43,6	12,4	0,8
или хлеб витаминизированный			20												
Хлеб ржаной	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	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. №645-1996	207	200	200	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
ИЛИ															
Молоко питьевое кипяченое 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
ИТОГО:				114	118	416	3183	83	2	48	13	979	1916	411	25
Соотношение белков:жиров:углеводов				1	1	4									
17 день															
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)				Витамины, мг				Минералы, мг			
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг рет.экв.	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				17,3	16,3	113,4	670	1,5	0,4	0,2	1,1	388,2	496,8	116,9	5,2
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 сборная жидкая с маслом (технико-технологическая карта)			200/5	7,3	8,1	28,9	218	0,4	0,2	0,1	0,3	171,3	209,0	53,9	1,7

крупa пшеничная	11	11													
крупa ячневая	11	11													
крупa кукурузная	11	11													
сахар	4	4													
соль йодированная	1	1													
вода питьевая	68	68													
молоко питьевое	96	96													
или молоко концентрированное	44	44													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	52	52													
вода кипяченая для сухого молока	84	84													
масло сливочное	5	5													
<b>Чай с молоком №630-1996</b>			<b>200</b>	<b>2,1</b>	<b>3,2</b>	<b>23,2</b>	<b>130</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>186,6</b>	<b>136,8</b>	<b>21,2</b>	<b>0,2</b>
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													
<b>Хлеб ржаной</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>8,7</b>	<b>41</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>3,6</b>	<b>17,4</b>	<b>3,8</b>	<b>0,6</b>
<b>Хлеб пшеничный</b>			<b>50</b>	<b>4,1</b>	<b>0,7</b>	<b>18,1</b>	<b>95</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>16,5</b>	<b>109,0</b>	<b>31,0</b>	<b>2,1</b>
<b>или хлеб витаминизированный</b>			<b>50</b>												
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>				<b>2,6</b>	<b>7,9</b>	<b>64,9</b>	<b>341</b>	<b>8,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>28,0</b>	<b>26,0</b>	<b>8,0</b>	<b>2,0</b>

[illegible]

масса отварных кальмаров		32													
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	68	50													
или горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	72	50													
или горбуша неразделанная (филе с кожей без костей)	86	50													
хлеб пшеничный	19	19													
вода или молоко питьевые	24	24													
яйцо куриное	13	13													
сухари	9	9													
масло растительное для смазки листа	5	5													
масло сливочное	10	10													
<b>Картофель отварной с маслом №203-2004</b>			<b>150</b>	<b>4,2</b>	<b>5,8</b>	<b>17,4</b>	<b>139</b>	<b>2,4</b>	<b>0,2</b>	<b>0,1</b>	<b>0,3</b>	<b>40,5</b>	<b>87,2</b>	<b>30,3</b>	<b>1,1</b>
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	200	150													
01.11.-31.12. -30%	215	150													
01.01-29.02 - 35%	231	150													
01.03 - 40%	251	150													
масло сливочное	7	7													
<b>Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, Москва</b>			<b>200</b>	<b>3,1</b>	<b>0,2</b>	<b>38,7</b>	<b>169</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>16,0</b>	<b>56,0</b>	<b>84,0</b>	<b>1,2</b>	<b>1,6</b>
<b>Компот из изюма + Витамин "С" №638-2004</b>			<b>200</b>	<b>0,3</b>	<b>0,0</b>	<b>23,5</b>	<b>95</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,5</b>	<b>0,0</b>	<b>0,5</b>	<b>2,5</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>
изюм	15	15													
сахар	15	15													
Хлеб пшеничный	80	80	<b>80</b>	<b>6,6</b>	<b>1,1</b>	<b>28,9</b>	<b>152</b>	<b>0,0</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>26,4</b>	<b>174,4</b>	<b>49,6</b>	<b>3,4</b>
или хлеб витаминизированный			<b>80</b>												
Хлеб ржаной	30	30	<b>30</b>	<b>1,4</b>	<b>0,3</b>	<b>13,1</b>	<b>61</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>5,4</b>	<b>26,1</b>	<b>5,7</b>	<b>0,8</b>
<b>ПОЛДНИК</b>				<b>12,9</b>	<b>16,6</b>	<b>71,6</b>	<b>487</b>	<b>8,1</b>	<b>0,1</b>	<b>0,5</b>	<b>0,0</b>	<b>68,8</b>	<b>103,4</b>	<b>19,7</b>	<b>2,8</b>

[illegible]

[illegible]



[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

01.11.-31.12. -30%	183	128													
01.01-29.02 - 35%	197	128													
01.03 - 40%	214	128													
молоко питьевое	23	23													
или молоко концентрированное	11	11													
или молоко сухое	3	3													
вода кипяченая для концентрированного молока	12	12													
вода кипяченая для сухого молока	20	20													
масло сливочное	5	5													
Чай с лимоном №686-2004			200/5	0,1	0,0	15,2	61	0,8	0,0	0,0	0,0	2,2	0,1	0,5	0,1
чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	15	15													
лимон	6	5													
Хлеб пшеничный	40	40	40	3,3	0,6	14,4	76	0,0	0,1	0,0	0,0	13,2	87,2	24,8	1,7
или хлеб витаминизированный			40												
Хлеб ржаной	40	40	40	1,9	0,4	17,5	81	0,0	0,0	0,0	0,0	7,2	34,8	7,6	1,1
СОННИК				5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. №645-1996	207	200	200	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
ИЛИ															
Молоко питьевое кипяченое 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
ИТОГО:				129	117	422	3256	58	1	0	15	1286	1936	348	20
Соотношение белков:жиров:углеводов				1	1	4									
19 день															
				Энергетическая ценность (ккал)				Витамины мг				Минералы мг			

[illegible]

[illegible]

сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
<b>Жаркое из птицы №446-1996</b>			<b>250</b>	<b>23,5</b>	<b>20,1</b>	<b>13,3</b>	<b>328</b>	<b>4,4</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>5,3</b>	<b>32,5</b>	<b>68,8</b>	<b>11,7</b>	<b>0,2</b>
кураца потрошенная 1 категории	81	72													
или окорочок куриный	76	72													
или грудка куриная	76	72													
масса тушеной курицы (порционные кусочки)		50													
или филе куриное промышленного производства	64	62													
масса тушеного филе		50													
масло растительное	3	3													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	146	110													
01.11.-31.12. -30%	157	110													
01.01-29.02 - 35%	169	110													
01.03 - 40%	184	110													
морковь до 01.01.-20%	56	45													
с 01.01 - 25%	60	45													
лук репчатый	30	25													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	13	13													
масло растительное	9	9													
<b>Компот из кураги + Витамин "С" №638-2004</b>			<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0,0</b>	<b>23,3</b>	<b>96</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,5</b>	<b>16,0</b>	<b>14,1</b>	<b>12,8</b>	<b>0,4</b>
курага	15	15													
сахар	15	15													
<b>Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москва</b>			<b>250</b>	<b>2,3</b>	<b>0,8</b>	<b>27,8</b>	<b>128</b>	<b>13,9</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,3</b>	<b>22,2</b>	<b>15,3</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>
Хлеб пшеничный	50	50	<b>50</b>	<b>4,1</b>	<b>0,7</b>	<b>18,1</b>	<b>95</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>16,5</b>	<b>109,0</b>	<b>31,0</b>	<b>2,1</b>



[illegible]

[illegible]

творог	128	126													
мука пшеничная	14	14													
сахар	13	13													
сухари	7	7													
яйцо куриное	13	13													
сметана	5	5													
масло сливочное для смазки листа	3,5	3,5													
масса готовой запеканки		180													
молоко сгущенное с сахаром	20	20													
Йогурт молочный в индивидуальной упаковке для детского питания			100	2,2	2,7	5,0	53	0,5	0,0	0,0	0,0	180,0	178,0	22,0	0,0
Хлеб ржаной	10	10	10	0,5	0,1	4,4	20	0,0	0,0	0,0	0,0	1,8	8,7	1,9	0,3
Кофейный напиток №253-2004, Пермь			200	3,4	3,2	19,0	118	1,3	0,0	0,0	0,0	118,0	88,2	13,7	0,1
кофейный напиток	5,5	5,5													
сахар	15	15													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
вода кипяченая для сухого молока	88	88													
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>				<b>5,9</b>	<b>6,5</b>	<b>56,6</b>	<b>309</b>	<b>8,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>28,0</b>	<b>26,0</b>	<b>8,0</b>	<b>2,0</b>
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	200	0,4	0,0	22,1	90	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Кондитерское изделие промышленного производства ( печенье, пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)			25	5,5	6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>ОБЕД</b>				<b>35,1</b>	<b>30,8</b>	<b>123,4</b>	<b>911</b>	<b>12,2</b>	<b>0,4</b>	<b>0,1</b>	<b>3,8</b>	<b>151,1</b>	<b>601,6</b>	<b>116,1</b>	<b>7,7</b>

Салат зеленый с огурцами и помидорами №15-2004			80	1,2	4,0	6,3	66	7,1	0,0	0,0	2,3	26,9	31,1	8,2	1,5
капуста пекинская (китайская)	30	21													
огурцы свежие парниковые	33	32													
или огурцы свежие грунтовые	34	32													
помидоры свежие парниковые	27	26													
или помидоры свежие грунтовые	31	26													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Суп из сборных овощей мелкошинкованных с мясом №127-2006, Москва			250/10	4,5	4,7	15,5	122	2,7	0,1	0,0	0,4	13,7	70,4	8,8	0,1
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
кабачки свежие	42	28													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	37	28													
01.11.-31.12. -30%	40	28													
01.01-29.02 - 35%	43	28													
01.03 - 40%	47	28													
помидоры свежие парниковые	33,7	33													
или помидоры свежие грунтовые	39	33													
морковь до 01.01.-20%	10	8													
с 01.01 - 25%	11	8													
лук репчатый	10	8													
масло сливочное	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Куричка ряба - блюдо из птицы с крупой перловой и овощами (техничко - технологическая карта)			250	20,4	20,5	25,7	369	1,2	0,1	0,1	1,1	69,6	275,9	37,1	1,2

[illegible]

[illegible]

[illegible]

Масло сливочное (порциями) №96-2004	20	20	20	0,2	14,6	0,2	133	0,0	0,0	0,8	0,0	4,8	6,0	0,0	0,0
Сыр (порциями) №97-2004	26	25	25	7,3	11,3	0,0	131	0,2	0,1	0,0	0,0	270,0	145,0	0,0	0,0
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
Хлеб пшеничный	50	50	50	4,1	0,7	18,1	95	0,0	0,1	0,0	0,0	16,5	109,0	31,0	2,1
или хлеб витаминизированный			50												
Суп молочный с крупой №162-1996			250	7,9	7,3	20,8	181	0,7	0,0	0,0	0,1	133,6	118,0	11,8	0,3
молоко питьевое	125	125													
или молоко концентрированное	58	58													
или молоко сухое	15	15													
вода кипяченая для концентрированного молока	68	68													
вода кипяченая для сухого молока	110	110													
вода питьевая	138	138													
крупa рисовая, или манная, или кукурузная	15	15													
или ячневая	20	20													
масло сливочное	4	4													
сахар	4	4													
Чай с сахаром №685-2004			200	0,4	0,0	16,5	68	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0	0,0	0,0
чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	15	15													
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>				<b>5,9</b>	<b>6,5</b>	<b>56,6</b>	<b>309</b>	<b>8,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>28,0</b>	<b>26,0</b>	<b>8,0</b>	<b>2,0</b>
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	200	0,4	0,0	22,1	90	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Кондитерское изделие промышленного производства (печенье, пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)			25	5,5	6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>ОБЕД</b>				<b>47,3</b>	<b>33,7</b>	<b>121,6</b>	<b>979</b>	<b>69,5</b>	<b>0,7</b>	<b>0,2</b>	<b>6,1</b>	<b>160,2</b>	<b>552,8</b>	<b>137,3</b>	<b>10,0</b>



<b>Салат витаминный №39-2004</b>			<b>80</b>	<b>1,0</b>	<b>3,3</b>	<b>6,6</b>	<b>60</b>	<b>11,2</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>2,6</b>	<b>22,7</b>	<b>28,2</b>	<b>0,0</b>	<b>0,4</b>
капуста свежая белокочанная	45	36													
яблоки свежие с удаленным семенным гнездом	18	16													
морковь до 01.01.-20%	26	21													
с 01.01 - 25%	28	21													
сахар	2	2													
лимон для сока	7	3													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
<b>Суп фасолевый с мясом №1.83-1995, Картотека блюд лечебного питания</b>			<b>250/10</b>	<b>10,1</b>	<b>5,2</b>	<b>20,4</b>	<b>169</b>	<b>2,2</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>0,7</b>	<b>34,7</b>	<b>123,3</b>	<b>38,2</b>	<b>2,2</b>
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	35	26													
01.11.-31.12. -30%	37	26													
01.01-29.02 - 35%	40	26													
01.03 - 40%	43	26													
фасоль	30	30													
или фасоль консервированная в собственном соку	107	64													
лук репчатый	6	5													
морковь до 01.01.-20%	10,0	8													
с 01.01 - 25%	11	8													
масло сливочное	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
<b>Горбуша в морковно - сухарной корочке с маслом (техничко - технологическая карта)</b>			<b>100/10</b>	<b>24,4</b>	<b>21,2</b>	<b>5,7</b>	<b>311</b>	<b>1,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>2,2</b>	<b>21,2</b>	<b>115,7</b>	<b>12,5</b>	<b>0,1</b>

горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	179	119													
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	217	119													
мука пшеничная	7	7													
яйцо куриное	10	10													
морковь до 01.01.-20%	10	8													
с 01.01 - 25%	11	8													
сухари	7	7													
масло растительное	5	5													
масло сливочное	10	10													
<b>Картофель отварной с маслом №203-2004</b>			<b>150</b>	<b>4,2</b>	<b>5,8</b>	<b>17,4</b>	<b>139</b>	<b>2,4</b>	<b>0,2</b>	<b>0,1</b>	<b>0,3</b>	<b>40,5</b>	<b>87,2</b>	<b>30,3</b>	<b>1,1</b>
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	200	150													
01.11.-31.12. -30%	215	150													
01.01-29.02 - 35%	231	150													
01.03 - 40%	251	150													
масло сливочное	7	7													
<b>Компот из свежих плодов + Витамин "С" №585-1996</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>25,6</b>	<b>103</b>	<b>1,6</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>6,8</b>	<b>4,1</b>	<b>3,4</b>	<b>0,9</b>
груши свежие	44	40													
или слива или персик свежие или нектарины	44	40													
или абрикосы свежие	46	40													
или черешня или вишня свежие	42	40													
сахар	20	20													
<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>70</b>	<b>70</b>	<b>70</b>	<b>5,7</b>	<b>1,0</b>	<b>25,3</b>	<b>133</b>	<b>0,0</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>23,1</b>	<b>152,6</b>	<b>43,4</b>	<b>2,9</b>
<b>или хлеб витаминизированный</b>			<b>70</b>												
<b>Хлеб ржаной</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>2,4</b>	<b>0,5</b>	<b>21,9</b>	<b>101</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>9,0</b>	<b>43,5</b>	<b>9,5</b>	<b>1,4</b>

<b>ПОЛДНИК</b>				<b>7,8</b>	<b>13,1</b>	<b>77,4</b>	<b>459</b>	<b>14,4</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>0,2</b>	<b>54,1</b>	<b>69,1</b>	<b>7,5</b>	<b>1,8</b>
Пицца школьная (технико-технологическая карта)			<b>100</b>	<b>5,4</b>	<b>12,4</b>	<b>34,0</b>	<b>269</b>	<b>1,6</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>38,2</b>	<b>52,9</b>	<b>4,2</b>	<b>0,4</b>
масса теста		<b>58</b>													
мука пшеничная	48	48													
сахар	3	3													
масло сливочное	2	2													
вода или молоко питьевое	18	18													
яйцо куриное	3,5	3,5													
дрожжи прессованные	1	1													
или дрожжи сухие	0,25	0,25													
соль йодированная	0,3	0,3													
масса начинки		<b>60</b>													
колбаса вареная, или полукопченая, или ветчина для детского питания	26	25													
огурцы соленые без уксуса	55	30													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	2	2													
сыр	6	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	4,1	3,0													
масло растительное для смазки листа	0,3	0,3													
Кисель из чернослива или кураги №643-2004			<b>200</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>23,1</b>	<b>94</b>	<b>1,5</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>7,4</b>	<b>8,2</b>	<b>0,0</b>	<b>0,6</b>
чернослив или курага	15	15													
мука картофельная (крахмал)	8	8													
сахар	15	15													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москва			<b>250</b>	<b>2,3</b>	<b>0,6</b>	<b>20,3</b>	<b>96</b>	<b>11,3</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>8,5</b>	<b>8,0</b>	<b>3,3</b>	<b>0,8</b>
<b>УЖИН</b>				<b>22</b>	<b>24</b>	<b>86</b>	<b>647</b>	<b>64</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>4</b>	<b>77</b>	<b>416</b>	<b>114</b>	<b>9</b>

[illegible]

[illegible]

вода питьевая	50	50													
молоко питьевое	93	93													
или молоко концентрированное	43	43													
или молоко сухое	11	11													
вода кипяченая для концентрированного молока	50	50													
вода кипяченая для сухого молока	82	82													
сахар	8	8													
масло сливочное	8	8													
яйцо куриное	10	10													
Какао с молоком №642-1996			200	4,0	5,7	26,0	171	0,7	0,0	0,0	0,0	177,0	133,7	0,0	0,1
какао - порошок	5	5													
сахар	20	20													
молоко питьевое	130	130													
или молоко концентрированное	60	60													
или молоко сухое	16	16													
вода кипяченая для концентрированного молока	70	70													
вода кипяченая для сухого молока	114	114													
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
Хлеб пшеничный			20	1,6	0,3	7,2	38	0,0	0,0	0,0	0,0	6,6	43,6	12,4	0,8
или хлеб витаминизированный			20												
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				5,9	6,5	56,6	309	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	200	0,4	0,0	22,1	90	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Кондитерское изделие промышленного производства (печенье, пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)			25	5,5	6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0

<b>ОБЕД</b>				<b>31,3</b>	<b>34,5</b>	<b>140,2</b>	<b>996</b>	<b>70,6</b>	<b>0,4</b>	<b>0,1</b>	<b>4,0</b>	<b>148,8</b>	<b>464,4</b>	<b>115,8</b>	<b>7,8</b>
<b>Салат из свежих огурцов №16-2004</b>			<b>80/4</b>	<b>1,3</b>	<b>4,0</b>	<b>6,6</b>	<b>68</b>	<b>3,9</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>33,0</b>	<b>21,5</b>	<b>3,0</b>	<b>0,5</b>
огурцы свежие парниковые	82	80													
или огурцы свежие грунтовые	84	80													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
<b>Свекольник с мясом, со сметаной №34-2004, Пермь</b>			<b>250/10/5</b>	<b>5,1</b>	<b>6,9</b>	<b>15,0</b>	<b>143</b>	<b>6,6</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>0,3</b>	<b>39,7</b>	<b>85,5</b>	<b>31,8</b>	<b>1,8</b>
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 свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
<b>Плов №443-2004</b>			<b>250</b>	<b>16,9</b>	<b>21,7</b>	<b>35,7</b>	<b>406</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>2,5</b>	<b>27,5</b>	<b>199,5</b>	<b>40,5</b>	<b>2,1</b>

[illegible]



зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
<b>Кальмары в сметанном соусе №275,750-2002, Сборник рецептур блюд для диетического питания</b>			<b>50/50</b>	<b>26,0</b>	<b>10,3</b>	<b>2,5</b>	<b>207</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>42,5</b>	<b>18,5</b>	<b>93,5</b>	<b>1,5</b>
кальмар мороженный обезглавленный (филе) с кожей	103	93													
или кальмар мороженный (тушка) с кожей	133	102													
масса отварных кальмаров		50													
<b>соус сметанный:</b>		50													
сметана	12,5	12,5													
мука пшеничная	2,5	2,5													
вода питьевая	37,5	37,5													
масло сливочное	2,5	2,5													
<b>Картофель припущенный с маслом, с зеленью №518-2004</b>			<b>200</b>	<b>7,5</b>	<b>10,8</b>	<b>26,6</b>	<b>234</b>	<b>4,0</b>	<b>0,2</b>	<b>0,1</b>	<b>0,3</b>	<b>46,3</b>	<b>146,6</b>	<b>31,5</b>	<b>2,1</b>
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	15	15													
зелень свежая (петрушка, укроп)	3	2													
<b>Зеленый чай с сахаром №686-2004</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>15,9</b>	<b>64</b>	<b>1,1</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>4,2</b>	<b>1,1</b>	<b>0,7</b>	<b>0,1</b>
чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	15	15													
Хлеб пшеничный	20	20	<b>20</b>	<b>1,6</b>	<b>0,3</b>	<b>7,2</b>	<b>38</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>6,6</b>	<b>43,6</b>	<b>12,4</b>	<b>0,8</b>
или хлеб витаминизированный			<b>20</b>												
Хлеб ржаной	20	20	<b>20</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>8,7</b>	<b>40</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>3,6</b>	<b>17,4</b>	<b>3,8</b>	<b>0,6</b>
<b>СОННИК</b>				<b>5,6</b>	<b>6,4</b>	<b>18,2</b>	<b>153</b>	<b>1,8</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>242,0</b>	<b>188,0</b>	<b>30,0</b>	<b>0,2</b>

[illegible]

масло сливочное	5	5													
<b>Кофейный напиток №253-2004, Пермь</b>			<b>200</b>	<b>3,4</b>	<b>3,2</b>	<b>19,0</b>	<b>118</b>	<b>1,3</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>118,0</b>	<b>88,2</b>	<b>13,7</b>	<b>0,1</b>
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													
<b>Хлеб ржаной</b>	20	20	<b>20</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>8,7</b>	<b>41</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>3,6</b>	<b>17,4</b>	<b>3,8</b>	<b>0,6</b>
<b>Хлеб пшеничный</b>			<b>30</b>	<b>2,5</b>	<b>0,4</b>	<b>10,8</b>	<b>57</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>9,9</b>	<b>65,4</b>	<b>18,6</b>	<b>1,3</b>
<b>или хлеб витаминизированный</b>			<b>30</b>												
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>				<b>4,0</b>	<b>8,4</b>	<b>59,0</b>	<b>328</b>	<b>9,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>6,8</b>	<b>6,4</b>	<b>2,6</b>	<b>0,6</b>
<b>Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москва</b>			<b>200</b>	<b>1,8</b>	<b>0,5</b>	<b>16,2</b>	<b>77</b>	<b>9,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>6,8</b>	<b>6,4</b>	<b>2,6</b>	<b>0,6</b>
<b>Кондитерское изделие промышленного производства (конфеты вафельные, зефир, мармелад, пастила)</b>			<b>25</b>	<b>2,2</b>	<b>7,9</b>	<b>42,8</b>	<b>251</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>
<b>ОБЕД</b>				<b>32,9</b>	<b>34,7</b>	<b>136,3</b>	<b>989</b>	<b>52,4</b>	<b>0,8</b>	<b>0,9</b>	<b>3,1</b>	<b>119,4</b>	<b>470,7</b>	<b>137,0</b>	<b>10,3</b>
<b>Салат из свежих помидоров №19-2004</b>			<b>80</b>	<b>0,4</b>	<b>4,2</b>	<b>3,4</b>	<b>53</b>	<b>17,6</b>	<b>0,0</b>	<b>0,2</b>	<b>0,2</b>	<b>3,7</b>	<b>6,8</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>
помидоры свежие парниковые	68	67													
или помидоры свежие грунтовые	79	67													
лук зеленый	15	12													
или лук репчатый	14	12													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
<b>Суп крестьянский с крупой, с мясом и сметаной №134-2004</b>			<b>250/10/5</b>	<b>5,9</b>	<b>6,7</b>	<b>15,3</b>	<b>145</b>	<b>4,3</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>0,3</b>	<b>16,7</b>	<b>90,5</b>	<b>26,1</b>	<b>1,2</b>

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]



[illegible]

или треска потрошенная обезглавленная (филе с кожей без костей)	157	120													
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	196	120													
морковь до 01.01.-20%	23	18													
с 01.01 - 25%	24	18													
лук репчатый	15	12													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	8	8													
вода питьевая	19	19													
масло растительное	5	5													
сахар	1	1													
<b>Пюре картофельное №520-2004</b>			<b>150</b>	<b>3,0</b>	<b>3,8</b>	<b>19,3</b>	<b>123</b>	<b>2,2</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>0,3</b>	<b>35,7</b>	<b>77,6</b>	<b>26,0</b>	<b>0,9</b>
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	170	128													
01.11.-31.12. -30%	183	128													
01.01-29.02 - 35%	197	128													
01.03 - 40%	214	128													
молоко питьевое	23	23													
или молоко концентрированное	11	11													
или молоко сухое	3	3													
вода кипяченая для концентрированного молока	12	12													
вода кипяченая для сухого молока	20	20													
масло сливочное	5	5													
<b>Компот из сухофруктов + Витамин "С" №638-2004</b>			<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>20,2</b>	<b>82</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,3</b>	<b>11,0</b>	<b>9,3</b>	<b>7,1</b>	<b>0,2</b>
сухофрукты	15	15													
сахар	15	15													
<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>80</b>	<b>80</b>	<b>80</b>	<b>6,6</b>	<b>1,1</b>	<b>28,9</b>	<b>152</b>	<b>0,0</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>26,4</b>	<b>174,4</b>	<b>49,6</b>	<b>3,4</b>

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]



[illegible]

01.01-29.02 - 35%	223	145													
01.03 - 40%	242	145													
помидоры свежие грунтовые	59	50													
или помидоры свежие парниковые	51	50													
чернослив	8	8													
лук репчатый	31	26													
масло сливочное	10	10													
зелень свежая (петрушка, укроп)	3	2													
Зеленый чай с сахаром №686-2004			200	0,2	0,0	15,9	64	1,1	0,0	0,0	0,0	4,2	1,1	0,7	0,1
чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	15	15													
Хлеб пшеничный	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	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	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. №645-1996	207	200	200	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
ИЛИ															
Молоко питьевое кипяченое 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
ИТОГО:				126	119	414	3234	133	1	1	13	1330	1847	443	25
Соотношение белков:жиров:углеводов				1	1	4									
26 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

<b>ЗАВТРАК</b>				<b>21,1</b>	<b>30,8</b>	<b>71,4</b>	<b>647</b>	<b>1,3</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>0,6</b>	<b>405,5</b>	<b>427,4</b>	<b>60,5</b>	<b>2,1</b>
<b>Бутерброд горячий с сыром №10-2004</b>			<b>50</b>	<b>4,4</b>	<b>11,0</b>	<b>13,1</b>	<b>169</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,5</b>	<b>78,5</b>	<b>62,5</b>	<b>7,5</b>	<b>0,4</b>
масло сливочное	5	5													
сыр	16	15													
хлеб пшеничный	30	30													
<b>Суп молочный с крупой №162-1996</b>			<b>250</b>	<b>7,9</b>	<b>7,3</b>	<b>20,8</b>	<b>181</b>	<b>0,7</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>133,6</b>	<b>118,0</b>	<b>11,8</b>	<b>0,3</b>
молоко питьевое	125	125		5,7	5,3	15,0	130,0	0,5	0,0	0,0	0,1	96,2	84,9	8,5	0,2
или молоко концентрированное	58	58													
или молоко сухое	15	15													
вода кипяченая для концентрированного молока	68	68													
вода кипяченая для сухого молока	110	110													
вода питьевая	138	138													
<b>крупa рисовая</b> , или манная, или кукурузная	15	15													
или ячневая, или гречневая, или пшено	20	20													
масло сливочное	4	4													
сахар	4	4													
<b>Йогурт сливочный в индивидуальной упаковке для детского питания</b>			<b>100</b>	<b>5,8</b>	<b>12,0</b>	<b>5,0</b>	<b>151</b>	<b>0,6</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>183,0</b>	<b>186,0</b>	<b>25,0</b>	<b>0,0</b>
<b>Чай с сахаром №685-2004</b>			<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>16,5</b>	<b>68</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>
чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	15	15													
Хлеб ржаной	20	20	<b>20</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>8,7</b>	<b>41</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>3,6</b>	<b>17,4</b>	<b>3,8</b>	<b>0,6</b>
<b>Хлеб пшеничный</b>			<b>20</b>	<b>1,6</b>	<b>0,3</b>	<b>7,2</b>	<b>38</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>6,6</b>	<b>43,6</b>	<b>12,4</b>	<b>0,8</b>
<b>или хлеб витаминизированный</b>			<b>20</b>												
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>				<b>4,0</b>	<b>8,4</b>	<b>59,0</b>	<b>328</b>	<b>9,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>6,8</b>	<b>6,4</b>	<b>2,6</b>	<b>0,6</b>

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

яйцо куриное	18	18													
масло сливочное	6	6													
сахар	18	18													
изюм	12,5	12													
ванилин	0,02	0,02													
сметана	5	5													
сухари	6	6													
масло сливочное (для смазки)	5	5													
масса готового пудинга		180													
молоко сгущенное с сахаром	20	20													
<b>Кофейный напиток №253-2004, Пермь</b>			<b>200</b>	<b>3,4</b>	<b>3,2</b>	<b>19,0</b>	<b>118</b>	<b>1,3</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>118,0</b>	<b>88,2</b>	<b>13,7</b>	<b>0,1</b>
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													
<b>Яйцо отварное №337-2004</b>			<b>40</b>	<b>5,0</b>	<b>4,6</b>	<b>0,3</b>	<b>63</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,6</b>	<b>0,2</b>	<b>19,4</b>	<b>66,8</b>	<b>4,2</b>	<b>0,9</b>
Хлеб пшеничный	20	20	<b>20</b>	<b>1,6</b>	<b>0,3</b>	<b>7,2</b>	<b>38</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>6,6</b>	<b>43,6</b>	<b>12,4</b>	<b>0,8</b>
или хлеб витаминизированный			<b>20</b>												
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>				<b>5,9</b>	<b>6,5</b>	<b>56,6</b>	<b>309</b>	<b>8,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>28,0</b>	<b>26,0</b>	<b>8,0</b>	<b>2,0</b>
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>22,1</b>	<b>90</b>	<b>8,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>28,0</b>	<b>26,0</b>	<b>8,0</b>	<b>2,0</b>



[illegible]

[illegible]

натрий двууглекислый	1	1													
лимон для сока	12	5													
яблоки свежие с удаленным семенным гнездом	57	50													
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5													
<b>Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москва</b>			<b>200</b>	<b>1,8</b>	<b>0,7</b>	<b>22,2</b>	<b>102</b>	<b>11,1</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,2</b>	<b>17,8</b>	<b>12,2</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>
<b>Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004</b>	210	200	<b>200</b>	<b>6,4</b>	<b>6,2</b>	<b>12,0</b>	<b>129</b>	<b>1,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>211,2</b>	<b>214,2</b>	<b>24,4</b>	<b>0,2</b>
<b>УЖИН</b>				<b>28,6</b>	<b>26,4</b>	<b>76,1</b>	<b>657</b>	<b>22,7</b>	<b>0,3</b>	<b>0,2</b>	<b>1,0</b>	<b>251,3</b>	<b>482,9</b>	<b>101,7</b>	<b>4,4</b>
<b>Шницель рыбный натуральный с маслом сливочным №391-2004</b>			<b>80/10</b>	<b>19,5</b>	<b>17,0</b>	<b>3,6</b>	<b>245</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>0,1</b>	<b>0,5</b>	<b>27,8</b>	<b>186,9</b>	<b>28,5</b>	<b>1,1</b>
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	93	69													
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	104	69													
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	126	69													
или треска потрошенная обезглавленная (филе с кожей без костей)	90	69													
лук репчатый	14	12													
молоко питьевое	6	6													
яйцо куриное	7	7													
сухари	10	10													
масло растительное	6	6													
масло сливочное	10	10													
<b>Рис припущенный с овощами (техничко-технологическая карта)</b>			<b>150</b>	<b>2,7</b>	<b>5,4</b>	<b>21,0</b>	<b>143</b>	<b>21,4</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,5</b>	<b>19,8</b>	<b>59,0</b>	<b>25,8</b>	<b>0,7</b>
крупа рисовая	45	45													
масло сливочное	8	8													
морковь до 01.01.-20%	50	40													
с 01.01 - 25%	53	40													
<b>Чай с молоком №630-1996</b>			<b>200</b>	<b>2,1</b>	<b>3,2</b>	<b>23,2</b>	<b>130</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>186,6</b>	<b>136,8</b>	<b>21,2</b>	<b>0,2</b>

чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	20	20													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
вода кипяченая для сухого молока	88	88													
Хлеб пшеничный	30	30	30	2,5	0,4	10,8	57	0,0	0,1	0,0	0,0	9,9	65,4	18,6	1,3
или хлеб витаминизированный			30												
Хлеб ржаной	40	40	40	1,9	0,4	17,5	81	0,0	0,0	0,0	0,0	7,2	34,8	7,6	1,1
СОННИК				5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. №645-1996	207	200	200	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
ИЛИ															
Молоко питьевое кипяченое 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
ИТОГО:				109	119	430	3238	131	1	2	7	1360	1889	325	18
Соотношение белков:жиров:углеводов				1	1	4									
28 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	35,0	54,5	629	1,7	0,2	0,5	0,1	671,9	547,7	60,3	1,8
Для бутерброда:															
Масло сливочное (порциями) №96-2004	10	10	10	0,1	7,3	0,1	67	0,0	0,0	0,4	0,0	2,4	3,0	0,0	0,0
Сыр (порциями) №97-2004	26	25	25	7,3	11,3	0,0	131	0,2	0,1	0,0	0,0	270,0	145,0	0,0	0,0

[illegible]

масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
<b>Суп полевой с мясом №137 - 1996</b>			<b>250/10</b>	<b>6,6</b>	<b>5,9</b>	<b>14,6</b>	<b>138</b>	<b>5,1</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>0,2</b>	<b>15,8</b>	<b>76,3</b>	<b>25,7</b>	<b>1,2</b>
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 пшено	12	12													
лук репчатый	24	20													
масло сливочное	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
<b>Котлеты из мяса с маслом сливочным №451-2004</b>			<b>80/10</b>	<b>13,3</b>	<b>15,5</b>	<b>3,8</b>	<b>208</b>	<b>0,1</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>2,4</b>	<b>31,3</b>	<b>131,5</b>	<b>21,3</b>	<b>2,1</b>
говядина 1 категории	80	59													
или говядина полуфабрикат	70	59													
или фарш промышленного производства	59	59													
хлеб пшеничный	14	14													
вода или молоко питьевое	16	16													
яйцо куриное	3,5	3,5													
сухари	8	8													
масло растительное	5	5													
масло сливочное	10	10													
<b>Рагу из овощей №215-1996</b>			<b>200</b>	<b>3,0</b>	<b>7,3</b>	<b>18,0</b>	<b>150</b>	<b>37,9</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>2,3</b>	<b>20,3</b>	<b>76,8</b>	<b>33,0</b>	<b>1,2</b>

[illegible]

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	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
<b>ПОЛДНИК</b>				<b>10,3</b>	<b>8,1</b>	<b>97,7</b>	<b>505</b>	<b>14,3</b>	<b>0,2</b>	<b>0,1</b>	<b>0,3</b>	<b>47,1</b>	<b>46,8</b>	<b>2,3</b>	<b>0,6</b>
Булочка российская №775-2004			100	8,1	7,2	49,1	294	0,0	0,1	0,1	0,0	19,2	24,5	2,3	0,0
мука пшеничная	57	57													
мука пшеничная на подпыл	1,7	1,7													
дрожжи прессованные	1,7	1,7													
или дрожжи сухие	0,4	0,4													
сахар	17	17													
сахар-песок для отделки	3,3	3,3													
соль йодированная	0,6	0,6													
масло сливочное	8	8													
молоко питьевое	8	8													
яйцо куриное	3,3	3,3													
яйцо куриное для смазки изделия	2,5	2,5													
ванилин	0,03	0,03													
масло растительное для смазки листа	0,3	0,3													
Кисель из чернослива или кураги №643-2004			200	0,1	0,1	23,1	94	1,5	0,0	0,0	0,1	7,4	8,2	0,0	0,6
чернослив или курага	15	15													
мука картофельная (крахмал)	8	8													
сахар	15	15													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москва			230	2,1	0,8	25,5	117	12,8	0,0	0,0	0,3	20,4	14,1	0,0	0,0



[illegible]

сахар	15	15													
Хлеб пшеничный	40	40	40	3,3	0,6	14,4	76	0,0	0,1	0,0	0,0	13,2	87,2	24,8	1,7
или хлеб витаминизированный			40												
Хлеб ржаной	40	40	40	1,9	0,4	17,5	81	0,0	0,0	0,0	0,0	7,2	34,8	7,6	1,1
СОННИК				5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. №645-1996	207	200	200	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
ИЛИ															
Молоко питьевое кипяченое 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
ИТОГО:				106	116	425	3169	101	1	1	7	1220	1755	307	21
Соотношение белков:жиров:углеводов				1	1	4									
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД				3139	3302	12065	90555	2606	37	147	344	32840	49332	9819	586
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД				112	118	431	3234	93	1	5	12	1173	1762	351	21
СРЕДНЯЯ КАЛОРИЙНОСТЬ				448	1061	1724	3234								
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности				14	33	53	100								
Соотношение кальция к фосфору												1,5			

