УТВЕРЖДАЮ

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

Г.К. Епифанова

ПРИМЕРНОЕ 28-ми ДНЕВНОЕ МЕНЮ

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

с 12 до 18 лет (весенне-летний сезон)

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

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

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

Аннотация

Примерное 28 — ти дневное меню разработано для питания детей школьного возраста (с 12 до 18 лет) в ФГБУ «Сергиево Посадском детском доме слепоглухих» — завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин, сонник (п. 6.8, 6.14 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Нормы потребления рассчитаны для детей школьного возраста (с 12 до 18 лет) в соответствии с Пищевой ценностью в сутки не менее: белки - 130, жиры — 133, углеводы — 498, энергетическая ценность - 3715 - завтрак (20%), второй завтрак (10%), обед (30%), полдник(15%), ужин(20%), сонник (5%) согласно Приложения 8, таблица №1 «Рекомендуемые среднесуточные наборы пищевых продуктов, в том числе, используемых для приготовления блюд и напитков, для обучающихся общеобразовательных учреждений» СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно — эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования» и постановления правительства РФ от 07 ноября 2005 г №659 «Об утверждении норм материального обеспечения детей сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, обучающихся и воспитывающихся в федеральных государственных образовательных учреждениях, несовершеннолетних, обучающихся и воспитывающихся 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 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. <u>Необходимо строго следить за пересчетом процента отходов для расчета сырья по овощам, в соответствии с сезонностью.</u>

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 санитарноэпидемиологические 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 <u>подвергают вторичному</u> кипячению в бульоне в течение 5-7 минут;
- порционированное для первых блюд мясо может до раздачи храниться в бульоне на горячей плите или мармите (не более 1 часа);
- при перемешивании ингредиентов, входящих в состав блюд, необходимо пользоваться кухонным инвентарем, не касаясь продукта руками;
- при изготовлении картофельного (овощного) пюре следует использовать механическое оборудование;
- масло сливочное, используемое для заправки гарниров и других блюд, должно предварительно подвергаться термической обработке (растапливаться и доводиться до кипения);
- яйцо варят в течение 10 минут после закипания воды;
- яйцо рекомендуется использовать для приготовления блюд из яиц, а также в качестве компонента в составе блюд;
- омлеты и запеканки, в рецептуру которых входит яйцо, готовят в жарочном шкафу, омлеты в течение 8-10 минут при температуре 180-200 С, слоем не более 2,5-3 см; запеканки 20-30 минут при температуре 220-280 С, слоем не более 3-4 см; хранение яичной массы осуществляется не более 30 минут при температуре не выше 4±2°С;
- вареные колбасы, сардельки и сосиски варят не менее 5 минут после закипания;
- <u>гарниры из риса и макаронных изделий варят в большом объеме воды</u> (в соотношении не менее 1:6) <u>без последующей промывки</u>;
- 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 °C, вторые блюда и гарниры - не ниже 65 °C, холодные супы, напитки - не выше 14 °C.

Холодные закуски должны выставляться в порционированном виде в охлаждаемый прилавоквитрину и реализовываться в течение одного часа.

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

Свежую зелень закладывают в блюда во время раздачи.

Использование сметаны и майонеза для заправки салатов не допускается.

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

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

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

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

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

Следует учитывать, что выход фруктов и кондитерских изделий дан в меню ориентировочно. <u>При формировании меню необходимо определять фактический выход фруктов и кондитерских изделий.</u>

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

ПРИМЕРНОЕ 28 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ № 1213 "16" марта 2016г для питания детей - сирот и детей оставшихся без попечения родителей, с 12 до 18 лет (весенне-летний сезон)

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

1 день

				Эн	ергетическ	ая ценность	ь (ккал)		Burner				Mariana		
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Болки г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		Битам	ины, мг			Минерал	іы, мі	
				Белки, г	жиры, г	3131.1	оц, ккал	C	B1	А, мкг рет.экв.	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				26,2	29,5	102,6	780	2,9	0,3	0,4	1,6	517,3	532,5	93,6	3,1
Бутерброд горячий с мясопродуктами и сыром №11-2004			90	6,8	11,5	15,2	191	0,0	0,1	0,0	0,7	115,4	104,1	11,2	0,5
колбаса вареная, или полукопченая, или ветчина для детского питания	31	30													
сыр	21	20													
хлеб пшеничный	40	40													
Каша пшеничная жидкая, с маслом №311-2004			250/5	11,2	12,0	51,3	358	0,5	0,1	0,1	0,2	246,9	221,7	44,1	0,6
крупа пшеничная	45	45													
сахар	5	5													
вода питьевая	86	86													
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													
масло сливочное	5	5													
Какао с молоком сгущенным №250-2004, Пермь			200	4,8	5,4	16,5	134	2,4	0,1	0,3	0,7	141,5	123,9	15,8	0,1
какао - порошок	5	5													
сахар	3	3													

молоко сгущенное с сахаром	38	38													
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
Хлеб пшеничный		ı	30	2,5	0,4	10,8	57	0,0	0,1	0,0	0,0	9,9	65,4	18,6	1,3
или хлеб витаминизированный			30												
2 завтрак				6	7	68	357	4	0	0	0	40	54	0	0
Кондитерское изделие промышленного производства (печенье, присушки, баранки, и т.п.)	яники, ва	фли,	25	5,5	6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, Москва	200	200	200	0,6	0,4	33,0	138	4,0	0,1	0,0	0,0	40,0	54,0	0,0	0,0
ОБЕД		•		37,4	43,6	146,3	1127	6,7	0,5	0,2	2,2	162,1	517,9	125,9	9,3
Салат из свежих огурцов №16-2004			100/10	1,6	10,0	8,2	129	4,9	0,0	0,0	0,1	41,3	26,9	3,7	0,6
огурцы свежие парниковые	102	100													
или огурцы свежие грунтовые	105	100													
масло растительное	10	10													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Суп-харчо, с мясом №154-1996		•	350/10	6,2	6,9	22,8	178	0,8	0,1	0,0	0,2	15,5	83,9	24,2	1,1
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
крупа рисовая	25	25													
морковь до 01.0120%	17,5	14													
c 01.01 - 25%	19	14													
лук репчатый	33	28													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	7	7													
чеснок свежий	0,9	0,7													
масло сливочное	7	7													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Биточки рубленные из птицы паровые, с маслом №349-2006, Мос	ква		100/10	14,6	20,2	8,2	273	0,0	0,1	0,0	0,4	39,0	128,2	17,0	1,3
курица потрошеная 1 категории (мякоть без кожи)	172	74													

или филе индейки	78	74													
хлеб пшеничный	18	18													
молоко питьевое или вода питьевая	26	26													
масло сливочное для припускания	2	2													
масло сливочное	10	10													
Макаронные изделия отварные с овощами №517-2004			200	4,8	4,8	30,2	183	0,9	0,1	0,1	0,9	13,2	38,1	7,2	0,8
макаронные изделия	49	49													
масло сливочное	7	7													
масса отварных макаронных изделий		140													
морковь до 01.0120%	87,5	70													
c 01.01 - 25%	93	70													
Компот из сухофруктов + Витамин "С" №638-2004			200	0,8	0,0	21,8	90	0,2	0,0	0,0	0,5	16,0	14,1	12,8	0,4
сухофрукты	22	22													
сахар	15	15													
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	60	60	60	2,8	0,6	26,2	122	0,0	0,0	0,0	0,0	10,8	52,2	11,4	1,7
полдник		•		15,0	16,9	79,4	529	12,3	0,0	0,0	0,2	23,3	18,6	2,9	0,2
Мучное пряничное изделие промышленного производства			100	13,1	16,2	32,0	326	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москва			200	1,8	0,7	22,2	102	11,1	0,0	0,0	0,2	17,8	12,2	0,0	0,0
Кисель из свежих ягод + Витамин С, №590-1996			200	0,1	0,0	25,2	101	1,2	0,0	0,0	0,0	5,5	6,3	2,9	0,2
клюква, или брусника, или смородина	21,2	20													
крахмал	6	6													
сахар	18	18													
ужин				33,6	28,9	94,4	772	51,8	0,5	0,2	4,1	153,2	548,6	123,1	8,0
Салат венгерский (технико-технологическая карта)			100	0,9	5,0	6,7	75	46,9	0,0	0,0	2,9	25,6	44,3	8,3	1,6

морковь до 01.0120%	44	35													
c 01.01 - 25%	47	35													
перец свежий	20	15													
помидоры свежие грунтовые	47	40													
или помидоры свежие парниковые	41	40													
лук репчатый	6	5													
лимон для сока	12	5													
сахар	0,5	0,5													
масло растительное	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Котлета рыбная "Лада" с маслом (технико-технологическая карта)			120/5	24,3	18,1	18,5	334	1,2	0,2	0,2	0,7	60,8	300,6	53,5	2,7
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	112	83													
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	125	83													
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	151	83													
или треска потрошеная обезглавленная (филе без кожи и костей)	113	83													
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе без кожи и костей)	154	83													
хлеб пшеничный	24	24													
вода или молоко питьевое	6	6													
лук репчатый	29	24													
чеснок свежий	1,5	1,2													
масло сливочное	7,5	7,5													
яйцо куриное	7,5	7,5													
мука пшеничная	15	15													
масло растительное	9	9													
масло сливочное	5	5													
Пюре картофельное №520-2004			200	4,0	5,0	25,7	164	2,9	0,1	0,0	0,4	47,6	103,5	34,6	1,2

				Эн	ергетичес	кая ценності	ь (ккал)		Rитэм	MULI MF			Минепа		
			2	день	•										
Соотношение белков:жиров:углеводов				1	1	4			,	,	,		<u> </u>	,	
итого:			<u> </u>	124	133	514	3744	80	1,5	0,8	8,1	1184	1805,6	375,5	20,8
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
Кисломолочный напиток (ряженка, биопростокваша, ацидофилин, снежок, йогурт питьевой №645-1996)	207	200	200	5,6 или	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
СОННИК		<u> </u>	I	5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
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
или хлеб витаминизированный			30												
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
лимон	6	5													
сахар	15	15													
чай - заварка	1,8	1,8													
Чай с лимоном №686-2004			200/5	0,1	0,0	15,2	61	0,8	0,0	0,0	0,0	2,2	0,1	0,5	0,1
масло сливочное		7													
вода кипяченая для концентрированного молока		28													
или молоко сухое вода кипяченая для концентрированного молока		17													
или молоко концентрированное		15													
молоко питьевое		32													
01.03 - 40%	284	170													
01.01-29.02 - 35%	262	170													
01.1131.1230%	243	170													
картофель - 01.0931.10 25%	226	170													

Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции						Drigin	MIIDI, WII			mmicha	idi, Wii	
			порции	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				39,6	33,0	77,5	765	2,0	0,2	0,6	0,6	351,8	485,2	41,9	2,0
Бутерброд с маслом №1-2004			30/15	2,4	11,1	15,0	170	0,0	0,0	0,6	0,5	9,6	24,0	4,2	0,3
хлеб пшеничный	30	30													
масло сливочное	15	15													
Запеканка из творога со сгущённым молоком №366-2004			170/30	31,2	18,2	27,5	399	0,7	0,0	0,0	0,2	214,0	312,0	7,8	0,2
творог	161	160													
крупа манная	11	11													
или мука пшеничная	12	12													
сахар	9	9													
яйцо куриное	5	5													
масло сливочное	7	7													
сухари	7	7													
сметана	6	6													
масса готовой запеканки		170													
молоко сгущенное с сахаром	30	30													
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												
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													

	ı		ı	1	1	ı	1	1	1	1			1	
54	54													
88	88													
			4	9	65	353	11	0	0	0	18	12	0	0
афельные	е,	25	2,2	7,9	42,8	251	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		200	1,8	0,7	22,2	102	11,1	0,0	0,0	0,2	17,8	12,2	0,0	0,0
		•	41,6	38,8	142,1	1084	25,4	0,5	68,0	6,2	136,1	670,7	186,0	12,9
		100	1,7	5,0	7,8	83	22,3	0,0	0,0	2,1	45,6	22,3	15,2	0,8
158	80													
19	15													
19	15													
20	15													
1	1													
1,4	1													
5	5													
	•	350/10	6,3	7,5	22,5	183	1,4	0,1	67,9	0,8	24,5	95,5	17,4	1,2
29	26													
	28													
25	25													
1,7	1,7													
7	7													
5	5													
0,7	0,7													
28	28													
17,5	14													
19	14													
	1	İ											İ	i —
	88 158 19 19 20 1 1,4 5 29 25 1,7 7 5 0,7 28 17,5	88 88 афельные, 158 80 19 15 19 15 20 15 1 1 1,4 1 5 5 29 26 28 25 25 25 1,7 7 7 7 5 5 0,7 0,7 28 28 17,5 14	88 88 афельные, 25 200 158 80 19 15 20 15 1 1 1,4 1 5 5 350/10 29 26 28 25 1,7 1,7 7 7 5 5 0,7 0,7 28 28 17,5 14	88 88 4 фельные, 25 2,2 41,6 100 1,7 15 15 19 15 19 15 20 15 1 1 1 1 1 1 1 2 2 2 2 2 3 3 3 4 <td>88 88 4 9 афельные, 25 2,2 7,9 200 1,8 0,7 41,6 38,8 158 80 100 1,7 5,0 158 80 100 1,7 5,0 19 15 1 1 1 19 15 1 1 1 20 15 1 1 1 1,4 1 1 1 1 1,4 1 1 1 1 1,4 1 1 1 1 1,4 1 1 1 1 1,4 1 1 1 1 1 1,4 1 1 1 1 1 1,4 1 1 1 1 1 1,4 1<td>88 88 4 9 65 афельные, 25 2,2 7,9 42,8 200 1,8 0,7 22,2 41,6 38,8 142,1 150 100 1,7 5,0 7,8 15 19 15 20 15 1 1 1,4 1 350/10 6,3 7,5 22,5 29 26 28 25 25 1,7 1,7 7 7 5 5 0,7 0,7 28 28 17,5 14</td><td>88 88 4 9 65 353 афельные, 25 2,2 7,9 42,8 251 200 1,8 0,7 22,2 102 41,6 38,8 142,1 1084 100 1,7 5,0 7,8 83 15 19 15 19 15 10 10 19 15 10 10 10 10 15 10 10 10 10 10 10 11 11 11 11 11 11 11 12 350/10 6,3 15 22,5 183 29 26 <</td><td>88 88 4 9 65 353 11 фельные, 200 1,8 0,7 22,2 102 11,1 41,6 38,8 142,1 1084 25,4 158 80 19 15 100 1,7 5,0 7,8 83 22,3 19 15 14 15</td><td>88 88 88 4 9 65 353 11 0 афельные, вфельные, вфельны</td><td>88 88 4 9 65 353 11 0 0 афельные, 25 2,2 7,9 42,8 251 0,0 0,0 0,0 41,6 38,8 142,1 1084 25,4 0,5 68,0 150 100 1,7 5,0 7,8 83 22,3 0,0 0,0 158 80 19 15</td><td>88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88</td><td>88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88</td><td>88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88</td><td>88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88</td></td>	88 88 4 9 афельные, 25 2,2 7,9 200 1,8 0,7 41,6 38,8 158 80 100 1,7 5,0 158 80 100 1,7 5,0 19 15 1 1 1 19 15 1 1 1 20 15 1 1 1 1,4 1 1 1 1 1,4 1 1 1 1 1,4 1 1 1 1 1,4 1 1 1 1 1,4 1 1 1 1 1 1,4 1 1 1 1 1 1,4 1 1 1 1 1 1,4 1 <td>88 88 4 9 65 афельные, 25 2,2 7,9 42,8 200 1,8 0,7 22,2 41,6 38,8 142,1 150 100 1,7 5,0 7,8 15 19 15 20 15 1 1 1,4 1 350/10 6,3 7,5 22,5 29 26 28 25 25 1,7 1,7 7 7 5 5 0,7 0,7 28 28 17,5 14</td> <td>88 88 4 9 65 353 афельные, 25 2,2 7,9 42,8 251 200 1,8 0,7 22,2 102 41,6 38,8 142,1 1084 100 1,7 5,0 7,8 83 15 19 15 19 15 10 10 19 15 10 10 10 10 15 10 10 10 10 10 10 11 11 11 11 11 11 11 12 350/10 6,3 15 22,5 183 29 26 <</td> <td>88 88 4 9 65 353 11 фельные, 200 1,8 0,7 22,2 102 11,1 41,6 38,8 142,1 1084 25,4 158 80 19 15 100 1,7 5,0 7,8 83 22,3 19 15 14 15</td> <td>88 88 88 4 9 65 353 11 0 афельные, вфельные, вфельны</td> <td>88 88 4 9 65 353 11 0 0 афельные, 25 2,2 7,9 42,8 251 0,0 0,0 0,0 41,6 38,8 142,1 1084 25,4 0,5 68,0 150 100 1,7 5,0 7,8 83 22,3 0,0 0,0 158 80 19 15</td> <td>88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88</td> <td>88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88</td> <td>88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88</td> <td>88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88</td>	88 88 4 9 65 афельные, 25 2,2 7,9 42,8 200 1,8 0,7 22,2 41,6 38,8 142,1 150 100 1,7 5,0 7,8 15 19 15 20 15 1 1 1,4 1 350/10 6,3 7,5 22,5 29 26 28 25 25 1,7 1,7 7 7 5 5 0,7 0,7 28 28 17,5 14	88 88 4 9 65 353 афельные, 25 2,2 7,9 42,8 251 200 1,8 0,7 22,2 102 41,6 38,8 142,1 1084 100 1,7 5,0 7,8 83 15 19 15 19 15 10 10 19 15 10 10 10 10 15 10 10 10 10 10 10 11 11 11 11 11 11 11 12 350/10 6,3 15 22,5 183 29 26 <	88 88 4 9 65 353 11 фельные, 200 1,8 0,7 22,2 102 11,1 41,6 38,8 142,1 1084 25,4 158 80 19 15 100 1,7 5,0 7,8 83 22,3 19 15 14 15	88 88 88 4 9 65 353 11 0 афельные, вфельные, вфельны	88 88 4 9 65 353 11 0 0 афельные, 25 2,2 7,9 42,8 251 0,0 0,0 0,0 41,6 38,8 142,1 1084 25,4 0,5 68,0 150 100 1,7 5,0 7,8 83 22,3 0,0 0,0 158 80 19 15	88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88	88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88	88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88	88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88

			•												
или помидоры свежие грунтовые	33,0	28													
лук репчатый	17	14													
масло сливочное	7	7													
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		•	180	4,9	10,2	22,3	201	0,0	0,0	0,0	0,8	10,2	128,1	66,6	3,0
крупа гречневая	45	45													
вода питьевая	145	145													
масло сливочное	10	10													
Компот из свежих ягод + Витамин С, №357-2002			200	0,1	0,0	21,6	87	1,5	0,0	0,0	0,2	3,8	2,6	3,6	0,2
клюква или брусника	26,4	25													
сахар	20	20													
Хлеб пшеничный	80	80	80	6,6	1,1	28,9	152	0,0	0,2	0,0	0,0	26,4	174,4	49,6	3,4
или хлеб витаминизированный			80												
Хлеб ржаной	80	80	80	3,8	0,8	35,0	162	0,0	0,1	0,0	0,0	14,4	69,6	15,2	2,2
полдник				13,9	13,1	98,7	568,3	14,2	0,2	0,3	1,2	85,4	134,3	14,9	0,6
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
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
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, Москва	200	200	200	0,6	0,4	33,0	138	4,0	0,1	0,0	0,0	40,0	54,0	0,0	0,0
ужин				29,1	36,1	77,1	750	13,5	0,7	0,1	3,7	116,1	494,2	136,7	7,9
							1	1		1	1	ı			

Шницель из мяса с маслом сливочным №451-2004			100/10	16,3	23,1	4,8	292	0,1	0,3	0,0	3,1	39,1	164,3	26,6	2,6
говядина 1 категории	101	74													
или говядина полуфабрикат	87	74													
или фарш промышленного производства	74	74													
хлеб пшеничный	18	18													
молоко питьевое или вода питьевая	20	20													
яйцо куриное	4	4													
сухари	10	10													
масло растительное	6	6													
масло сливочное	10	10													
Овощи припущенные №524-2004			230	6,3	11,8	16,9	199	13,4	0,3	0,1	0,6	51,5	177,4	69,6	1,9
картофель - 01.0931.10 25%	120	90													
01.1131.1230%	129	90													
01.01-29.02 - 35%	139	90													
01.03 - 40%	150	90													
кабачки	115	77													
морковь до 01.0120%	81	65													<u> </u>
c 01.01 - 25%	86	65													
лук репчатый	36	30													
масло сливочное	15	15													
мука пшеничная	4	4													
Фито-чай с сахаром №627-1996			200	0,1	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	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												

			l												
Хлеб ржаной	50	50	50	2,4	0,5	21,9	101	0,0	0,0	0,0	0,0	9,0	43,5	9,5	1,4
сонник				5,6	6,8	23,5	177,6	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (ряженка, биопростокваша, ацидофилин, снежок, йогурт питьевой №645-1996)	207	200	200	5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
				или											
Молоко питьевое кипяченое 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:				134	136	484	3698	68,0	1,6	69,0	11,9	995	1930,6	409,5	23,6
Соотношение белков:жиров:углеводов				1	1	4									
			3	день							•				
				Эн	ергетичес	кая ценность	ь (ккал)		_						
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	_		.,		Ī	Витам	ины, мг			Минерал	пы, мг	
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				16,9	18,6	118,7	710	1,7	0,4	0,2	1,2	460,7	549,7	129,5	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 "Солнечная" с маслом (технико-технологическая карта)			250/5	8,5	10,7	41,4	296	0,6	0,2	0,1	0,4	250,4	305,5	78,9	2,5
крупа кукурузная	17	17													
крупа манная	17	17													
сахар	5	5													
соль йодированная	1,1	1,1													
вода питьевая	88	88													
молоко питьевое	128	128													
или молоко концентрированное	59	59													
или молоко сухое	15	15													
вода кипяченая для концентрированного молока	69	69													
			·			L					•	•	1	•	

1	_		1		T	T							1	
113	113													
5	5													
		200	2,1	3,2	23,2	130	0,4	0,0	0,0	0,0	186,6	136,8	21,2	0,2
1,8	1,8													
20	20													
100	100													
46	46													
12	12													
54	54													
88	88													
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
•		30	2,5	0,4	10,8	57	0,0	0,1	0,0	0,0	9,9	65,4	18,6	1,3
		30												
			6	7	68	357	4	0	0	0	40	54	0	0
яники, ва	фли,	25	5,5	6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
200	200	200	0,6	0,4	33,0	138	4,0	0,1	0,0	0,0	40,0	54,0	0,0	0,0
			51	35	164	1171	36	1	2	9	186	590	136	11
		100	1,5	5,0	7,9	83	8,9	0,0	0,0	2,9	33,6	38,9	10,2	1,9
38	26													
41	40													
42	40													
33	32													
38	32													
1,4	1													
5	5													
		40	5.0	46	0.2	63	0.0	0.0	0.6	0.2	10.4	66.0	4.2	0,9
	5 1,8 20 100 46 12 54 88 20 200 200 38 41 42 33 38 1,4	5 5 1,8 1,8 20 20 100 100 46 46 12 12 54 54 88 88 20 20 зяники, вафли, 200 200 38 26 41 40 42 40 33 32 38 32 1,4 1	5 5 200 1,8 1,8 20 20 100 100 46 46 12 12 54 54 88 88 20 20 20 30 30 30 30 30 30 30 30 30	5 5 1,8 1,8 20 20 100 100 46 46 12 12 54 54 88 88 20 20 20 30 2,5 30 6 100 1,5 38 26 41 40 42 40 33 32 1,4 1 5 5	5 5 200 2,1 3,2 1,8 1,8 20 20 100 100 46 46 12 12 54 54 88 88 20 20 20 0,9 0,2 30 2,5 0,4 30 2,5 0,4 30 2,5 6,5 200 200 200 0,6 0,4 51 35 100 1,5 5,0 38 26 41 40 42 40 33 32 38 32 1,4 1 5 5	5 5 1,8 1,8 20 20 100 100 46 46 12 12 54 54 88 88 20 20 20 0,9 0,2 8,7 30 2,5 0,4 10,8 30 30 6 7 68 100 1,5 5,5 6,5 34,5 200 200 200 0,6 0,4 33,0 38 26 34 100 1,5 5,0 7,9 38 26 41 40 42 40 33 32 38 32 1,4 1 5 5	5 5 200 2,1 3,2 23,2 130 1,8 1,8 20 20 100 100 46 46 54 54 88 88 20 20 20 0,9 0,2 8,7 41 30 2,5 0,4 10,8 57 30 6 7 68 357 39ники, вафли, 25 5,5 6,5 34,5 219 200 200 200 0,6 0,4 33,0 138 51 35 164 1171 100 1,5 5,0 7,9 83 38 26 41 40 42 40 33 32 38 32 41 40	5 5 200 2,1 3,2 23,2 130 0,4 1,8 1,8 100 100 46 46 54 54 88 88 20 20 20 0,9 0,2 8,7 41 0,0 30 2,5 0,4 10,8 57 0,0 30 2,5 0,4 10,8 57 0,0 200 200 200 0,6 0,4 33,0 138 4,0 200 200 200 0,6 0,4 33,0 138 4,0 33 26 41 40 42 40 33 32 41 40	5 5 200 2,1 3,2 23,2 130 0,4 0,0 1,8 1,8 3,2 23,2 130 0,4 0,0 100 100 3,2 3,2 3,2 3,2 3,2 3,2 3,2 3,2 3,3 3,3 3,3 3,3 3,3 3,4 3,	5 5 200 2,1 3,2 23,2 130 0,4 0,0 0,0 1,8 1,8	5 5 200 2,1 3,2 23,2 130 0,4 0,0 0,0 0,0 1,8 1,9 1,0 1,0 1,0 1,0 1,0 1,0 1,0 1,0 1,0 1,0 1,0 1,0 1,0 1,0 1,0 1,0 1,0 1,0	5 5 200 2,1 3,2 23,2 130 0,4 0,0 0,0 0,0 186,6 1,8 1,9 1,0 1,0 1,0 1,0 1,0 1,0 1,0 1,0 1,0 1,0 1,0 1,0 1,0 1,0 1,0	S S S S S S S S S S	5 5 5 200 2,1 3,2 23,2 130 0,4 0,0 0,0 0,0 186,6 136,8 21,2

Суп "Летний" из овощей с мясом и сметаной №14/2 - 2011, Екатери	нбург		350/10/5	3,5	6,9	13,4	130	12,0	0,1	0,4	0,6	39,6	26,6	28,6	1,1
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
картофель - 01.0931.10 25%	67	50													
01.1131.1230%	72	50													
01.01-29.02 - 35%	77	50													
01.03 - 40%	84	50													
капуста белокочанная свежая	35	28													
помидоры свежие парниковые	21,4	21													
или помидоры свежие грунтовые	24,8	21													
морковь до 01.0120%	18	14													
c 01.01 - 25%	19	14													
лук репчатый	17	14													
горошек зеленый консервированный	20	13													
масло сливочное	7	7													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Рыба по-татарски (технико-технологическая карта)		•	350	26,9	15,2	25,6	347	4,1	0,3	0,0	5,1	28,0	155,0	16,0	0,9
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	200	148													
или горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	206	144													1
или горбуша неразделанная (филе с кожей без костей)	248	144													
или треска потрошеная обезглавленная (филе с кожей без костей)	189	144													1
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	235	144													
лук репчатый	36	30													
вода питьевая	100	100													
картофель - 01.0931.10 25%	266	200													

01.1131.1230%	286	200													
01.01-29.02 - 35%	308	200													
01.03 - 40%	334	200													
масло сливочное	15	15													
Компот из изюма + Витамин "С" №638-2004		•	200	0,3	0,0	23,5	95	0,0	0,0	0,5	0,0	0,5	2,5	0,0	0,1
мзюк	15	15													
сахар	15	15													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москва	-		200	1,8	0,7	22,2	102	11,1	0,0	0,0	0,2	17,8	12,2	0,0	0,0
Хлеб пшеничный	100	100	100	8,2	1,4	36,1	190	0,0	0,2	0,0	0,0	33,0	218,0	62,0	4,2
или хлеб витаминизированный		•	100												
Хлеб ржаной	80	80	80	3,8	0,8	35,0	162	0,0	0,1	0,0	0,0	14,4	69,6	15,2	2,2
полдник		!		17,2	18,7	73,0	529,1	1,1	0,1	0,4	0,0	247,0	285,4	33,7	0,2
Булочка "Оригинальная" (технико-технологическая карта)			100	10,8	12,5	61,0	400	0,06	0,1	0,4	0,0	35,8	71,2	9,3	0,0
мука пшеничная	54,5	54,5													
сахар	7	7													
молоко питьевое или вода питьевая	23	23													
масло сливочное	7	7													
яйцо куриное	7	7													
соль йодированная	0,4	0,4													
дрожжи прессованные	1,7	1,7													
или дрожжи сухие	0,4	0,4													
джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, консервантов и красителей)	10,3	10													
крошка:		6													
сахар	2,2	2,2													
масло сливочное	1,1	1,1													
мука пшеничная	2,2	2,2													
			•	1	1	1	1							1	

			1			1						ı ı			
ванилин	0,1	0,1													
яйцо куриное для смазки изделия	2	2													
масло растительное для смазки листа	0,3	0,3													
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	210	200	200	6,4	6,2	12,0	129	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
ужин		•	•	30	25	90	711	54	0	6	1	246	531	83	9
Продукт творожный для детского питания промышленного произ творожного продукта конкретизируется по фактическому использовыше)			100	6,1	5,0	4,0	85	0,6	0,0	0,0	0,0	190,0	98,0	0,0	0,0
Печень, тушеная в соусе №408,555-1996			50/50	14,1	12,2	4,5	184	23,1	0,2	5,7	0,5	6,3	219,8	12,6	4,8
печень говяжья	86	71													
мука пшеничная	3	3													
масло растительное	4	4													
соус сметанный с томатом и луком		50													
сметана	10	10													
вода питьевая	35	35													
мука пшеничная	3,3	3,3													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	5	5													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное	1	1													
Рис припущенный с овощами (технико-технологическая карта)			200	3,9	7,2	29,0	196	30,0	0,0	0,2	0,7	27,8	82,7	36,3	1,0
крупа рисовая	60	60													
масло сливочное	10	10													
кукуруза консервированная	50	30													
морковь до 01.0120%	38	30													
c 01.01 - 25%	40	30													
Чай с сахаром №685-2004		<u> </u>	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													
			L				l	l	l		l				

	l	1	l		1	l		1	1					l	
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	50	50	50	2,4	0,5	21,9	101	0,0	0,0	0,0	0,0	9,0	43,5	9,5	1,4
сонник				5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (ряженка, биопростокваша, ацидофилин, снежок, йогурт питьевой №645-1996)	207	200	200	5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
	•		•	или	•	•	·					•	•		
Молоко питьевое кипяченое 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:	I.		I.	127	111	537	3655	98	1,9	8,0	11,4	1468	2144,0	412,4	25,8
Соотношение белков:жиров:углеводов				1	1	4									
			4	день	,										
				Энергетическая ценность (ккал)					_						
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции					†	Витам	ины, мг			Минера	пы, мг	
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК	I	l	I	30,3	33,4	82,1	751	5,3	0,4	0,0	2,8	294,1	533,9	86,1	5,5
Бутерброд горячий с сыром №10-2004			50	4,4	11,0	13,1	169	0,0	0,0	0,0	0,5	78,5	62,5	7,5	0,4
масло сливочное	5	5													
сыр	16	15													
хлеб пшеничный	30	30													
Омлет натуральный с маслом №284-1996 с подгарнировкой (№244	-2006,Moc	ква)	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													
1	I	ļ			1				<u> </u>						
молоко питьевое	47	47													
молоко питьевое или молоко концентрированное		47 22													
	22														
или молоко концентрированное	22 6	22													
или молоко концентрированное или молоко сухое	22 6 25	22													

		1	ı		1		1	1	1	1					
масло растительное	3	3													
масса готового омлета		165													
масло сливочное на полив	10	10													
огурец свежий парниковый	31	30													
или огурец свежий грунтовый	32	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	30	30	30	1,4	0,3	13,1	61	0,0	0,0	0,0	0,0	5,4	26,1	5,7	0,8
Хлеб пшеничный	60	60	60	4,9	0,8	21,7	114	0,0	0,1	0,0	0,0	19,8	130,8	37,2	2,5
или хлеб витаминизированный		1	60												
2 завтрак				6	7	68	357	4	0	0	0	40	54	0	0
Кондитерское изделие промышленного производства (печенье, пр сушки, баранки, и т.п.)	яники, ва	фли,	25	5,5	6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, Москва	200	200	200	0,6	0,4	33,0	138	4,0	0,1	0,0	0,0	40,0	54,0	0,0	0,0
ОБЕД		-	•	33,1	32,2	187,4	1171	48,9	0,8	0,8	2,5	144,2	625,2	139,1	12,3
Салат из свежих помидоров №19-2004			100	0,5	5,2	4,3	66	22,0	0,0	0,2	0,3	4,6	8,5	1,0	0,3
помидоры свежие парниковые	85	83													
или помидоры свежие грунтовые	98	83													
лук зеленый	19	15													
или лук репчатый	18	15													
масло растительное	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Борщ волынский с мясом и сметаной №119-2004		•	350/10/5	4,7	5	15,6	126	10,2	0,1	0,3	0,4	32,2	123,6	36,4	1,7
говядина 1 категории	22	16													
товядина т категории		. •													

или говядина полуфабрикат	19	16													
свекла до 01.0120%	42,5	34													
c 01.01 - 25%	45	34													
капуста белокочанная свежая	88	70													
картофель - 01.0931.10 25%	47	35													
01.1131.1230%	50	35													
01.01-29.02 - 35%	54	35													
01.03 - 40%	58	35													
морковь до 01.0120%	26,25	21													
c 01.01 - 25%	28	21													
лук репчатый	17	14													
помидоры свежие парниковые	50,0	49													
или помидоры свежие грунтовые	57,8	49													
масло сливочное	7	7													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Фрикадельки в соусе №469 - 2004			100/50	8,9	14,7	13,1	220	1,2	0,3	0,1	0,3	21,7	181,0	24,7	2,8
говядина 1 категории	94	69													
или говядина полуфабрикат	81	69													l
или фарш промышленного производства	69	69													
хлеб пшеничный	15	15													
вода или молоко питьевое	20	20													
лук репчатый	8,3	7													
мука пшеничная	9	9													
масло растительное	4	4													
соус томатный №587-2004		50													

томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и	8	8													
консервантов) мука пшеничная	2,3	2,3													
морковь до 01.0120%	10	8													
c 01.01 - 25%	10,6	8													
лук репчатый	1,2	1													
масло сливочное	2,7	2,7													
Макаронные изделия отварные №516-2004		<u> </u>	180	6,2	4,5	37,2	214	0,0	0,1	0,1	1,1	15,9	48,8	8,8	0,9
макаронные изделия	63	63													
масло сливочное	6	6													
Компот из свежих плодов + Витамин "С" №585-1996			200	0,2	0,0	25,6	103	1,6	0,0	0,0	0,1	6,8	4,1	3,4	0,9
яблоки свежие	45,4	40													
или груши свежие	44	40													
или слива или персик или нектарины свежие	44	40													
или абрикосы свежие	46	40													
или черешня или вишня свежие	42	40													
сахар	20	20													<u> </u>
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москва			250	2,3	0,8	27,8	128	13,9	0,0	0,0	0,3	22,2	15,3	0,0	0,0
Хлеб пшеничный	80	80	80	6,6	1,1	28,9	152	0,0	0,2	0,0	0,0	26,4	174,4	49,6	3,4
или хлеб витаминизированный		•	80												
Хлеб ржаной	80	80	80	3,8	0,8	35,0	162	0,0	0,1	0,0	0,0	14,4	69,6	15,2	2,2
полдник				15,3	25,3	64,2	546	4,3	0,0	0,2	0,8	259,3	219,1	7,9	1,6
Зразы из творога с черносливом или с курагой, с молоком сгущенн	ым №364	1-2004	170/30	15,2	25,2	44,1	464	2,5	0,0	0,2	0,7	251,0	210,0	7,9	0,9
творог	114	114													
мука пшеничная	20	20													
сахар	17	17													
соль йодированная	1,7	1,7													

яйцо куриное	12	12													
чернослив	46	34													
или курага	34	34													
мука пшеничная для панировки	5	5													
масло сливочное на смазку	4	4													
масса готовых зраз		170													
молоко сгущенное с сахаром	30	30													
		•	•	или	•		•	•	•	•	•				
Сырники из творога со сгущенным молоком №358-2004			200/30	22,3	17,6	46,5	434	0,0	0,1	0,0	0,1	307,7	280,7	10,8	0,2
творог	201	200													
мука пшеничная	26	26													
яйцо куриное	6	6													
сахар	12	12													
масло растительное для смазки листа	5	5													
масса готовых сырников		200													
молоко сгущенное с сахаром	30	30													
Кисель из яблок №642-2004			200	0,1	0,1	20,1	82	1,8	0,0	0,0	0,1	8,3	9,1	0,0	0,7
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	34,2	30													
мука картофельная (крахмал)	8	8													
сахар	15	15													
ужин				39,1	31,0	75,1	735	4,8	0,6	0,2	7,2	100,6	391,5	91,3	4,6
Рыба запечённая с маслом №310-1996			120/10	28,6	23,0	3,8	337	0,8	0,2	0,1	6,7	24,0	153,2	18,0	0,3
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	184	136													
или ряпушка неразделанная	166	143													
или горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	204	143													
или горбуша неразделанная (филе с кожей без костей)	246	143													

						1		1					ı		
или треска потрошеная обезглавленная (филе с кожей без костей)	187	143													<u> </u>
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	233	143													
мука пшеничная	6	6													
масло растительное	6	6													
масло сливочное	10	10													
Картофель отварной с маслом №203-2004			200	5,2	7,0	24,2	181	3,2	0,3	0,1	0,4	54,0	116,2	40,3	1,5
картофель - 01.0931.10 25%	273	205													
01.1131.1230%	293	205													
01.01-29.02 - 35%	316	205													
01.03 - 40%	342	205													
масло сливочное	10	10													
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	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (ряженка, биопростокваша, ацидофилин, снежок, йогурт питьевой №645-1996)	207	200	200	5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
			•	или	•	•		•			•	•	•		
Молоко питьевое кипяченое 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	136	500	3737	69,2	1,9	1,2	13,2	1126	1957,6	354,4	24,2
Соотношение белков:жиров:углеводов				1	1	4									
			5	день				•							
				Эн	ергетичес	кая ценность	(ккал)								
<u>'</u>		ı	ı	<u> </u>				7	Rитам	MULI MF		I	Мицопаі	TLI ME	

Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса						DATON	FILLDI, IVII			mmopu	ioi, wii	
			порции	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК	•			29,8	32,1	92,0	776	2,0	0,3	0,6	0,8	566,5	499,2	65,0	2,4
Бутерброд с маслом №1-2004			30/15	2,4	11,1	15,0	170	0,0	0,0	0,6	0,5	9,6	24,0	4,2	0,3
хлеб пшеничный	30	30													
масло сливочное	15	15													
Каша пшенная жидкая с маслом №311-2004		•	250/5	9,0	9,1	38,3	271	0,7	0,2	0,0	0,3	186,3	226,1	57,0	1,5
крупа пшено	50	50													
сахар	5	5													
соль йодированная	1,3	1,3													
молоко питьевое	210	210													
или молоко концентрированное	97	97													
или молоко сухое	25	25													
вода кипяченая для концентрированного молока	113	113													
вода кипяченая для сухого молока	185	185													
масло сливочное	5	5													
Какао с молоком №642-1996	I		200	4,0	5,7	26,0	171	0,7	0,0	0,0	0,0	177,0	133,7	0,0	0,1
какао - порошок	5	5													
сахар	20	20													
молоко питьевое	130	130													
или молоко концентрированное	60	60													
или молоко сухое	16	16													
вода кипяченая для концентрированного молока	70	70													
вода кипяченая для сухого молока	114	114													
Продукт творожный промышленного производствадля детского г творожного продукта конкретизируется по фактическому использовыше)			100	13,5	6,0	4,0	124	0,6	0,0	0,0	0,0	190,0	98,0	0,0	0,0

Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
2 завтрак		•		4	9	65	353	11	0	0	0	18	12	0	0
Кондитерское изделие промышленного производства (зефир, мар	мелад, па	астила)	25	2,2	7,9	42,8	251	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москва			200	1,8	0,7	22,2	102	11,1	0,0	0,0	0,2	17,8	12,2	0,0	0,0
ОБЕД			•	50,5	44,1	135,4	1140,9	21,4	0,6	0,1	9,4	182,6	576,9	123,1	7,3
Салат из свежих огурцов №16-2004			100/10	1,6	10,0	8,2	129	4,9	0,0	0,0	0,1	41,3	26,9	3,7	0,6
огурцы свежие парниковые	102	100													
или огурцы свежие грунтовые	105	100													
масло растительное	10	10													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Суп с рыбными фрикадельками №142-2004			350/50	8,1	5,7	19,1	160	11,2	0,2	0,0	1,4	39,0	195,6	25,5	0,4
картофель - 01.0931.10 25%	158	119													
01.1131.1230%	170	119													
01.01-29.02 - 35%	183	119													
01.03 - 40%	199	119													
морковь до 01.0120%	17,5	14													
c 01.01 - 25%	19	14													
лук репчатый	17	14													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	4	4													
масло сливочное	7	7													
фрикадельки:															
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	65	48													
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	72	48													
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	87	48													
или треска потрошеная обезглавленная (филе без кожи и костей)	65	48													
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе без кожи и костей)	89	48													

яйцо куриное	2,5	2,5													
лук репчатый	12	10													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Рагу из птицы № 489-2004			350	29,7	26,5	18,5	431	5,1	0,1	0,1	7,4	45,5	96,3	16,4	0,3
курица потрошеная 1 категории	163	145													
или окорочок куриный	153	145													
или грудка куриная	153	145													
масса тушеной курицы (порционные кусочки)		100													
или филе куриное промышленного производства	129	124													
масса тушеного филе (мякоть)		100													
масло растительное	5	5													
картофель - 01.0931.10 25%	200	150													
01.1131.1230%	215	150													
01.01-29.02 - 35%	231	150													
01.03 - 40%	251	150													
морковь до 01.0120%	38	30													
c 01.01 - 25%	40	30													
кабачки	45	30													
или баклажаны	29	28													
лук репчатый	31	26													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	10	10													
мука пшеничная	4	4													
масло растительное	8	8													
Компот из кураги + Витамин "С" №638-2004		Į	200	0,8	0,0	25,8	106	0,2	0,0	0,0	0,5	16,0	14,1	12,8	0,4
курага	18	18													
сахар	15	15													
сахар	15	15													

			1	1	1					1					
Хлеб пшеничный	80	80	80	6,6	1,1	28,9	152	0,0	0,2	0,0	0,0	26,4	174,4	49,6	3,4
или хлеб витаминизированный			80												
Хлеб ржаной	80	80	80	3,8	0,8	35,0	162	0,0	0,1	0,0	0,0	14,4	69,6	15,2	2,2
полдник		•	•	13,9	13,1	98,7	568,3	14,2	0,2	0,3	1,2	85,4	134,3	14,9	0,6
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
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
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, Москва	200	200	200	0,6	0,4	33,0	138	4,0	0,1	0,0	0,0	40,0	54,0	0,0	0,0
ужин	•			18,3	34,8	79,9	705,4	9,9	0,3	0,0	1,1	130,2	293,2	72,9	6,3
Салат сезонный №23-2006, Москва			100	1,5	5,0	6,4	77	5,9	0,0	0,0	0,1	39,0	22,0	5,2	1,9
редис красный обрезной	50	40													
помидоры свежие грунтовые	59	50													
или помидоры свежие грунтовые	51	50													
лук зеленый	10	8													
масло растительное	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,3	1													
Сосиски, сардельки, колбаса отварные с маслом №413-2004			100/10	7,4	23,8	0,0	244	0,0	0,0	0,0	0,6	19,0	44,6	0,0	0,2
сардельки, или сосиски молочные, или колбаса вареная высшего сорта для детского питания	102	100													
масло сливочное	10	10													
Пюре картофельное №520-2004			200	4,0	5,0	25,7	164	2,9	0,1	0,0	0,4	47,6	103,5	34,6	1,2
картофель - 01.0931.10 25%	226	170													
01.1131.1230%	243	170													
01.01-29.02 - 35%	262	170													
01.03 - 40%	284	170													
молоко питьевое	32	32													
или молоко концентрированное	15	15													
или молоко сухое	4	4													

вода кипяченая для концентрированного молока	17	17													
вода кипяченая для сухого молока	28	28													
масло сливочное	7	7													
Зеленый чай с сахаром №686-2004	1	I.	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	!	<u> </u>	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		I		5,6	6,8	23,5	177,6	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (ряженка, биопростокваша, ацидофилин, снежок, йогурт питьевой №645-1996)	207	200	200	5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
		!		или	•	•					•				•
Молоко питьевое кипяченое 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	139	495	3722	60,4	1,4	1,0	12,8	1270	1649,8	305,9	16,8
Соотношение белков:жиров:углеводов				1	1	4									
			6	день	•						•				
				Эн	ергетичес	кая ценность	ь (ккал)		_						
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции						Витам	ины, мг			Минерал	ты, мг	
			-	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК		I		29,0	24,7	111,3	783,4	2,8	0,2	0,2	1,4	377,3	457,4	76,6	2,0
Бутерброд с джемом или повидлом №2-2004			30/25	2,7	0,5	39,6	173	0,8	0,0	0,0	0,6	9,6	24,4	6,9	0,5
хлеб пшеничный	30	30													
джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, консервантов и красителей)	25.4	25													
Суфле творожное с печеньем со сгущенным молоком (технико-тех карта)		ская	200/30	22,0	20,8	44,0	451	0,8	0,1	0,2	0,9	246,1	327,4	52,1	0,9
печенье песочное	40	40													
творог	146	145													
	1	1		1	1	1	l	l		l	I	1		l	

мука пшеничная	16	16													
сахар	15	15													
яйцо куриное	20	20													
сухари	8	8													
сметана	5	5													
масло сливочное	4	4													
масса готового суфле		200													
молоко сгущенное с сахаром	30	30													
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
Кофейный напиток №253-2004, Пермь		-	200	3,4	3,2	19,0	118	1,3	0,0	0,0	0,0	118,0	88,2	13,7	0,1
кофейный напиток	5,5	5,5													
сахар	15	15													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
вода кипяченая для сухого молока	88	88													
2 завтрак		•		6	7	68	357	4	0	0	0	40	54	0	0
Кондитерское изделие промышленного производства (печенье, пр сушки, баранки, и т.п.)	яники, ва	фли,	25	5,5	6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, Москва	200	200	200	0,6	0,4	33,0	138	4,0	0,1	0,0	0,0	40,0	54,0	0,0	0,0
ОБЕД		1		48,0	47,6	138,0	1172,3	55,5	0,5	0,6	7,1	185,6	603,8	132,8	9,6
Помидоры свежие №71-2006, Москва			100	0,6	0,2	4,2	21	7,4	0,0	0,0	2,3	4,1	0,0	0,9	0,3
помидоры свежие грунтовые	118	100													
или помидоры свежие парниковые	102	100													
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
							1	ı	L						

Суп "Питательный" мясом и сметаной (технико-технологическая	карта)		350/10/5	4,7	5,4	21,5	153	2,5	0,1	0,0	0,6	19,1	98,3	12,3	0,1
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
картофель - 01.0931.10 25%	112	84									•				
01.1131.1230%	120	84													
01.01-29.02 - 35%	129	84													
01.03 - 40%	140	84													
крупа кукурузная	14	14													
морковь до 01.0120%	17,5	14													
c 01.01 - 25%	18,6	14													
лук репчатый	17	14													
масло сливочное	7	7													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Курица запеченная с маслом №494-2004			100/10	20,6	26,9	0,5	327	0,8	0,0	0,0	1,3	70,2	78,3	3,5	0,7
курица потрошеная 1 категории	166	145													
или окорочок куриный	157	145													
или грудка куриная	154	145													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	5	5													
чеснок свежий	0,6	0,5													
масло растительное	3	3													
масло сливочное	10	10													
Рагу из овощей №215-1996			230	5,9	8,4	19	175	43,6	0,1	0,0	2,6	23,3	88,3	38,0	1,4
картофель - 01.0931.10 25%	51	38													
01.1131.1230%	54	38													
01.01-29.02 - 35%	59	38													

		1	1	1			1	T	1	1	1		-		
01.03 - 40%	63	38													<u></u> _
капуста белокочанная свежая	119	95													1
или кабачки	142	95]
или баклажаны	95	90]
морковь до 01.0120%	73	58]
c 01.01 - 25%	77	58]
лук репчатый	27	23													<u> </u>
масло растительное	7	7													<u> </u>
для соуса томатного (№587-2004)		70													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	12	12													1
мука пшеничная	3	3													
морковь до 01.0120%	15,0	12													1
c 01.01 - 25%	16,0	12													1
лук репчатый	2,4	2,0													· ————————————————————————————————————
масло сливочное	3	3]
Кисель из свежих ягод + Витамин С, №590-1996			200	0,1	0,0	25,2	101	1,2	0,0	0,0	0,0	5,5	6,3	2,9	0,2
клюква, или брусника, или смородина	21,2	20													1
крахмал	6	6													1
сахар	18	18													1
Хлеб пшеничный	90	90	90	7,4	1,3	32,5	171	0,0	0,2	0,0	0,0	29,7	196,2	55,8	3,8
или хлеб витаминизированный			90												
Хлеб ржаной	80	80	80	3,8	0,8	35,0	162	0,0	0,1	0,0	0,0	14,4	69,6	15,2	2,2
полдник				15,7	17,2	78,2	530	11,0	0,2	0,0	0,9	520,7	484,0	63,3	4,8
Пирог "Зебра" (технико-технологическая карта)			80	8,2	10,4	48,2	319	0,0	0,1	0,0	0,9	285,5	237,8	36,5	0,0
мука пшеничная	21	21]
сахар	30	30]
		L	L	·	1		l	1	L		L	1			

				1			1		1						
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													
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
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москва			200	1,1	0,6	18,0	82	10,0	0,0	0,0	0,0	24,0	32,0	2,4	4,6
ужин				32,1	32,2	88,4	771,4	12,9	0,3	1,0	5,9	268,4	638,6	96,2	7,0
Салат из пекинской капусты (технико - технологическая карта)			100	4,9	8,9	3,2	113	12,3	0,0	0,9	2,8	23,3	73,2	8,3	1,4
капуста пекинская (китайская)	58	40													
огурцы свежие грунтовые	21	20													
или огурцы свежие парниковые	20	20													
яйцо куриное	40	40													
масло растительное	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Мясо тушеное № 433-2004			100	18,3	15,2	4,8	229	0,2	0,1	0,1	2,3	11,1	178,3	18,3	2,1
говядина 1 категории	113	83													
или говядина полуфабрикат	98	83													
масса тушеного мяса		50													
масса соуса		50													
морковь до 01.0120%	3,8	3													
c 01.01 - 25%	4	3													
лук репчатый	4	3													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	8	8													

масло растительное	6	6													
мука пшеничная	3	3													
Каша пшеничная вязкая №302-2004			180	2,6	4,1	34,0	183	0,0	0,1	0,0	0,8	30,6	145,8	19,8	1,0
крупа пшеничная	45	45													
вода питьевая	144	144													
масло сливочное	7	7													
Чай с молоком №630-1996			200	2,1	3,2	23,2	130	0,4	0,0	0,0	0,0	186,6	136,8	21,2	0,2
чай-заварка	1,8	1,8													
сахар	20	20													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
вода кипяченая для сухого молока	88	88													
Хлеб пшеничный	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	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
сонник		-		5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (ряженка, биопростокваша, ацидофилин, снежок, йогурт питьевой №645-1996)	207	200	200	5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
		•	•	или	•		•	•					•		
Молоко питьевое кипяченое 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:		•	•	137	135	507	3792	88,0	1,3	1,8	15,3	1680	2371,8	398,8	23,6
Соотношение белков:жиров:углеводов				1	1	4									
			7	' день	•										
				Энергетическая ценность (ккал)					В.						
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Бопии г	Wunti F	Vrn r	JII WASH		витам	ины, мг			Минерал		

				DOJINA, I	when, i	2120-1	Oц, nnwi	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК		•		23,3	35,6	72,1	702	1,0	0,3	0,8	0,1	458,7	440,8	55,1	3,4
Для бутерброда:															
Масло сливочное (порциями) №96-2004	20	20	20	0,2	14,6	0,2	133	0,0	0,0	0,8	0,0	4,8	6,0	0,0	0,0
Сыр (порциями) №97-2004	26	25	25	7,3	11,3	0,0	131	0,2	0,1	0,0	0,0	270,0	145,0	0,0	0,0
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
Хлеб пшеничный	60	60	60	4,9	0,8	21,7	114	0,0	0,1	0,0	0,0	19,8	130,8	37,2	2,5
или хлеб витаминизированный		•	60												
Суп молочный с крупой №162-1996			300	9,5	8,7	25,0	216	0,8	0,0	0,0	0,1	160,3	141,6	14,1	0,3
молоко питьевое	150	150													
или молоко концентрированное	69	69													
или молоко сухое	18	18													
вода кипяченая для концентрированного молока	81	81													
вода кипяченая для сухого молока	132	132													
вода питьевая	138	138													
крупа рисовая или кукурузная	18	18													
или ячневая, или пшено	24	24													
масло сливочное	5	5													
сахар	5	5													
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													
2 завтрак				6	7	68	357	4	0	0	0	40	54	0	0
Кондитерское изделие промышленного производства (печенье, пр сушки, баранки, и т.п.)	яники, ва	фли,	25	5,5	6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, Москва	200	200	200	0,6	0,4	33,0	138	4,0	0,1	0,0	0,0	40,0	54,0	0,0	0,0
ОБЕД				50,6	44,3	141,1	1165	110	0,9	0,2	6,4	205,6	661,4	181,9	10,1

Салат из белокочанной капусты с перцем или помидором свежим (технико-		100	1,5	5,0	4,6	69	103,0	0,0	0,0	1,9	30,3	23,9	11,8	0,5
технологическая карта) перец свежий	53,2	40		<u> </u>		,		,	,	,	,	,		,	
или помидоры свежие парниковые	-	40													
		40													
или помидоры свежие грунтовые															
капуста свежая белокочанная (стертая с солью)	109	55													
масло растительное		5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Суп гороховый с гренками и мясом №139-2004		350	/20/10	8,3	5,2	32,5	210	2,9	0,2	0,0	0,9	46,0	163,5	50,7	3,0
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													<u></u>
картофель - 01.0931.10 25%	116	87													ı
01.1131.1230%	124	87													1
01.01-29.02 - 35%	134	87													1
01.03 - 40%	145	87													
горох лущёный	23	23													
лук репчатый	21	18													
морковь до 01.0120%	17,5	14													
c 01.01 - 25%	19	14													
масло сливочное	7	7													
хлеб пшеничный	37	31													
зелень свежая (петрушка, укроп)		1													
Рыба, запечённая с яйцом, с маслом №142-2004, Пермь	.,.		120/60/10	26,3	25,5	6,5	361	0,5	0,1	0,1	2,7	25,4	138,8	11,5	0,1
·	101	126	120/00/10	20,0	20,0	0,0	301	0,0	0,1	0,1	2,1	20,4	100,0	11,0	
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)		136													
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	215	143													
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	260	143													
или треска потрошеная обезглавленная (филе без кожи и костей)	194	143													

или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе без кожи и костей)	265	143													
яйцо куриное	60	60													
мука пшеничная	3	3													
масло растительное для смазки листа	4	4													
масло сливочное	10	10													
Картофель отварной с маслом №203-2004			200	5,2	7,0	24,2	181	3,2	0,3	0,1	0,4	54,0	116,2	40,3	1,5
картофель - 01.0931.10 25%	273	205													
01.1131.1230%	293	205													
01.01-29.02 - 35%	316	205													
01.03 - 40%	342	205													
масло сливочное	10	10													
Компот из сухофруктов + Витамин "С" №638-2004			200	0,8	0,0	21,8	90	0,2	0,0	0,0	0,5	16,0	14,1	12,8	0,4
сухофрукты	22	22													
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	60	60	60	2,8	0,6	26,2	122	0,0	0,0	0,0	0,0	10,8	52,2	11,4	1,7
полдник				10,9	6,0	108,0	530	15,4	0,2	0,1	1,5	48,2	82,4	10,2	1,4
Булочка с маком №772-2004			100	8,5	5,1	55,0	300	0,0	0,1	0,1	1,2	18,5	58,9	10,2	0,8
мука пшеничная	78	78													
сахар	5	5													
масло сливочное	2,4	2,4													
дрожжи прессованные	1,2	1,2													
или дрожжи сухие	0,3	0,3													
соль йодированная	1,2	1,2													
мак для отделки	1	1													

		•	•				1			•				,	
вода питьевая или молоко питьевое	37	37													
масло растительное для смазки листа	0,3	0,3													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москва			250	2,3	0,8	27,8	128	13,9	0,0	0,0	0,3	22,2	15,3	0,0	0,0
Кисель из чернослива или кураги №643-2004			200	0,1	0,1	25,2	102	1,5	0,0	0,0	0,1	7,4	8,2	0,0	0,6
чернослив или курага	20	20													
мука картофельная (крахмал)	8	8													
сахар	15	15													
ужин		•	•	26,8	28,7	88,9	722	0,9	0,3	0,0	3,2	66,4	442,2	132,6	8,9
Бефстроганов №423-2004			50/50	14,1	17,1	3,5	224	0,1	0,1	0,0	2,4	23,4	131,1	16,9	1,7
говядина 1 категории	107	79													
или говядина полуфабрикат	93	79													
мука пшеничная	4	4													
сметана	15	15													
бульон или отвар	35	35													
лук репчатый	14	12													
масло растительное	5	5													
Каша гречневая вязкая №302-2004			180	4,9	10,2	22,3	201	0,0	0,0	0,0	0,8	10,2	128,1	66,6	3,0
крупа гречневая	45	45													
вода питьевая	145	145													
масло сливочное	10	10													
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	60	60	60	4,9	0,8	21,7	114	0,0	0,1	0,0	0,0	19,8	130,8	37,2	2,5
или хлеб витаминизированный		1	60												

	1	1		1	ı	ı	1	ı	1		1				
Хлеб ржаной	60	60	60	2,8	0,6	26,2	122	0,0	0,0	0,0	0,0	10,8	52,2	11,4	1,7
сонник				5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
Молоко питьевое кипяченое 2,5 % №260-2004	210	200	200	5,5	5,6	10,0	112	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
				или			•								
Кисломолочный напиток (ряженка, биопростокваша, ацидофилин, снежок, йогурт питьевой №645-1996)	207	200	200	5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
				или											
Молоко питьевое кипяченое 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:	•	-		123	128	501	3653	133	1,7	1,1	11,1	1107	1814,8	409,8	24,1
Соотношение белков:жиров:углеводов				1	1	4									
			8	день	•										
				Эн	ергетичес	кая ценность	ь (ккал)		_						
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	-	W.		011		витам	ины, мг			Минера	лы, мг	
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК		-		22,6	30,5	104,7	783	1,3	0,3	0,7	1,1	442,1	452,5	65,3	3,2
Бутерброд с маслом №1-2004			30/15	2,4	11,1	15,0	170	0,0	0,0	0,6	0,5	9,6	24,0	4,2	0,3
хлеб пшеничный	30	30													
масло сливочное	15	15													
Каша манная молочная жидкая с изюмом и маслом (технико-техно	логическа	я карта)	250/5	12,0	12,9	40,5	326	0,6	0,1	0,1	0,7	238,7	190,2	32,5	0,6
крупа манная	38	38													
мым	6,2	6													
вода питьевая	88	88													
молоко питьевое	133	133													
или молоко концентрированное	61	61													
или молоко сухое	16	16													
вода кипяченая для концентрированного молока	72	72													
вода кипяченая для сухого молока	117	117													
Boda William Isliam Alin Syxono Monoka															

5	5													
1,3	1,3													
5	5													
		200	4,0	5,7	26,0	171	0,7	0,0	0,0	0,0	177,0	133,7	0,0	0,1
5	5													
20	20													
130	130													
60	60													
16	16													
70	70													
114	114													
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
	•	40	3,3	0,6	14,4	76	0,0	0,1	0,0	0,0	13,2	87,2	24,8	1,7
		40												
			6	7	68	357	4	0	0	0	40	54	0	0
яники, ва	фли,	25	5,5	6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
200	200	200	0,6	0,4	33,0	138	4,0	0,1	0,0	0,0	40,0	54,0	0,0	0,0
	•		35,6	37,1	171,0	1160,0	123	0,5	0,1	7,2	267,8	568,2	166,6	10,3
		100	1,0	5,1	6,4	76	20,6	0,0	0,0	2,5	120,0	15,6	20,6	0,7
42	25													
31	26													
27	26													
50	40													
53	40													
7	6													
5	5													
	5 20 130 60 16 70 114 20 яники, ва 200 42 31 27 50 53 7	1,3 1,3 5 5 20 20 130 130 60 60 16 16 70 70 114 114 20 20 AHИКИ, ВАФЛИ, 200 42 25 31 26 27 26 50 40 53 40 7 6	1,3 1,3 5 5 20 20 130 130 60 60 16 16 70 70 114 114 20 20 20 40 40 40 8 200 200 200 200 200 42 25 31 26 27 26 50 40 53 40 7 6	1,3 1,3 5 5 20 20 130 130 60 60 16 16 70 70 114 114 20 20 20 40 3,3 40 6 ВНИКИ, Вафли, 25 5,5 200 200 200 0,6 35,6 100 1,0 42 25 31 26 27 26 50 40 53 40 7 6	1,3 1,3 ————————————————————————————————————	1,3 1,4 1,4	1,3 1,3 1,3 1,3 1,1	1,3 1,4 1,4	1,3 1,3 1,3 1,3 1,3 1,3 1,3 1,3 1,3 1,3 1,3 1,3 1,3 1,3 1,0	1,3 1,3 1,3 1,3 1,0 1,0 1,0 1,0 1,0 0,0 0,0 0,0 <t< td=""><td>1,3 1,4 <td< td=""><td>1,3</td><td>1,3 1,3 1,3 1,3 1,3 1,3 1,4 1,5 1,5 1,5 1,5 1,5 1,5 1,5 1,5 1,5 1,5</td><td>1,3</td></td<></td></t<>	1,3 1,4 1,4 <td< td=""><td>1,3</td><td>1,3 1,3 1,3 1,3 1,3 1,3 1,4 1,5 1,5 1,5 1,5 1,5 1,5 1,5 1,5 1,5 1,5</td><td>1,3</td></td<>	1,3	1,3 1,3 1,3 1,3 1,3 1,3 1,4 1,5 1,5 1,5 1,5 1,5 1,5 1,5 1,5 1,5 1,5	1,3

зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Свекольник с мясом, со сметаной №34-2004, Пермь			350/10/5	5,3	7,1	17,5	155	9,2	0,1	0,0	0,4	55,5	119,7	44,5	2,5
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
свекла до 01.01 -20%	114	91													
c 01.01 - 25%	121	91													
картофель - 01.0931.10 25%	80	60													
01.1131.1230%	86	60													
01.01-29.02 - 35%	92	60													
01.03 - 40%	100	60													
морковь до 01.0120%	26,3	21													
c 01.01 - 25%	28	21													
лук репчатый	18	15													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	5	5													
масло сливочное	7	7													
сахар	1,4	1,4													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													<u> </u>
Плов по-узбекски №444-2004			300	18,5	22,4	42,5	446	0,1	0,1	0,0	2,7	30,0	225,8	47,7	2,3
говядина 1 категории	113	83													
или говядина полуфабрикат	98	83													
масса готового мяса		50													
крупа рисовая	83	83													
морковь до 01.0120%	83,8	67													_ _
c 01.01 - 25%	89	67													
лук репчатый	26	22													

масло растительное	15	15													
Отвар из плодов шиповника №705-2004		ļ	200	0,7	0,3	30,1	126	82,0	0,0	0,0	1,4	12,1	3,2	3,2	0,3
шиповник	25	25													
сахар	20	20													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москва			200	1,8	0,7	22,2	102	11,1	0,0	0,0	0,2	17,8	12,2	0,0	0,0
Хлеб пшеничный	60	60	60	4,9	0,8	21,7	114	0,0	0,1	0,0	0,0	19,8	130,8	37,2	2,5
или хлеб витаминизированный		•	60												
Хлеб ржаной	70	70	70	3,3	0,7	30,6	142	0,0	0,1	0,0	0,0	12,6	60,9	13,3	2,0
полдник				18,9	20,5	66,8	527	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
Мучное сдобное изделие промышленного производства			100	12,5	14,3	54,8	398	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	210	200	200	6,4	6,2	12,0	129	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
ужин		•		30,4	35,8	71,4	729,5	31,0	0,4	0,1	0,8	110,8	301,6	87,0	5,9
Огурцы свежие парниковые №70-2006, Москва	102	100	100	0,8	0,1	2,5	14	9,8	0,0	0,0	0,1	22,5	41,2	13,7	0,6
или огурцы свежие грунтовые	105	100													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Драники из птицы запеченные, с маслом (технико-технологическая	я карта)		100/10	22,6	25,2	3,8	332	0,0	0,1	0,0	0,4	39,9	131,8	17,5	1,2
курица потрошеная 1 категории (филе без кожи)	244	105													
или филе куриное промышленного производства	111	105													
или фарш куриный промышленного производства	105	105													
яйцо куриное	25	25													
мука пшеничная	6	6													
масло растительное	5	5													
масло сливочное	10	10													
Картофель тушеный №216-2004		•	180	2,9	9,8	25,3	201	20,1	0,2	0,0	0,3	28,9	36,0	30,8	1,8
картофель - 01.0931.10 25%	206	155													
01.1131.1230%	222	155													

01.01-29.02 - 35%	239	155													
01.03 - 40%	259	155													
морковь до 01.0120%	35,0	28													
c 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													
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	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (ряженка, биопростокваша, ацидофилин, снежок, йогурт питьевой №645-1996)	207	200	200	5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
				или											
Молоко питьевое кипяченое 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:				119	138	505	3734	162	1,3	0,8	9,2	1360	1724,5	373,2	19,7
Соотношение белков:жиров:углеводов				1	1	4									
			9	день	,										
				Эн	ергетическ	кая ценность	(ккал)		D				M		
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	_		.,		Ī	витам	ины, мг			Минерал	ты, мг	
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК		•	•	24,7	25,2	101,3	731	2,1	0,4	0,1	1,1	449,7	556,6	119,7	4,9
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
			1	1			1					1	1	1	

	0.4	00													
колбаса вареная, или полукопченая, или ветчина для детского питания	31	30													
сыр	21	20													
хлеб пшеничный	40	40													<u> </u>
Каша ячнево-пшеничная жидкая с маслом №311-2004			250/5	9,5	9,6	40,3	285	0,8	0,2	0,1	0,4	196,1	238,0	60,0	1,5
крупа ячневая	25	25													
крупа пшеничная	25	25													
молоко питьевое	210	210													<u> </u>
или молоко концентрированное	97	97													
или молоко сухое	25	25													
вода кипяченая для концентрированного молока	113	113													
вода кипяченая для сухого молока	185	185													
сахар	5	5													
соль йодированная	1,3	1,3													
масло сливочное	5	5													
Кофейный напиток №253-2004, Пермь			200	3,4	3,2	19,0	118	1,3	0,0	0,0	0,0	118,0	88,2	13,7	0,1
кофейный напиток	5,5	5,5													
сахар	15	15													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
вода кипяченая для сухого молока	88	88													
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
Хлеб пшеничный		1	50	4,1	0,7	18,1	95	0,0	0,1	0,0	0,0	16,5	109,0	31,0	2,1
или хлеб витаминизированный			50												
2 завтрак			l	4	9	65	353	11	0	0	0	18	12	0	0
•					l	l				l					

Кондитерское изделие промышленного производства (зефир, мар	мелад, па	стила)	25	2,2	7,9	42,8	251	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москва			200	1,8	0,7	22,2	102	11,1	0,0	0,0	0,2	17,8	12,2	0,0	0,0
ОБЕД				40,1	47,1	139,9	1144	41,0	0,7	1,2	4,1	146,6	572,0	160,2	10,8
Салат из свежих помидоров №19-2004			100	0,5	5,2	4,3	66	22,0	0,0	0,2	0,3	4,6	8,5	1,0	0,3
помидоры свежие парниковые	85	83													
или помидоры свежие грунтовые	98	83													
лук зеленый	19	15													
или лук репчатый	18	15													
масло растительное	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Суп картофельный с крупой и рыбными консервами №63-2001, Пер	МЬ		350/75	6,6	8,7	19,5	183	7,7	0,1	0,0	0,2	14,3	55,0	22,1	0,8
консервы рыбные в собственном соку или с добавлением масла	76	75													
картофель - 01.0931.10 25%	140	105													
01.1131.1230%	150	105													
01.01-29.02 - 35%	162	105													
01.03 - 40%	175	105													
крупа перловая	14	14													
или овсяная или рисовая	7	7													
или хлопья "Геркулес"	11	11													
морковь до 01.0120%	18	14													
c 01.01 - 25%	19	14													
лук репчатый	17	14													
масло сливочное	7	7													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Биточки из мяса с маслом сливочным №451-2004		•	100/10	16,3	23,1	4,8	292	0,1	0,3	0,0	3,1	39,1	164,3	26,6	2,6
говядина 1 категории	74													·	

или говядина полуфабрикат	87	74													
или фарш промышленного производства	74	74													
хлеб пшеничный	18	18													
молоко питьевое или вода питьевая	20	20													
яйцо куриное	4	4													
сухари	10	10													
масло растительное	6	6													
масло сливочное	10	10													
Капуста тушеная № 534-2004			230	5,8	8,1	24,7	195	11,2	0,1	0,5	0,6	45,8	84,5	41,5	1,3
капуста белокочанная свежая	331	265													
морковь до 01.0120%	7,5	6													
c 01.01 - 25%	8	6													
лук репчатый	11	9													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	14	14													
мука пшеничная	2,8	2,8													
сахар	2	2													
масло растительное	7	7													
			•	или											
Капуста цветная отварная №523-2004			230	6,3	10,9	11,0	167	38,3	0,0	0,1	0,0	191,7	49,8	34,5	1,9
капуста цветная	480	250													
или капуста цветная замороженная	294	260													
масло сливочное	15	15													
Компот из изюма + Витамин "С" №638-2004			200	0,3	0,0	23,5	95	0,0	0,0	0,5	0,0	0,5	2,5	0,0	0,1
изюм	15	15													
сахар	15	15													
Хлеб пшеничный	90	90	90	7,4	1,3	32,5	171	0,0	0,2	0,0	0,0	29,7	196,2	55,8	3,8

или хлеб витаминизированный			90												
Хлеб ржаной	70	70	70	3,3	0,7	30,6	142	0,0	0,1	0,0	0,0	12,6	60,9	13,3	2,0
полдник		I		24,5	25,7	55,7	552,1	1,9	0,0	0,0	0,2	230,8	334,8	11,1	0,4
Колобки творожные, запеченные со сгущённым молоком (технико- карта)	технолог	ическая	170/30	24,4	25,7	30,5	451	0,7	0,0	0,0	0,2	225,3	328,4	8,2	0,2
творог	146	145													
крупа манная	8	8													
яйцо куриное	26	26													
сахар	9	9													
мука пшеничная	14	14													
масло сливочное для смазки листа	8	8													
масса готовых изделий		170													
молоко сгущенное с сахаром	30	30													
Кисель из свежих ягод + Витамин С, №590-1996		•	200	0,1	0,0	25,2	101	1,2	0,0	0,0	0,0	5,5	6,3	2,9	0,2
клюква, или брусника, или смородина	21,2	20													
крахмал	6	6													
сахар	18	18													
ужин				21,5	30,7	97,4	752,0	14,3	0,2	0,7	2,5	113,1	278,3	59,1	6,2
Икра баклажанная №76-2004			100	0,9	4,6	4,1	61	6,3	0,0	0,0	1,4	24,0	45,7	14,2	0,5
баклажаны	145	138													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	11	11													
лук репчатый	13	11													
масло растительное	5	5													
Сосиски, сардельки отварные с соусом №413, 600 -2004		•	120	9,2	20,7	1,3	228	0,0	0,0	0,6	0,0	26,3	49,0	0,0	0,2
сардельки, или сосиски молочные высшего сорта для детского питания	92	90													
соус сметанный:		30													
сметана	10	10													

		,													
мука пшеничная	1,5	1,5													
вода питьевая	20	20													
масло сливочное	1,5	1,5													
Макаронные изделия отварные №516-2004			180	6,2	4,5	37,2	214	0,0	0,1	0,1	1,1	15,9	48,8	8,8	0,9
макаронные изделия	63	63													
масло сливочное	6	6													
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, Москва	200	200	200	0,4	0,0	22,1	90	8,0	0,0	0,0	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	50	50	50	2,4	0,5	21,9	101	0,0	0,0	0,0	0,0	9,0	43,5	9,5	1,4
сонник				5,6	6,8	23,5	177,6	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (ряженка, биопростокваша, ацидофилин, снежок, йогурт питьевой №645-1996)	207	200	200	5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
		•		или											
Молоко питьевое кипяченое 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:				120	144	483	3709	72,2	1,4	2,0	8,1	1246	1887,8	380,2	22,4
Соотношение белков:жиров:углеводов				1	1	4									
			1	0 ден	Ь										
				Эн	ергетичес	кая ценность	ь (ккал)		D				M		
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	_	N/		011	Ī	витам	ины, мг			Минерал	пы, мг	
				Белки, г	жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				26,6	28,8	86,7	713	1,7	0,3	1,1	1,1	513,5	549,0	75,7	5,0
Бутерброд с сыром №3-2004			30/30	7,1	13,5	16,2	215	0,2	0,0	0,5	0,5	306,0	199,5	20,7	0,5
хлеб пшеничный	30	30													
сыр	31	30													
Суп молочный с макаронными изделиями №161-1996	•	•	300	8,5	9,7	24,6	220	0,8	0,1	0,0	0,4	162,6	134,4	9,3	0,4
молоко питьевое	150	150													
T	ı														

или молоко концентрированное	69	69													
или молоко сухое	18	18													
вода кипяченая для концентрированного молока	81	81													
вода кипяченая для сухого молока	132	132													
вода питьевая	126	126													
макаронные изделия	24	24													
масло сливочное	5	5													
сахар	5	5													
Яйцо отварное №337 - 2004			40	5,0	4,6	0,3	63	0,0	0,0	0,6	0,2	19,4	66,8	4,2	0,9
Чай с лимоном №686-2004			200/5	0,1	0,0	15,2	61	0,8	0,0	0,0	0,0	2,2	0,1	0,5	0,1
чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	15	15													
номил	6	5													
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
Хлеб пшеничный	60	60	60	4,9	0,8	21,7	114	0,0	0,1	0,0	0,0	19,8	130,8	37,2	2,5
или хлеб витаминизированный			60												
2 завтрак				6	7	68	357	4	0	0	0	40	54	0	0
Кондитерское изделие промышленного производства (печенье, пр	яники, ва	фли,	25	5,5	6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
сушки, баранки, и т.п.) Сок промышленного производства для детского питания в	200	200	200	0,6	0,4	33,0	138	4,0	0,1	0,0	0,0	40,0	54,0	0,0	0,0
ассортименте №407-2006, Москва <i>ОБЕД</i>	200	200	200	49,5	46,1	139,8	1172	19,2	0,8	0,1	7,6	190,7	645,3	162,8	10,2
			400/40		-	-		-		-	-	_		-	-
Салат из свежих огурцов №16-2004		1	100/10	1,6	10,0	8,2	129	4,9	0,0	0,0	0,1	41,3	26,9	3,7	0,6
огурцы свежие парниковые	102	100													
или огурцы свежие грунтовые	105	100													
масло растительное	10	10													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Рассольник с мясом, со сметаной №130-2004			350/10/5	4,9	6,2	17,8	147	9,0	0,2	0,0	0,3	30,6	109,2	35,8	1,7

говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
картофель - 01.0931.10 25%	140	105													
01.1131.1230%	150	105													
01.01-29.02 - 35%	162	105													
01.03 - 40%	175	105													
морковь до 01.0120%	17,5	14													
c 01.01 - 25%	19	14													
лук репчатый	17	14													
огурцы солёные (без уксуса)	38	21													
масло сливочное	7	7													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Рыба запечённая с маслом №310-1996			120/10	28,6	23,0	3,8	337	0,8	0,2	0,1	6,7	24,0	153,2	18,0	0,3
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	184	136													
или ряпушка неразделанная	166	143													
или горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	204	143													
или горбуша неразделанная (филе с кожей без костей)	246	143													
или треска потрошеная обезглавленная (филе с кожей без костей)	187	143													
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	233	143													
мука пшеничная	6	6													
масло растительное	6	6													
	40	10													
масло сливочное	10	10			<u></u>										
масло сливочное Пюре картофельное №520-2004	10	10	200	4,0	5,0	25,7	164	2,9	0,1	0,0	0,4	47,6	103,5	34,6	1,2
	226	170	200	4,0	5,0	25,7	164	2,9	0,1	0,0	0,4	47,6	103,5	34,6	1,2

01.01-29.02 - 35%	262	170													
01.03 - 40%	284	170													
молоко питьевое	32	32													
или молоко концентрированное	15	15													
или молоко сухое	4	4													
вода кипяченая для концентрированного молока	17	17													
вода кипяченая для сухого молока	28	28													
масло сливочное	7	7													
Компот из свежих плодов + Витамин "С" №585-1996			200	0,2	0,0	25,6	103	1,6	0,0	0,0	0,1	6,8	4,1	3,4	0,9
яблоки свежие	45,4	40													
или груши свежие	44	40													
или слива или персик или нектарины свежие	44	40													
или абрикосы свежие	46	40													
или черешня или вишня свежие	42	40													
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	60	60	60	2,8	0,6	26,2	122	0,0	0,0	0,0	0,0	10,8	52,2	11,4	1,7
полдник				12,8	14,1	88,0	529	14,9	0,2	0,6	1,9	272,6	301,7	33,7	0,6
Коржик молочный №287-2001, Пермь			100	4,1	7,0	48,2	272	0,0	0,1	0,6	1,6	39,2	72,2	9,3	0,4
мука пшеничная	54	54													
мука пшеничная на подпыл	3	3													
сахар	28	28													
яйцо куриное	3,4	3,4													
масло сливочное	14	14													
натрий двууглекислый	0,75	0,75													

молоко питьевое	10	10													
яйцо куриное для смазки изделия		1,7													
ванилин	0,01	0,01													
масло растительное для смазки листа	0,3	0,3													
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	210	200	200	6,4	6,2	12,0	129	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москва			250	2,3	0,8	27,8	128	13,9	0,0	0,0	0,3	22,2	15,3	0,0	0,0
ужин				20,2	28,8	110,3	781	18,0	0,5	0,1	3,8	252,0	468,2	157,7	7,8
Помидоры свежие №71-2006, Москва			100	0,6	0,2	4,2	21	7,4	0,0	0,0	2,3	4,1	0,0	0,9	0,3
помидоры свежие грунтовые	118	100		-,-	-,-	-,-		,,,			_,-	-,-		-,-	-,-
или помидоры свежие парниковые		100													
зелень свежая (петрушка, укроп)		1													
Клецки с мясом (№475-2004)	.,.		120	5,3	13.9	17,1	215	10,2	0,3	0,1	0.7	22.3	29,1	22.3	0,4
говядина 1 категории	50	37		0,0	10,0	,.		.0,2	- 0,0		0,.	,		22,0	<u> </u>
или говядина полуфабрикат	44	37													
или фарш промышленного производства	37	37													
картофель - 01.0931.10 25%	164	123													
01.1131.1230%	176	123													
01.01-29.02 - 35%	189	123													
01.03 - 40%	205	123													
молоко питьевое или вода питьевая	4	4													
		2													
лук репчатый	8	8													
мука пшеничная	3														
масло сливочное	5	3													
CMETAHA	5	5	400	40	40.0	20.0	204	0.0	0.0	0.0	0.0	40.0	420.4	66.0	2.0
Каша гречневая вязкая №302-2004	45	45	180	4,9	10,2	22,3	201	0,0	0,0	0,0	0,8	10,2	128,1	66,6	3,0
крупа гречневая	45	45													

						•									
вода питьевая	145	145													
масло сливочное	10	10													
Чай с молоком №630-1996			200	2,1	3,2	23,2	130	0,4	0,0	0,0	0,0	186,6	136,8	21,2	0,2
чай-заварка	1,8	1,8													
сахар	20	20													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
Хлеб пшеничный	60	60	60	4,9	0,8	21,7	114	0,0	0,1	0,0	0,0	19,8	130,8	37,2	2,5
или хлеб витаминизированный		•	60												
Хлеб ржаной	50	50	50	2,4	0,5	21,9	101	0,0	0,0	0,0	0,0	9,0	43,5	9,5	1,4
сонник	•			5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (ряженка, биопростокваша, ацидофилин, снежок, йогурт питьевой №645-1996)	207	200	200	5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
	-	•		или	1		•	•		+					
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:		•		121	131	516	3729	59,7	1,8	1,9	14,4	1557	2152,2	459,8	23,8
Соотношение белков:жиров:углеводов				1	1	4									
			1	1 ден	Ь			1							
				Эн	ергетичес	ая ценность	ь (ккал)								
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	_				1	Витам	ины, мг			Минерал	пы, мг	
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК		•		19,7	19,6	122,4	745	3,0	0,3	0,1	0,9	407,7	424,8	64,0	3,5
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 "Янтарная" с маслом №305-2004			250/5	7,8	8,9	35,1	252	1,5	0,0	0,0	0,1	200,4	140,1	22,2	0,2
крупа пшено	50	50													
молоко питьевое	170	170													
или молоко концентрированное	78	78													
или молоко сухое	20	20													
вода кипяченая для концентрированного молока	92	92													
вода кипяченая для сухого молока	150	150													
масса каши		196													
сироп:															
сахар	6	6													
вода питьевая	30	30													
масса сиропа		36													
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	36,5	32													
масса припущенных яблок с сиропом		56													
масло сливочное	5	5													
Какао с молоком №642-1996			200	4,0	5,7	26,0	171	0,7	0,0	0,0	0,0	177,0	133,7	0,0	0,1
какао - порошок	5	5													
сахар	20	20													
молоко питьевое	130	130													
или молоко концентрированное	60	60													
или молоко сухое	16	16													
вода кипяченая для концентрированного молока	70	70													
вода кипяченая для сухого молока	114	114													
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
Хлеб пшеничный	50	50	50	4,1	0,7	18,1	95	0,0	0,1	0,0	0,0	16,5	109,0	31,0	2,1
или хлеб витаминизированный		•	50												

2 завтрак				6	7	68	357	4	0	0	0	40	54	0	0
Кондитерское изделие промышленного производства (печенье, пр сушки, баранки, и т.п.)	яники, ва	фли,	25	5,5	6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, Москва	200	200	200	0,6	0,4	33,0	138	4,0	0,1	0,0	0,0	40,0	54,0	0,0	0,0
ОБЕД		1	l	47	52	129	1173	98	1	0	6	268	703	193	11
Салат венгерский (технико-технологическая карта)			100	0,9	5,0	6,7	75	46,9	0,0	0,0	2,9	25,6	44,3	8,3	1,6
морковь до 01.0120%	44	35													
c 01.01 - 25%	47	35													
перец свежий	20	15													
помидоры свежие грунтовые	47	40													
или помидоры свежие парниковые	41	40													
лук репчатый	6	5													
лимон для сока	12	5													
сахар	0,5	0,5													
масло растительное	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и сметаной №124-20	04		350/10/5	5,9	6,4	12,0	129	18,7	0,1	0,0	0,3	54,6	91,7	30,6	1,5
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
капуста белокочанная свежая	93	74													
картофель - 01.0931.10 25%	56	42													
01.1131.1230%	60	42													
01.01-29.02 - 35%	65	42													
01.03 - 40%	70	42													
морковь до 01.0120%	17,5	14													
c 01.01 - 25%	19	14													
лук репчатый	17	14													

		1				l			1				1		
масло сливочное	7	7													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Курица запеченная с маслом №494-2004			100/10	21,0	27,0	0,0	327	0,2	0,0	0,0	1,8	74,4	82,6	3,7	0,5
курица потрошеная 1 категории	166	145													
или окорочок куриный	157	145													
или грудка куриная	154	145													
сметана	5	5													
масло растительное	3	3													
масло сливочное	10	10													
Кабачки припущенные №524-2004			230	5,9	11,5	8,9	163	32,1	0,2	0,1	0,5	48,3	174,2	58,3	0,2
кабачки	417	280													
масло сливочное	15	15													
мука пшеничная	4	4													
				или											
Овощи припущенные №524-2004			230	6,3	11,8	16,9	199	13,4	0,3	0,1	0,6	51,5	177,4	69,6	1,9
картофель - 01.0931.10 25%	120	90													
01.1131.1230%	129	90													
01.01-29.02 - 35%	139	90													
01.03 - 40%	150	90													
горошек зеленый консервированный	92	60													
морковь до 01.0120%	81	65													
c 01.01 - 25%	86	65													
лук репчатый	36	30													
масло сливочное	15	15													
мука пшеничная	4	4													
			ı	ı	1	·		1	·						

	200	0.0											
	200	0,8	0,0	25,8	106	0,2	0,0	0,0	0,5	16,0	14,1	12,8	0,4
18													
15													
100	100	8,2	1,4	36,1	190	0,0	0,2	0,0	0,0	33,0	218,0	62,0	4,2
	100												
90	90	4,2	0,9	39,3	182	0,0	0,1	0,0	0,0	16,2	78,3	17,1	2,5
		8,4	11,6	97,4	528	27,9	0,1	0,2	0,1	66,5	131,2	109,3	2,9
	100	4,5	11,3	34,0	256	1,1	0,0	0,0	0,0	38,2	52,1	4,3	0,7
58													
48													
3													
2													
18													
3,5													
1													
0,25													
0,3													
60													
20													
30													
30													
2													
10													
3,0													
0,3													
	250	3,8	0,3	43,3	191	25,0	0,1	0,2	0,0	20,0	70,0	105,0	1,5
	15 100 90 58 48 3 2 18 3,5 1 0,25 0,3 60 20 30 2 10 3,0	15 100 100 90 90 100 58 48 3 2 18 3,5 1 0,25 0,3 60 20 30 30 2 10 3,0 0,3	15	15	15	15 100 100 8,2 1,4 36,1 190 90 90 4,2 0,9 39,3 182 8,4 11,6 97,4 528 100 4,5 11,3 34,0 256 58 48 3 </td <td>15 100 100 8,2 1,4 36,1 190 0,0 90 90 4,2 0,9 39,3 182 0,0 90 90 4,2 0,9 39,3 182 20,0 100 4,5 11,6 97,4 528 27,9 100 4,5 11,3 34,0 256 1,1 58 48</td> <td>15 100 100 8,2 1,4 36,1 190 0,0 0,2 90 90 4,2 0,9 39,3 182 0,0 0,1 100 4,5 11,6 97,4 528 27,9 0,1 58 100 4,5 11,3 34,0 256 1,1 0,0 58 100 <td< td=""><td>15 100 100 8,2 1,4 36,1 190 0,0 0,2 0,0 90 90 4,2 0,9 39,3 182 0,0 0,1 0,0 8,4 11,6 97,4 528 27,9 0,1 0,2 100 4,5 11,3 34,0 256 1,1 0,0 0,0 58 48</td><td>15 100 8,2 1,4 36,1 190 0,0 0,2 0,0 0,0 90 90 4,2 0,9 39,3 182 0,0 0,1 0,0 0,0 8,4 11,6 97,4 528 27,9 0,1 0,2 0,1 100 4,5 11,3 34,0 256 1,1 0,0 0,0 0,0 58 <t< td=""><td>15</td><td> 15</td><td> 15</td></t<></td></td<></td>	15 100 100 8,2 1,4 36,1 190 0,0 90 90 4,2 0,9 39,3 182 0,0 90 90 4,2 0,9 39,3 182 20,0 100 4,5 11,6 97,4 528 27,9 100 4,5 11,3 34,0 256 1,1 58 48	15 100 100 8,2 1,4 36,1 190 0,0 0,2 90 90 4,2 0,9 39,3 182 0,0 0,1 100 4,5 11,6 97,4 528 27,9 0,1 58 100 4,5 11,3 34,0 256 1,1 0,0 58 100 <td< td=""><td>15 100 100 8,2 1,4 36,1 190 0,0 0,2 0,0 90 90 4,2 0,9 39,3 182 0,0 0,1 0,0 8,4 11,6 97,4 528 27,9 0,1 0,2 100 4,5 11,3 34,0 256 1,1 0,0 0,0 58 48</td><td>15 100 8,2 1,4 36,1 190 0,0 0,2 0,0 0,0 90 90 4,2 0,9 39,3 182 0,0 0,1 0,0 0,0 8,4 11,6 97,4 528 27,9 0,1 0,2 0,1 100 4,5 11,3 34,0 256 1,1 0,0 0,0 0,0 58 <t< td=""><td>15</td><td> 15</td><td> 15</td></t<></td></td<>	15 100 100 8,2 1,4 36,1 190 0,0 0,2 0,0 90 90 4,2 0,9 39,3 182 0,0 0,1 0,0 8,4 11,6 97,4 528 27,9 0,1 0,2 100 4,5 11,3 34,0 256 1,1 0,0 0,0 58 48	15 100 8,2 1,4 36,1 190 0,0 0,2 0,0 0,0 90 90 4,2 0,9 39,3 182 0,0 0,1 0,0 0,0 8,4 11,6 97,4 528 27,9 0,1 0,2 0,1 100 4,5 11,3 34,0 256 1,1 0,0 0,0 0,0 58 <t< td=""><td>15</td><td> 15</td><td> 15</td></t<>	15	15	15

Кисель из яблок №642-2004			200	0,1	0,1	20,1	82	1,8	0,0	0,0	0,1	8,3	9,1	0,0	0,7
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	34,2	30													
мука картофельная (крахмал)	8	8													
сахар	15	15													
ужин		I.		33,9	31,5	88,3	773,8	33,9	0,6	0,1	38,8	78,3	456,4	123,4	4,5
Овощи консервированные без уксуса (огурцы) №101-2001	182	100	100	0,6	0,2	2,2	14	14,7	0,0	0,0	0,4	8,2	15,3	11,8	0,5
Говядина духовая "Летняя"(технико-технологическая карта)			350	27,1	30,1	30,5	501	11,3	0,4	0,1	38,3	42,2	321,9	78,5	0,9
говядина 1 категории	107	79													
или говядина полуфабрикат	93	79													
масса готового мяса		50													
картофель - 01.0931.10 25%	299	225													
01.1131.1230%	322	225													
01.01-29.02 - 35%	347	225													
01.03 - 40%	376	225													
масло растительное	16	16													
лук репчатый	15	13													
морковь до 01.0120%	50	40													
c 01.01 - 25%	53	40													
помидоры свежие грунтовые	31	26													
или помидоры свежие парниковые	27	26													
мука пшеничная	3	3													
зелень свежая (петрушка, укроп)	7	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													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москва		•	150	1,4	0,4	12,2	57	6,8	0,0	0,1	0,1	5,1	4,8	2,0	0,5

Хлеб пшеничный	40	40	40	3,3	0,6	14,4	76	0,0	0,1	0,0	0,0	13,2	87,2	24,8	1,7
или хлеб витаминизированный	•	•	40												
Хлеб ржаной	30	30	30	1,4	0,3	13,1	61	0,0	0,0	0,0	0,0	5,4	26,1	5,7	0,8
сонник			l .	5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (ряженка, биопростокваша, ацидофилин, снежок, йогурт питьевой №645-1996)	207	200	200	5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
				или											
Молоко питьевое кипяченое 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:		•		121	129	528	3754	169	1,8	0,5	45,7	1149	1903,6	519,5	22,1
Соотношение белков:жиров:углеводов				1	1	4									
			1	2 ден	IЬ										
				Эн	ергетичес	кая ценності	ь (ккал)								
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г		Масса порции						Витам	іины, мг			Минерал	ты, мг	
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК		+	•	24,0	32,4	83,5	722	1,4	0,2	0,0	0,6	437,3	481,5	70,9	2,8
Бутерброд горячий с сыром №10-2004			50	4,4	11,0	13,1	169	0,0	0,0	0,0	0,5	78,5	62,5	7,5	0,4
масло сливочное	5	5													
сыр	16	15													
хлеб пшеничный	30	30													
Суп молочный с крупой №162-1996	•	1	300	9,5	8,7	25,0	216	0,8	0,0	0,0	0,1	160,3	141,6	14,1	0,3
молоко питьевое	150	150													
или молоко концентрированное	69	69													
или молоко сухое	18	18													
вода кипяченая для концентрированного молока	81	81													
вода кипяченая для сухого молока	132	132													
вода питьевая	138	138													
крупа рисовая, или манная, или кукурузная	18	18													
	1	1	1	1	1	1	1	l	l	1	1	1			

24	24													
5	5													
5	5													
ния	1	100	5,8	12,0	5,0	151	0,6	0,0	0,0	0,0	183,0	186,0	25,0	0,0
		200	0,4	0,0	16,5	68	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0	0,0	0,0
1,8	1,8													
15	15													
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
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
	•	30												
		•	6	7	68	357	4	0	0	0	40	54	0	0
яники, ва	фли,	25	5,5	6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
200	200	200	0,6	0,4	33,0	138	4,0	0,1	0,0	0,0	40,0	54,0	0,0	0,0
,	•		47,2	39,2	154,0	1157,6	139	0,8	0,1	3,7	251,8	799,9	210,1	13,3
102	100	100	0,8	0,1	2,5	14	9,8	0,0	0,0	0,1	22,5	41,2	13,7	0,6
105	100													
1,4	1													
		350/50	14,2	12,5	23,1	262	5,5	0,2	0,0	1,5	31,2	192,4	45,7	1,5
81	60													
90	60													
109	60													
82	60													
111	60													
186	140													
200	140													
216	440													
	5 5 1,8 1,8 15 30 30 яники, ва 200 102 105 1,4 81 90 109 82 111 186 200	5 5 5 5 1,8 1,8 15 15 30 30 30 30 30 30 30 30 102 100 105 100 1,4 1 81 60 90 60 82 60 111 60 186 140 200 140	5 5 5 5 зия 100 200 200 1,8 1,8 15 15 30 30 </td <td>5 5 5 5 100 5,8 200 0,4 1,8 1,8 15 15 30 30 30 30 30 30 30 30 2,5 30 30 2,5 47,2 25 5,5 200 200 200 0,6 47,2 102 100 100 0,8 105 100 100 0,8 104 1 350/50 14,2 81 60 60 90 60 82 60 111 60 111 60 140 140 200 140 140 140</td> <td>5 5 5 5 100 5,8 12,0 200 0,4 0,0 1,8 1,8 15 15 30 30 30 1,4 0,3 30 30 30 2,5 0,4 10 30 30 2,5 0,4 10 25 5,5 6,5 200 200 200 0,6 0,4 47,2 39,2 102 100 100 0,8 0,1 105 100 14,2 12,5 81 60 14,2 12,5 81 60 109 60 14,2 12,5 <t< td=""><td>5 5 5 5 100 5,8 12,0 5,0 200 0,4 0,0 16,5 1,8 1,8 15 15 30 30 30 2,5 0,4 10,8 30 30 30 2,5 0,4 10,8 100 200 200 0,6 0,4 33,0 102 100 200 0,6 0,4 33,0 102 100 100 0,8 0,1 2,5 105 100 100 0,8 0,1 2,5 105 100 14,2 12,5 23,1 81 60 90 60 109 60 186 140 186 140 </td><td>5 5 5 100 5,8 12,0 5,0 151 100 5,8 12,0 5,0 151 200 0,4 0,0 16,5 68 1,8 1,8 30 30 30 1,4 0,3 13,1 61 30 30 30 2,5 0,4 10,8 57 30 30 30 2,5 0,4 10,8 57 30 30 2,5 6,5 34,5 219 200 200 200 0,6 0,4 33,0 138 47,2 39,2 154,0 1157,6 102 100 100 0,8 0,1 2,5 14 105 100 100 0,8 0,1 2,5 14 105 100 14,2 12,5 23,1 262 81 60 90 60 </td><td>5 5 5 5 </td><td>5 5 5 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0</td><td>5 5 5 100 5,8 12,0 5,0 151 0,6 0,0</td><td>5 5 5 100 5,0 151 0,6 0,0</td><td>6 5 5 100 5,8 12,0 5,0 151 0,6 0,0 0,0 0,0 183,0 мия 100 5,8 12,0 5,0 151 0,6 0,0 0,0 0,0 0,0 0,2 1,8 1,8 1,8 1 <t< td=""><td>5 5 5 100 5,8 12,0 5,0 151 0,6 0,0 0,0 0,0 183,0 186,0 мия 100 5,8 12,0 5,0 151 0,6 0,0 0,0 0,0 0,2 0,0 1,8 1,8 —</td><td> S S S S S S S S S S</td></t<></td></t<></td>	5 5 5 5 100 5,8 200 0,4 1,8 1,8 15 15 30 30 30 30 30 30 30 30 2,5 30 30 2,5 47,2 25 5,5 200 200 200 0,6 47,2 102 100 100 0,8 105 100 100 0,8 104 1 350/50 14,2 81 60 60 90 60 82 60 111 60 111 60 140 140 200 140 140 140	5 5 5 5 100 5,8 12,0 200 0,4 0,0 1,8 1,8 15 15 30 30 30 1,4 0,3 30 30 30 2,5 0,4 10 30 30 2,5 0,4 10 25 5,5 6,5 200 200 200 0,6 0,4 47,2 39,2 102 100 100 0,8 0,1 105 100 14,2 12,5 81 60 14,2 12,5 81 60 109 60 14,2 12,5 <t< td=""><td>5 5 5 5 100 5,8 12,0 5,0 200 0,4 0,0 16,5 1,8 1,8 15 15 30 30 30 2,5 0,4 10,8 30 30 30 2,5 0,4 10,8 100 200 200 0,6 0,4 33,0 102 100 200 0,6 0,4 33,0 102 100 100 0,8 0,1 2,5 105 100 100 0,8 0,1 2,5 105 100 14,2 12,5 23,1 81 60 90 60 109 60 186 140 186 140 </td><td>5 5 5 100 5,8 12,0 5,0 151 100 5,8 12,0 5,0 151 200 0,4 0,0 16,5 68 1,8 1,8 30 30 30 1,4 0,3 13,1 61 30 30 30 2,5 0,4 10,8 57 30 30 30 2,5 0,4 10,8 57 30 30 2,5 6,5 34,5 219 200 200 200 0,6 0,4 33,0 138 47,2 39,2 154,0 1157,6 102 100 100 0,8 0,1 2,5 14 105 100 100 0,8 0,1 2,5 14 105 100 14,2 12,5 23,1 262 81 60 90 60 </td><td>5 5 5 5 </td><td>5 5 5 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0</td><td>5 5 5 100 5,8 12,0 5,0 151 0,6 0,0</td><td>5 5 5 100 5,0 151 0,6 0,0</td><td>6 5 5 100 5,8 12,0 5,0 151 0,6 0,0 0,0 0,0 183,0 мия 100 5,8 12,0 5,0 151 0,6 0,0 0,0 0,0 0,0 0,2 1,8 1,8 1,8 1 <t< td=""><td>5 5 5 100 5,8 12,0 5,0 151 0,6 0,0 0,0 0,0 183,0 186,0 мия 100 5,8 12,0 5,0 151 0,6 0,0 0,0 0,0 0,2 0,0 1,8 1,8 —</td><td> S S S S S S S S S S</td></t<></td></t<>	5 5 5 5 100 5,8 12,0 5,0 200 0,4 0,0 16,5 1,8 1,8 15 15 30 30 30 2,5 0,4 10,8 30 30 30 2,5 0,4 10,8 100 200 200 0,6 0,4 33,0 102 100 200 0,6 0,4 33,0 102 100 100 0,8 0,1 2,5 105 100 100 0,8 0,1 2,5 105 100 14,2 12,5 23,1 81 60 90 60 109 60 186 140 186 140	5 5 5 100 5,8 12,0 5,0 151 100 5,8 12,0 5,0 151 200 0,4 0,0 16,5 68 1,8 1,8 30 30 30 1,4 0,3 13,1 61 30 30 30 2,5 0,4 10,8 57 30 30 30 2,5 0,4 10,8 57 30 30 2,5 6,5 34,5 219 200 200 200 0,6 0,4 33,0 138 47,2 39,2 154,0 1157,6 102 100 100 0,8 0,1 2,5 14 105 100 100 0,8 0,1 2,5 14 105 100 14,2 12,5 23,1 262 81 60 90 60	5 5 5 5	5 5 5 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	5 5 5 100 5,8 12,0 5,0 151 0,6 0,0	5 5 5 100 5,0 151 0,6 0,0	6 5 5 100 5,8 12,0 5,0 151 0,6 0,0 0,0 0,0 183,0 мия 100 5,8 12,0 5,0 151 0,6 0,0 0,0 0,0 0,0 0,2 1,8 1,8 1,8 1 <t< td=""><td>5 5 5 100 5,8 12,0 5,0 151 0,6 0,0 0,0 0,0 183,0 186,0 мия 100 5,8 12,0 5,0 151 0,6 0,0 0,0 0,0 0,2 0,0 1,8 1,8 —</td><td> S S S S S S S S S S</td></t<>	5 5 5 100 5,8 12,0 5,0 151 0,6 0,0 0,0 0,0 183,0 186,0 мия 100 5,8 12,0 5,0 151 0,6 0,0 0,0 0,0 0,2 0,0 1,8 1,8 —	S S S S S S S S S S

1	1	1				1	1							
234	140													
20	17													
30,6	30													
35	30													
7	7													
1,4	1													
•		300	18,6	23,9	18,5	364	41,6	0,2	0,0	0,7	135,0	258,3	66,5	4,0
107	79													
93	79													
	50													
36	30													
415	332													
18	18													
31	25													
30	25													
18	15													
1 10	10													
3	3													
		200	0,7	0,3	30,1	126	82,0	0,0	0,0	1,4	12,1	3,2	3,2	0,3
25	25													
20	20													
100	100	100	8,2	1,4	36,1	190	0,0	0,2	0,0	0,0	33,0	218,0	62,0	4,2
•		100												
100	100	100	4,7	1,0	43,7	203	0,0	0,1	0,0	0,0	18,0	87,0	19,0	2,8
•	•	•	12	13	97	553	14	0	0	1	62	92	15	0
		100	10,5	12,2	49,5	350	1,2	0,1	0,2	1,1	38,6	73,9	12,3	0,0
	й 20 е 30,6 е 35 е 7) 1,4 и 107 т 93 а 36 и 36 и 36 и 36 и 18 и 10 и 10 и 25 0 20 100	M 20 17 e 30,6 30 e 35 30 e 7 7 i) 1,4 1 ii 107 79 ii 36 30 ii 36 30 ii 18 18 ii 18 15 ii 10 10 ii 3 3 ii 10 10 ii 3 3	M 20 17 a 30,6 30 a 35 30 a 7 7 b 1,4 1 300 79 79 a 50 36 a 50 332 a 18 18 a 31 25 a 30 25 a 10 10 a 3 3 a 25 20 a 3 3 a 25 25 a 25 25 a 25 25 a 20 20 a 100 100	M 20 17 e 30,6 30 a 35 30 a 7 7 b 1,4 1 c 7 79 d 36 30 d 36 30 d 31 25 d 30 25 d 18 15 d 10 10 d 3 3 20 20 100 100 100 4,7 12	20	20	20	20	20	20	20	3 20 17	3 20 17	20

			I			1	1	I							
тесто															<u> </u>
мука пшеничная	61	61													
мука на подпыл	2	2													
сахар	10	10													
масло сливочное	13	13													
дрожжи прессованные	1,5	1,5													
или дрожжи сухие	0,4	0,4													
соль йодированная	0,6	0,6													
молоко питьевое	30	30													
крошка															
мука пшеничная	2	2													
масло сливочное	2	2													
масло сливочное для смазки изделия	2	2													
масло растительное для смазки листа	0,3	0,3													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москва		•	200	1,8	0,7	22,2	102	11,1	0,0	0,0	0,2	17,8	12,2	0,0	0,0
Кисель из свежих ягод + Витамин С, №590-1996			200	0,1	0,0	25,2	101	1,2	0,0	0,0	0,0	5,5	6,3	2,9	0,2
клюква, или брусника, или смородина	21,2	20													
крахмал	6	6													
сахар	18	18													
ужин				32	36	68	721	14	1	0	4	131	387	140	7
Салат из кальмаров с помидорами и луком №222-2006, Сборник ренациональных блюд	ецептур	_	100	6,2	4,9	2,5	79	11,0	0,0	0,2	0,3	22,3	6,5	45,0	0,7
или помидоры свежие парниковые	56	55													
или помидоры свежие грунтовые	65	55											_		
кальмар мороженный обезглавленный (филе с кожицей)	74	67													
или кальмар мороженный (тушка) с кожицей	95	73													
масса отварных кальмаров		35													
		•	•	•	•		•	•	•			•		•	

12,5	10													
12	10													
5	5													
1,4	1													
		100/10	16,3	23,1	4,8	292	0,1	0,3	0,0	3,1	39,1	164,3	26,6	2,6
101	74													
87	74													
74	74													
18	18													
20	20													
4	4													
10	10													
6	6													
10	10													
		200	5,2	7,0	24,2	181	3,2	0,3	0,1	0,4	54,0	116,2	40,3	1,5
273	205													
293	205													
316	205													
342	205													
10	10													
	1	200	0,1	0	15,5	62	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
1,5	1,5													
15	15													
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
	!	40												
	1	 	1	1	 		 	1	1					0,4
	12 5 1,4 101 87 74 18 20 4 10 6 10 273 293 316 342 10 1,5 15	12 10 5 5 1,4 1 101 74 87 74 74 74 18 18 20 20 4 4 10 10 6 6 10 10 273 205 293 205 316 205 342 205 10 10 1,5 1,5 15 15	12 10 5 5 1,4 1 100/10 101 74 87 74 74 74 18 18 20 20 4 4 10 10 6 6 10 10 273 205 293 205 316 205 342 205 10 10 200 200 1,5 1,5 15 15 40 40 40	12 10 5 5 1,4 1 100/10 16,3 101 74 87 74 74 74 18 18 20 20 4 4 10 10 6 6 10 10 273 205 293 205 316 205 342 205 10 10 200 0,1 1,5 1,5 15 15 40 40 40	12 10	12 10	12 10 <td< td=""><td>12 10 </td><td>12 10 </td><td>12 10 0 0</td><td>12 10 0</td><td>12</td><td> 12</td><td> 12</td></td<>	12 10	12 10	12 10 0 0	12 10 0	12	12	12

сонник				6	7	24	178	2	0	0	0	288	134	30	0
Кисломолочный напиток (ряженка, биопростокваша, ацидофилин, снежок, йогурт питьевой №645-1996)	207	200	200	5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
				или											
Молоко питьевое кипяченое 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:				127	134	493	3687	174	1,8	0,6	9,5	1210	1949,2	465,8	23,4
Соотношение белков:жиров:углеводов				1	1	4									
			1	3 ден	Ь										
				Эн	ергетичес	ая ценності	ь (ккал)		Витам	ины, мг			Минерал	TLI ME	
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		- Diriam	, mi			Шинора	151, III	
				Domin, 1	JKJ/PBI, I	7131.1	OL, Mass	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				39,9	33,5	78,5	775	2,0	0,2	0,6	0,6	363,1	501,6	42,3	2,0
Бутерброд с маслом №1-2004	T	_	30/15	2,4	11,1	15,0	170	0,0	0,0	0,6	0,5	9,6	24,0	4,2	0,3
хлеб пшеничный	30	30													
масло сливочное	15	15													
Запеканка творожная с маком со сгущённым молоком ТТК	T	_	200/30	31,5	18,7	28,5	408	0,7	0,0	0,0	0,2	225,3	328,4	8,2	0,2
мак	20	20													
вода питьевая	20	20													
сахар	15	15													
мука пшеничная	14	14													
творог	157	155													
яйцо куриное	6	6													
сухари	8	8													
сметана	6	6													
масло сливочное для смазки листа	6	6													
масса готовой запеканки		200													
молоко сгущенное с сахаром	30	30													

Кофейный напиток №253-2004, Пермь			200	3,4	3,2	19,0	118	1,3	0,0	0,0	0,0	118,0	88,2	13,7	0,1
кофейный напиток	5,5	5,5													
сахар	15	15													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
вода кипяченая для сухого молока	88	88													
Хлеб пшеничный	20	20	20	1,6	0,3	7,2	38	0,0	0,0	0,0	0,0	6,6	43,6	12,4	0,8
или хлеб витаминизированный		•	20												
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
2 завтрак		•		6	7	68	357	4	0	0	0	40	54	0	0
Кондитерское изделие промышленного производства (печенье, просушки, баранки, и т.п.)	яники, ва	фли,	25	5,5	6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, Москва	200	200	200	0,6	0,4	33,0	138	4,0	0,1	0,0	0,0	40,0	54,0	0,0	0,0
ОБЕД		•		32,7	41,4	167,9	1175	97,1	0,5	0,7	5,6	166,5	504,2	121,4	11,3
Салат "Лето" (технико-технологическая карта)			100	0,7	5,0	6,8	75	77,9	0,0	0,0	3,5	31,2	33,1	0,0	1,6
огурцы свежие парниковые	38	37													
или огурцы свежие грунтовые	39	37													
помидоры свежие парниковые	38	37													
или помидоры свежие грунтовые	44	37													
редис красный обрезной	36	25													
или перец свежий	33	25													
чеснок свежий	0,6	0,5													
сахар	0,5	0,5													
лимон для сока	5	2													
масло растительное	5	5													

зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Борщ сибирский с мясом и сметаной №111-2004			350/10/5	4,8	5,5	17,5	139	10,2	0,1	0,0	0,3	47,4	90,0	34,7	1,8
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
свекла до 01.01 -20%	70	56													
c 01.01 - 25%	74	56													
капуста белокочанная свежая	35	28													
картофель - 01.0931.10 25%	19	14													
01.1131.1230%	20	14													
01.01-29.02 - 35%	22	14													
01.03 - 40%	23	14													
фасоль	10	14													
или фасоль консервированная в собственном соку	50	30													
морковь до 01.0120%	17,5	14													
c 01.01 - 25%	19	14													
лук репчатый	17	14													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	10	10													
масло сливочное	7	7													
сахар	4	4													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Сосиски, сардельки, колбаса отварные с маслом №413-2004			100/10	7,4	23,8	0,0	244	0,0	0,0	0,0	0,6	19,0	44,6	0,0	0,2
сардельки, или сосиски молочные, или колбаса вареная высшего сорта для детского питания	102	100													
масло сливочное	10	10													
Макаронные изделия отварные №516-2004			180	6,2	4,5	37,2	214	0,0	0,1	0,1	1,1	15,9	48,8	8,8	0,9
макаронные изделия	63	63													

масло сливочное	6	6													
Компот из изюма + Витамин "С" №638-2004			200	0,3	0,0	23,5	95	0,0	0,0	0,5	0,0	0,5	2,5	0,0	0,1
изюм	15	15													
сахар	15	15													
Хлеб пшеничный	100	100	100	8,2	1,4	36,1	190	0,0	0,2	0,0	0,0	33,0	218,0	62,0	4,2
или хлеб витаминизированный			100												
Хлеб ржаной	70	70	70	3,3	0,7	30,6	142	0,0	0,1	0,0	0,0	12,6	60,9	13,3	2,0
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
полдник				14,0	16,3	81,0	526,7	5,8	0,1	0,1	0,0	263,5	280,6	31,3	0,6
Пирожок сдобный печенный с ягодным фаршем (технико-технолог	гическая і	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 3,2 % №260-2004	210	200	200	6,4	5,2	12,0	120	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
ужин				38,9	28,0	93,5	781	33,8	0,4	0,2	7,5	267,9	540,3	115,5	4,6
Рыба "Орли" (технико-технологическая карта)			120	27,1	20,2	7,4	320	0,1	0,2	0,1	6,7	30,0	189,6	21,6	0,4
горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	215	143													
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	260	143													
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе без кожи и костей)	265	143													
или треска потрошеная обезглавленная (филе без кожи и костей)	194	143													
мука пшеничная	10	10													
сметана	5	5													
масло растительное	4	4													
масса запеченной рыбы		120													
сметана	12	12													
мука пшеничная	8	8													
зелень свежая (петрушка, укроп)	0,7	0,5													
Рис припущенный с кукурузой (технико-технологическая карта)			200	4,5	3,6	31,0	174	33,3	0,0	0,2	0,8	30,9	91,9	40,3	1,1
крупа рисовая	60	60													
масло сливочное	5	5													
кукуруза консервированная	75	45													
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													

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
		40												
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
			5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
207	200	200	5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
			или											
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
	•		137	133	512	3792	145	1,3	1,7	13,7	1389	2014,7	340,5	18,6
			1	1	4									
		1	4 ден	Ь										
			Эн	ергетичесі	кая ценность	ь (ккал)		_						
Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	_					Витам	ины, мг			Минерал	пы, мг	
			Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
	•		25,2	42,1	74,6	778	2,2	0,4	0,9	0,8	748,5	683,8	100,7	3,3
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
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
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
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
		30												
		250/5	10,3	9,9	28,8	246	1,3	0,2	0,1	0,8	283,2	316,3	78,3	1,4
50	50													
84	88													
126	126													
58	58													
15	15													
	207 210 EpyTTO, r 20 26 20 30 50 84 126 58	## A 10	40 40 40 40 40 200 200 200 200 200 200 2	40 40 40 1,9 207 200 200 5,6 207 200 200 5,6 ИЛИ 210 200 200 6,4 137 1 Ден Масса порции Эн Белки, г 25,2 20 20 0,2 26 25 25 7,3 20 20 20 0,9 30 30 2,5 30 30 2,5 30 30 2,5 30 30 10,3 50 50 10,3 58 58 58	40 40 40 1,9 0,4 40 40 1,9 0,4 207 200 200 5,6 6,8 ИЛИ 210 200 200 6,4 6,2 137 133 1 1 1 14 день Верутто, г Масса порции Велки, г жиры, г 25,2 42,1 20 20 0,2 14,6 26 25 25 7,3 11,3 20 20 0,9 0,2 30 30 2,5 0,4 250/5 10,3 9,9 50 50 50 10,3 9,9 50 50 10,3 9,9 58 58 58 10,3 10,3	40 40 1,9 0,4 17,5 207 200 200 5,6 6,8 23,5 ИЛИ 210 200 200 6,4 6,2 12,0 137 133 512 14 день Знергетическая ценность Белки, г Жиры, г Угл. г 25,2 42,1 74,6 20 20 0,2 14,6 0,2 20 20 20 0,9 0,2 8,7 30 30 30 2,5 0,4 10,8 30 30 30 2,5 0,4 10,8 50 50 50 10,3 9,9 28,8 50 50 84 88 8 126 126 58 58 58 58 58 58 58	40 40 1,9 0,4 17,5 81 207 200 200 5,6 6,8 23,5 178 ИЛИ 210 200 200 6,4 6,2 12,0 129 137 133 512 3792 14 день 14 день 14 день 14 день 15 день выжная вы	40 40 40 1,9 0,4 17,5 81 0,0 5,6 6,8 23,5 178 1,8 ИЛИ 137 133 512 3792 145 14 день 14 день 3нергетическая ценность (ккал) С 25,2 42,1 74,6 778 2,2 20 20 0,2 14,6 0,2 133 0,0 25 42,1 74,6 778 2,2 20 20 0,2 14,6 0,2 133 0,0 26 25 25 7,3 11,3 0,0 131 0,2 20 20 0,9 0,2 8,7 41 0,0 30 30 30 2,5 0,4 10,8 57 0,0 30 50 10,3 9,9 28,8 246 1,3 50 50 10 10 <td>40 40 40 1,9 0,4 17,5 81 0,0 0,0 207 200 200 5,6 6,8 23,5 178 1,8 0,0 ИЛИ 210 200 200 6,4 6,2 12,0 129 1,0 0,1 137 133 512 3792 145 1,3 1 1 4</td> <td> 40 40 40 40 40 40 40 40</td> <td>40 40 40 1.9 0.4 17,5 81 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 207 200 200 5,6 6,8 23,5 178 1,8 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 1/2 178 1,8 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 1/2 178 1,8 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 1/2 178 1,8 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 1/2 178 1,8 1,8 1,8 1,8 1,8 1,8 1,8 1,8 1,8 1,</td> <td> 40 40 40 40 1,9 0,4 17,5 81 0,0 0,0 0,0 0,0 288,0 </td> <td> 40 40 40 40 1,9 0,4 17,5 81 0,0 0,0 0,0 0,0 288,0 134,0 </td> <td> A</td>	40 40 40 1,9 0,4 17,5 81 0,0 0,0 207 200 200 5,6 6,8 23,5 178 1,8 0,0 ИЛИ 210 200 200 6,4 6,2 12,0 129 1,0 0,1 137 133 512 3792 145 1,3 1 1 4	40 40 40 40 40 40 40 40	40 40 40 1.9 0.4 17,5 81 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 207 200 200 5,6 6,8 23,5 178 1,8 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 1/2 178 1,8 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 1/2 178 1,8 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 1/2 178 1,8 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 1/2 178 1,8 1,8 1,8 1,8 1,8 1,8 1,8 1,8 1,8 1,	40 40 40 40 1,9 0,4 17,5 81 0,0 0,0 0,0 0,0 288,0	40 40 40 40 1,9 0,4 17,5 81 0,0 0,0 0,0 0,0 288,0 134,0	A

вода кипяченая для концентрированного молока	68	68													
вода кипяченая для сухого молока	111	111													
сахар	5	5													
соль йодированная	1	1													
масло сливочное	5	5													
Какао с молоком №642-1996			200	4,0	5,7	26,0	171	0,7	0,0	0,0	0,0	177,0	133,7	0,0	0,1
какао - порошок	5	5													
сахар	20	20													
молоко питьевое	130	130													
или молоко концентрированное	60	60													
или молоко сухое	16	16													
вода кипяченая для концентрированного молока	70	70													
вода кипяченая для сухого молока	114	114													
2 завтрак		•	•	6	7	68	357	4	0	0	0	40	54	0	0
Кондитерское изделие промышленного производства (печенье, пр сушки, баранки, и т.п.)	яники, ва	фли,	25	5,5	6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, Москва	200	200	200	0,6	0,4	33,0	138	4,0	0,1	0,0	0,0	40,0	54,0	0,0	0,0
ОБЕД			•	39,7	45,4	151,4	1173	78,3	0,8	0,4	5,0	122,7	584,8	175,9	12,7
Салат из свежих помидоров №19-2004			100	0,5	5,2	4,3	66	22,0	0,0	0,2	0,3	4,6	8,5	1,0	0,3
помидоры свежие парниковые	85	83													
или помидоры свежие грунтовые	98	83													
лук зеленый	19	15													
или лук репчатый	18	15													
масло растительное	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Суп по-домашнему с мясопродуктами и сметаной (технико-техноло	гическая	350/	10/10/5	7,9	7,7	20,3	182	11,0	0,2	0,0	0,3	23,3	112,5	37,9	1,7
карта)				·		,			1		-				Į.
говядина 1 категории	22	16				· ·									

					1		I								
или говядина полуфабрикат	19	16													
масса отварного мяса в супе		10													
мясные деликатесы (колбаса вареная, или колбаса полукопченая, или сосиски, или сардельки для детского питания)	11	10													
масса деликатесов в супе		10													
картофель - 01.0931.10 25%	112	84													
01.1131.1230%	120	84													
01.01-29.02 - 35%	129	84													
01.03 - 40%	140	84													
лук репчатый	25	21													
морковь до 01.0120%	26	21													
c 01.01 - 25%	28	21													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	4	4													
масло сливочное	7	7													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Ёжики из говядины с рисом и маслом №174-2004, Пермь			100/10	13,2	21,9	11,2	295	0,1	0,2	0,2	1,7	17,3	83,9	18,4	1,9
говядина 1 категории	87	64													
или говядина полуфабрикат	76	64													
или фарш промышленного производства	64	64													
крупа рисовая	14	14													
вода питьевая	29	29													
масса готового рассыпчатого риса		39													
лук репчатый	36	30													
масло сливочное	5	5													
масса прогретого с маслом сливочным лука		15													
мука пшеничная	4	4													

					1										
масло растительное для смазки листа	4	4													
масло сливочное на полив	10	10													
Рагу из овощей №215-1996			230	5,9	8,4	19	175	43,6	0,1	0,0	2,6	23,3	88,3	38,0	1,4
картофель - 01.0931.10 25%	51	38													
01.1131.1230%	54	38													
01.01-29.02 - 35%	59	38													
01.03 - 40%	63	38													
капуста белокочанная свежая	119	95													
или кабачки	142	95													
или баклажаны	95	90													
морковь до 01.0120%	73	58													
c 01.01 - 25%	77	58													
лук репчатый	27	23													
масло растительное	7	7													
для соуса томатного (№587-2004)		70													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	12	12													
мука пшеничная	3	3													
морковь до 01.0120%	15,0	12													
c 01.01 - 25%	16,0	12													
лук репчатый	2,4	2,0													
масло сливочное	3	3													
Компот из свежих плодов + Витамин "С" №585-1996			200	0,2	0,0	25,6	103	1,6	0,0	0,0	0,1	6,8	4,1	3,4	0,9
яблоки свежие	45,4	40													
или груши свежие	44	40													
или слива или персик или нектарины свежие	44	40													
или абрикосы свежие	46	40													

			I			T	ı	1		1					
или черешня или вишня свежие	42	40													
сахар	20	20													
Хлеб пшеничный	100	100	100	8,2	1,4	36,1	190	0,0	0,2	0,0	0,0	33,0	218,0	62,0	4,2
или хлеб витаминизированный			100												
Хлеб ржаной	80	80	80	3,8	0,8	35,0	162	0,0	0,1	0,0	0,0	14,4	69,6	15,2	2,2
полдник				17,7	8,2	105,2	566	24,5	0,2	0,3	0,1	58,0	189,5	110,9	2,0
Кулебяка с рыбой №699; 716-1996			100	14,1	7,9	40,1	288	0,0	0,1	0,1	0,0	32,2	116,9	14,3	0,0
масса теста		60													
мука пшеничная	39	39													
мука пшеничная на подпыл	1,5	1,5													
дрожжи прессованные	1	1													
или дрожжи сухие	0,25	0,25													
сахар	2	2													
соль йодированная	0,6	0,6													
масло сливочное	1,5	1,5													
вода питьевая	15	15													
фарш рыбный		50													
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 потрошеная 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													
		•	•	•			•	•			•				

масса прогретого с маслом сливочным и мукой лука		5													
яйцо куриное для смазки изделия	1,5	1,5													
масло растительное для смазки листа	1	1													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москва		'	230	3,5	0,2	39,9	176	23,0	0,0	0,2	0,0	18,4	64,4	96,6	1,4
								1							
Кисель из чернослива или кураги №643-2004		1	200	0,1	0,1	25,2	102	1,5	0,0	0,0	0,1	7,4	8,2	0,0	0,6
чернослив или курага	20	20													
мука картофельная (крахмал)	8	8													
сахар	15	15													
ужин				34,5	34,4	86,8	795	17,5	0,4	1,0	3,6	119,8	545,6	78,5	8,5
Салат из пекинской капусты (технико - технологическая карта)			100	4,9	8,9	3,2	113	12,3	0,0	0,9	2,8	23,3	73,2	8,3	1,4
капуста пекинская (китайская)	58	40													
огурцы свежие грунтовые	21	20													
или огурцы свежие парниковые	20	20													
яйцо куриное	40	40													
масло растительное	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Курица, запечённая с картофелем в сметанном соусе (Технико-Техн карта)	ологиче	ская	300	22,1	24,2	24,2	403	4,1	0,2	0,1	0,7	63,5	297,0	22,8	3,1
курица потрошеная 1 категории	114	102													
или окорочок куриный	108	102													
или грудка куриная	108	102													
масса запеченной курицы (порционные кусочки)		70													
или филе куриное промышленного производства	90	87													
масса запеченного филе (мякоть)		70													
масло растительное	8	8													
картофель - 01.0931.10 25%	313	235													
01.1131.1230%	336	235													

362	235													
392	235													
5	5													
	50													
15	15													
2,5	2,5													
35	35													
2,5	2,5													
		200	0,2	0,0	15,9	64	1,1	0,0	0,0	0,0	4,2	1,1	0,7	0,1
1,8	1,8													
15	15													
60	60	60	4,9	0,8	21,7	114	0,0	0,1	0,0	0,0	19,8	130,8	37,2	2,5
		60												
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
			5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
207	200	200	5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
	<u>, </u>		или											
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
	•		129	144	509	3846	128	1,8	2,5	9,4	1377	2191,8	496,0	26,7
			1	1	4									
		1!	5 ден	Ь										
			Эн	ергетическ	ая ценность	(ккал)		Button	IMULI ME			Muuoro	nu we	
Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Form: -	Wurst	V	311		БИІЯМ	ипы, МІ			шинерал	ioi, Mi	
			Белки, г	жиры, г	угл. Г	эц, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
			27,2	29,7	95,5	758,1	1,5	0,3	0,1	0,9	574,6	611,7	99,9	3,1
		90	6,8	11,5	15,2	191	0.0	0,1	0,0	0,7	115,4	104,1	11,2	0,5
	392 5 15 2,5 35 2,5 1,8 15 60 50 207 210	392 235 5 5 50 15 15 2,5 2,5 35 35 2,5 2,5 1,8 1,8 15 15 60 60 50 50	392 235 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5	392 235 ————————————————————————————————————	392 235	392 235	392 235	392 235 3	392 235	392 235 3	392 235	392 236 348	392 235 36	392 235 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8

31	30													
21	20													
40	40													
		250/5	10,6	11,4	48,8	340	0,5	0,1	0,1	0,2	234,5	210,6	41,9	0,6
38	38													
5	5													
88	88													
133	133													
61	61													
16	16													
72	72													
117	117													
5	5													
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
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
		30	2,5	0,4	10,8	57	0,0	0,1	0,0	0,0	9,9	65,4	18,6	1,3
		30												
			6	7	68	357	4	0	0	0	40	54	0	0
яники, ва	фли,	25	5,5	6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
200	200	200	0,6	0,4	33,0	138	4,0	0,1	0,0	0,0	40,0	54,0	0,0	0,0
	•	•	39,1	42,4	143,3	1112	39,1	0,5	0,1	4,0	199,5	665,8	153,3	11,3
		100	0,9	5,0	4,3	66	25,6	0,0	0,0	1,9	44,1	27,1	4,2	1,6
61	42													
100	55													
	55													
5	5													
	38 5 88 133 61 16 72 117 5 210 20 яники, ва 200 61 100	21 20 40 40 38 38 5 5 88 88 133 133 61 61 16 72 72 72 117 117 5 5 210 200 20 20 яники, вафли, 200 200 61 42 100 55 55	21 20 40 40 250/5 38 38 5 5 88 88 133 133 61 61 16 16 72 72 117 117 5 5 210 200 20 20 20 30 30 яники, вафли, 25 200 200 200 200 200 201 200 200 200 200 200 200 200	21 20 40 40 38 38 5 5 88 88 133 133 61 61 16 16 72 72 117 117 5 5 210 200 20 20 20 0,9 30 2,5 30 2,5 30 2,5 30 2,5 30 2,5 30 2,5 30 2,5 30 2,5 30 2,5 200 200 0,6 39,1 100 0,9 61 42 100 0,9 61 42 100 0,9 61 55 55 55	21 20	21 20	21 20 ————————————————————————————————————	21 20	21 20 40 40 40 40 40 40 40 48,8 340 0,5 0,1 38 38 38 38 38 340 0,5 0,1 38 38 38 38 340 0,5 0,1 88 88 38 38 340 340 340 61 61 30 340 340 340 340 61 61 340 340 340 340 340 340 61 61 340	21 20 1 1 1 1 1 1 1 1 4 1 <td>21 20</td> <td>21 20 Image: Control of the control of</td> <td>21 20 Laminary Lamina</td> <td>21 20 20 10.8 10.8 10.8 10.8 10.8 10.8 10.8 10.</td>	21 20	21 20 Image: Control of the control of	21 20 Laminary Lamina	21 20 20 10.8 10.8 10.8 10.8 10.8 10.8 10.8 10.

зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Суп рыбный с картофелем №1.88а-1995, Картотека блюд лечебного	о питания	ı	350/40	7,6	8,9	13,7	165	10,6	0,1	0,0	0,3	19,9	76,5	30,7	1,1
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	66	49													
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	72	48													
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	87	48													
или треска потрошеная обезглавленная (филе без кожи и костей)	65	48													
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе без кожи и костей)	89	48													
картофель - 01.0931.10 25%	186	140													
01.1131.1230%	200	140													
01.01-29.02 - 35%	216	140													
01.03 - 40%	234	140													
лук репчатый	17	14													
масло сливочное	7	7													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Котлетки "Детские" из птицы с маслом (технико-технологическая ка	арта)		100/10	16,9	22,5	5,7	293	2,7	0,1	0,1	0,5	48,1	158,3	21,0	1,6
курица потрошеная 1 категории (мякоть без кожи)	172	74													
или филе куриное промышленного производства	78	74													
или фарш промышленного производства	74	74													
морковь до 01.0120%	16	13													
c 01.01 - 25%	17	13													
капуста свежая белокочанная	38	30													
масса припущенных овощей		40													
яйцо куриное	7	7													
сухари	7	7													
сыр	6	5													
масло растительное для смазки листа	4	4													

масло сливочное	10	10													
Каша пшеничная вязкая №302-2004			180	2,6	4,1	34,0	183	0,0	0,1	0,0	0,8	30,6	145,8	19,8	1,0
крупа пшеничная	45	45													
вода питьевая	144	144													
масло сливочное	7	7													
Компот из сухофруктов + Витамин "С" №638-2004			200	0,8	0,0	21,8	90	0,2	0,0	0,0	0,5	16,0	14,1	12,8	0,4
сухофрукты	22	22													
сахар	15	15													
Хлеб пшеничный	80	80	80	6,6	1,1	28,9	152	0,0	0,2	0,0	0,0	26,4	174,4	49,6	3,4
или хлеб витаминизированный			80												
Хлеб ржаной	80	80	80	3,8	0,8	35,0	162	0,0	0,1	0,0	0,0	14,4	69,6	15,2	2,2
полдник		!		15,0	16,9	79,4	529	12,3	0,0	0,0	0,2	23,3	18,6	2,9	0,2
Мучное пряничное изделие промышленного производства			100	13,1	16,2	32,0	326	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москва			200	1,8	0,7	22,2	102	11,1	0,0	0,0	0,2	17,8	12,2	0,0	0,0
Кисель из свежих ягод + Витамин С, №590-1996			200	0,1	0,0	25,2	101	1,2	0,0	0,0	0,0	5,5	6,3	2,9	0,2
клюква, или брусника, или смородина	21,2	20													
крахмал	6	6													
сахар	18	18													
ужин		•	•	36,8	23,5	91,3	724	12,7	0,6	0,1	3,5	119,1	509,3	112,6	6,0
Помидоры свежие №71-2006, Москва			100	0,6	0,2	4,2	21	7,4	0,0	0,0	2,3	4,1	0,0	0,9	0,3
помидоры свежие грунтовые	118	100													
или помидоры свежие парниковые	105	100													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Шницель рыбный натуральный с соусом сметанным №391,600-200	4		120/50	25,6	17,1	6,3	282	1,6	0,3	0,1	0,7	39,8	253,2	36,1	0,9
горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	155	103													
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	187	103													

					l								J	
139	103													
135	103													
10	10													
23	19													
10	10													
14	14													
8	8													
	50													
12,5	12,5													
2,5	2,5													
37,5	37,5													
2,5	2,5													
		200	4,0	5,0	25,7	164	2,9	0,1	0,0	0,4	47,6	103,5	34,6	1,2
226	170													
243	170													
262	170													
284	170													
32	32													
15	15													
4	4													
17	17													
28	28													
7	7													
		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
	4.0													
1,8	1,8													
	10 23 10 14 8 12,5 2,5 37,5 2,5 226 243 262 284 32 15 4 17 28	135 103 10 10 23 19 10 10 14 14 8 8 50 12,5 2,5 2,5 37,5 37,5 2,5 2,5 226 170 243 170 262 170 284 170 32 32 15 15 4 4 17 17 28 28	135 103 10 10 23 19 10 10 14 14 8 8 50 12,5 2,5 2,5 37,5 37,5 2,5 2,5 200 226 170 243 262 170 284 170 32 32 15 15 4 4 17 17 28 28 7 7	135 103 10 10 23 19 10 10 14 14 8 8 50 12,5 2,5 2,5 37,5 37,5 2,5 2,5 37,5 2,5 200 4,0 226 170 284 170 32 32 15 15 4 4 17 17 28 28 7 7	135 103 10 10 23 19 10 10 14 14 8 8 50 12,5 2,5 2,5 37,5 37,5 2,5 2,5 37,5 2,5 200 4,0 5,0 226 170 284 170 32 32 15 15 4 4 17 17 28 28 7 7	135 103 .	135 103 10 10 10 10 10 10 10 10 10 11 14 15 15 15 14 14 14 14 14 14 14 14 14 14 15 16 14 14 14 14 14 14 14 14 14 14 14 14 16 14 <	135 103 10 10 23 19 10 10 14 14 8 8 50 12,5 2,5 2,5 37,5 37,5 2,5 2,5 200 4,0 5,0 25,7 164 2,9 226 170 243 170 243 170 244 170 32 32 32 32 32 32 32 34 4 <td>135 103 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 11 14 <</td> <td>135 103 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 11 14 <</td> <td>135 103 <</td> <td>135</td> <td>135 103 <td>135</td></td>	135 103 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 11 14 <	135 103 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 11 14 <	135 103 <	135	135 103 <td>135</td>	135

лимон	6	5													
Хлеб пшеничный	50	50	50	4,1	0,7	18,1	95	0,0	0,1	0,0	0,0	16,5	109,0	31,0	2,1
или хлеб витаминизированный			50												
Хлеб ржаной	50	50	50	2,4	0,5	21,9	101	0,0	0,0	0,0	0,0	9,0	43,5	9,5	1,4
сонник	•	•		5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (ряженка, биопростокваша, ацидофилин, снежок, йогурт питьевой №645-1996)	207	200	200	5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
	•	-		или	•		•								
Молоко питьевое кипяченое 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:		•		130	126	500	3657	71	1,5	0,2	8,6	1245	1993,4	398,7	20,8
Соотношение белков:жиров:углеводов				1	1	4									
			10	6 ден	Ь										
				Эн	ергетическ	ая ценность	ь (ккал)								
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции						Витам	ины, мг			Минерал	ты, мг	
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК		ı		23,8	24,8	98,8	714	2,0	0,3	0,8	1,2	486,3	596,5	92,9	3,4
Бутерброд с маслом №1-2004			30/15	2,4	11,1	15,0	170	0,0	0,0	0,6	0,5	9,6	24,0	4,2	0,3
хлеб пшеничный	30	30													
масло сливочное	15	15													
Суфле творожное со сгущенным молоком №365-2004			200/30	13,8	9,8	41,6	310	0,7	0,1	0,2	0,8	341,9	379,7	46,4	0,8
Суфле творожное со сгущенным молоком №365-2004 творог	144	142	200/30	13,8	9,8	41,6	310	0,7	0,1	0,2	0,8	341,9	379,7	46,4	0,8
	144 19	142	200/30	13,8	9,8	41,6	310	0,7	0,1	0,2	0,8	341,9	379,7	46,4	0,8
творог	19		200/30	13,8	9,8	41,6	310	0,7	0,1	0,2	0,8	341,9	379,7	46,4	0,8
творог	19	19	200/30	13,8	9,8	41,6	310	0,7	0,1	0,2	0,8	341,9	379,7	46,4	0,8
творог сметана яйцо куриное	19 9 14	19	200/30	13,8	9,8	41,6	310	0,7	0,1	0,2	0,8	341,9	379,7	46,4	0,8
творог сметана яйцо куриное сахар	19 9 14 15	19 9 14	200/30	13,8	9,8	41,6	310	0,7	0,1	0,2	0,8	341,9	379,7	46,4	0,8
творог сметана яйцо куриное сахар мука пшеничная	19 9 14 15 28	19 9 14 15	200/30	13,8	9,8	41,6	310	0,7	0,1	0,2	0,8	341,9	379,7	46,4	0,8

			I	ı	l		1	l		1	1		1	
	200													
30	30													
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
		40	3,3	0,6	14,4	76	0,0	0,1	0,0	0,0	13,2	87,2	24,8	1,7
		40												
		200	3,4	3,2	19,0	118	1,3	0,0	0,0	0,0	118,0	88,2	13,7	0,1
5,5	5,5													
15	15													
100	100													
46	46													
12	12													
54	54													
88	88													
			4	9	65	353	11	0	0	0	18	12	0	0
мелад, па	стила)	25	2,2	7,9	42,8	251	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		200	1,8	0,7	22,2	102	11,1	0,0	0,0	0,2	17,8	12,2	0,0	0,0
			42,5	39,9	141,8	1096	49,6	0,6	64,6	6,9	116,6	696,6	180,1	13,9
		100	0,9	5,0	6,7	75	46,9	0,0	0,0	2,9	25,6	44,3	8,3	1,6
44	35													
47	35													
20	15													
47	40													
	40													
41	40													
6	5													
	5,5 15 100 46 12 54 88 мелад, па 44 47 20 47	30 30 20 20 5,5 5,5 15 15 100 100 46 46 12 12 54 54 88 88 мелад, пастила) 44 35 47 35 20 15 47 40	30 30 40 40 40 40 5,5 5,5 5,5 15 15 15 100 100 46 46 46 12 12 12 54 54 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88	30 30 30 20 0,9 20 20 0,9 40 3,3 40 200 3,4 5,5 5,5 5 15 15 5 100 100 46 46 46 46 46 46 46 46 46 46 46 46 46	30 30 30 20 0,9 0,2 40 3,3 0,6 40 200 3,4 3,2 5,5 5,5 5,5 15 15 15 15 100 100 46 46 46 12 12 12 54 54 54 88 88 мелад, пастила) 25 2,2 7,9 мелад, пастила) 25 2,2 7,9 42,5 39,9 44 35 47 35 20 15 47 40	30 30 20 0,9 0,2 8,7 40 3,3 0,6 14,4 40 200 3,4 3,2 19,0 5,5 5,5 5,5 5 5,5 5 5,5 5 5,5 5,5 5,5	30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 3	30 30 20 20 0,9 0,2 8,7 41 0,0 40 3,3 0,6 14,4 76 0,0 40 200 3,4 3,2 19,0 118 1,3 5,5 5,5 5,5 15 15 15 10 100 46 46 46 12 12 12 12 12 12 12 12 12 12 12 12 14 14 14 14 14 15 14 15 14 15 14 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15	30 30 30	30 30 30	30 30 30 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0	30 30 30	30 30 30 0 0,9 0,2 8,7 41 0,0 0,0 0,0 0,0 3,6 17,4	30 30 30 0 0,9 0,2 8,7 41 0,0 0,0 0,0 0,0 13,6 17,4 3,8

масло растительное	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Суп лапша домашняя с курицей №148-2004	·		350/10	7,5	8,5	18,9	182	1,0	0,1	64,5	0,8	23,3	90,7	16,5	1,1
курица потрошеная 1 категории (мякоть без кожи)	29	26													
лапша домашняя №549-2004		28													
мука пшеничная	25	25													
мука пшеничная на подпыл	1,7	1,7													
яйцо куриное	7	7													
вода питьевая	5	5													
соль йодированная	0,7	0,7													
или лапша промышленного производства	28	28													
морковь до 01.0120%	17,5	14													
c 01.01 - 25%	19	14													
лук репчатый	17	14													
масло сливочное	7	7													
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		•	180	4,9	10,2	22,3	201	0,0	0,0	0,0	0,8	10,2	128,1	66,6	3,0
крупа гречневая	45	45													
вода питьевая	145	145													

масло сливочное	10	10													
Компот из свежих ягод + Витамин С, №357-2002			200	0,1	0,0	21,6	87	1,5	0,0	0,0	0,2	3,8	2,6	3,6	0,2
клюква или брусника	26,4	25													
сахар	20	20													
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	90	90	90	4,2	0,9	39,3	182	0,0	0,1	0,0	0,0	16,2	78,3	17,1	2,5
полдник		•		13,9	13,1	98,7	568,3	14,2	0,2	0,3	1,2	85,4	134,3	14,9	0,6
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
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
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, Москва	200	200	200	0,6	0,4	33,0	138	4,0	0,1	0,0	0,0	40,0	54,0	0,0	0,0
ужин		•		37,7	39,1	65,2	763,5	13,6	0,9	0,7	5,5	154,8	621,3	154,9	10,0
Яйцо отварное №337 - 2004			40	5,0	4,6	0,3	63	0,0	0,0	0,6	0,2	19,4	66,8	4,2	0,9
Котлеты полтавские №427-1996			100	20,0	21,5	8,1	306	0,2	0,4	0,0	4,6	58,4	224,6	40,6	3,8
говядина 1 категории	155	114													
или говядина полуфабрикат	135	114													
или фарш промышленного производства	114	114													
вода или молоко питьевое	5	5													
чеснок свежий	1,3	1													
яйцо куриное	5	5													
сухари	12	12													
масло растительное для смазки листа	4	4													
Овощи припущенные №524-2004			230	6,3	11,8	16,9	199	13,4	0,3	0,1	0,6	51,5	177,4	69,6	1,9
картофель - 01.0931.10 25%	120	90													
01.1131.1230%	129	90													
01.01-29.02 - 35%	139	90													

01.03 - 40%	150	90													
горошек зеленый консервированный	92	60													
морковь до 01.0120%	81	65													
c 01.01 - 25%	86	65													
лук репчатый	36	30													
масло сливочное	15	15													
мука пшеничная	4	4													
-		ļ	ļ.	или			ļ .				ļ	Į.	ļ.		
Кабачки припущенные №524-2004			230	5,9	11,5	8,9	163	32,1	0,2	0,1	0,5	48,3	174,2	58,3	0,2
кабачки	417	280													
масло сливочное	15	15													
мука пшеничная	4	4													
Фито-чай с сахаром №627-1996		ļ	200	0,1	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	50	50	50	4,1	0,7	18,1	95	0,0	0,1	0,0	0,0	16,5	109,0	31,0	2,1
или хлеб витаминизированный			50												
Хлеб ржаной	50	50	50	2,4	0,5	21,9	101	0,0	0,0	0,0	0,0	9,0	43,5	9,5	1,4
сонник				5,6	6,8	23,5	177,6	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (ряженка, биопростокваша, ацидофилин, снежок, йогурт питьевой №645-1996)	207	200	200	5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
				или											
Молоко питьевое кипяченое 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:				128	132	493	3673	92,3	2,0	66,3	15,1	1149	2194,9	472,8	28,2
Соотношение белков:жиров:углеводов				1	1	4									
			1	7 ден	Ь										
				Эн	ергетичес	кая ценность	ь (ккал)								
<u>'</u>		ı	ı					1	Rитам	MULI MF		ı	Мицопаі	TLI MF	

Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции						Dr. i alv	MIIDI, MII			mmopa	idi, wii	
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК	<u> </u>	I.	<u> </u>	18,3	18,0	118,3	708	1,6	0,4	0,2	1,1	424,4	505,4	118,0	4,8
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)		!	250/5	9,9	10,1	41,0	295	0,5	0,2	0,1	0,3	214,1	261,2	67,4	2,2
крупа пшеничная	14	14													
крупа ячневая	14	14													
крупа кукурузная	14	14													
сахар	5	5													
соль йодированная	1	1													
вода питьевая	85	85													
молоко питьевое	120	120													
или молоко концентрированное	55	55													
или молоко сухое	14	14													
вода кипяченая для концентрированного молока	65	65													
вода кипяченая для сухого молока	106	106													
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													

I		1			1									
54	54													
88	88													
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
		30	2,5	0,4	10,8	57	0,0	0,1	0,0	0,0	9,9	65,4	18,6	1,3
		30												
		•	3	8	76	389	4	0	0	0	40	54	0	0
мелад, па	стила)	25	2,2	7,9	42,8	251	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		200	1,8	0,7	22,2	102	11,1	0,0	0,0	0,2	17,8	12,2	0,0	0,0
		l	40,1	42,9	157,7	1177,4	26,3	0,8	0,8	5,2	188,3	582,4	148,9	8,8
		100/10	1,6	10,0	8,2	129	4,9	0,0	0,0	0,1	41,3	26,9	3,7	0,6
102	100													
105	100													
10	10													
1,4	1													
		350/10	3,4	3,8	12,3	97	6,3	0,1	0,1	0,4	8,9	42,8	26,4	0,7
22	16													
19	16													
93	70													
100	70													
108	70													
117	70													
35	28													
37	28													
17	14													
39	25													
7	7													
	88 20 102 105 10 1,4 22 19 93 100 108 117 35 37 17	88 88 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20	88 88 30 20 20 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30	88 88 20 20 0,9 30 2,5 30 3 30 3 40,1 40,1 40,1 100/10 1,6 102 100 103 100 10 1,4 1 350/10 3,4 22 16 19 16 93 70 100 70 108 70 117 70 35 28 37 28 17 14 39 25	88 88 20 20 0,9 0,2 эмелад, пастила) 25 2,2 7,9 200 1,8 0,7 40,1 42,9 100 1,6 10,0 10 10 1,6 10,0 10 10 3,4 3,8 22 16 19 16 350/10 3,4 3,8 22 16 100 70	88 88 20 20 20 0,9 0,2 8,7 30 2,5 0,4 10,8 30 3 8 76 ммелад, пастила) 25 2,2 7,9 42,8 200 1,8 0,7 22,2 40,1 42,9 157,7 102 100 10 10,0 8,2 102 100 10	88 88 0.9 0,2 8,7 41 30 2,5 0,4 10,8 57 30 2,5 0,4 10,8 57 389 мелад, пастила) 25 2,2 7,9 42,8 251 40,1 42,9 157,7 1177,4 102 100 1,6 10,0 8,2 129 102 100 10	88 88 88 20 20 20 0,9 0,2 8,7 41 0,0 30 2,5 0,4 10,8 57 0,0 30 30 38 76 389 4 мелад, пастила) 25 2,2 7,9 42,8 251 0,0 200 1,8 0,7 22,2 102 11,1 40,1 42,9 157,7 1177,4 26,3 100 100 8,2 129 4,9 102 100 10 8,2 129 4,9 101 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10	88 88 88	88 88 88	88 88 88	88 88 88	88 88 88	88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88

зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Котлеты из кальмаров и рыбы с маслом №353-1996			120/10	17,5	19,5	3,5	260	0,8	0,2	0,0	4,1	24,9	137,7	13,6	0,4
кальмар мороженный обезглавленный (филе с кожицей)	80	72													
или кальмар мороженный (тушка) с кожицей	103	79													
масса отварных кальмаров		38													
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	80	59													
или горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	90	59													
или горбуша неразделанная (филе с кожей без костей)	101	59													
хлеб пшеничный	21	21													
вода или молоко питьевое	29	29													
яйцо куриное	16	16													
сухари	11	11													
масло растительное для смазки листа	5	5													
масло сливочное	10	10													
Картофель отварной с маслом №203-2004			200	5,2	7,0	24,2	181	3,2	0,3	0,1	0,4	54,0	116,2	40,3	1,5
картофель - 01.0931.10 25%	273	205													
01.1131.1230%	293	205													
01.01-29.02 - 35%	316	205													
01.03 - 40%	342	205													
масло сливочное	10	10													
Компот из изюма + Витамин "С" №638-2004			200	0,3	0,0	23,5	95	0,0	0,0	0,5	0,0	0,5	2,5	0,0	0,1
изюм	15	15													
сахар	15	15													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, Москва			200	1,8	0,7	22,2	102	11,1	0,0	0,0	0,2	17,8	12,2	0,0	0,0
Хлеб пшеничный	80	80	80	6,6	1,1	28,9	152	0,0	0,2	0,0	0,0	26,4	174,4	49,6	3,4
или хлеб витаминизированный			80												

Хлеб ржаной	80	80	80	3,8	0,8	35,0	162	0,0	0,1	0,0	0,0	14,4	69,6	15,2	2,2
полдник			•	13,1	17,0	82,5	535,4	4,1	0,2	0,5	0,0	80,8	131,4	11,7	0,8
Булочка Домашняя №769-2004			100	12,5	16,6	49,5	397	0,1	0,1	0,5	0,0	40,8	77,4	11,7	0,8
мука пшеничная	67	67													
сахар	8	8													
молоко питьевое или вода питьевая	28	28													
масло сливочное	18	18													
яйцо куриное для смазки изделия	2	2													
соль йодированная	0,6	0,6													
дрожжи прессованные	1,7	1,7													
сахар (для отделки)	3	3													
масло растительное для смазки листа	0,3	0,3													
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, Москва	200	200	200	0,6	0,4	33,0	138	4,0	0,1	0,0	0,0	40,0	54,0	0,0	0,0
ужин		•	•	32,7	37,9	70,9	755	42,2	0,4	0,0	0,7	345,6	478,3	98,9	6,8
Продукт творожный с фруктовым наполнителем для детского пит- промышленного производства (масса творожного продукта конкре фактическому использованию от 100г и выше)		ося по	100	8,5	13,0	4,0	167	0,6	0,0	0,0	0,0	190,0	98,0	0,0	0,0
Говядина, тушёная с капустой № 440-2004			300	18,6	23,9	18,5	364	41,6	0,2	0,0	0,7	135,0	258,3	66,5	4,0
говядина 1 категории	107	79													
или говядина полуфабрикат	93	79													
масса тушеного мяса		50													
лук репчатый	36	30													
капуста белокочанная свежая	415	332													
масло растительное	18	18													
морковь до 01.0120%	31	25													
c 01.01 - 25%	30	25													
лук репчатый	18	15													

томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	10	10													
мука пшеничная	3	3													
Чай с сахаром №685-2004			200	0,4	0,0	16,5	68	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0	0,0	0,0
чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	15	15													
Хлеб пшеничный	40	40	40	3,3	0,6	14,4	76	0,0	0,1	0,0	0,0	13,2	87,2	24,8	1,7
или хлеб витаминизированный			40												
Хлеб ржаной	40	40	40	1,9	0,4	17,5	81	0,0	0,0	0,0	0,0	7,2	34,8	7,6	1,1
сонник				5,6	6,8	23,5	177,6	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (ряженка, биопростокваша, ацидофилин, снежок, йогурт питьевой №645-1996)	207	200	200	5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
				или			•								
Молоко питьевое кипяченое 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:		•		113	131	529	3743	80	1,8	1,5	7,0	1367	1885,5	407,4	21,5
Соотношение белков:жиров:углеводов				1	1	5									
			18	В ден	Ь		•								
				Эн	нергетичесн	кая ценності	ь (ккал)		Buzza				Mariana		
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	F	Monte	V	211		Битам	іины, мг			Минерал	іы, мі	
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				30,3	33,4	82,1	751	5,3	0,4	0,0	2,8	294,1	533,9	86,1	5,5
Бутерброд горячий с сыром №10-2004			50	4,4	11,0	13,1	169	0,0	0,0	0,0	0,5	78,5	62,5	7,5	0,4
масло сливочное	5	5													
сыр	16	15													
хлеб пшеничный	30	30													
хлеб пшеничный Омлет натуральный с маслом №284-1996 с подгарнировкой (№244			200	17,2	18,1	9,6	270	4,4	0,1	0,0	2,2	105,4	251,0	25,9	1,7
	-2006,Moc		200	17,2	18,1	9,6	270	4,4	0,1	0,0	2,2	105,4	251,0	25,9	1,7

		,		•	•		•	•		•					
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													
помидоры свежие парниковые	31	30													
или помидоры свежие грунтовые	35	30													
или кукуруза консервированная (после термической обработки)	50	30													
Кофейный напиток на сгущенном молоке №252-2004, Пермь			200	2,4	3,2	24,6	137	0,9	0,0	0,0	0,0	85,0	63,5	9,9	0,1
кофейный напиток	5,5	5,5													
сахар	10	10													
молоко сгущенное с сахаром	28	28													
Хлеб ржаной	30	30	30	1,4	0,3	13,1	61	0,0	0,0	0,0	0,0	5,4	26,1	5,7	0,8
Хлеб пшеничный	60	60	60	4,9	0,8	21,7	114	0,0	0,1	0,0	0,0	19,8	130,8	37,2	2,5
или хлеб витаминизированный			60												
2 завтрак				6	7	68	357	4	0	0	0	40	54	0	0
Кондитерское изделие промышленного производства (печенье, пр сушки, баранки, и т.п.)	яники, ва	фли,	25	5,5	6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, Москва	200	200	200	0,6	0,4	33,0	138	4,0	0,1	0,0	0,0	40,0	54,0	0,0	0,0
ОБЕД		•		39,2	34,1	175,1	1164,2	35,4	0,6	0,5	7,1	262,8	577,0	156,6	10,9
Салат "Пестрый" (технико-технологическая карта)			100	1,0	5,1	6,4	76	20,6	0,0	0,0	2,5	120,0	15,6	20,6	0,7
кукуруза консервированная (после термической обработки)	42	25													
помидоры свежие грунтовые	31	26													
иди помидоры свежие парниковые	27	26													
морковь до 01.0120%	50	40													
		1	L	1			1			1	1				1

			1			I	1	1							
c 01.01 - 25%	53	40													
лук репчатый	7	6													<u> </u>
масло растительное	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной №129-1996			350/10/5	5,0	4,8	20,2	144	3,4	0,1	0,3	0,4	29,0	111,2	32,8	1,6
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
картофель - 01.0931.10 25%	133	100													
01.1131.1230%	143	100													
01.01-29.02 - 35%	154	100													
01.03 - 40%	167	100													
крупа (перловая, или рисовая)	7	7													
морковь до 01.0120%	17,5	14													
c 01.01 - 25%	19	14													
лук репчатый	12	10													
огурцы солёные (без уксуса)	44	24													
масло сливочное	7	7													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Бефстроганов №423-2004			100	14,1	17,1	3,5	224	0,1	0,1	0,0	2,4	23,4	131,1	16,9	1,7
говядина 1 категории	107	79													
или говядина полуфабрикат	93	79													
мука пшеничная	4	4													
сметана	15	15													
бульон или отвар	35	35													
лук репчатый	14	12													
		L	L	<u> </u>	l		l	<u> </u>	l						<u> </u>

масло растительное	5	5													
Макаронные изделия отварные №516-2004			180	6,2	4,5	37,2	214	0,0	0,1	0,1	1,1	15,9	48,8	8,8	0,9
макаронные изделия	63	63													
масло сливочное	6	6													
Компот из сухофруктов + Витамин "С" №638-2004			200	0,8	0,0	21,8	90	0,2	0,0	0,0	0,5	16,0	14,1	12,8	0,4
сухофрукты	22	22													
сахар	15	15													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москва			200	1,8	0,7	22,2	102	11,1	0,0	0,0	0,2	17,8	12,2	0,0	0,0
Хлеб пшеничный	80	80	80	6,6	1,1	28,9	152	0,0	0,2	0,0	0,0	26,4	174,4	49,6	3,4
или хлеб витаминизированный			80												
Хлеб ржаной	80	80	80	3,8	0,8	35,0	162	0,0	0,1	0,0	0,0	14,4	69,6	15,2	2,2
полдник				25,8	21,8	71,7	586	0,9	0,2	0,0	0,1	497,8	473,5	32,7	0,4
Сырники из творога со сгущенным молоком №358-2004			200/30	22,3	17,6	46,5	434	0,0	0,1	0,0	0,1	307,7	280,7	10,8	0,2
творог	201	200													
мука пшеничная	26	26													
яйцо куриное	6	6													
сахар	12	12													
масло растительное для смазки листа	5	5													
масса готовых сырников		200													
молоко сгущенное с сахаром	30	30													
Кисель молочный №651-2004			200	3,5	4,2	25,2	153	0,9	0,1	0,0	0,0	190,1	192,8	21,9	0,2
молоко питьевое	189	180													
мука картофельная (крахмал)	10	10													
сахар	15	15													
ужин				38,7	29,1	79,1	732,5	14,3	0,5	0,1	7,3	116,6	420,0	99,3	5,0
Огурцы свежие парниковые №70-2006, Москва	102	100	100	0,8	0,1	2,5	14	9,8	0,0	0,0	0,1	22,5	41,2	13,7	0,6

или огурцы свежие грунтовые	105	100													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Рыба запечённая с маслом №310-1996			120/10	28,6	23,0	3,8	337	0,8	0,2	0,1	6,7	24,0	153,2	18,0	0,3
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	184	136													
или ряпушка неразделанная	166	143													
или горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	204	143													
или горбуша неразделанная (филе с кожей без костей)	246	143													
или треска потрошеная обезглавленная (филе с кожей без костей)	187	143													
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	233	143													
мука пшеничная	6	6													
масло растительное	6	6													
масло сливочное	10	10													
Пюре картофельное №520-2004		-	200	4,0	5,0	25,7	164	2,9	0,1	0,0	0,4	47,6	103,5	34,6	1,2
картофель - 01.0931.10 25%	226	170													
01.1131.1230%	243	170													
01.01-29.02 - 35%	262	170													
01.03 - 40%	284	170													
молоко питьевое	32	32													
или молоко концентрированное	15	15													
или молоко сухое	4	4													
вода кипяченая для концентрированного молока	17	17													
вода кипяченая для сухого молока	28	28													
масло сливочное	7	7													
Чай с лимоном №686-2004		•	200/5	0,1	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													

	1		l	1			1								
лимон	6	5													
Хлеб пшеничный	40	40	40	3,3	0,6	14,4	76	0,0	0,1	0,0	0,0	13,2	87,2	24,8	1,7
или хлеб витаминизированный			40												
Хлеб ржаной	40	40	40	1,9	0,4	17,5	81	0,0	0,0	0,0	0,0	7,2	34,8	7,6	1,1
сонник	•	•		5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (ряженка, биопростокваша, ацидофилин, снежок, йогурт питьевой №645-1996)	207	200	200	5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
	-	-		или	<u> </u>		!			 		 	-	-	
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:	l	I.		146	132	499	3768	61,7	1,7	0,6	17,2	1499	2192,3	404,7	22,0
Соотношение белков:жиров:углеводов				1	1	4									
			19	9 ден	Ь										
				Эн	ергетическ	ая ценность	ь (ккал)								
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции						Витам	ины, мг			Минерал	ты, мг	
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК		ı		28,6	35,0	90,4	791	1,8	0,3	0,7	0,9	616,3	554,7	81,0	3,0
Бутерброд с маслом №1-2004															
A shaharra same mana mana			30/15	2,4	11,1	15,0	170	0,0	0,0	0,6	0,5	9,6	24,0	4,2	0,3
хлеб пшеничный	30	30	30/15	2,4	11,1	15,0	170	0,0	0,0	0,6	0,5	9,6	24,0	4,2	0,3
		30 15	30/15	2,4	11,1	15,0	170	0,0	0,0	0,6	0,5	9,6	24,0	4,2	0,3
хлеб пшеничный			30/15	2,4 8,2	11,1	15,0 41,0	170 306	0,0	0,0	0,6	0,5	9,6	24,0	74,9	2,4
хлеб пшеничный масло сливочное	15			,	,	,			,	·	•		,	·	
хлеб пшеничный масло сливочное Каша ячневая жидкая с маслом №311-2004	15	15		,	,	,			,	·	•		,	·	,
хлеб пшеничный масло сливочное Каша ячневая жидкая с маслом №311-2004 крупа ячневая	15	15		,	,	,			,	·	•		,	·	,
хлеб пшеничный масло сливочное Каша ячневая жидкая с маслом №311-2004 крупа ячневая сахар	15 50 5 85	15 50 5 85		,	,	,			,	·	•		,	·	,
хлеб пшеничный масло сливочное Каша ячневая жидкая с маслом №311-2004 крупа ячневая сахар вода питьевая молоко питьевое	15 50 5 85 126	15 50 5 85 126		,	,	,			,	·	•		,	·	
хлеб пшеничный масло сливочное Каша ячневая жидкая с маслом №311-2004 крупа ячневая сахар вода питьевая молоко питьевое или молоко концентрированное	15 50 5 85 126 58	15 50 5 85 126 58		,	,	,			,	·	•		,	·	,
хлеб пшеничный масло сливочное Каша ячневая жидкая с маслом №311-2004 крупа ячневая сахар вода питьевая молоко питьевое	15 50 5 85 126 58 15	15 50 5 85 126		,	,	,			,	·	•		,	·	,

мили молок вода кипяченая для конценара вода кипяченара кипяченый промышленного произво	вода кипяченая для сухого молока 111 масло сливочное 5 какао - порошок 5 сахар 20 молоко питьевое 130 или молоко концентрированное 60 или молоко сухое 16 ная для концентрированного молока 70)	5 5 20 130 60	200	4,0	5,7	26,0	171	0,7	0,0	0,0	0,0	177,0	133,7	0,0	0,1
или молок вода кипяченая для концен вода кипячен ый промышленного произво	какао - порошок 5 сахар 20 молоко питьевое 130 или молоко концентрированное 60 или молоко сухое 16)	5 20 130	200	4,0	5,7	26,0	171	0,7	0,0	0,0	0,0	177,0	133,7	0,0	0,1
или молок вода кипяченая для концен вода кипячен ый промышленного произво	сахар 20 молоко питьевое 130 или молоко концентрированное 60 или молоко сухое 16)	20 130	200	4,0	5,7	26,0	171	0,7	0,0	0,0	0,0	177,0	133,7	0,0	0,1
вода кипяченая для концен вода кипячен ый промышленного произво	сахар 20 молоко питьевое 130 или молоко концентрированное 60 или молоко сухое 16)	20 130													
вода кипяченая для концен вода кипячен ый промышленного произво	молоко питьевое 130 или молоко концентрированное 60 или молоко сухое 16)	130									1 1	ı	ļ		
вода кипяченая для концен вода кипячен ый промышленного произво	или молоко концентрированное 60 или молоко сухое 16															
вода кипяченая для концен вода кипячен ый промышленного произво	или молоко сухое 16	-	60													
вода кипяченый промышленного произво	,															
вода кипяченый промышленного произво	ная для концентрированного молока 70		16													
ый промышленного произво			70													
	вода кипяченая для сухого молока 114	ı	114													
,	ного производства для детского питания руется по фактическому использованию о	ию om 100г и 10			13,5	6,0	4,0	124	0,6	0,0	0,0	0,0	190,0	98,0	0,0	0,0
	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
2 за	2 завтрак				4	9	65	353	11	0	0	0	18	12	0	0
елие промышленного произі пастила)	енного производства (конфеты вафельн	ные,		25	2,2	7,9	42,8	251	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ассортименте №458-2006, г. №	 №458-2006, г. Москва			200	1,8	0,7	22,2	102	11,1	0,0	0,0	0,2	17,8	12,2	0,0	0,0
OE	ОБЕД				54,1	34,1	153,1	1136,0	30	0,7	0,2	10,8	158,3	609,6	136,5	8,7
• №71-2006, Москва	сква			100	0,6	0,2	4,2	21	7,4	0,0	0,0	2,3	4,1	0,0	0,9	0,3
помидо	помидоры свежие грунтовые 118	3	100													
или помидор	или помидоры свежие парниковые 105	5	100													
зелень све	зелень свежая (петрушка, укроп) 1,4		1													
я со сметаной №204-1997	№204-1997		350/1	10/20/5	9,1	8,1	16,5	175	7,1	0,2	0,0	1,6	43,4	217,3	28,3	0,4
	говядина 1 категории 22		16													
или го	или говядина полуфабрикат 19		16													
	масса отварного мяса		10													
1	l l		20													
помидор или помидор зелень свез я со сметаной №204-1997	помидоры свежие грунтовые 118 или помидоры свежие парниковые 105 зелень свежая (петрушка, укроп) 1,4 №204-1997 говядина 1 категории 22 или говядина полуфабрикат 19	5	100 1 350/1 16 16 10		,	,				,				,		

									,						
лук репчатый	33	28													
огурцы солёные (без уксуса)	38	21													
картофель - 01.0931.10 25%	113	85													
01.1131.1230%	122	85													
01.01-29.02 - 35%	131	85													
01.03 - 40%	142	85													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	7	7													
масло сливочное	7	7													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Жаркое из птицы №446-1996			300	29,4	23,0	15,2	385	4,4	0,1	0,1	6,3	39,0	82,6	14,0	0,3
курица потрошеная 1 категории	163	145													
или окорочок куриный	153	145													
или грудка куриная	153	145													
масса тушеной курицы (порционные кусочки)		100													
или филе куриное промышленного производства	129	124													
масса тушеного филе (мякоть)		100													
масло растительное	5	5													
картофель - 01.0931.10 25%	146	110													
01.1131.1230%	157	110													
01.01-29.02 - 35%	169	110													
01.03 - 40%	184	110													
морковь до 01.0120%	56	45													
c 01.01 - 25%	60	45													
лук репчатый	30	25													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	13	13													

Компот из мураги + Витамии **C** №653-2004 200 0,8 0,0 0,5 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0																
18 18 18 18 18 18 18 18	масло растительное	9	9													
Сахар 15 15 15	Компот из кураги + Витамин "С" №638-2004		_	200	0,8	0,0	25,8	106	0,2	0,0	0,0	0,5	16,0	14,1	12,8	0,4
Хлеб ризамни замени на порежна промышаленного производства для детского питания в дострименте № 100 года и достриженте пода и дострименте пода и дострименте пода и дострименте пода и дострименте	курага	18	18													
ми хлеб витаминизированный 100 и и и и и и и и и и и и и и и и и и	сахар	15	15													
КЛЕФ ражной 80 80 80 80 80 3,8 0,8 35,0 162 0,0 0,1 0,0 0,0 14,4 69,6 15,2 2,2 ПОДДНИК ПОПДНИК 14,4 13,2 102,8 587,8 16,5 0,2 0,3 1,2 87,1 135,9 15,6 0,8 Мучное изделие произведства 100 11,5 12,2 49,5 354 1,2 0,1 0,2 1,1 38,6 73,9 12,3 0,0 Орукты свежие в ассортименте Ne458-2006, г. Москва 250 2,3 0,6 0,4 33,0 138 4,0 0,1 0,0 0,0 4,0 54,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0	Хлеб пшеничный	100	100	100	8,2	1,4	36,1	190	0,0	0,2	0,0	0,0	33,0	218,0	62,0	4,2
ПОЛДНИК 14,4 13,2 102,8 587,8 16,5 0,2 0,3 1,2 87,1 135,9 15,6 0,8 Мучное изделие промышленного производства 100 11,5 12,2 49,5 334 1,2 0,1 0,2 1,1 38,6 73,9 12,3 0,0 Фрунты свежие в ассортименте Ne458-2006, г. Москва 250 2,3 0,6 20,3 96 11,3 0,0 0,1 0,1 8,5 8,0 3,3 0,8 Сок промышленного производства для детского питания в 200 200 0,6 0,4 33,0 138 4,0 0,1 0,0 0,0 4,0 54,0 0,0 0,0 ассортименте Ne467-2006, Москва УЖИН 33,0 35,6 85,9 79,6 74,9 0,5 9,3 4,2 83,3 588,9 93,8 12,2 Салат из пекинской капусты (технико - технологическая карта) В 100 4,9 8,9 3,2 113 12,3 0,0 0,9 2,8 23,3 73,2 8,3 1,4 капуста пекинской капусты (технико - технологическая карта) Опурцы свежие прунговые 21 20 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	или хлеб витаминизированный			100												
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 Фрукты свежкие в ассортименте №458-2006, г. Москва 250 2,3 0,6 20,3 96 11,3 0,0 0,1 0,1 8,5 8,0 3,3 0,8 Скоромышленного производства для детского питания в 200 200 0,6 0,4 33,0 138 4,0 0,1 0,0 0,0 40,0 54,0 0,0 0,0 ассортименте №407-2006, Москва УЖИН 33,0 35,6 85,9 795,6 74,9 0,5 9,3 4,2 83,3 588,9 93,8 12,2 Салат из пекинской капусты (технико-технологическая карта) капуста пекинская (китайская) 58 40 100 4,9 8,9 3,2 113 12,3 0,0 0,9 2,8 23,3 73,2 8,3 1,4 Капуста пекинсковые 20 20 100 100 100 100 100 100 100 100 1	Хлеб ржаной	80	80	80	3,8	0,8	35,0	162	0,0	0,1	0,0	0,0	14,4	69,6	15,2	2,2
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москва 250 2,3 0,6 20,3 96 11,3 0,0 0,1 0,1 8,5 8,0 3,3 0,8 Ск промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, Москва УЖИН 33,0 35,6 85,9 795,6 74,9 0,5 9,3 4,2 83,3 588,9 93,8 12,2 Салат из пекинской капусты (технико - технологическая карта) 100 4,9 8,9 3,2 113 12,3 0,0 0,9 2,8 23,3 73,2 8,3 1,4 Капуста пекинская (китайская) 58 40 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	полдник		•		14,4	13,2	102,8	587,8	16,5	0,2	0,3	1,2	87,1	135,9	15,6	0,8
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, Москва УЖИН 33,0 35,6 85,9 795,6 74,9 0,5 9,3 4,2 83,3 588,9 93,8 12,2 Салат из пекинской капусты (технико - технологическая карта) 100 4,9 8,9 3,2 113 12,3 0,0 0,9 2,8 23,3 73,2 8,3 1,4 Капуста пекинская (китайская) 58 40	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
засортименте №407-2006, Москва УЖИН З3,0 35,6 85,9 795,6 74,9 0,5 9,3 4,2 83,3 588,9 93,8 12,2 Салат из пекинской капусты (технико - технологическая карта) капуста пекинская (китайская) 58 40 огурцы свежие грунтовые 21 20	Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москва			250	2,3	0,6	20,3	96	11,3	0,0	0,1	0,1	8,5	8,0	3,3	0,8
З3,0 3,6 8,9 79,6 74,9 0,5 9,3 4,2 83,3 58,9 93,8 12,2 Салат из пекинской капусты (технико - технологическая карта)	Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, Москва	200	200	200	0,6	0,4	33,0	138	4,0	0,1	0,0	0,0	40,0	54,0	0,0	0,0
капуста пекинская (китайская) 58 40					33,0	35,6	85,9	795,6	74,9	0,5	9,3	4,2	83,3	588,9	93,8	12,2
огурцы свежие грунтовые 21 20	Салат из пекинской капусты (технико - технологическая карта)			100	4,9	8,9	3,2	113	12,3	0,0	0,9	2,8	23,3	73,2	8,3	1,4
или огурцы свежие парниковые 20 20	капуста пекинская (китайская)	58	40													
яйцо куриное 40 40 40	огурцы свежие грунтовые	21	20													
масло растительное 5 5 5	или огурцы свежие парниковые	20	20													
зелень свежая (петрушка, укроп) 1,4 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	яйцо куриное	40	40													
Печен по-деревенски (технико-технологическая карта) 100 19,0 18,5 6,9 270 33,0 0,3 8,2 0,7 9,0 314,0 18,0 6,9 Печен по-деревенски (технико-технологическая карта) 100 19,0 18,5 6,9 270 33,0 0,3 8,2 0,7 9,0 314,0 18,0 6,9 Печен по-деревенски (технико-технологическая карта) 100 19,0 18,5 6,9 270 33,0 0,3 8,2 0,7 9,0 314,0 18,0 6,9 100 19,0 18,5 6,9 270 33,0 0,3 8,2 0,7 9,0 314,0 18,0 6,9 100 19,0 19,0 18,5 6,9 270 33,0 0,3 8,2 0,7 9,0 314,0 18,0 6,9 100 19,0 19,0 18,5 6,9 270 33,0 0,3 8,2 0,7 9,0 314,0 18,0 6,9 100 19,0 19,0 18,5 6,9 270 33,0 0,3 8,2 0,7 9,0 314,0 18,0 6,9 100 19,0 19,0 18,5 6,9 270 33,0 0,3 8,2 0,7 9,0 314,0 18,0 6,9 100 19,0 19,0 18,5 6,9 270 33,0 0,3 8,2 0,7 9,0 314,0 18,0 6,9 100 19,0 19,0 18,5 6,9 270 33,0 0,3 8,2 0,7 9,0 314,0 18,0 6,9 100 19,0 19,0 18,5 6,9 270 33,0 0,3 8,2 0,7 9,0 314,0 18,0 6,9 100 19,0 19,0 18,5 6,9 270 33,0 0,3 8,2 0,7 9,0 314,0 18,0 6,9 100 19,0 19,0 18,5 6,9 270 33,0 0,3 8,2 0,7 9,0 314,0 18,0 6,9 100 19,0 19,0 19,0 19,0 19,0 19,0 19,0 1	масло растительное	5	5													
печень говяжья 150 124	зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
лук репчатый 30 25	Печен по-деревенски (технико-технологическая карта)			100	19,0	18,5	6,9	270	33,0	0,3	8,2	0,7	9,0	314,0	18,0	6,9
мука пшеничная 5 5	печень говяжья	150	124													
масло растительное 8 8 8	лук репчатый	30	25													
Рис припущенный с овощами (технико-технологическая карта) 200 3,7 7,2 28,0 192 28,5 0,0 0,2 0,7 26,4 78,6 34,4 1,0	мука пшеничная	5	5													
	масло растительное	8	8													
круда рисорад 60 60	Рис припущенный с овощами (технико-технологическая карта)			200	3,7	7,2	28,0	192	28,5	0,0	0,2	0,7	26,4	78,6	34,4	1,0
крупа риссвал ос ос регипания в при при при при при при при при при при	крупа рисовая	60	60													

10	10													
81	65													
86	65													
		200	0,2	0,0	15,9	64	1,1	0,0	0,0	0,0	4,2	1,1	0,7	0,1
1,8	1,8													
15	15													
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
		40												
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
	ı		5,6	6,8	23,5	177,6	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
207	200	200	5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
			или					I.						
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
			140	133	521	3841	137	1,7	10,3	17,3	1251	2035,3	357,0	24,9
			1	1	4									
		2	0 ден	Ь										
			Эн	ергетическ	кая ценность	(ккал)		_						
Брутто, г	Нетто, г	Масса порции						Витам	ины, мг			Минера	лы, мг	
			Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
			30,0	22,0	110,5	759,9	3,1	0,2	0,2	1,4	590,2	629,9	97,9	2,0
		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
30	30													
25.4	25													
,.						!		!	1				1	
-технолог	ическая	200/20	20.9	15.4	20.2	275	0.6	0.4	0.2	Λ Q	270.0	224.0	51 5	Λ Q
	ическая	200/30	20,8	15,4	38,2	375	0,6	0,1	0,2	0,8	279,0	321,9	51,5	0,8
	ическая 64	200/30	20,8	15,4	38,2	375	0,6	0,1	0,2	0,8	279,0	321,9	51,5	0,8
	81 86 1,8 15 40 207 210	81 65 86 65 1,8 1,8 15 15 40 40 207 200 210 200 Eppyrro, r Herro, r 30 30	81 65 86 65 1,8 1,8 15 15 40 40 40 40 40 40 207 200 210 200 200 200 Брутто, г Нетто, г Масса порции 30 30/25 30 30	81 65	81 65	81 65 86 65 1,8 1,8 15 15 40 40 </td <td>81 65 ————————————————————————————————————</td> <td>81 65 40 40 40 15,9 64 1,1 1,8 1,8 40 40 40 3,3 0,6 14,4 76 0,0 40 40 40 1,9 0,4 17,5 81 0,0 40 40 40 1,9 0,4 17,5 81 0,0 ИЛИ 207 200 200 5,6 6,8 23,5 177,6 1,8 ИЛИ 210 200 200 6,4 6,2 12,0 129 1,0 140 133 521 3841 137 20 день Знергетическая ценность (ккал) Белки, г Жиры, г Жиры, г Жиры, г Жиры, г Зи, ккал 24, ккал с 30,0 22,0 110,5 759,9 3,1 30,0 30 30,0 22,0 110,5 759,9 3,1</td> <td>81 65 300 0,2 0,0 15,9 64 1,1 0,0 1,8 1,8 3,3 0,6 14,4 76 0,0 0,1 40 40 40 3,3 0,6 14,4 76 0,0 0,1 40 40 40 1,9 0,4 17,5 81 0,0 0,0 40 40 40 1,9 0,4 17,5 81 0,0 0,0 207 200 200 5,6 6,8 23,5 177,6 1,8 0,0 ИЛИ 210 200 200 6,4 6,2 12,0 129 1,0 0,1 140 133 521 3841 137 1,7 1 1 4 1</td> <td>81 65 30 30 15,9 64 1,1 0,0 0,0 1,8 1,8 15 16 16 17 17 17</td> <td>81 65 200 0,2 0,0 15,9 64 1,1 0,0 0,0 0,0 0,0 1,1 0,0 0,</td> <td>81 65 ————————————————————————————————————</td> <td>81 65 </td> <td>81 65 65 65 65 65 65 65 65 65 65 65 65 65</td>	81 65 ————————————————————————————————————	81 65 40 40 40 15,9 64 1,1 1,8 1,8 40 40 40 3,3 0,6 14,4 76 0,0 40 40 40 1,9 0,4 17,5 81 0,0 40 40 40 1,9 0,4 17,5 81 0,0 ИЛИ 207 200 200 5,6 6,8 23,5 177,6 1,8 ИЛИ 210 200 200 6,4 6,2 12,0 129 1,0 140 133 521 3841 137 20 день Знергетическая ценность (ккал) Белки, г Жиры, г Жиры, г Жиры, г Жиры, г Зи, ккал 24, ккал с 30,0 22,0 110,5 759,9 3,1 30,0 30 30,0 22,0 110,5 759,9 3,1	81 65 300 0,2 0,0 15,9 64 1,1 0,0 1,8 1,8 3,3 0,6 14,4 76 0,0 0,1 40 40 40 3,3 0,6 14,4 76 0,0 0,1 40 40 40 1,9 0,4 17,5 81 0,0 0,0 40 40 40 1,9 0,4 17,5 81 0,0 0,0 207 200 200 5,6 6,8 23,5 177,6 1,8 0,0 ИЛИ 210 200 200 6,4 6,2 12,0 129 1,0 0,1 140 133 521 3841 137 1,7 1 1 4 1	81 65 30 30 15,9 64 1,1 0,0 0,0 1,8 1,8 15 16 16 17 17 17	81 65 200 0,2 0,0 15,9 64 1,1 0,0 0,0 0,0 0,0 1,1 0,0 0,	81 65 ————————————————————————————————————	81 65	81 65 65 65 65 65 65 65 65 65 65 65 65 65

или бананы	84	50													
творог	144	140													
мука пшеничная	16	16													
сахар	14	14													
яйцо куриное	15	15													
сухари	8	8													
сметана	6	6													
масло сливочное для смазки листа	4	4													
масса готовой запеканки		200													
молоко сгущенное с сахаром	30	30													
Йогурт молочный в индивидуальной упаковке для детского питани	ІЯ		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	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
Кофейный напиток №253-2004, Пермь			200	3,4	3,2	19,0	118	1,3	0,0	0,0	0,0	118,0	88,2	13,7	0,1
кофейный напиток	5,5	5,5													
caxap	15	15													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
вода кипяченая для сухого молока	88	88													
2 завтрак				6	7	68	357	4	0	0	0	40	54	0	0
Кондитерское изделие промышленного производства (печенье, пр	GUIANIA DO	do mu	I			00	307	7	•		-	70	- J-	U	
сушки, баранки, и т.п.)	ипики, ва	фли,	25	5,5	6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, Москва	200	200	200	0,6	0,4	33,0	138	4,0	0,1	0,0	0,0	40,0	54,0	0,0	0,0
ОБЕД		•	•	42,1	35,5	163,1	1140,3	15,2	0,5	0,1	4,7	187,3	757,8	148,0	10,5
Салат зеленый с огурцами и помидорами №15-2014			100	1,5	5,0	7,9	83	8,9	0,0	0,0	2,9	33,6	38,9	10,2	1,9
капуста пекинская (китайская)	38	26													
		1	1	1	1	1	1		l	1	1	1		1	

огурцы свежие парниковые	41	40													
или огурцы свежие грунтовые	42	40													
помидоры свежие парниковые	33	32													
или помидоры свежие грунтовые	38	32													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
масло растительное	5	5													
Суп из сборных овощей мелкошинкованных с мясом №127-2006, М	осква		350/10	4,8	4,9	21,7	150	3,8	0,1	0,0	0,6	19,2	98,5	12,3	0,1
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
кабачки свежие	58	39													
картофель - 01.0931.10 25%	52	39													
01.1131.1230%	56	39													
01.01-29.02 - 35%	60	39													
01.03 - 40%	65	39													
помидоры свежие парниковые	47	46													
или помидоры свежие грунтовые	54	46													
морковь до 01.0120%	13,8	11													
c 01.01 - 25%	15	11													
лук репчатый	13,1	11													
масло сливочное	7	7													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
"Курочка ряба" - блюдо из птицы с крупой перловой и овощами (технологическая карта	технико-	•	280	22,8	23,2	28,5	414	1,3	0,1	0,1	1,2	78,0	309,0	41,6	1,3
курица потрошеная 1 категории (мякоть без кожи)	269	116													
или филе куриное промышленного производства	122	116													
масса тушеной мякоти		80													
крупа перловая	50	50													
			•		•	•						•			

морковь до 01.0120%	39	31													
c 01.01 - 25%	41	31													
лук репчатый	23	19													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	6	6													
или помидоры свежие парниковые	13	13													
или помидоры свежие грунтовые	15	13													
масло сливочное	14	14													
Кисель из свежих ягод + Витамин С, №590-1996		•	200	0,1	0,0	25,2	101	1,2	0,0	0,0	0,0	5,5	6,3	2,9	0,2
клюква, или брусника, или смородина	21,2	20													
крахмал	6	6													
сахар	18	18													
Хлеб пшеничный	100	100	100	8,2	1,4	36,1	190	0,0	0,2	0,0	0,0	33,0	218,0	62,0	4,2
или хлеб витаминизированный			100												
Хлеб ржаной	100	100	100	4,7	1,0	43,7	203	0,0	0,1	0,0	0,0	18,0	87,0	19,0	2,8
полдник				19,6	25,3	55,5	528	11,0	0,2	0,0	0,7	449,3	424,6	54,1	4,8
Манник (Технико-Технологическая карта)			80	12,1	18,5	25,5	317	0,0	0,1	0,0	0,7	214,1	178,4	27,4	0,0
мука пшеничная	19	19													
сахар	15	15													
крупа манная	19	19													
яйцо куриное	19	19													
сметана	12	12													
двууглекислый натрий	0,8	0,8													
масло сливочное	6	6													
масло растительное для смазки листа	0,3	0,3													
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	210	200	200	6,4	6,2	12,0	129	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москва		ı	200	1,1	0,6	18,0	82	10,0	0,0	0,0	0,0	24,0	32,0	2,4	4,6
				1	1		l	1	·	1	1				

Ужин				32,2	33,3	73,6	722,6	44,9	0,5	0,7	5,5	261,2	614,4	115,8	7,5
Яйцо отварное №337 - 2004			40	5,0	4,6	0,3	63	0,0	0,0	0,6	0,2	19,4	66,8	4,2	0,9
Рагу из мяса №405-1996			350	20,4	24,6	22,6	393	44,5	0,3	0,1	5,3	36,6	297,5	59,9	3,9
говядина 1 категории	107	79													
или говядина полуфабрикат	93	79													
масса тушеного мяса		50													
масло растительное	12	12													
картофель - 01.0931.10 25%	233	175													
01.1131.1230%	250	175													
01.01-29.02 - 35%	270	175													
01.03 - 40%	292	175													
морковь до 01.0120%	63	50													
c 01.01 - 25%	67	50													
капуста белокочанная свежая	38	30													
или кабачки	45	30													
или баклажаны	32	30													
лук репчатый	36	30													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	12	12													
мука пшеничная	4	4													
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													

		1				I									
вода кипяченая для сухого молока	88	88													
Хлеб пшеничный	40	40	40	3,3	0,6	14,4	76	0,0	0,1	0,0	0,0	13,2	87,2	24,8	1,7
или хлеб витаминизированный			40												
Хлеб ржаной	30	30	30	1,4	0,3	13,1	61	0,0	0,0	0,0	0,0	5,4	26,1	5,7	0,8
сонник				5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (ряженка, биопростокваша, ацидофилин, снежок, йогурт питьевой №645-1996)	207	200	200	5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
		1		или	1					 		<u> </u>			
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:	ı	I.		136	130	494	3685	80,0	1,4	1,0	12,4	1816	2614,6	445,9	25,0
Соотношение белков:жиров:углеводов				1	1	4									
			2	1 ден	Ь										
				Эн	ергетичесь	кая ценность	ь (ккал)								
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции						Витам	ины, мг			Минерал	ты, мг	
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК	1			23,3	35,6	72,1	702	1,0	0,3	0,8	0,1	458,7	440,8	55,1	3,4
Для бутерброда:															
Масло сливочное (порциями) №96-2004	20	20	20	0,2	14,6	0,2	133	0,0	0,0	0,8	0,0	4,8	6,0	0,0	0,0
Сыр (порциями) №97-2004	26	25	25	7,3	11,3	0,0	131	0,2	0,1	0,0	0,0	270,0	145,0	0,0	0,0
Хлеб ржаной									0.0	0,0	0.0	3,6	17,4	3,8	0,6
•	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	5,0	11,7	-,-	-,-
Хлеб пшеничный	60	20 60	20 60	0,9 4,9	0,2	8,7 21,7	41 114	0,0	0,0	0,0	0,0	19,8	130,8	37,2	2,5
•			_	,		,				,		,	,	,	,
Хлеб пшеничный			60	,		,				,		,	,	,	,
хлеб пшеничный или хлеб витаминизированный	60		60	4,9	0,8	21,7	114	0,0	0,1	0,0	0,0	19,8	130,8	37,2	2,5
Хлеб пшеничный или хлеб витаминизированный Суп молочный с крупой №162-1996	150	60	60	4,9	0,8	21,7	114	0,0	0,1	0,0	0,0	19,8	130,8	37,2	2,5
Хлеб пшеничный или хлеб витаминизированный Суп молочный с крупой №162-1996 молоко питьевое	150 69	150	60	4,9	0,8	21,7	114	0,0	0,1	0,0	0,0	19,8	130,8	37,2	2,5
. Хлеб пшеничный или хлеб витаминизированный Суп молочный с крупой №162-1996 молоко питьевое или молоко концентрированное	150 69 18	150 69	60	4,9	0,8	21,7	114	0,0	0,1	0,0	0,0	19,8	130,8	37,2	2,5

					1									
132	132													
138	138													
18	18													
24	24													
5	5													
5	5													
	•	200	0,4	0,0	16,5	68	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0	0,0	0,0
1,8	1,8													
15	15													
			6	7	68	357	4	0	0	0	40	54	0	0
яники, ва	фли,	25	5,5	6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
200	200	200	0,6	0,4	33,0	138	4,0	0,1	0,0	0,0	40,0	54,0	0,0	0,0
	•		56,4	38,5	150,6	1175	87,0	1,0	0,2	7,7	209,7	735,0	185,6	13,1
		100	1,3	5,1	8,3	84	14,0	0,0	0,0	3,2	28,4	35,2	0,0	0,5
56	45													
22,8	20													
33	26													
35	26													
2	2													
10	4													
5	5													
1,4	1													
		050/40	40.2	5.5	26.1	195	3,1	0,3	0.0	0.9	48.5	172.6	53.5	3,1
тания		350/10	10,3	3,3	_0,.			,	-,-	-,-	10,0	172,0	55,5	- ,
тания 22	16	350/10	10,3	3,3		100	,	,	-,-	,,,	15,5	172,0	33,3	-,
	16 16	350/10	10,3	3,3	20,1		,	,	-,-		10,0	172,0	33,3	-,
	138 18 24 5 5 5 1,8 15 Яники, ва 200 56 22,8 33 35 2 10 5 1,4	138 138 18 18 24 24 5 5 5 5 1,8 1,8 15 15 яники, вафли, 200 200 56 45 22,8 20 33 26 35 26 2 2 10 4 5 5 1,4 1	138 138 18 18 24 24 5 5 5 5 200 200 1,8 1,8 15 15 200 200 200 200 200 200 56 45 22,8 20 33 26 35 26 2 2 10 4 5 5 1,4 1	138 138 18 18 24 24 5 5 5 5 5 5 200 0,4 1,8 1,8 15 15 200 200 200 200 200 0,6 56,4 100 1,3 56 45 100 1,3 56 45 22,8 20 20 33 26 22 2 10 4 4 4 5 5 5 1,4 1	138 138 <td< td=""><td>138 138 </td><td>138 138 <td< td=""><td>138 138 <td< td=""><td>138 138 138</td><td>138 138 <td< td=""><td>138 138 Image: color of the color</td><td>138 138</td><td>138 138 I<!--</td--><td>138 138 ————————————————————————————————————</td></td></td<></td></td<></td></td<></td></td<>	138 138	138 138 <td< td=""><td>138 138 <td< td=""><td>138 138 138</td><td>138 138 <td< td=""><td>138 138 Image: color of the color</td><td>138 138</td><td>138 138 I<!--</td--><td>138 138 ————————————————————————————————————</td></td></td<></td></td<></td></td<>	138 138 <td< td=""><td>138 138 138</td><td>138 138 <td< td=""><td>138 138 Image: color of the color</td><td>138 138</td><td>138 138 I<!--</td--><td>138 138 ————————————————————————————————————</td></td></td<></td></td<>	138 138 138	138 138 <td< td=""><td>138 138 Image: color of the color</td><td>138 138</td><td>138 138 I<!--</td--><td>138 138 ————————————————————————————————————</td></td></td<>	138 138 Image: color of the color	138 138	138 138 I </td <td>138 138 ————————————————————————————————————</td>	138 138 ————————————————————————————————————

				1						1					
01.1131.1230%	51	36													
01.01-29.02 - 35%	55	36													
01.03 - 40%	60	36													
фасоль	42	42													
или фасоль консервированная в собственном соку	149	89													
лук репчатый	8	7													
морковь до 01.0120%	12,5	10													
c 01.01 - 25%	13	10													
масло сливочное	7	7													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Горбуша в морковно-сухарной корочке с маслом (технико-технолог	гическая і	карта)	120/10	29,3	24,0	6,8	360	1,2	0,1	0,1	2,7	25,4	138,8	15,0	0,1
горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	215	143													
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	260	143													
мука пшеничная	9	9													
морковь до 01.0120%	12,5	10													
c 01.01 - 25%	13	10													
яйцо куриное	12	12													
сухари	9	9													
масло растительное	8	8													
масло сливочное	10	10													
Картофель отварной с маслом №203-2004		•	200	5,2	7,0	24,2	181	3,2	0,3	0,1	0,4	54,0	116,2	40,3	1,5
картофель - 01.0931.10 25%	273	205													
01.1131.1230%	293	205													
01.01-29.02 - 35%	316	205													
01.03 - 40%	342	205													
масло сливочное	10	10													
						·						L			

Компот из свежих плодов + Витамин "С" №585-1996			200	0,2	0,0	25,6	103	1,6	0,0	0,0	0,1	6,8	4,1	3,4	0,9
груши свежие	44	40													-
или слива или персик или нектарины свежие	44	40													
или абрикосы свежие	46	40													<u>-</u>
или черешня или вишня свежие	42	40													1
сахар	20	20													İ
Хлеб пшеничный	100	100	100	8,2	1,4	36,1	190	0,0	0,2	0,0	0,0	33,0	218,0	62,0	4,2
или хлеб витаминизированный		•	100												1
Хлеб ржаной	60	60	60	2,8	0,6	26,2	122	0,0	0,0	0,0	0,0	10,8	52,2	11,4	1,7
полдник				9,3	12,8	102,5	562	28,1	0,1	0,2	0,1	65,6	131,1	109,2	2,5
Пицца школьная (технико-технологическая карта)			100	5,4	12,4	34,0	269	1,6	0,0	0,0	0,0	38,2	52,9	4,2	0,4
масса теста		58													
мука пшеничная	48	48													
сахар	3	3													<u> </u>
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													<u> </u>
соль йодированная	0,3	0,3													
масса начинки		60													
колбаса вареная, или полукопченая, или ветчина для детского питания	26	25													<u> </u>
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													_

				1	1	ı	1	1				1	ı		
масло растительное для смазки листа	0,3	0,3													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москва			250	3,8	0,3	43,3	191	25,0	0,1	0,2	0,0	20,0	70,0	105,0	1,5
Кисель из чернослива или кураги №643-2004			200	0,1	0,1	25,2	102	1,5	0,0	0,0	0,1	7,4	8,2	0,0	0,6
чернослив или курага	20	20													
мука картофельная (крахмал)	8	8													
сахар	15	15													
ужин				27,2	28,8	99,6	766,8	79,8	0,5	0,1	4,6	93,8	507,1	138,0	11,4
Нарезка из свежих овощей №18/1-2011, Екатеринбург			100	0,4	0,0	5,6	24	77,9	0,0	0,0	3,5	31,2	33,1	0,0	1,6
огурцы свежие парниковые	51	50													
или огурцы свежие грунтовые	53	50													
помидоры свежие парниковые	51	50													
или помидоры свежие грунтовые	59	50													
или редис красный обрезной	73	50													
или перец свежий	67	50													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Колбаски из говядины с маслом №32-1992			100/10	14,1	17,2	8,6	246	1,1	0,3	0,1	0,3	19,6	162,9	22,2	2,5
говядина 1 категории	114	84													
или говядина полуфабрикат	99	84													
или фарш промышленного производства	84	84													
картофель - 01.0931.10 25%	40	30													
01.1131.1230%	43	30													
01.01-29.02 - 35%	46	30													
01.03 - 40%	50	30													
чеснок свежий	1,8	1,4													
масло растительное	4	4													
мука пшеничная	4	4													

10	10													
Į.	ļ	180	4,9	10,2	22,3	201	0,0	0,0	0,0	0,8	10,2	128,1	66,6	3,0
45	45													
145	145													
10	10													
		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
1,8	1,8													
15	15													
6	5													
60	60	60	4,9	0,8	21,7	114	0,0	0,1	0,0	0,0	19,8	130,8	37,2	2,5
		60												
60	60	60	2,8	0,6	26,2	122	0,0	0,0	0,0	0,0	10,8	52,2	11,4	1,7
Į.	Į.		5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
207	200	200	5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
			или											
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
			128	129	516	3740	202	1,9	1,3	12,4	1156	2002,0	517,9	30,6
			1	1	4									
		2	2 ден	Ь				•						
			Эн	ергетичес	кая ценность	ь (ккал)		Витам	IMULI ME			Минора	TLI ME	
Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Болки г	Жиры г	Vrn r	Oll wwan		Dillaw	іипы, мі			Минера	пы, мі	
			Белки, г	жиры, і	7131.1	Эц, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
			22,6	31,2	101,5	777	1,2	0,2	0,7	1,2	460,5	429,0	55,3	2,4
		30/15	2,4	11,1	15,0	170	0,0	0,0	0,6	0,5	9,6	24,0	4,2	0,3
30	30													
15	15													
	45 145 10 1,8 15 6 60 207 210	45 45 145 145 10 10 1,8 1,8 15 15 6 5 60 60 207 200 210 200 Брутто, г Нетто, г	180 45 45 145 145 10 10 200/5 1,8 1,8 15 15 6 5 60 60 60 60 60 207 200 200 210 200 210 200 210 200 210 300 210 300 30/15	180 4,9 45 45 145 145 10 10 200/5 0,1 1,8 1,8 15 15 6 5 60 60 60 4,9 60 60 60 60 60 2,8 5,6 207 200 200 5,6 ИЛИ 210 200 200 6,4 128 1 Брутто, г Нетто, г Масса порции Белки, г 22,6 30 30	180 4,9 10,2 45 45 145 145 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 11 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15	180 4,9 10,2 22,3 45 45 145 145 145 10 10 10 10 10 10 15,2 1,8 1,8 1,8 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15	180 4,9 10,2 22,3 201	180 4,9 10,2 22,3 201 0,0 45 45 45	180 4,9 10,2 22,3 201 0,0 0,0 45 45 45	180 4,9 10,2 22,3 201 0,0 0,0 0,0	180 4,9 10,2 22,3 201 0,0 0,0 0,0 0,8	180 4,9 10,2 22,3 201 0,0 0,0 0,0 0,8 10,2	180 4,9 10,2 22,3 201 0,0 0,0 0,0 0,8 10,2 128,1	180 4,9 10,2 22,3 201 0,0 0,0 0,0 0,8 10,2 128,1 66,6 45

Каша боярская (из пшена с изюмом) №260-1996						44,5	358	0,5	0,1	0,1	0,7	263,7	210,3	34,9	0,6
крупа пшено	47	47													
изюм	6,2	6													
вода питьевая	60	60													
молоко питьевое	116	116													
или молоко концентрированное	53	53													
или молоко сухое	14	14													
вода кипяченая для концентрированного молока	63	63													
вода кипяченая для сухого молока	102	102													
сахар	10	10													
масло сливочное	10	10													
яйцо куриное	15	15													
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													1
сахар	20	20													
молоко питьевое	130	130													
или молоко концентрированное	60	60													
или молоко сухое	16	16													
вода кипяченая для концентрированного молока	70	70													1
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												
2 завтрак		6	7	68	357	4	0	0	0	40	54	0	0		
Кондитерское изделие промышленного производства (печенье, просушки, баранки, и т.п.)	яники, ва	фли,	25	5,5	6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, Москва	200	200	200	0,6	0,4	33,0	138	4,0	0,1	0,0	0,0	40,0	54,0	0,0	0,0

ОБЕД				37,4	32,6	183,1	1175	102	0,6	0,1	4,6	161,3	637,2	170,3	11,4
Салат из свежих огурцов №16-2004			100/10	1,6	10,0	8,2	129	4,9	0,0	0,0	0,1	41,3	26,9	3,7	0,6
огурцы свежие парниковые	102	100													
или огурцы свежие грунтовые	105	100													
масло растительное	10	10													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Свекольник с мясом, со сметаной №34-2004, Пермь			350/10/5	5,3	7,1	17,5	155	9,2	0,1	0,0	0,4	55,5	119,7	44,5	2,5
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
свекла до 01.01 -20%	114	91													
c 01.01 - 25%	121	91													
картофель - 01.0931.10 25%	80	60													
01.1131.1230%	86	60													
01.01-29.02 - 35%	92	60													
01.03 - 40%	100	60													
морковь до 01.0120%	26,3	21													
c 01.01 - 25%	28	21													
лук репчатый	18	15													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	5	5													
масло сливочное	7	7													
сахар	1,4	1,4													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Плов №443-2004		•	300	17,6	22,3	42,2	440	0,1	0,1	0,0	2,6	28,5	214,5	45,4	2,2
говядина 1 категории	107	79													
или говядина полуфабрикат	93	79													

	50													
85	85													
41,3	33													
44	33													
7,5	7,5													
23	19													
10	10													
		200	0,7	0,3	30,1	126	82,0	0,0	0,0	1,4	12,1	3,2	3,2	0,3
25	25													
20	20													
		200	1,8	0,7	22,2	102	11,1	0,0	0,0	0,2	17,8	12,2	0,0	0,0
100	100	100	8,2	1,4	36,1	190	0,0	0,2	0,0	0,0	33,0	218,0	62,0	4,2
ļI	,	100												
80	80	80	3,8	0,8	35,0	162	0,0	0,1	0,0	0,0	14,4	69,6	15,2	2,2
			18,9	20,5	66,8	527	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
		100	12,5	14,3	54,8	398	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
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
,	,		47,1	23,4	90,1	759	16,4	0,6	0,1	0,7	145,4	385,8	190,2	7,4
154	100	100	8,6	0,4	12,5	88	10,0	0,0	0,0	0,4	22,9	106,1	13,1	0,6
1,4	1													
102	100	100	0,8	0,1	2,5	14	9,8	0,0	0,0	0,1	22,5	41,2	13,7	0,6
105	100													
1,4	1													
юд для		75/50	26.0	11.3	2.4	215	1.3	0.3	0.0	0.0	53.1	23.1	116.9	1,9
	<u>- </u>	- 5,50	-5,5		_,.			-,•	-,•			,.		-,-
154	139				ļ									
199	153													
	41,3 44 7,5 23 10 25 20 100 80 210 154 1,4 102 105 1,4	85 85 41,3 33 44 33 7,5 7,5 23 19 10 10 25 25 20 20 100 100 80 80 210 200 154 100 1,4 1 102 100 1,4 1 104 для	85 85 41,3 33 44 33 7,5 7,5 7,5 23 19 10 10 200 200 25 25 25 20 20 100 100 100 80 80 80 80 80 80 100 210 200 200 154 100 100 100 100 100 1,4 1 102 100 100 100 105 100 105 100 1,4 1 1 102 100 100 100 1,4 1 1 102 100 100 100 1,4 1 1 102 100 100 1,4 1 1 102 100 100 100 1,4 1 1 100 100 1,4 1 1 100 100 1,4 1 1 100 100 1,4 1 1 100 100 1,4 1 1 100 100 1,4 1 1 100 100 1,4 1 1 100 100 1,4 1 1 100 100 1,4 1 1 100 100 1,4 1 1 100 100 1,4 1 1 100 100 1,4 1 1 100 100 1,4 1 1 100 100 1,4 1 1 100 100 1,4 1 1 100 100 1,4 1 1 100 100 100 1,4 1 1 100 100 100 100 1,4 1 1 100 100 100 100 100 1,4 1 1 100 100 100 100 100 100 100 100 10	85 85 41,3 33 44 33 7,5 7,5 7,5 23 19 10 10 10 200 0,7 25 25 20 20 1,8 100 100 8,2 100 100 12,5 210 200 6,4 47,1 154 100 100 8,6 1,4 1 102 100 100 0,8 105 100 1,4 1 1 101 101 101 101 101 101 101 101 10	85 85 41,3 33 44 33 7,5 7,5 7,5 7,5 7,5 7,5 7,5 7,5 7,5 7,5	85 85	85 85	85 85	85 85	85 85 85 85 85 85 85 85 85 85 85 85 85 8	85 86 86 86 87 86 87 87 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88	85 85 85 85 85 85 85 85 85 85 85 85 85 8	85 85 85 85 85 85 85 85 85 85 85 85 85 8	85 85 86 86 87 86 87 87 87 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88

Соотношение белков:жиров:углеводов			2	<i>1</i> 3 ден	1 h	4									
ИТОГО:				138	121	532	3772	127	1,6	0,9	6,5	1306	1854,2	470,2	21,6
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
				или					1						
Кисломолочный напиток (ряженка, биопростокваша, ацидофилин, снежок, йогурт питьевой №645-1996)	207	200	200	5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
сонник				5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
Хлеб ржаной	50	50	50	2,3	0,5	21,8	101	0,0	0,0	0,0	0,0	9,0	43,5	9,5	1,4
или хлеб витаминизированный		•	30												
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
сахар	15	15													
чай-заварка	1,8	1,8													
Зеленый чай с сахаром №686-2004		<u> </u>	200	0,2	0,0	15,9	64	1,1	0,0	0,0	0,0	4,2	1,1	0,7	0,1
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
масло сливочное	15	15													
01.03 - 40%	342	205													
01.01-29.02 - 35%	316	205													
картофель - 01.0931.10 25% 01.1131.1230%	273 293	205													
Картофель припущенный с маслом, с зеленью №518-2004	0=0	007	200	7,5	10,8	26,6	234	4,0	0,2	0,1	0,3	46,3	146,6	31,5	2,1
масло сливочное	2,5	2,5													<u> </u>
вода питьевая	37,5	37,5													
мука пшеничная	2,5	2,5													
сметана	12,5	12,5													
соус сметанный:		50													
масса отварных кальмаров		75													

				Эн	ергетичесь	кая ценності	ь (ккал)		Ритом	ины, мг			Минерал		
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		Битам	ины, мі			минера	пы, мі	
					, ,		,	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				27,2	28,5	100,6	768	1,8	0,3	0,1	1,4	490,9	507,9	91,2	3,9
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 манная молочная жидкая с маслом №262-1996			250/5	12,0	12,9	39,6	323	0,5	0,1	0,1	0,7	237,3	189,2	31,5	0,6
крупа манная	38	38													
вода питьевая	88	88													
молоко питьевое	133	133													
или молоко концентрированное	61	61													
или молоко сухое	16	16													
вода кипяченая для концентрированного молока	72	72													
вода кипяченая для сухого молока	117	117													
сахар	5	5													
соль йодированная	1,3	1,3													
масло сливочное	5	5													
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													
			20	0.0	0.0	0.7	41	0.0	0.0	0.0	0.0	2.0	47.4	2.0	0.0
Хлеб ржаной	20	20		0,9	0,2	8,7		0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
Хлеб пшеничный			50	4,1	0,7	18,1	95	0,0	0,1	0,0	0,0	16,5	109,0	31,0	2,1
или хлеб витаминизированный			50												
2 завтрак				4	9	65	353	11	0	0	0	18	12	0	0
Кондитерское изделие промышленного производства (конфеты ва зефир, мармелад, пастила)	афельные	€,	25	2,2	7,9	42,8	251	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москва			200	1,8	0,7	22,2	102	11,1	0,0	0,0	0,2	17,8	12,2	0,0	0,0
ОБЕД			!	38,5	42,9	158,2	1172	58,6	0,9	0,9	3,8	142,7	586,1	164,3	12,6
Салат из свежих помидоров №19-2004			100	0,5	5,2	4,3	66	22,0	0,0	0,2	0,3	4,6	8,5	1,0	0,3
помидоры свежие парниковые	85	83											_		
или помидоры свежие грунтовые	98	83													
лук зеленый	19	15													
или лук репчатый	18	15													
масло растительное	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Суп крестьянский с крупой, с мясом и сметаной №134-2004			350/10/5	6,1	6,8	18,6	160	6,0	0,2	0,0	0,4	23,4	126,7	36,5	1,7
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
картофель - 01.0931.10 25%	47	35													
01.1131.1230%	50	35													
01.01-29.02 - 35%	54	35													
01.03 - 40%	58	35													
капуста свежая белокочанная	53	42													
крупа (пшено, или хлопья овсяные "Геркулес")	7	7													
или крупа (перловая, или рисовая, или овсяная, или ячневая)	14	14													
морковь до 01.0120%	18	14													

								1							
c 01.01 - 25%	19	14													
лук репчатый	17	14													
масло сливочное	7	7													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Биточки из мяса №451-2004			100	15,9	18,5	4,8	249	0,1	0,2	0,0	2,8	35,2	147,9	23,9	2,3
говядина 1 категории	101	74													
или говядина полуфабрикат	87	74													
или фарш промышленного производства	74	74													
хлеб пшеничный	18	18													
молоко питьевое или вода питьевая	20	20													
яйцо куриное	4	4													
сухари	10	10													
масло растительное	6	6													
Картофель тушеный №216-2004		•	180	2,9	9,8	25,3	201	20,1	0,2	0,0	0,3	28,9	36,0	30,8	1,8
картофель - 01.0931.10 25%	206	155													
01.1131.1230%	222	155													
01.01-29.02 - 35%	239	155													
01.03 - 40%	259	155													
морковь до 01.0120%	35,0	28													
c 01.01 - 25%	37	28													
лук репчатый	24	20													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	10	10													
масло сливочное	14	14													
Компот из изюма + Витамин "С" №638-2004		•	200	0,3	0,0	23,5	95	0,0	0,0	0,5	0,0	0,5	2,5	0,0	0,1
изюм	15	15													
		1	1	1	l			1	1	1	l				

сахар	15	15													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москва		<u>I</u>	230	2,1	0,6	18,6	88	10,4	0,0	0,1	0,1	7,8	7,4	3,0	0,7
Хлеб пшеничный	90	90	90	7,4	1,3	32,5	171	0,0	0,2	0,0	0,0	29,7	196,2	55,8	3,8
или хлеб витаминизированный			90												
Хлеб ржаной	70	70	70	3,3	0,7	30,6	142	0,0	0,1	0,0	0,0	12,6	60,9	13,3	2,0
полдник				21,8	14,8	77,3	530	10,1	0,1	0,0	0,5	259,0	166,0	37,7	0,9
Запеканка морковная с творогом с молоком сгущенным №118-2004	, Пермь		200/30	21,2	14,4	44,3	392	6,1	0,1	0,0	0,5	219,0	112,0	37,7	0,9
морковь до 01.0120%	156	125													
c 01.01 - 25%	166	125													
масло сливочное	10	10													
молоко питьевое	30	30													
масса припущенной моркови		115													
крупа манная	20	20													
творог	76	75													
яйцо куриное	8	8													
сахар	8	8													
сухари	6	6													
сметана	6	6													
масло сливочное (для смазки)	6	6													
масса готовой запеканки		200													
молоко сгущенное с сахаром	30	30													
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, Москва	200	200	200	0,6	0,4	33,0	138	4,0	0,1	0,0	0,0	40,0	54,0	0,0	0,0
ужин				20,8	28,2	102,7	747,9	3,0	0,2	1,7	3,4	106,6	265,0	202,8	17,9
Салат дальневосточный из морской капусты (консервы) №362-200	2		100	0,5	2,1	6,3	46	1,8	0,1	1,0	2,3	40,0	52,0	163,0	14,0
капуста морская консервированная или салат дальневосточный из морской капусты (без уксуса)	94	92													
лук зеленый	13	10													

Сосиски, сардельки отварные с соусом №413, 600 -2004			120	9,2	20,7	1,3	228	0,0	0,0	0,6	0,0	26,3	49,0	0,0	0,2
сардельки, или сосиски молочные высшего сорта для детского питания	92	90													
соус сметанный:		30													
сметана	10	10													
мука пшеничная	1,5	1,5													
вода питьевая	20	20													
масло сливочное	1,5	1,5													
Макаронные изделия отварные №516-2004			180	6,2	4,5	37,2	214	0,0	0,1	0,1	1,1	15,9	48,8	8,8	0,9
макаронные изделия	63	63													
масло сливочное	6	6													
Кисель из свежих ягод + Витамин С, №590-1996			200	0,1	0,0	25,2	101	1,2	0,0	0,0	0,0	5,5	6,3	2,9	0,2
клюква, или брусника, или смородина	21,2	20													
крахмал	6	6													
сахар	18	18													
Хлеб пшеничный	30	30	30	2,5	0,4	10,8	57	0,0	0,1	0,0	0,0	9,9	65,4	18,6	1,3
или хлеб витаминизированный			30												
Хлеб ржаной	50	50	50	2,4	0,5	21,9	101	0,0	0,0	0,0	0,0	9,0	43,5	9,5	1,4
сонник		•		5,6	6,8	23,5	177,6	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (ряженка, биопростокваша, ацидофилин, снежок, йогурт питьевой №645-1996)	207	200	200	5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
				или											
Молоко питьевое кипяченое 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:				118	130	527	3748	86,4	1,6	2,6	9,3	1305	1671,2	526,0	35,6
Соотношение белков:жиров:углеводов				1	1	4									
		2	4 ден	Ь											
			Эн	ергетичес	кая ценность	ь (ккал)		Витом	ины, мг			Минерал			
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Нетто, г	Масса порции	Бопии г	Wunki r	Vrn r	JII vvan		ынам	гілоі, МІ			миперал	ibi, Wii		

				DOJINA, I	wihni, i	7171.1	oц, maji	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК		•		26,6	28,8	86,7	713	1,7	0,3	1,1	1,1	513,5	549,0	75,7	5,0
Бутерброд с сыром №3-2004			30/30	7,1	13,5	16,2	215	0,2	0,0	0,5	0,5	306,0	199,5	20,7	0,5
хлеб пшеничный	30	30													
сыр	31	30	13,5												
Суп молочный с макаронными изделиями №161-1996			300	8,5	9,7	24,6	220	0,8	0,1	0,0	0,4	162,6	134,4	9,3	0,4
молоко питьевое	150	150													
или молоко концентрированное	69	69													
или молоко сухое	18	18													
вода кипяченая для концентрированного молока	81	81													
вода кипяченая для сухого молока	132	132													
вода питьевая	126	126													
макаронные изделия	24	24													
масло сливочное	5	5													
сахар	5	5													
Яйцо отварное №337 - 2004			40	5,0	4,6	0,3	63	0,0	0,0	0,6	0,2	19,4	66,8	4,2	0,9
Чай с лимоном №686-2004			200/5	0,1	0,0	15,2	61	0,8	0,0	0,0	0,0	2,2	0,1	0,5	0,1
чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	15	15													
лимон	6	5													
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
Хлеб пшеничный	60	60	60	4,9	0,8	21,7	114	0,0	0,1	0,0	0,0	19,8	130,8	37,2	2,5
или хлеб витаминизированный			60												
2 завтрак				6	7	68	357	4	0	0	0	40	54	0	0
Кондитерское изделие промышленного производства (печенье, просушки, баранки, и т.п.)	яники, ва	фли,	25	5,5	6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, Москва	200	200	200	0,6	0,4	33,0	138	4,0	0,1	0,0	0,0	40,0	54,0	0,0	0,0

ОБЕД				48,2	41,7	146,7	1155	33,6	0,8	0,1	8,3	285,9	661,2	189,9	10,5
Салат "Пестрый" (технико-технологическая карта)			100	1,0	5,1	6,4	76	20,6	0,0	0,0	2,5	120,0	15,6	20,6	0,7
кукуруза консервированная (после термической обработки)	42	25													
помидоры свежие грунтовые	31	26													
иди помидоры свежие парниковые	27	26													
морковь до 01.0120%	50	40													
c 01.01 - 25%	53	40													
лук репчатый	7	6													
масло растительное	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Рассольник с мясом, со сметаной №130-2004			350/10/5	4,9	6,2	17,8	147	9,0	0,2	0,0	0,3	30,6	109,2	35,8	1,7
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
картофель - 01.0931.10 25%	140	105													
01.1131.1230%	150	105													
01.01-29.02 - 35%	162	105													
01.03 - 40%	175	105													
морковь до 01.0120%	17,5	14													
c 01.01 - 25%	19	14													
лук репчатый	17	14													
огурцы солёные (без уксуса)	38	21													
масло сливочное	7	7													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Рыба, тушеная в томате с овощами №374-2004			120/50	26,4	23,3	7,6	346	0,9	0,2	0,0	4,5	27,7	153,0	15,1	0,4
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	200	148													

					1			1	1	1		1		
206	144													
248	144													
189	144													
235	144													
23	18													
24	18													
15	12													
8	8													
19	19													
5	5													
1	1													
		200	4,0	5,0	25,7	164	2,9	0,1	0,0	0,4	47,6	103,5	34,6	1,2
226	170													
243	170													
262	170													
284	170													
32	32													
15	15													
4	4													
17	17													
28	28													
7	7													
		200	0,8	0,0	21,8	90	0,2	0,0	0,0	0,5	16,0	14,1	12,8	0,4
22	22										_	_		
15	15													
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
	248 189 235 23 24 15 8 19 5 1 226 243 262 284 32 15 4 17 28 7	248 144 189 144 235 144 23 18 24 18 15 12 8 8 19 19 5 5 1 1 226 170 243 170 262 170 284 170 32 32 15 15 4 4 17 17 28 28 7 7 22 22 15 15	248 144 189 144 235 144 23 18 24 18 15 12 8 8 19 19 5 5 1 1 200 226 243 170 262 170 284 170 32 32 15 15 4 4 17 17 28 28 7 7 200 22 22 15 15	248 144 189 144 235 144 23 18 24 18 15 12 8 8 19 19 5 5 1 1 226 170 243 170 262 170 284 170 32 32 15 15 4 4 17 17 28 28 7 7 200 0,8 22 22 15 15	248 144 189 144 235 144 23 18 24 18 15 12 8 8 19 19 5 5 1 1 226 170 243 170 262 170 284 170 32 32 15 15 4 4 17 17 28 28 7 7 200 0,8 0,0 22 22 15 15 15	248 144 .	248 144 189 144 235 144 23 18 24 18 15 12 8 8 19 19 5 5 1 1 226 170 284 170 32 32 15 15 4 4 4 4 17 17 28 28 7 7 200 0,8 0,0 21,8 90	248 144 .	248 144 189 144 235 144 23 18 24 18 15 12 8 8 19 19 5 5 1 1 226 170 284 170 284 170 32 32 15 15 4 4 47 7 200 0,8 0,0 21,8 90 0,2 0,0	248 144 .	248 144	248 144 .	248 144 1	248 144 1

или хлеб витаминизированный			90												
Хлеб ржаной	80	80	80	3,8	0,8	35,0	162	0,0	0,1	0,0	0,0	14,4	69,6	15,2	2,2
полдник				16,1	13,2	86,4	529	24,4	0,2	0,6	1,1	272,4	353,0	132,8	2,2
Шанежка наливная с яйцом №295-2004, Пермь			100	6,2	6,8	34,5	224	0,4	0,1	0,4	1,1	42,8	74,4	11,8	0,6
масса теста		102													
мука пшеничная	62	62													
мука пшеничная на подпыл	1,5	1,5													
сахар	4,3	4,3													
яйцо куриное	2	2													
соль йодированная	0,8	0,8													
дрожжи прессованные	1,8	1,8													
масло сливочное	4	4													
вода питьевая	30	30													
масса яично-сметанной смеси		23													
яйцо куриное	18	18													
сметана	6	6													
рафинадная пудра	0,7	0,7													
масло растительное для смазки листа	0,3	0,3													
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	210	200	200	6,4	6,2	12,0	129	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москва			230	3,5	0,2	39,9	176	23,0	0,0	0,2	0,0	18,4	64,4	96,6	1,4
ужин				28,8	27,4	97,1	750	23,5	0,4	5,8	1,2	235,2	680,7	153,3	12,4
Печень, тушеная в соусе №408 -1996			50/50	14,1	12,2	4,5	184	23,1	0,2	5,7	0,5	6,3	219,8	12,6	4,8
печень говяжья	86	71													
мука пшеничная	3	3													
масло растительное	4	4													
<u>соус томатный (№587-2004)</u>		50													

томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	8	8													
мука пшеничная	2,3	2,3													
морковь до 01.0120%	10	8													
c 01.01 - 25%	10,6	8													
лук репчатый	1,2	1													
масло сливочное	2,7	2,7													
Каша гречневая вязкая, с морковью (технико-технологическая кар	та)		230	4,5	10,5	22,3	202	0,0	0,0	0,0	0,8	10,2	128,1	66,6	3,0
крупа гречневая	45	45													
морковь до 01.0120%	63	50													
c 01.01 - 25%	67	50													
вода питьевая	145	145													
масло сливочное	10	10													
Чай с молоком №630-1996			200	2,1	3,2	23,2	130	0,4	0,0	0,0	0,0	186,6	136,8	21,2	0,2
чай-заварка	1,8	1,8													
сахар	20	20													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
Хлеб пшеничный	70	70	70	5,7	1,0	25,3	133	0,0	0,2	0,0	0,0	23,1	152,6	43,4	2,9
или хлеб витаминизированный			70												
Хлеб ржаной	50	50	50	2,4	0,5	21,9	101	0,0	0,0	0,0	0,0	9,0	43,5	9,5	1,4
сонник				5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (ряженка, биопростокваша, ацидофилин, снежок, йогурт питьевой №645-1996)	207	200	200	5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
				или				•							
Молоко питьевое кипяченое 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:				131	125	508	3680	89,0	1,7	7,5	11,7	1635	2432,0	581,7	30,3

Соотношение белков:жиров:углеводов				1	1	4									
			2	5 ден	Ь		<u>'</u>		•						
				Эн	ергетичес	кая ценності	ь (ккал)		_						
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции					†	Витам	іины, мг			Минера	пы, мг	
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				22,4	20,8	115,5	739	2,6	0,5	0,2	1,5	462,2	569,4	112,3	4,6
Бутерброд с джемом или повидлом, с маслом №1,2-2004			30/20/5	2,9	4,1	34,5	187	0,8	0,1	0,1	0,8	10,2	24,6	7,0	0,6
хлеб пшеничный	30	30													
масло сливочное	5	5													
джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, консервантов и красителей)	20,4	20													
Каша "Геркулесовая" жидкая с маслом №311-2004			250/5	10,5	10,1	28,3	246	1,2	0,2	0,1	0,7	254,9	284,7	70,5	1,3
крупа овсяная "Геркулес"	38	38													
вода питьевая	88	88													
молоко питьевое	133	133													
или молоко концентрированное	61	61													
или молоко сухое	16	16													
вода кипяченая для концентрированного молока	72	72													
вода кипяченая для сухого молока	117	117													
сахар	5	5													
соль йодированная	1	1													
масло сливочное	5	5													
Какао с молоком №642-1996			200	4,0	5,7	26,0	171	0,7	0,0	0,0	0,0	177,0	133,7	0,0	0,1
какао - порошок	5	5													
сахар	20	20													
молоко питьевое	130	130													
или молоко концентрированное	60	60													

40	40													
70	70													
114	114													
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
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
		50												
		•	6	7	68	357	4	0	0	0	40	54	0	0
яники, ва	фли,	25	5,5	6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
200	200	200	0,6	0,4	33,0	138	4,0	0,1	0,0	0,0	40,0	54,0	0,0	0,0
		•	45,9	51,5	127,1	1155	106	0,5	0,1	5,1	399,0	547,0	153,4	12,6
		100	0,9	5,0	6,7	75	46,9	0,0	0,0	2,9	25,6	44,3	8,3	1,6
44	35													
47	35													
20	15													
47	40													
41	40													
6	5													
12	5													
0,5	0,5													
5	5													
1,4	1													
04		350/10/5	5,9	6,4	12,0	129	18,7	0,1	0,0	0,3	54,6	91,7	30,6	1,5
22	16													
19	16													
93	74													
56	42													
	114 20 50 яники, ва 200 44 47 20 47 41 6 12 0,5 5 1,4 04 22 19	70 70 114 114 20 20 50 50	70 70 114 114 20 20 20 50 50 50 50 8ники, вафли, 25 200 200 100 44 35 47 35 20 15 47 40 41 40 6 5 12 5 0,5 0,5 5 5 1,4 1 04 350/10/5 22 16 19 16 93 74	70 70 114 114 114 20 0,9 50 50 4,1 50 6 50 6 5,5 5 5 1,4 1 1 4 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	70 70 70 114 114 114 20 20 20 0,9 0,2 50 50 50 4,1 0,7 50 6 7 9НИКИ, Вафли, 25 5,5 6,5 200 200 0,6 0,4 45,9 51,5 100 0,9 5,0 41 40 41 40 6 5 12 5 0,5 0,5 5 5 1,4 1 004 350/10/5 5,9 6,4 22 16 19 16 93 74	70 70 114 115 115 115 115 116 116 114 11	70 70 114 114 114 20 20 20 0,9 0,2 8,7 41 95 50 50 4,1 0,7 18,1 95 50 50 50 4,1 0,7 18,1 95 75 50 50 50 50 50 50 50 50 50 50 50 50 50	70 70 70 114 114 114	70 70 70 114 114 114 114 114 114 114 114 114 11	70 70 70 114 114 114 114 114 114 114 114 114 11	70 70 70 114 114 114 114 114 114 114 114 114 11	70	70 70 70 114 114 114 114 114 114 114 114 114 11	70 70 70 70 114 114 114 114 114 114 114 114 114 11

01.1131.1230%	60	42													
01.01-29.02 - 35%	65	42													
01.03 - 40%	70	42													
морковь до 01.0120%	17,5	14													
c 01.01 - 25%	19	14													
лук репчатый	17	14													
масло сливочное	7	7													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Курица запеченная с маслом №494-2004			100/10	21,0	27,0	0,0	327	0,2	0,0	0,0	1,8	74,4	82,6	3,7	0,5
курица потрошеная 1 категории	166	145													
или окорочок куриный	157	145													
или грудка куриная	154	145													
сметана	5	5													
масло растительное	3	3													
масло сливочное	10	10													
Капуста цветная отварная №523-2004		•	230	6,3	10,9	11,0	167	38,3	0,0	0,1	0,0	191,7	49,8	34,5	1,9
капуста цветная	480	250													
или капуста цветная замороженная	294	260													
масло сливочное	15	15													
Компот из свежих плодов + Витамин "С" №585-1996			200	0,2	0,0	25,6	103	1,6	0,0	0,0	0,1	6,8	4,1	3,4	0,9
яблоки свежие	45,4	40													
или груши свежие	44	40													
или слива или персик или нектарины свежие	44	40													
или абрикосы свежие	46	40													
или черешня или вишня свежие	42	40													
		•					•	•							

20	20													
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
		90												
90	90	90	4,2	0,9	39,3	182	0,0	0,1	0,0	0,0	16,2	78,3	17,1	2,5
			17,1	13,4	85,4	531	26,9	0,1	0,2	0,1	74,0	139,6	113,2	2,7
		100	13,2	13,1	22,0	259	0,1	0,0	0,0	0,0	45,7	60,5	8,2	0,5
59	59													
8	8													
2	2													
30	30													
17	17													
10	10													
0,04	0,04													
2,5	2,5													
0,3	0,3													
		250	3,8	0,3	43,3	191	25,0	0,1	0,2	0,0	20,0	70,0	105,0	1,5
		200	0,1	0,1	20,1	82	1,8	0,0	0,0	0,1	8,3	9,1	0,0	0,7
34,2	30													
8	8													
15	15													
			37,9	31,2	85,8	775,6	19,6	0,5	0,9	8,6	83,6	486,2	108,2	8,5
		100	4,9	8,9	3,2	113	12,3	0,0	0,9	2,8	23,3	73,2	8,3	1,4
58	40													
21	20													
20	20													
40	40													
	59 8 2 30 17 10 0,04 2,5 0,3 34,2 8 15 58 21 20	90 90 90 90 59 59 8 8 2 2 30 30 17 17 10 10 0,04 0,04 2,5 2,5 0,3 0,3 34,2 30 8 8 15 15 58 40 21 20 20 20	90 90 90 90 90 90 90 90 90 100 59 59 8 8 8 2 2 2 30 30 30 17 17 17 10 10 10 0,04 0,04 2,5 2,5 0,3 0,3 250 200 34,2 30 8 8 15 15 100 58 40 21 20 20 20	90 90 7,4 90 90 4,2 17,1 100 13,2 59 59 8 8 2 2 30 30 17 17 10 10 0,04 0,04 2,5 2,5 0,3 0,3 250 3,8 200 0,1 34,2 30 8 8 15 15 37,9 58 40 20 20	90 90 7,4 1,3 90 90 4,2 0,9 17,1 13,4 100 13,2 13,1 59 59 8 8 2 2 30 30 17 17 10 10 0,04 0,04 2,5 2,5 0,3 0,3 250 3,8 0,3 200 0,1 0,1 34,2 30 8 8 15 15 37,9 31,2 20 20 20 20 21 20 20 20 <td>90 90 7,4 1,3 32,5 90 90 4,2 0,9 39,3 59 59 100 13,2 13,1 22,0 59 59 13,1 22,0 30 30 17 17 17 10 10 10 10 10 10 10 0,04 0,04 10</td> <td>90 90 7,4 1,3 32,5 171 90 90 4,2 0,9 39,3 182 17,1 13,4 85,4 531 100 13,2 13,1 22,0 259 59 59 30 30</td> <td>90 90 7,4 1,3 32,5 171 0,0 90 90 4,2 0,9 39,3 182 0,0 59 100 13,2 13,1 22,0 259 0,1 59 59 100 13,2 13,1 22,0 259 0,1 17 17 17 17 17 17 17 10<td>90 90 90 7,4 1,3 32,5 171 0,0 0,2 90 90 4,2 0,9 39,3 182 0,0 0,1 17,1 13,4 85,4 531 26,9 0,1 100 13,2 13,1 22,0 259 0,1 0,0 59 59 59</td><td>90 90 7,4 1,3 32,5 171 0,0 0,2 0,0 90 90 90 4,2 0,9 39,3 182 0,0 0,1 0,0 17,1 13,4 85,4 531 26,9 0,1 0,0 0,0 59 59 100 13,2 13,1 22,0 259 0,1 0,0 0,0 8 8 </td><td>90 90 90 7,4 1,3 32,5 171 0,0 0,2 0,0 0,0 90 90 90 4,2 0,9 39,3 182 0,0 0,1 0,0 0,0 17,1 13,4 85,4 531 26,9 0,1 0,2 0,0 59 59 59 59 58 50 50 50 50 50 50 50 50 50 50 50 50 50</td><td>90 90 90 7,4 1,3 32,5 171 0,0 0,2 0,0 0,0 29,7 </td><td>90 90 90 7,4 1,3 32,5 171 0,0 0,2 0,0 0,0 29,7 196,2 90 90 90 4,2 0,9 39,3 182 0,0 0,1 0,0 0,0 16,2 78,3 17,1 13,4 85,4 531 26,9 0,1 0,0 0,0 45,7 60,5</td><td>90 90 90 7,4 1,3 32,5 171 0,0 0,2 0,0 0,0 29,7 196,2 55,8 90 90 90 90 4,2 0,9 39,3 182 0,0 0,1 0,0 0,0 16,2 78,3 17,1 17,1 13,4 85,4 531 26,9 0,1 0,0 0,0 45,7 60,5 8,2 17,1 17,1 13,4 1,3 1,3 1,3 1,3 1,3 1,3 1,3 1,3 1,3 1,3</td></td>	90 90 7,4 1,3 32,5 90 90 4,2 0,9 39,3 59 59 100 13,2 13,1 22,0 59 59 13,1 22,0 30 30 17 17 17 10 10 10 10 10 10 10 0,04 0,04 10	90 90 7,4 1,3 32,5 171 90 90 4,2 0,9 39,3 182 17,1 13,4 85,4 531 100 13,2 13,1 22,0 259 59 59 30 30	90 90 7,4 1,3 32,5 171 0,0 90 90 4,2 0,9 39,3 182 0,0 59 100 13,2 13,1 22,0 259 0,1 59 59 100 13,2 13,1 22,0 259 0,1 17 17 17 17 17 17 17 10 <td>90 90 90 7,4 1,3 32,5 171 0,0 0,2 90 90 4,2 0,9 39,3 182 0,0 0,1 17,1 13,4 85,4 531 26,9 0,1 100 13,2 13,1 22,0 259 0,1 0,0 59 59 59</td> <td>90 90 7,4 1,3 32,5 171 0,0 0,2 0,0 90 90 90 4,2 0,9 39,3 182 0,0 0,1 0,0 17,1 13,4 85,4 531 26,9 0,1 0,0 0,0 59 59 100 13,2 13,1 22,0 259 0,1 0,0 0,0 8 8 </td> <td>90 90 90 7,4 1,3 32,5 171 0,0 0,2 0,0 0,0 90 90 90 4,2 0,9 39,3 182 0,0 0,1 0,0 0,0 17,1 13,4 85,4 531 26,9 0,1 0,2 0,0 59 59 59 59 58 50 50 50 50 50 50 50 50 50 50 50 50 50</td> <td>90 90 90 7,4 1,3 32,5 171 0,0 0,2 0,0 0,0 29,7 </td> <td>90 90 90 7,4 1,3 32,5 171 0,0 0,2 0,0 0,0 29,7 196,2 90 90 90 4,2 0,9 39,3 182 0,0 0,1 0,0 0,0 16,2 78,3 17,1 13,4 85,4 531 26,9 0,1 0,0 0,0 45,7 60,5</td> <td>90 90 90 7,4 1,3 32,5 171 0,0 0,2 0,0 0,0 29,7 196,2 55,8 90 90 90 90 4,2 0,9 39,3 182 0,0 0,1 0,0 0,0 16,2 78,3 17,1 17,1 13,4 85,4 531 26,9 0,1 0,0 0,0 45,7 60,5 8,2 17,1 17,1 13,4 1,3 1,3 1,3 1,3 1,3 1,3 1,3 1,3 1,3 1,3</td>	90 90 90 7,4 1,3 32,5 171 0,0 0,2 90 90 4,2 0,9 39,3 182 0,0 0,1 17,1 13,4 85,4 531 26,9 0,1 100 13,2 13,1 22,0 259 0,1 0,0 59 59 59	90 90 7,4 1,3 32,5 171 0,0 0,2 0,0 90 90 90 4,2 0,9 39,3 182 0,0 0,1 0,0 17,1 13,4 85,4 531 26,9 0,1 0,0 0,0 59 59 100 13,2 13,1 22,0 259 0,1 0,0 0,0 8 8	90 90 90 7,4 1,3 32,5 171 0,0 0,2 0,0 0,0 90 90 90 4,2 0,9 39,3 182 0,0 0,1 0,0 0,0 17,1 13,4 85,4 531 26,9 0,1 0,2 0,0 59 59 59 59 58 50 50 50 50 50 50 50 50 50 50 50 50 50	90 90 90 7,4 1,3 32,5 171 0,0 0,2 0,0 0,0 29,7	90 90 90 7,4 1,3 32,5 171 0,0 0,2 0,0 0,0 29,7 196,2 90 90 90 4,2 0,9 39,3 182 0,0 0,1 0,0 0,0 16,2 78,3 17,1 13,4 85,4 531 26,9 0,1 0,0 0,0 45,7 60,5	90 90 90 7,4 1,3 32,5 171 0,0 0,2 0,0 0,0 29,7 196,2 55,8 90 90 90 90 4,2 0,9 39,3 182 0,0 0,1 0,0 0,0 16,2 78,3 17,1 17,1 13,4 85,4 531 26,9 0,1 0,0 0,0 45,7 60,5 8,2 17,1 17,1 13,4 1,3 1,3 1,3 1,3 1,3 1,3 1,3 1,3 1,3 1,3

масло растительное	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Жаркое "Казань" №396-1996			300	26,8	21,2	31,2	423	6,2	0,3	0,0	5,7	32,4	268,1	60,6	3,8
говядина 1 категории	107	79										·			
или говядина полуфабрикат	93	79													
масса тушеного мяса		50													
картофель - 01.0931.10 25%	239	180													
01.1131.1230%	257	180													
01.01-29.02 - 35%	277	180													
01.03 - 40%	301	180													
помидоры свежие парниковые	64	63													
или помидоры свежие грунтовые	74	63													
чернослив	10	10													
лук репчатый	39	33													
масло сливочное	15	15													
зелень свежая (петрушка, укроп)	4,1	3													
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	40	40	40	1,9	0,4	17,5	81	0,0	0,0	0,0	0,0	7,2	34,8	7,6	1,1
сонник		•		5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (ряженка, биопростокваша, ацидофилин, снежок, йогурт питьевой №645-1996)	207	200	200	5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
		•		или	•	•		•	•	•	•	· · · · · ·			
Молоко питьевое кипяченое 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:				135	131	505	3735	161	1,6	1,3	15,2	1347	1930,2	517,1	28,6
Соотношение белков:жиров:углеводов				1	1	4									
			2	6 ден	Ь										
				Эн	ергетичес	кая ценності	ь (ккал)		Витам	ины, мг			Минерал	OLI ME	
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		Битам	Piribi, Mi			Минера	iibi, wi	
				Белки, г	жиры, т	7131.1	оц, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				24,0	32,4	83,5	722	1,4	0,2	0,0	0,6	437,3	481,5	70,9	2,8
Бутерброд горячий с сыром №10-2004			50	4,4	11,0	13,1	169	0,0	0,0	0,0	0,5	78,5	62,5	7,5	0,4
масло сливочное	5	5													
сыр	16	15													
хлеб пшеничный	30	30													
Суп молочный с крупой №162-1996			300	9,5	8,7	25,0	216	0,8	0,0	0,0	0,1	160,3	141,6	14,1	0,3
молоко питьевое	150	150													
или молоко концентрированное	69	69													
или молоко сухое	18	18													
вода кипяченая для концентрированного молока	81	81													
вода кипяченая для сухого молока	132	132													
вода питьевая	138	138													
крупа рисовая, или манная, или кукурузная	18	18													
или ячневая, или гречневая, или пшено	24	24													
масло сливочное	5	5													
сахар	5	5													
Йогурт сливочный в индивидуальной упаковке для детского питан	ІИЯ		100	5,8	12,0	5,0	151	0,6	0,0	0,0	0,0	183,0	186,0	25,0	0,0
Чай с сахаром №685-2004			200	0,4	0,0	16,5	68	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0	0,0	0,0
чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	15	15													

Хлеб ржаной	30	30	30	1,4	0,3	13,1	61	0,0	0,0	0,0	0,0	5,4	26,1	5,7	0,8
Хлеб пшеничный	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	_,-	-,-			-,-		-,-	-,-	-,-			1,0
2 завтрак				4	9	65	353	11	0	0	0	18	12	0	0
Кондитерское изделие промышленного производства (зефир, мар	мепал па	астипа)	25	2,2	7,9	42,8	251	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	мелад, пе	тетила)	200	1,8	0,7	22,2	102				0,0	17,8	12,2	,	
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москва			200		·	-		11,1	0,0	0,0			· ·	0,0	0,0
ОБЕД				45,7	42,8	145,5	1150	114	0,9	0,1	41,3	156,6	805,8	185,7	11,7
Огурцы свежие парниковые №70-2006, Москва	102	100	100	0,8	0,1	2,5	14	9,8	0,0	0,0	0,1	22,5	41,2	13,7	0,6
или огурцы свежие грунтовые	105	100													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Суп с рыбными консервами №64-2001, Пермь			350/40	6,8	8,5	16,9	171	11,2	0,2	0,0	1,4	39,0	195,6	25,5	0,4
консервы рыбные в собственном соку или с добавлением масла	41	40													
картофель - 01.0931.10 25%	210	158													
01.1131.1230%	226	158													
01.01-29.02 - 35%	243	158													
01.03 - 40%	264	158													
морковь до 01.0120%	17,5	14													
c 01.01 - 25%	19	14													
лук репчатый	17	14													
масло сливочное	7	7													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Запеканка картофельная с мясом №430-1996	<u> </u>		300/10	27,1	32,0	32,2	525	11,3	0,4	0,1	38,3	42,2	321,9	78,5	4,9
говядина 1 категории	133	98		, -	,•	,-		,-	-,-	-,-	,-	,-	,•	- 5,0	-,-
· · ·	116	98													
или говядина полуфабрикат															
картофель - 01.0931.10 25%	380	286													
01.1131.1230%	409	286													

01.01-29.02 - 35%	440	286													
01.03 - 40%	478	286													
лук репчатый	26	22													
масло растительное	6	6													
сухари	6	6													
масло сливочное	10	10													
Отвар из плодов шиповника №705-2004			200	0,7	0,3	30,1	126	82,0	0,0	0,0	1,4	12,1	3,2	3,2	0,3
шиповник	25	25													
сахар	20	20													
Хлеб пшеничный	80	80	80	6,6	1,1	28,9	152	0,0	0,2	0,0	0,0	26,4	174,4	49,6	3,4
или хлеб витаминизированный			80												
Хлеб ржаной	80	80	80	3,8	0,8	35,0	162	0,0	0,1	0,0	0,0	14,4	69,6	15,2	2,2
полдник				11,0	14,7	88,2	529,1	5,3	0,2	0,2	1,2	82,9	136,1	13,7	0,0
Булочка "Фантазия" (технико - технологическая карта)			100	10,4	14,3	55,2	391	1,3	0,1	0,2	1,2	42,9	82,1	13,7	0,0
мука пшеничная	63	63													
мука на подпыл	2	2													
сахар	11	11													
соль йодированная	0,5	0,5													
масло сливочное	15	15													
дрожжи прессованные	3	3													
или дрожжи сухие	0,8	0,8													
яйцо куриное	9	9													
молоко питьевое	15	15													
изюм	11	10													
яйцо куриное для смазки изделия	5	5													
				T					1			_			
масло растительное для смазки листа	0,3	0,3													

Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, Москва	200	200	200	0,6	0,4	33,0	138	4,0	0,1	0,0	0,0	40,0	54,0	0,0	0,0
Ужин				27,0	34,8	71,8	708,2	14,0	0,4	0,0	3,7	160,8	366,7	83,7	6,7
Котлеты мясо-картофельные по-хлыновски с маслом №454-2004			100/10	17,2	21,2	5,1	280	0,7	0,3	0,0	3,2	41,2	173,0	28,0	2,7
говядина 1 категории	95	70													
или говядина полуфабрикат	83	70													
свинина мясная	15	12,5													
картофель - 01.0931.10 25%	27	20													
01.1131.1230%	29	20													
01.01-29.02 - 35%	31	20													
01.03 - 40%	33	20													
лук репчатый	15	12,5													
яйцо куриное	7,5	7,5													
сухари	7,5	7,5													
масло растительное для смазки листа	4	4													
масло сливочное	10	10													
Капуста тушённая в соусе сметанном (технико-технологическая ка	рта)		230	5,1	12,7	14,0	191	12,1	0,0	0,0	0,5	95,6	74,0	22,3	1,3
капуста белокочанная свежая	319	255													
морковь до 01.0120%	23	18													
c 01.01 - 25%	24	18													
лук репчатый	14	12													
масло сливочное	12	12													
сметана	10	10													
мука пшеничная	4	4													
Кисель из свежих ягод + Витамин С, №590-1996			200	0,1	0,0	25,2	101	1,2	0,0	0,0	0,0	5,5	6,3	2,9	0,2
клюква, или брусника, или смородина	21,2	20													
крахмал	6	6													

				1	1				l	1					
сахар	18	18													
Хлеб пшеничный	40	40	40	3,3	0,6	14,4	76	0,0	0,1	0,0	0,0	13,2	87,2	24,8	1,7
или хлеб витаминизированный			40												
Хлеб ржаной	30	30	30	1,4	0,3	13,1	61	0,0	0,0	0,0	0,0	5,4	26,1	5,7	0,8
сонник				5,6	6,8	23,5	177,6	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (ряженка, биопростокваша, ацидофилин, снежок, йогурт питьевой №645-1996)	207	200	200	5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
	!	!		или			-		!	-		!			
Молоко питьевое кипяченое 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:	I.			117	140	478	3640	148	1,8	0,3	47,1	1143	1936,3	383,9	21,4
Соотношение белков:жиров:углеводов				1	1	4									
			2	7 ден	Ь										
				Энергетическая ценность (ккал)											
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции						Витам	ины, мг			Минерал	ты, мг	
			• •	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК	<u>I</u>	I		35,1	34,5	76,1	755,3	1,8	0,2	1,2	1,3	449,5	543,9	67,8	2,9
Бутерброд с маслом №1-2004			30/15	2,4	11,1	15,0	170	0,0	0,0	0,6	0,5	9,6	24,0	4,2	0,3
хлеб пшеничный	30	30													
масло сливочное	15	15													
Пудинг из творога с молоком сгущенным №362-2004	<u> </u>	<u> </u>	200/30	23,3	15,4	33,1	364	0,5	0,1	0,0	0,6	298,9	347,5	41,9	1,0
Творог		157													
ТВОРОГ	159	157													
крупа манная		16													
<u>'</u>	16														
крупа манная	16 20	16													
крупа манная яйцо куриное	16 20	16													
крупа манная яйцо куриное масло сливочное	16 20 7 20	16 20 7													
крупа манная яйцо куриное масло сливочное сахар	16 20 7 20 15,2	16 20 7 20													

сметана	7	7													
сухари	7	7													
масло сливочное (для смазки)	6	6													
масса готового пудинга		200													
молоко сгущенное с сахаром	30	30													
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
Кофейный напиток №253-2004, Пермь			200	3,4	3,2	19,0	118	1,3	0,0	0,0	0,0	118,0	88,2	13,7	0,1
кофейный напиток	5,5	5,5													
сахар	15	15													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
вода кипяченая для сухого молока	88	88													
Хлеб пшеничный	20	20	20	1,6	0,3	7,2	38	0,0	0,0	0,0	0,0	6,6	43,6	12,4	0,8
или хлеб витаминизированный			20												
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
2 завтрак		•		6	7	68	357	4	0	0	0	40	54	0	0
Кондитерское изделие промышленного производства (печенье, пр сушки, баранки, и т.п.)	яники, ва	фли,	25	5,5	6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, Москва	200	200	200	0,6	0,4	33,0	138	4,0	0,1	0,0	0,0	40,0	54,0	0,0	0,0
ОБЕД				31	41	155	1111	89	0	1	5	164	511	123	11
Салат "Лето" (технико-технологическая карта)			100	0,7	5,0	6,8	75	77,9	0,0	0,0	3,5	31,2	33,1	0,0	1,6
огурцы свежие парниковые	38	37													
или огурцы свежие грунтовые	39	37													
помидоры свежие парниковые	38	37													
или помидоры свежие грунтовые	44	37													

редис красный обрезной	36	25													
или перец свежий	33	25													
чеснок свежий	0,6	0,5													
сахар	0,5	0,5													
лимон для сока	5	2													
масло растительное	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной с мясом №110	-2004		350/5/10	4,5	5,3	16,4	131	10,7	0,1	0,0	0,4	49,9	94,7	36,5	1,9
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
свекла до 01.01 -20%	70	56													
c 01.01 - 25%	74	56													
капуста белокочанная свежая	35	28													
картофель - 01.0931.10 25%	37	28													
01.1131.1230%	40	28													
01.01-29.02 - 35%	43	28													
01.03 - 40%	47	28													
морковь до 01.0120%	17,5	14													
c 01.01 - 25%	19	14													
лук репчатый	17	14													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	10	10													
масло сливочное	7	7													
сметана	5	5								_					
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Сосиски, сардельки, колбаса отварные с маслом №413-2004			100/10	7,4	23,8	0,0	244	0,0	0,0	0,0	0,6	19,0	44,6	0,0	0,2
сардельки, или сосиски молочные, или колбаса вареная высшего сорта для детского питания		100													
сорта для детского питания		1	1		1	l .	l .	1	l		l				

масло сливочное	10	10													
Макаронные изделия отварные №516-2004		ļ	180	6,2	4,5	37,2	214	0,0	0,1	0,1	1,1	15,9	48,8	8,8	0,9
макаронные изделия	63	63													
масло сливочное	6	6													
Компот из изюма + Витамин "С" №638-2004			200	0,3	0,0	23,5	95	0,0	0,0	0,5	0,0	0,5	2,5	0,0	0,1
моки	15	15													
сахар	15	15													
Хлеб пшеничный	100	100	100	8,2	1,4	36,1	190	0,0	0,2	0,0	0,0	33,0	218,0	62,0	4,2
или хлеб витаминизированный			100												
Хлеб ржаной	80	80	80	3,8	0,8	35,0	162	0,0	0,1	0,0	0,0	14,4	69,6	15,2	2,2
полдник				12,9	11,8	94,2	534,3	17,2	0,1	0,1	0,2	290,7	301,2	32,5	0,4
Шарлотка яблочная простая (технико-технологическая карта)			130	4,7	5,9	60,0	312	5,1	0,1	0,0	0,0	61,7	74,8	8,1	0,2
мука пшеничная	26	26													
сахар	36	36													
яйцо куриное	35	35													
натрий двууглекислый	1,3	1,3													
лимон для сока	17	7													
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	74	65													
масло растительное для смазки листа	2	2													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москва			200	1,8	0,7	22,2	102	11,1	0,0	0,0	0,2	17,8	12,2	0,0	0,0
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	210	200	200	6,4	5,2	12,0	120	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
ужин				35,4	31,9	87,6	779	30,0	0,4	0,2	1,3	268,2	571,0	123,6	5,4
Шницель рыбный натуральный с маслом сливочным №391-2004			120/10	24,4	20,5	4,5	300	1,1	0,2	0,1	0,6	34,8	233,6	35,6	1,4
горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	155	103													
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	187	103													
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	139	103													

или треска потрошеная обезглавленная (филе с кожей без костей)	135	103													
лук репчатый	23	19													
молоко питьевое	10	10													
яйцо куриное	10	10													
сухари	14	14													
масло растительное	8	8													
масло сливочное	10	10													
Рис припущенный с овощами (технико-технологическая карта)		!	200	3,7	7,2	28,0	192	28,5	0,0	0,2	0,7	26,4	78,6	34,4	1,0
крупа рисовая	60	60													
масло сливочное	10	10													
морковь до 01.0120%	81	65													
c 01.01 - 25%	86	65													
Чай с молоком №630-1996			200	2,1	3,2	23,2	130	0,4	0,0	0,0	0,0	186,6	136,8	21,2	0,2
чай-заварка	1,8	1,8													
сахар	20	20													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
вода кипяченая для сухого молока	88	88													
Хлеб пшеничный	40	40	40	3,3	0,6	14,4	76	0,0	0,1	0,0	0,0	13,2	87,2	24,8	1,7
или хлеб витаминизированный		1	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			ı	5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (ряженка, биопростокваша, ацидофилин, снежок, йогурт питьевой №645-1996)	207	200	200	5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
CHOMON, NOI YPT HINTEGOON NEOTO-1220			<u>I</u>	или	<u> </u>	<u> </u>	<u> </u>		l .		<u> </u>	<u> </u>			

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:		ļ	·	126	133	504	3714	143	1,3	2,1	8,3	1500	2115,3	376,5	19,9
Соотношение белков:жиров:углеводов				1	1	4									
			2	8 ден	Ь			•			l				
				Эн	ергетическ	кая ценность	ь (ккал)		D						
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		Битам	ины, мг			Минерал	пы, мі	
				Белки, г	жиры, і	9131. 1	Эц, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК	•	•	•	27,1	43,6	64,8	759,6	1,8	0,2	0,9	0,1	722,1	603,7	71,4	2,3
Для бутерброда:															
Масло сливочное (порциями) №96-2004	20	20	20	0,2	14,6	0,2	133	0,0	0,0	0,8	0,0	4,8	6,0	0,0	0,0
Сыр (порциями) №97-2004	26	25	25	7,3	11,3	0,0	131	0,2	0,1	0,0	0,0	270,0	145,0	0,0	0,0
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
Хлеб пшеничный	30	30	30	2,5	0,4	10,8	57	0,0	0,1	0,0	0,0	9,9	65,4	18,6	1,3
или хлеб витаминизированный			30												
Каша кукурузная жидкая, с маслом №311-2004			250/5	9,8	10,9	33,0	269	0,5	0,1	0,1	0,1	222,6	155,7	24,7	0,3
крупа кукурузная	50	50													
сахар	5	5													
вода питьевая	85	85													
молоко питьевое	125	125													
или молоко концентрированное	58	58													
или молоко сухое	15	15													
вода кипяченая для концентрированного молока	68	68													
вода кипяченая для сухого молока	110	110													
масло сливочное	5	5													
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
2 завтрак				6	7	68	357	4	0	0	0	40	54	0	0

Кондитерское изделие промышленного производства (печенье, просушки, баранки, и т.п.)	яники, ва	фли,	25	5,5	6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, Москва	200	200	200	0,6	0,4	33,0	138	4,0	0,1	0,0	0,0	40,0	54,0	0,0	0,0
ОБЕД				41,5	45,0	145,1	1151	74,4	0,9	0,2	6,4	143,3	659,7	182,2	13,2
Салат из свежих помидоров №19-2004			100	0,5	5,2	4,3	66	22,0	0,0	0,2	0,3	4,6	8,5	1,0	0,3
помидоры свежие парниковые	85	83													
или помидоры свежие грунтовые	98	83													
лук зеленый	19	15													
или лук репчатый	18	15													
масло растительное	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Суп полевой с мясом №137 - 1996			350/10	6,6	6,1	20,4	163	7,1	0,1	0,0	0,3	22,2	106,9	36,0	1,6
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
картофель - 01.0931.10 25%	133	100													
01.1131.1230%	143	100													
01.01-29.02 - 35%	154	100													
01.03 - 40%	167	100													
крупа пшено	17	17													
лук репчатый	33	28													
масло сливочное	7	7													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Котлеты из мяса с маслом сливочным №451-2004			100/10	16,3	23,1	4,8	292	0,1	0,3	0,0	3,1	39,1	164,3	26,6	2,6
говядина 1 категории	101	74													
или говядина полуфабрикат	87	74													
или фарш промышленного производства	74	74													
хлеб пшеничный	18	18													

		1		1	1					1					
молоко питьевое или вода питьевая	20	20													
яйцо куриное	4	4													
сухари	10	10													
масло растительное	6	6													
масло сливочное на полив	10	10													
Рагу из овощей №215-1996			230	5,9	8,4	19	175	43,6	0,1	0,0	2,6	23,3	88,3	38,0	1,4
картофель - 01.0931.10 25%	51	38													
01.1131.1230%	54	38													
01.01-29.02 - 35%	59	38													
01.03 - 40%	63	38													
капуста белокочанная свежая	119	95													
или кабачки	142	95													
или баклажаны	95	90													
морковь до 01.0120%	73	58													
c 01.01 - 25%	77	58													
лук репчатый	27	23													
масло растительное	7	7													
для соуса томатного (№587-2004)		70													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	12	12													
мука пшеничная	3	3													
морковь до 01.0120%	15,0	12													
c 01.01 - 25%	16,0	12													
лук репчатый	2,4	2,0													
масло сливочное	3	3													
Компот из свежих плодов + Витамин "С" №585-1996		•	200	0,2	0,0	25,6	103	1,6	0,0	0,0	0,1	6,8	4,1	3,4	0,9
яблоки свежие	45,4	40													
		·	1	1		ı			L		L	·			

						•									
или груши свежие	44	40													
или слива или персик или нектарины свежие	44	40													
или абрикосы свежие	46	40													
или черешня или вишня свежие	42	40													
сахар	20	20													
Хлеб пшеничный	100	100	100	8,2	1,4	36,1	190	0,0	0,2	0,0	0,0	33,0	218,0	62,0	4,2
или хлеб витаминизированный		•	100												
Хлеб ржаной	80	80	80	3,8	0,8	35,0	162	0,0	0,1	0,0	0,0	14,4	69,6	15,2	2,2
полдник				11,7	7,5	114,2	571	24,5	0,2	0,3	0,1	45,0	97,1	98,9	2,0
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													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москва			230	3,5	0,2	39,9	176	23,0	0,0	0,2	0,0	18,4	64,4	96,6	1,4
Кисель из чернослива или кураги №643-2004			200	0,1	0,1	25,2	102	1,5	0,0	0,0	0,1	7,4	8,2	0,0	0,6
чернослив или курага	20	20													

8	8													
15	15													
			31,9	27,6	97,9	768	14,5	0,4	0,3	1,1	144,5	530,9	78,1	8,2
		100	1,6	5,0	5,9	75	7,2	0,0	0,2	0,3	42,7	33,2	4,8	0,6
160	81													
18	15													
19	15													
5	5													
)		350	22,4	21,2	28,2	393	6,2	0,2	0,1	0,8	67,0	313,6	24,1	3,3
114	102													
108	102													
108	102													
	70													
90	87													
	70													
379	285													
408	285													
439	285													
476	285													
15	15													
15	15													
1,3	1													
2,7	2													
5	5													
		200	0,2	0,0	15,9	64	1,1	0,0	0,0	0,0	4,2	1,1	0,7	0,1
1,8	1,8													
	15 160 18 19 5) 114 108 108 90 379 408 439 476 15 1,3 2,7 5	15 15 160 81 18 15 19 15 5 5) 114 102 108 102 108 102 70 90 87 70 379 285 408 285 439 285 476 285 15 15 15 15 1,3 1 2,7 2 5 5	15 15 100 160 81 18 15 19 15 5 5 0 350 114 102 108 102 108 102 70 90 87 70 90 87 70 379 285 408 285 439 285 446 285 15 15 15 15 1,3 1 2,7 2 5 5	15	15 15 31,9 27,6 100 1,6 5,0 160 81 18 15 19 15 5 5 108 102 108 102 90 87 70 379 285 408 285 476 285 15 15 1,3 1 1,3 1 200 0,2 0,0	15 15 31,9 27,6 97,9 100 1,6 5,0 5,9 160 81 18 15 19 15 5 5 108 102 108 102 90 87 408 285 476 285 15 15 15 15 13 1 15 5 15 15 <td< td=""><td>31,9 27,6 97,9 768 100 1,6 5,0 5,9 75 160 81 18 15 19 15 5 5 108 102 108 102 70 90 87 408 285 476 285 15 15 1,3 1 2,7 2 5 5 </td><td> 15</td><td>15 15 31,9 27,6 97,9 768 14,5 0,4 100 1,6 5,0 5,9 75 7,2 0,0 160 81 .</td><td>15 15 31,9 27,6 97,9 768 14,5 0,4 0,3 160 81 100 1,6 5,0 5,9 75 7,2 0,0 0,2 18 15 1 <t< td=""><td> 15</td><td>15</td><td> 15</td><td> 15</td></t<></td></td<>	31,9 27,6 97,9 768 100 1,6 5,0 5,9 75 160 81 18 15 19 15 5 5 108 102 108 102 70 90 87 408 285 476 285 15 15 1,3 1 2,7 2 5 5	15	15 15 31,9 27,6 97,9 768 14,5 0,4 100 1,6 5,0 5,9 75 7,2 0,0 160 81 .	15 15 31,9 27,6 97,9 768 14,5 0,4 0,3 160 81 100 1,6 5,0 5,9 75 7,2 0,0 0,2 18 15 1 <t< td=""><td> 15</td><td>15</td><td> 15</td><td> 15</td></t<>	15	15	15	15

		1		1		l	1			1	ı	l I			
сахар	15	15													
Хлеб пшеничный	60	60	60	4,9	0,8	21,7	114	0,0	0,1	0,0	0,0	19,8	130,8	37,2	2,5
или хлеб витаминизированный			60												
Хлеб ржаной	60	60	60	2,8	0,6	26,2	122	0,0	0,0	0,0	0,0	10,8	52,2	11,4	1,7
сонник				5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (ряженка, биопростокваша, ацидофилин, снежок, йогурт питьевой №645-1996)	207	200	200	5,6	6,8	23,5	178	1,8	0,0	0,0	0,0	288,0	134,0	30,0	0,2
				или											
Молоко питьевое кипяченое 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:				124	137	513	3784	121	1,8	1,6	7,7	1383	2079,3	460,7	25,9
Соотношение белков:жиров:углеводов				1	1	4									
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД				3578	3702	14200	104430	3105	46	191	389	37221	56434	12022	672
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД				127,8	132,2	507,2	3730	111	1,6	6,8	13,9	1329	2015,5	429,4	24,0
СРЕДНЯЯ КАЛОРИЙНОСТЬ		511	1190	2029	3730										
одержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от плорийности					32	54	100								
оотношение кальция к фосфору												1,5			