УТВЕРЖДАЮ

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

_Г.К. Епифанова

ПРИМЕРНОЕ 28-ми ДНЕВНОЕ МЕНЮ

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

с 7 до 11 лет (весенне-летний сезон)

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

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

(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 7 до 11 лет) в ФГБУ «Сергиево Посадском детском доме слепоглухих» – завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин, сонник (п. 6.8, 6.14 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Нормы потребления рассчитаны для детей школьного возраста (с 7 до 11 лет) в соответствии с Пищевой ценностью в сутки не менее: белки - 112, жиры — 119, углеводы — 424, энергетическая ценность - 3209 - завтрак (20%), второй завтрак (10%), обед (30%), полдник(15%), ужин(20%), сонник (5%) согласно Приложения 8, таблица №1 «Рекомендуемые среднесуточные наборы пищевых продуктов, в том числе, используемых для приготовления блюд и напитков, для обучающихся общеобразовательных учреждений» СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно — эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования» и постановления правительства РФ от 07 ноября 2005 г №659 «Об утверждении норм материального обеспечения детей сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, обучающихся и воспитывающихся в федеральных государственных образовательных учреждениях, несовершеннолетних, обучающихся и воспитывающихся 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 № 1214 "16" марта 2016г для питания детей - сирот и детей оставшихся без попечения родителей, с 7 до 11 лет (весенне - летний сезон)

Меню содержит обязательные вложения - титульный лист, накопительную, аннотацию

1 день

				Энер	ргетическая	я ценность	(ккал)		_						
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	_					Витам	ины, мг			Минералі	ы, мг	
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				22,4	26,6	87,1	677	2,8	0,3	0,3	1,6	464,6	466,3	78,5	2,5
Бутерброд горячий с мясопродуктами и сыром №1	1-2004		90	6,8	11,5	15,2	191	0,0	0,1	0,0	0,7	115,4	104,1	11,2	0,5
колбаса вареная, или полукопченая, или ветчина для детского питания	31	30													
сыр	21	20													
хлеб пшеничный	40	40													
Каша пшеничная жидкая, с маслом №311-2004	-	-	200/5	8,2	9,2	39,5	274	0,4	0,1	0,0	0,2	197,5	177,4	35,3	0,5
крупа пшеничная	35	35													
сахар	4	4													
вода питьевая	70	70													
молоко питьевое	103	103													
или молоко концентрированное	47	47													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	56	56													
вода кипяченая для сухого молока	91	91													
масло сливочное	5	5													
Какао с молоком сгущенным №250-2004, Пермь	_	-	200	4,8	5,4	16,5	134	2,4	0,1	0,3	0,7	141,5	123,9	15,8	0,1

какао - порошок	5	5													
сахар	3	3													
<u>'</u>	38	38													
молоко сгущенное с сахаром															
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
Хлеб пшеничный	20	20	20	1,6	0,3	7,2	38	0,0	0,0	0,0	0,0	6,6	43,6	12,4	0,8
или хлеб витаминизированный			20												
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	•			5,9	6,5	56,6	309	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	200	0,4	0,0	22,1	90	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Кондитерское изделие промышленного производстряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)	гва (пече	нье,	25	5,5	6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД				32,1	32,1	125,9	921	5,4	0,5	0,1	1,7	134,7	457,1	110,4	8,1
Салат из свежих огурцов №16-2004			80/4	1,3	4,0	6,6	68	3,9	0,0	0,0	0,1	33,0	21,5	3,0	0,5
огурцы свежие парниковые	82	80													
или огурцы свежие грунтовые	84	80													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Суп-харчо, с мясом №154-1996			250/10	6,0	6,5	16,3	148	0,7	0,1	0,0	0,2	14,2	77,2	22,2	1,0
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
крупа рисовая	18	18													
морковь до 01.0120%	12,5	10													
c 01.01 - 25%	13	10					_								
лук репчатый	24	20													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	5	5													

чеснок свежий	0,6	0,5													
масло сливочное	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Биточки рубленые из птицы паровые с маслом №3			80/10	11,7	16,2	6,6	219	0,0	0,1	0,0	0,4	31,1	102,6	13,6	1,0
		1	00/10	11,7	10,2	0,0	213	0,0	0,1	0,0	0,4	31,1	102,0	13,0	1,0
курица потрошеная 1 категории (мякоть без кожи)	144	62													
или филе индейка	65	62													
хлеб пшеничный	15	15													
вода или молоко питьевое	21	21													
масло сливочное для припускания	1,6	1,6													
масло сливочное	10	10													
Макаронные изделия отварные с овощами №517-20	004		150	3,8	3,8	25,5	151	0,7	0,1	0,1	0,7	9,9	28,6	5,4	0,6
макаронные изделия	35	35													
масло сливочное	5	5													
масса отварных макаронных изделий		100													
морковь до 01.0120%	69	55													
c 01.01 - 25%	73	55													
Компот из сухофруктов + Витамин "С" №638-2004			200	0,4	0,0	20,2	82	0,1	0,0	0,0	0,3	11,0	9,3	7,1	0,2
сухофрукты	15	15													
сахар	15	15													
Хлеб пшеничный	80	80	80	6,6	1,1	28,9	152	0,0	0,2	0,0	0,0	26,4	174,4	49,6	3,4
или хлеб витаминизированный			80												
Хлеб ржаной	50	50	50	2,4	0,5	21,9	101	0,0	0,0	0,0	0,0	9,0	43,5	9,5	1,4
полдник	полдник				16,7	73,4	504	10,2	0,0	0,1	0,1	12,3	12,7	5,5	0,8
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москі					0,5	16,2	77	9,0	0,0	0,1	0,1	6,8	6,4	2,6	0,6

Мучное пряничное изделие промышленного произв	водства		100	13,1	16,2	32,0	326	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Кисель из свежих ягод + Витамин С, №590-1996			200	0,1	0,0	25,2	101	1,2	0,0	0,0	0,0	5,5	6,3	2,9	0,2
клюква, или брусника, или смородина	21,2	20													
крахмал	6	6													
сахар	18	18													
Ужин				25,6	24,1	81,9	647	41,3	0,3	0,1	3,0	102,4	346,9	83,1	5,9
Салат венгерский (технико - технологическая карта)		80	0,7	4,0	5,4	60	37,5	0,0	0,0	2,3	20,5	35,4	6,6	1,3
морковь до 01.0120%	35	28													
c 01.01 - 25%	37	28													
перец свежий	16	12													
помидоры свежие парниковые	33	32													
или помидоры свежие грунтовые	38	32													
лук репчатый	5	4													
лимон для сока	10	4													
сахар	0,4	0,4													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Котлета рыбная "Лада" с маслом (технико - техноло	огическа	я карта)	80/5	17,5	15,5	13,7	264	0,8	0,1	0,1	0,3	27,0	133,6	23,8	1,2
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	74	55													
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	83	55													
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	100	55													
или треска потрошеная обезглавленная (филе без кожи и костей)	75	55										_			
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе без кожи и костей)	102	55										_			
хлеб пшеничный	16	16	_												

вода или молоко питьевые	4	4													
лук репчатый	19	16													
чеснок свежий	1,0	0,8													
масло сливочное	5	5													
яйцо куриное	5	5													
мука пшеничная	6	6													
масло растительное	4	4													
масло сливочное	5	5													
Пюре картофельное №520-2004			150	3,0	3,8	19,3	123	2,2	0,1	0,0	0,3	35,7	77,6	26,0	0,9
картофель - 01.0931.10 25%	170	128													
01.1131.1230%	183	128													
01.01-29.02 - 35%	197	128													
01.03 - 40%	214	128													
молоко питьевое	23	23													
или молоко концентрированное	11	11													
или молоко сухое	3	3													
вода кипяченая для концентрированного молока	12	12													
вода кипяченая для сухого молока	20	20													
масло сливочное	5	5													
Чай с лимоном №686-2004			200/5	0,1	0,0	15,2	61	0,8	0,0	0,0	0,0	2,2	0,1	0,5	0,1
чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	15	15													
лимон	6	5		_									_	_	
Хлеб пшеничный	30	30	30	2,5	0,4	10,8	57	0,0	0,1	0,0	0,0	9,9	65,4	18,6	1,3

или хлеб витаминизированный			30												
Хлеб ржаной	40	40	40	1,9	0,4	17,5	81	0,0	0,0	0,0	0,0	7,2	34,8	7,6	1,1
сонник				5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. №645-1996	207	200	200	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
					или										
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	210	200	200	6,4	6,2	12,0	129	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
итого:				107	112	443	3211	70	1	1	6	984	1497	316	20
Соотношение белков:жиров	:углево	дов		1	1	4									
					2 ден	Ь									
				Энер	гетическая	я ценность	(ккал)		Витамі	ины, мг			Минералі	J. MF	
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал			,				,	_
				Desikui, i	жиры, г	7131.1	оц, ккил	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				32,4	27,3	65,6	638	2,0	0,1	0,4	0,5	320,1	435,6	39,5	1,9
Бутерброд с маслом №1-2004			20/10	1,6	7,4	10,0	114	0,0	0,0	0,4	0,3	6,4	16,0	2,8	0,2
хлеб пшеничный	20	20													
масло сливочное	10	10													
Запеканка из творога со сгущённым молоком №366	-2004		130/20	24,8	16,2	20,6	327	0,7	0,0	0,0	0,1	185,5	270,4	6,8	0,1
творог	123	122													
крупа манная	9	9													
или мука пшеничная	10	10													
сахар	7	7													
яйцо куриное	4	4													
масло сливочное	5	5													
сухари	5	5													

	сметана 5														
сметана	5	5													
масса готовой запеканки		130													
молоко сгущенное с сахаром	20	20													
Кофейный напиток №253-2004, Пермь			200	3,4	3,2	19,0	118	1,3	0,0	0,0	0,0	118,0	88,2	13,7	0,1
кофейный напиток	5,5	5,5													
сахар	15	15													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
вода кипяченая для сухого молока	88	88													
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
Хлеб пшеничный				1,6	0,3	7,2	38	0,0	0,0	0,0	0,0	6,6	43,6	12,4	0,8
или хлеб витаминизированный			20												
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				4,0	8,4	59,0	328	9,0	0,0	0,1	0,1	6,8	6,4	2,6	0,6
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москв	за		200	1,8	0,5	16,2	77	9,0	0,0	0,1	0,1	6,8	6,4	2,6	0,6
Кондитерское изделие промышленного производст вафельные, зефир, мармелад, пастила)	ва (конф	еты	25	2,2	7,9	42,8	251	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД				38,3	36,0	131,5	1003	31,6	0,4	48,6	5,6	120,7	538,3	142,6	9,8
Салат из белокочанной капусты №43-2004			80	1,4	4,0	6,2	66	17,8	0,0	0,0	1,7	36,5	17,8	12,2	0,6
капуста белокочанная свежая (стертая с солью)	127	64													
лук зеленый	лук зеленый 15 12														
или морковь до 01.0120%	или морковь до 01.0120% 15 12														
c 01.01 - 25%	c 01.01 - 25% 16 12														
сахар	0,8	0,8													

масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Суп-лапша с помидорами по - казачьи, с курицей N	2149-1996		250/10	6,1	7,1	19,0	164	1,0	0,1	48,5	0,6	17,5	68,2	12,4	0,9
курица потрошеная 1 категории (мякоть без кожи)	29	26													
лапша домашняя №549-2004		20													
мука пшеничная	18	18													
мука пшеничная на подпыл	1,2	1,2													
яйцо куриное	5	5													
вода питьевая	3,5	3,5													
соль йодированная	0,5	0,5													
или лапша промышленного производства	20	20													
морковь до 01.0120%	12,5	10													
c 01.01 - 25%	13	10													
помидоры свежие парниковые	20,4	20													
или помидоры свежие грунтовые	24	20													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Гуляш №152-2004, Пермь			50/50	18,3	14,2	4,1	217	0,2	0,1	0,1	2,3	11,1	178,3	18,3	2,1
говядина 1 категории	107	79													
или говядина полуфабрикат	93	79													
масло растительное	5	5													
лук репчатый	12	10													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	4	4													

мука пшеничная	2,5	2,5													
Каша гречневая вязкая №302-2004			150	4,1	8,8	18,5	170	0,0	0,0	0,0	0,6	8,5	106,7	55,5	2,5
крупа гречневая	38	38													
вода питьевая	121	121													
масло сливочное	8	8													
Компот из свежих ягод + Витамин С, №357-2002			200	0,1	0,0	21,6	87	1,5	0,0	0,0	0,2	3,8	2,6	3,6	0,2
клюква или брусника	26,4	25													
сахар	20	20													
Хлеб пшеничный	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
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Моске	за		200	1,8	0,7	22,2	102	11,1	0,0	0,0	0,2	17,8	12,2	0,0	0,0
полдник				12,1	12,6	82,5	492	5,2	0,2	0,2	1,1	78,6	127,9	12,3	0,0
Мучное изделие промышленного производства			100	11,5	12,2	49,5	354	1,2	0,1	0,2	1,1	38,6	73,9	12,3	0,0
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	200	0,6	0,4	33,0	138	4,0	0,1	0,0	0,0	40,0	54,0	0,0	0,0
ужин				26,5	34,7	62,2	667	11,8	0,6	0,0	3,6	99,2	410,1	111,4	6,3
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													

10	10													
6	6													
10	10													
	•	200	6,2	10,9	18,0	195	11,7	0,3	0,0	0,6	44,8	154,2	60,6	1,6
93	70													
100	70													
108	70													
117	70													
107	72													
68	54													
72	54													
33	28													
12	12													
3	3													
		200	0,1	0,0	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													
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												
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
			5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
207	200	200	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
	•			или			•							
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
	6 10 93 100 108 117 107 68 72 33 12 3 1,5 15 30	6 6 10 10 93 70 100 70 108 70 117 70 107 72 68 54 72 54 33 28 12 12 3 3 1,5 1,5 15 15 30 30 207 200	6 6 10 10 200 93 70 100 70 108 70 117 70 107 72 68 54 72 54 33 28 12 12 12 3 3 3 200 1,5 1,5 15 15 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30	6 6 10 10 10 200 6,2 93 70 100 70 108 70 117 70 107 72 68 54 72 54 33 28 12 12 3 3 3 28 12 12 12 3 3 3 3 20 0,1 1,5 1,5 15 15 15 30 30 30 30 2,5 30 30 30 30 1,4 5,6 207 200 200 5,6	6 6 10 10 200 6,2 10,9 93 70 100 70 117 70 107 72 68 54 72 54 33 28 12 12 3 3 15 1,5 15 15 30 30 30 2,5 0,4 207 200 200 5,6 6,4 или	6 6 10 10 200 6,2 10,9 18,0 93 70 100 70 117 70 107 72 68 54 72 54 33 28 12 12 33 3 1,5 1,5 15 15 30 30 30 2,5 0,4 10,8 30 30 30 1,4 0,3 13,1 5,6 6,4 18,2 207 200 200 5,6 6,4 18,2	6 6 10 10 200 6,2 10,9 18,0 195 93 70 100 70 117 70 107 72 68 54	6 6 10 10 200 6,2 10,9 18,0 195 11,7 93 70 <	6 6	6 6	6 6 10 11 10 <td< td=""><td>6 6 6 70 10 10 70 70 18,0 195 11,7 0,3 0,0 0,6 44,8 93 70 70 70 70 70 70 70 70 70 70 70 70 70</td><td>6 6 6 10 10 10 200 6,2 10,9 18,0 195 11,7 0,3 0,0 0,6 44,8 154,2 153 1,8 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 18,8 154 20 10,9 18,0 195 11,7 0,3 10,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,</td><td> 6</td></td<>	6 6 6 70 10 10 70 70 18,0 195 11,7 0,3 0,0 0,6 44,8 93 70 70 70 70 70 70 70 70 70 70 70 70 70	6 6 6 10 10 10 200 6,2 10,9 18,0 195 11,7 0,3 0,0 0,6 44,8 154,2 153 1,8 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 18,8 154 20 10,9 18,0 195 11,7 0,3 10,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,	6

итого:				119	125	419	3280	61	1	49	11	867	1706	338	19
Соотношение белков:жиров	:углево	дов		1	1	4									
					3 ден	Ь									
				Энер	огетическая	я ценность	(ккал)		Витам	ины, мг			Минерал	LI MF	
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		27774181	,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,			штораз		
				20,1101, 1	7(07)251, 1	71,111	оц, шал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				17,2	17,1	112,2	672	1,6	0,4	0,2	1,1	417,2	532,2	126,1	5,5
Бутерброд с джемом или повидлом с маслом №1,2	-2004		30/20/5	2,9	4,1	34,5	187	0,8	0,1	0,1	0,8	10,2	24,6	7,0	0,6
хлеб пшеничный	30	30													
масло сливочное		5													
джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, консервантов и красителей)	20,4	20													
Каша "Солнечная" с маслом (технико-технологичес	"Солнечная" с маслом (технико-технологическая карта)				8,9	27,7	220	0,4	0,2	0,1	0,3	200,3	244,4	63,1	2,0
крупа кукурузная	13	13													
крупа манная	13	13													
сахар	4	4													
соль йодированная	0,9	0,9													
вода питьевая	70	70													
молоко питьевое	102	102													
или молоко концентрированное	47	47													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	55	55													
вода кипяченая для сухого молока	90	90													
масло сливочное	5	5													
Чай с молоком №630-1996	олоком №630-1996					23,2	130	0,4	0,0	0,0	0,0	186,6	136,8	21,2	0,2

	чай - заварка 1,8					ı		l	I			1	I	I	
чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	20	20													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
вода кипяченая для сухого молока	88	88													
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
Хлеб пшеничный		ı	50	4,1	0,7	18,1	95	0,0	0,1	0,0	0,0	16,5	109,0	31,0	2,1
или хлеб витаминизированный			50												
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	ВТОРОЙ ЗАВТРАК			5,9	6,5	56,6	309	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	200	0,4	0,0	22,1	90	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Кондитерское изделие промышленного производстряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)	гва (пече	енье,	25	5,5	6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД				43,6	31,2	136,8	1002	30,3	0,7	1,4	7,6	152,3	482,4	105,6	8,8
Салат зеленый с огурцами и помидорами №15-2004	,		80	1,2	4,0	6,3	66	7,1	0,0	0,0	2,3	26,9	31,1	8,2	1,5
капуста пекинская (китайская)	30	21													
огурцы свежие парниковые	33	32													
или огурцы свежие грунтовые	34	32													
помидоры свежие парниковые	27	26													
или помидоры свежие грунтовые	31	26													
масло растительное	масло растительное 4 4														
зелень свежая (петрушка, укроп)	<u>'</u>														
Яйцо отварное №337-2004	(13 13 1)			5,0	4,6	0,3	63	0,0	0,0	0,6	0,2	19,4	66,8	4,2	0,9
				1					<u> </u>						

Суп "Летний" из овощей с мясом и сметаной №14/2 Екатеринбург	2 - 2011,		250/10/5	3,3	6,5	10,4	113	8,6	0,1	0,3	0,4	28,3	19,0	20,4	0,8
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 белокочанная свежая	25	20													
помидоры свежие парниковые	15,3	15													
или помидоры свежие грунтовые	17,7	15													
морковь до 01.0120%	13	10													
c 01.01 - 25%	13	10													
лук репчатый	12	10													
горошек зеленый консервированный	14	9													
масло сливочное	5	5													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Рыба по - татарски (технико-технологическая карта)		300	23,1	13,8	23,4	310	3,5	0,3	0,0	4,4	24,0	132,9	13,7	0,8
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	166	123													
или горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	172	120													
или горбуша неразделанная (филе с кожей без костей)	206	120													
или треска потрошеная обезглавленная (филе с кожей без костей)	157	120													
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	196	120													
лук репчатый	30	25													

	,														
вода питьевая	85	85													
картофель - 01.0931.10 25%	233	175													
01.1131.1230%	250	175													
01.01-29.02 - 35%	270	175													
01.03 - 40%	292	175													
масло сливочное	12	12													
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	80	80	80	6,6	1,1	28,9	152	0,0	0,2	0,0	0,0	26,4	174,4	49,6	3,4
или хлеб витаминизированный			80												
Хлеб ржаной	50	50	50	2,4	0,5	21,9	101	0,0	0,0	0,0	0,0	9,0	43,5	9,5	1,4
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Моск	за		200	1,8	0,7	22,2	102	11,1	0,0	0,0	0,2	17,8	12,2	0,0	0,0
полдник			l	16,3	18,1	71,0	512	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													

		6													
крошка:															
сахар	2,2	2,2													
масло сливочное	1,1	1,1													
мука пшеничная	2,2	2,2													
ванилин	0,1	0,1													
яйцо куриное для смазки изделия	2	2													
масло растительное для смазки листа	0,3	0,3													
Молоко питьевое кипяченое 2,5 % №260-2004	210	200	200	5,5	5,6	10,0	112	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
ужин		<u>I</u>		28,2	23,5	74,5	622	46,2	0,4	5,8	1,0	235,9	493,2	70,3	8,1
Продукт творожный для детского питания промыш производства (масса творожного продукта конкрет фактическому использованию от 100 г и выше)		ся по	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,	5	5													
красителей и консервантов) лук репчатый	12	10													
масло сливочное	1	1													
Рис припущенный с овощами (технико-технологич	еская кар	та)	150	2,9	5,4	22,0	148	22,5	0,0	0,1	0,5	20,8	62,1	27,2	0,8
крупа рисовая	45	45													

масло сливочное	8	8													
кукуруза консервированная	28	17													
морковь до 01.0120%	21	17													
c 01.01 - 25%	23	17													
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	Į.	<u>I</u>	40												
Хлеб ржаной	30	30	30	1,4	0,3	13,1	61	0,0	0,0	0,0	0,0	5,4	26,1	5,7	0,8
сонник				5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. №645-1996	207	200	200	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
					или										
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	210	200	200	6,4	6,2	12,0	129	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
итого:				117	103	469	3269	89	2	8	10	1322	2007	374	25
Соотношение белков:жиров	:углево	дов		1	1	4									
					4 ден	Ь									
				Энер	ргетическая	я ценность	(ккал)		_						
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	_					Витамі	ины, мг			Минералі	ы, мг	
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				27,4	32,9	66,9	673	5,3	0,3	0,0	2,8	282,4	459,8	65,7	4,0
Бутерброд горячий с сыром №10-2004			50	4,4	11,0	13,1	169	0,0	0,0	0,0	0,5	78,5	62,5	7,5	0,4
масло сливочное	5	5													
сыр	16	15													
L															

хлеб пшеничный	30	30													
Омлет натуральный с маслом №284-1996 с подгарн 2006,Москва)	іировкой	(Nº244	200	17,2	18,1	9,6	270	4,4	0,1	0,0	2,2	105,4	251,0	25,9	1,7
яйцо куриное	125	125													
молоко питьевое	47	47													
или молоко концентрированное	22	22													
или молоко сухое	6	6													
вода кипяченая для концентрированного молока	25	25													
вода кипяченая для сухого молока	41	41													
масло растительное	3	3													
масса готового омлета		165													
масло сливочное на полив	10	10													
огурец свежий грунтовый	31,5	30													
или огурец свежий парниковый	31	30													
или горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	46	30													
Кофейный напиток на сгущенном молоке №252-200	04, Пермь	,	200	2,4	3,2	24,6	137	0,9	0,0	0,0	0,0	85,0	63,5	9,9	0,1
кофейный напиток	5,5	5,5													
сахар	10	10													
молоко сгущенное с сахаром	28	28													
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
Хлеб пшеничный		•	30	2,5	0,4	10,8	57	0,0	0,1	0,0	0,0	9,9	65,4	18,6	1,3
или хлеб витаминизированный			30												
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	•			5,9	6,5	56,6	309	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	200	0,4	0,0	22,1	90	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0

Кондитерское изделие промышленного производст пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)	гва (пече	енье,	25	5,5	6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД				27,8	27,8	162,0	1009	41,4	0,7	0,6	1,9	120,4	513,7	115,7	10,1
Салат из свежих помидоров №19-2004			80	0,4	4,2	3,4	53	17,6	0,0	0,2	0,2	3,7	6,8	0,8	0,2
помидоры свежие парниковые	68	67													
или помидоры свежие грунтовые	79	67													
лук зеленый	15	12													
или лук репчатый	14	12													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Борщ волынский с мясом и сметаной №119-2004			250/10/5	4,5	4,6	13,1	112	7,3	0,1	0,2	0,3	23,0	88,3	26,0	1,2
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
свекла до 01.0120%	30	24													
c 01.01 - 25%	32	24													
капуста белокочанная свежая	63	50													
картофель - 01.0931.10 25%	33	25													
01.1131.1230%	36	25													
01.01-29.02 - 35%	39	25													
01.03 - 40%	42	25													
морковь до 01.0120%	18,75	15													
c 01.01 - 25%	20	15													
лук репчатый	12	10												_	
помидоры свежие парниковые	35,7	35													
или помидоры свежие грунтовые	41,3	35													

масло сливочное	5	5													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Фрикадельки в соусе №469-2004			80/50	7,3	12,5	12,9	193	1,0	0,2	0,1	0,2	17,4	144,8	19,8	2,2
говядина 1 категории	75	55													
или говядина полуфабрикат	65	55													
или фарш промышленного производства	55	55													
хлеб пшеничный	12	12													
вода или молоко питьевые	16	16													
лук репчатый	7,1	6													
мука пшеничная	7	7													
масло растительное	3	3													
соус томатный №587-2004		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													
Макаронные изделия отварные №516-2004			150	4,2	4,0	28,5	167	0,0	0,1	0,1	0,8	11,9	36,6	6,6	0,7
макаронные изделия	52	52													
масло сливочное	5	5													
Компот из свежих плодов + Витамин "С" №585-1996	3		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													

40 40 40 40 20													
40													
40													
				-									
20													
	250	2,3	0,8	27,8	128	13,9	0,0	0,0	0,3	22,2	15,3	0,0	0,0
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
	80												
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
	<u> </u>	12,9	21,0	57,2	469	3,7	0,0	0,2	0,6	196,5	166,6	5,9	1,4
	130/20	12,8	20,9	37,1	388	1,9	0,0	0,2	0,5	188,3	157,5	5,9	0,7
87													
15													
13													
1,3													
9													
26													
26													
4													
3													
130													
20													
1	<u> </u>	l	или	l									
	150/20	20.5	11.2	39.0	339	0.0	0.0	0.1	0.5	230.8	210.5	8.1	0,1
	50 87 15 13 1,3 9 26 26 4 3 130	80 50 50 130/20 87 15 13 1,3 9 26 26 4 3 130	80 50 50 2,4 12,9 130/20 12,8 87 15 13 1,3 9 26 26 4 3 130 20	80 50 50 2,4 0,5 12,9 21,0 130/20 12,8 20,9 15 13 13 1,3 9 26 26 4 3 130 20 ИЛИ	80 50 50 2,4 0,5 21,9 12,9 21,0 57,2 130/20 12,8 20,9 37,1 87 15 13 13 1,3 9 26 26 4 3 130 3 20 ИЛИ	80 2,4 0,5 21,9 101 12,9 21,0 57,2 469 130/20 12,8 20,9 37,1 388 87 15 3 3 3 3 13 1,3 9	80 2,4 0,5 21,9 101 0,0 12,9 21,0 57,2 469 3,7 130/20 12,8 20,9 37,1 388 1,9 87 15 3 3 3 3 3 13 1,3 9 </td <td>80 2,4 0,5 21,9 101 0,0 0,0 12,9 21,0 57,2 469 3,7 0,0 87 130/20 12,8 20,9 37,1 388 1,9 0,0 15 13 13 13 13 13 14 14 14 14 14 14 14 14 14 14 14 13 130 130 130 130 130 130 14 15</td> <td>80 2,4 0,5 21,9 101 0,0 0,0 0,0 12,9 21,0 57,2 469 3,7 0,0 0,2 87 130/20 12,8 20,9 37,1 388 1,9 0,0 0,2 15 13 13 13 13 14 14 14 14 14 14 14 14 14 14 14 14 15 14 15 <td< td=""><td>80 80 6,6 1,1 28,9 152 0,0 0,2 0,0 0,0 50 50 2,4 0,5 21,9 101 0,0 0,0 0,0 0,0 12,9 21,0 57,2 469 3,7 0,0 0,2 0,6 87 15 388 1,9 0,0 0,2 0,5 13 1,3 3 3 3 3 26 4 3 3 3 3 130 20 130 3 3 3</td><td> 80 80 6,6 1,1 28,9 152 0,0 0,2 0,0 0,0 26,4 80 50 50 2,4 0,5 21,9 101 0,0 0,0 0,0 0,0 12,9 21,0 57,2 469 3,7 0,0 0,2 0,6 196,5 130 130 12,8 20,9 37,1 388 1,9 0,0 0,2 0,5 188,3 87 15 13 1,3</td><td>80 80 6,6 1,1 28,9 152 0,0 0,2 0,0 0,0 26,4 174,4 80 8</td><td>80 80 6,6 1,1 28,9 152 0,0 0,2 0,0 0,0 26,4 174,4 49,6 80 50 50 2,4 0,5 21,9 101 0,0 0,0 0,0 0,0 9,0 43,5 9,5 12,9 21,0 57,2 469 3,7 0,0 0,2 0,6 196,5 166,6 5,9 87 15 13 13 13 13 14 13 14 14 14 14 14 14 14 14 14 14 14 14 14 14 14 14 15</td></td<></td>	80 2,4 0,5 21,9 101 0,0 0,0 12,9 21,0 57,2 469 3,7 0,0 87 130/20 12,8 20,9 37,1 388 1,9 0,0 15 13 13 13 13 13 14 14 14 14 14 14 14 14 14 14 14 13 130 130 130 130 130 130 14 15	80 2,4 0,5 21,9 101 0,0 0,0 0,0 12,9 21,0 57,2 469 3,7 0,0 0,2 87 130/20 12,8 20,9 37,1 388 1,9 0,0 0,2 15 13 13 13 13 14 14 14 14 14 14 14 14 14 14 14 14 15 14 15 <td< td=""><td>80 80 6,6 1,1 28,9 152 0,0 0,2 0,0 0,0 50 50 2,4 0,5 21,9 101 0,0 0,0 0,0 0,0 12,9 21,0 57,2 469 3,7 0,0 0,2 0,6 87 15 388 1,9 0,0 0,2 0,5 13 1,3 3 3 3 3 26 4 3 3 3 3 130 20 130 3 3 3</td><td> 80 80 6,6 1,1 28,9 152 0,0 0,2 0,0 0,0 26,4 80 50 50 2,4 0,5 21,9 101 0,0 0,0 0,0 0,0 12,9 21,0 57,2 469 3,7 0,0 0,2 0,6 196,5 130 130 12,8 20,9 37,1 388 1,9 0,0 0,2 0,5 188,3 87 15 13 1,3</td><td>80 80 6,6 1,1 28,9 152 0,0 0,2 0,0 0,0 26,4 174,4 80 8</td><td>80 80 6,6 1,1 28,9 152 0,0 0,2 0,0 0,0 26,4 174,4 49,6 80 50 50 2,4 0,5 21,9 101 0,0 0,0 0,0 0,0 9,0 43,5 9,5 12,9 21,0 57,2 469 3,7 0,0 0,2 0,6 196,5 166,6 5,9 87 15 13 13 13 13 14 13 14 14 14 14 14 14 14 14 14 14 14 14 14 14 14 14 15</td></td<>	80 80 6,6 1,1 28,9 152 0,0 0,2 0,0 0,0 50 50 2,4 0,5 21,9 101 0,0 0,0 0,0 0,0 12,9 21,0 57,2 469 3,7 0,0 0,2 0,6 87 15 388 1,9 0,0 0,2 0,5 13 1,3 3 3 3 3 26 4 3 3 3 3 130 20 130 3 3 3	80 80 6,6 1,1 28,9 152 0,0 0,2 0,0 0,0 26,4 80 50 50 2,4 0,5 21,9 101 0,0 0,0 0,0 0,0 12,9 21,0 57,2 469 3,7 0,0 0,2 0,6 196,5 130 130 12,8 20,9 37,1 388 1,9 0,0 0,2 0,5 188,3 87 15 13 1,3	80 80 6,6 1,1 28,9 152 0,0 0,2 0,0 0,0 26,4 174,4 80 8	80 80 6,6 1,1 28,9 152 0,0 0,2 0,0 0,0 26,4 174,4 49,6 80 50 50 2,4 0,5 21,9 101 0,0 0,0 0,0 0,0 9,0 43,5 9,5 12,9 21,0 57,2 469 3,7 0,0 0,2 0,6 196,5 166,6 5,9 87 15 13 13 13 13 14 13 14 14 14 14 14 14 14 14 14 14 14 14 14 14 14 14 15

1	1		ı	1	ı			1				1	1	ı
151	150													
20	20													
5	5													
9	9													
3,5	3,5													
	150													
20	20													
		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													
			33,3	26,0	67,7	637,6	3,9	0,5	0,2	5,9	83,1	336,9	78,2	4,2
		100/10	23,8	19,2	3,2	281	0,7	0,2	0,1	5,6	20,0	127,7	15,0	0,2
153	113													
170	119													
205	119													
138	119													
156	119													
194	119													
4	4													
5	5													
5 10	5 10													
		150	4,2	5,8	17,4	139	2,4	0,2	0,1	0,3	40,5	87,2	30,3	1,1
	20 5 9 3,5 20 34,2 8 15 153 170 205 138 156 194 4	20 20 5 5 9 9 3,5 3,5 150 20 20 34,2 30 8 8 15 15 153 113 170 119 205 119 138 119 156 119 194 119 4 4	20 20 5 5 9 9 9 3,5 3,5 200 20 20 20 200 34,2 30 8 8 8 15 15 15 15 153 113 170 119 205 119 138 119 156 119 194 119 4 4 4	20 20 5 5 9 9 3,5 3,5 150	20 20	20 20	20 20	20 20	20 20	20 20	20 20	20 20	20 20 1	20

01.1131.1230%	215	150													
01.01-29.02 - 35%	231	150													
01.03 - 40%	251	150													
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													
лимон	6	5													
Хлеб пшеничный	40	40	40	3,3	0,6	14,4	76	0,0	0,1	0,0	0,0	13,2	87,2	24,8	1,7
или хлеб витаминизированный			40												
Хлеб ржаной	40	40	40	1,9	0,4	17,5	81	0,0	0,0	0,0	0,0	7,2	34,8	7,6	1,1
сонник				5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. №645-1996	207	200	200	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
					или										
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	210	200	200	6,4	6,2	12,0	129	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
итого:				113	121	429	3250	64	2	1	11	952	1691	303	22
Соотношение белков:жиров	:углево	дов		1	1	4									
					5 ден	Ь									
				Энер	огетическая	я ценность	(ккал)		Burou				Managara		
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		Битамі	ины, мг			Минералі	ы, мі	
				Белки, г	жиры, г	3131. 1	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				27,0	28,2	78,7	678	1,9	0,3	0,4	0,6	526,0	446,0	52,2	2,0
Бутерброд с маслом №1-2004	<u> </u>				7,4	10,0	114	0,0	0,0	0,4	0,3	6,4	16,0	2,8	0,2
хлеб пшеничный	20	20													
							•		•	•					

масло сливочное	10	10													
Каша пшенная жидкая с маслом №311-2004		1	200/5	7,0	8,9	30,0	228	0,6	0,2	0,0	0,3	149,0	180,9	45,6	1,2
крупа пшено	40	40													
молоко питьевое	168	168													
или молоко концентрированное	77	77													
или молоко сухое	20	20													
вода кипяченая для концентрированного молока	91	91													
вода кипяченая для сухого молока	148	148													
сахар	4	4													
соль йодированная	1	1													
масло сливочное	5	5													
Какао с молоком №642-1996			200	4,0	5,7	26,0	171	0,7	0,0	0,0	0,0	177,0	133,7	0,0	0,1
какао - порошок	5	5													
сахар	20	20													
молоко питьевое	130	130													
или молоко концентрированное	60	60													
или молоко сухое	16	16													
вода кипяченая для концентрированного молока	70	70													
вода кипяченая для сухого молока	114	114													
Продукт творожный промышленного производства питания (масса творожного продукта конкретизируе фактическому использованию от 100 г и выше)		ского	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
ВТОРОЙ ЗАВТРАК		_	_	4,0	8,4	59,0	328	9,0	0,0	0,1	0,1	6,8	6,4	2,6	0,6
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Моск	за		200	1,8	0,5	16,2	77	9,0	0,0	0,1	0,1	6,8	6,4	2,6	0,6

Кондитерское изделие промышленного производст вафельные, зефир, мармелад, пастила)	ва (конф	еты	25	2,2	7,9	42,8	251	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД				40,8	34,7	123,2	968	26,9	0,4	0,0	7,2	152,6	408,9	86,2	4,9
Салат из свежих огурцов №16-2004			80/4	1,3	4,0	6,6	68	3,9	0,0	0,0	0,1	33,0	21,5	3,0	0,5
огурцы свежие парниковые	82	80													
или огурцы свежие грунтовые	84	80													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Суп с рыбными фрикадельками №142-2004			250/50	7,9	5,4	16,3	145	8,0	0,2	0,0	1,0	27,9	139,7	18,2	0,3
картофель - 01.0931.10 25%	113	85													
01.1131.1230%	122	85													
01.01-29.02 - 35%	131	85													
01.03 - 40%	142	85													
морковь до 01.0120%	12,5	10													
c 01.01 - 25%	13	10													
лук репчатый	12	10													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	3	3													
масло сливочное	5	5													
фрикадельки:															
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	65	48													
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	72	48													
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	87	48													
или треска потрошеная 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		<u>I</u>	250	22,5	23,4	14,9	360	3,7	0,1	0,0	5,3	32,5	68,8	11,7	0,2
курица потрошеная 1 категории	81	72													
или окорочок куриный	76	72													
или грудка куриная	76	72													
масса тушеной курицы (порционные кусочки)		50													
или филе куриное промышленного производства	64	62													
масса тушеного филе		50													
масло растительное	3	3													
картофель - 01.0931.10 25%	160	120													
01.1131.1230%	172	120													
01.01-29.02 - 35%	185	120													
01.03 - 40%	200	120													
морковь до 01.0120%	30	24													
c 01.01 - 25%	32	24													
кабачки	36	24													
или баклажаны	23	22													
лук репчатый	25	21													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	8	8													
мука пшеничная	3	3													
масло растительное	5	5													
Компот из кураги + Витамин "С" №638-2004			200	0,8	0,0	23,3	96	0,2	0,0	0,0	0,5	16,0	14,1	12,8	0,4
курага	15	15													

сахар	15	15													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Моск	ва	I	200	1,8	0,7	22,2	102	11,1	0,0	0,0	0,2	17,8	12,2	0,0	0,0
Хлеб пшеничный	50	50	50	4,1	0,7	18,1	95	0,0	0,1	0,0	0,0	16,5	109,0	31,0	2,1
или хлеб витаминизированный			50												
Хлеб ржаной	50	50	50	2,4	0,5	21,9	101	0,0	0,0	0,0	0,0	9,0	43,5	9,5	1,4
полдник				12,1	12,6	82,5	492	5,2	0,2	0,2	1,1	78,6	127,9	12,3	0,0
Мучное изделие промышленного производства			100	11,5	12,2	49,5	354	1,2	0,1	0,2	1,1	38,6	73,9	12,3	0,0
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	200	0,6	0,4	33,0	138	4,0	0,1	0,0	0,0	40,0	54,0	0,0	0,0
ужин				15,7	32,3	64,2	610	8,0	0,2	0,0	1,1	105,4	232,4	55,1	4,9
Салат сезонный №23-2006, Москва			80	1,2	4,0	5,1	61	4,7	0,0	0,0	0,1	31,2	17,6	4,2	1,5
редис красный обрезной	46,4	32													
помидоры свежие парниковые	41	40													
или помидоры свежие грунтовые	47	40													
лук зеленый	8	6													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Сосиски, сардельки, колбаса отварные с маслом N	º413-2004	,	100/10	7,4	23,8	0,0	244	0,0	0,0	0,0	0,6	19,0	44,6	0,0	0,2
сардельки, или сосиски молочные, или колбаса вареная высшего сорта для детского питания	102	100													
масло сливочное	10	10													
Пюре картофельное №520-2004			150	3,0	3,8	19,3	123	2,2	0,1	0,0	0,3	35,7	77,6	26,0	0,9
картофель - 01.0931.10 25%	170	128													
01.1131.1230%	183	128													
01.01-29.02 - 35%	197	128													

214	128													
23	23													
11	11													
3	3													
12	12													
20	20													
5	5													
<u>I</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
1,8	1,8													
15	15													
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														
леб ржаной 30 30 30						61	0,0	0,0	0,0	0,0	5,4	26,1	5,7	0,8
			5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
207	200	200	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
				или										
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
			105	123	426	3228	53	1	1	10	1111	1410	238	13
:углево	дов		1	1	4									
				6 ден	Ь									
			Энергетическая ценность (ккал)											
Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	cca					Витамі	ины, мг			Минералі	ol, MΓ	
			и Белки, г Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
ЗАВТРАК					98,5	669	2,7	0,2	0,1	1,3	375,5	305,7	69,4	1,5
	11 3 12 20 5 1,8 15 30 30 207 210	23 23 11 11 3 3 12 12 20 20 5 5 1,8 1,8 15 15 30 30 207 200 210 200 :yeлeso∂os	23 23 11 11 11 3 3 3 3 12 12 12 20 20 5 5 5 200 200 1,8 1,8 1,8 15 15 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30	23 23 11 11 11 3 3 3 3 12 12 12 20 20 5 5 5 200 0,2 1,8 1,8 1,8 15 15 30 30 2,5 30 30 30 1,4 5,6 207 200 5,6 207 200 5,6 210 200 6,4 105 3:углево∂ов 1 3нер	23 23	23 23	23 23	23 23	23 23	23 23	23 23 23	23 23	23 23	23 23 23

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 молок технологическая карта)	ом (техні	ико-	180/20	17,2	16,2	35,5	357	0,7	0,1	0,1	0,7	246,1	184,4	46,9	0,7
печенье песочное	36	36													
творог	132	132													
мука пшеничная	15	15													
сахар	13	13													
яйцо куриное	18	18													
сухари	7	7													
сметана	4	4													
масло сливочное для смазки листа	3,5	3,5													
масса готового суфле		180													
молоко сгущенное с сахаром	20	20													
Хлеб ржаной	10	10	10	0,5	0,1	4,4	20	0,0	0,0	0,0	0,0	1,8	8,7	1,9	0,3
Кофейный напиток №253-2004, Пермь			200	3,4	3,2	19,0	118	1,3	0,0	0,0	0,0	118,0	88,2	13,7	0,1
кофейный напиток	5,5	5,5													
сахар	15	15													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
вода кипяченая для сухого молока	88	88													
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	•			5,9	6,5	56,6	309	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0

Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	200	0,4	0,0	22,1	90	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Кондитерское изделие промышленного производстряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)	гва (пече	енье,	25	5,5	6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД				40,7	43,4	111,7	1000,7	47,0	0,4	0,6	6,2	155,1	495,4	109,7	7,4
Помидоры свежие №71-2006, Москва			80	0,5	0,2	3,4	17	5,9	0,0	0,0	1,8	3,3	0,0	0,7	0,2
помидоры свежие парниковые	82	80													
или помидоры свежие грунтовые	94	80													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Яйцо отварное №337-2004			40	5,0	4,6	0,3	63	0,0	0,0	0,6	0,2	19,4	66,8	4,2	0,9
Суп "Питательный " мясом и сметаной (технико-те карта)	ехнологи	ческая	250/10/5	4,5	5,2	18,5	139	1,8	0,1	0,0	0,4	13,6	70,2	8,8	0,1
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
картофель - 01.0931.10 25%	80	60													
01.1131.1230%	86	60													
01.01-29.02 - 35%	92	60													
01.03 - 40%	100	60													
крупа кукурузная	10	10													
морковь до 01.0120%	12,5	10													
c 01.01 - 25%	13,3	10													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное	5	5													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Суфле из кур с маслом №503-2004		-	80/10	19,2	24,6	0,0	298	0,2	0,0	0,0	1,5	59,5	66,1	2,9	0,4

курица потрошеная 1 категории	179	77													
или грудка куриная	113	77													
яйцо куриное	15	15													
соус молочный густой №598-2004		20													
молоко питьевое	16	16													
масло сливочное	3	3													
мука пшеничная	3	3													
вода питьевая	4	4													
масло растительное для смазки листа	3	3													
масло сливочное	10	10													
Рагу из овощей №215-1996			200	3,0	7,3	18,0	150	37,9	0,1	0,0	2,3	20,3	76,8	33,0	1,2
картофель - 01.0931.10 25%	44	33													
01.1131.1230%	47	33													
01.01-29.02 - 35%	51	33													
01.03 - 40%	55	33													
капуста белокочанная свежая	100	80													
или кабачки	119	80													
или баклажаны	80	76													
морковь до 01.0120%	63	50													
c 01.01 - 25%	67	50													
лук репчатый	24	20													
масло растительное	6	6													
для соуса томатного (№587-2004)		60													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	10	10													

мука пшеничная	2,7	2,7													
-															
морковь до 01.0120%	12,5	10													
c 01.01 - 25%	13,3	10													
лук репчатый	1,4	1,2													
масло сливочное	2,7	2,7													
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	80	80	80	6,6	1,1	28,9	152	0,0	0,2	0,0	0,0	26,4	174,4	49,6	3,4
или хлеб витаминизированный			80												
Хлеб ржаной	40	40	40	1,9	0,4	17,5	81	0,0	0,0	0,0	0,0	7,2	34,8	7,6	1,1
полдник				15,5	16,5	74,4	508	10,0	0,2	0,1	1,0	503,5	458,4	63,5	0,8
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													
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 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

Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Моске	за		200	1,8	0,5	16,2	77	9,0	0,0	0,1	0,1	6,8	6,4	2,6	0,6
ужин				30,1	31,2	77,4	710	12,9	0,3	1,0	5,7	256,6	570,8	80,5	6,0
Салат из пекинской капусты (технико - технологиче	ская кар	та)	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)			150	2,2	3,4	30,2	160	0,0	0,1	0,0	0,6	25,5	121,5	16,5	0,9
крупа пшеничная	38	38													
вода питьевая	120	120													
масло сливочное	5	5													

Чай с молоком №630-1996			200	2,1	3,2	23,2	130	0,4	0,0	0,0	0,0	186,6	136,8	21,2	0,2
чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	20	20													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
вода кипяченая для сухого молока	88	88													
Хлеб пшеничный	20	20	20	1,6	0,3	7,2	38	0,0	0,0	0,0	0,0	6,6	43,6	12,4	0,8
или хлеб витаминизированный	•		20												
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	40	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
сонник		5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2		
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. №645-1996	200	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2		
					или				•						•
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	210	200	200	6,4	6,2	12,0	129	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
итого:				122	124	437	3349	82	1	2	14	1561	2044	361	18
Соотношение белков:жиров	:углево	дов		1	1	4									
					7 ден	Ь									
				Энег	эгетическая	я ценность	(ккал)		_						
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	_					Витамі	ины, мг			Минераль	اد, M۲	
			Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
ЗАВТРАК				20,8	34,1	64,3	647	0,9	0,2	0,8	0,1	428,7	395,4	46,6	3,0
Для бутерброда:															
Масло сливочное (порциями) №96-2004	20	20	20	0,2	14,6	0,2	133	0,0	0,0	0,8	0,0	4,8	6,0	0,0	0,0

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

	1	1				1	ī				r	Ī	1	ı	
перец свежий	43	32													
или помидоры свежие грунтовые	38	32													
или помидоры свежие парниковые	33	32													
капуста свежая белокочанная (стертая с солью)	89	45													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Суп гороховый с гренками и мясом №139-2004			250/20/10	9,1	4,8	30,2	200	2,1	0,2	0,0	0,6	32,8	116,8	36,2	2,1
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
картофель - 01.0931.10 25%	82	62													
01.1131.1230%	89	62													
01.01-29.02 - 35%	95	62													
01.03 - 40%	104	62													
горох лущёный	17,2	17													
лук репчатый	15	13													
морковь до 01.0120%	12,5	10													
c 01.01 - 25%	13	10													
масло сливочное	5	5													
хлеб пшеничный	37	31													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Рыба, запеченная с яйцом, с маслом №142-2004, Пе	рмь		100/60/10	21,9	22,4	5,4	311	0,5	0,1	0,0	2,2	21,2	115,7	9,6	0,1
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	153	113													
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	179	119													
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	217	119													
		•			-		•	•	-	•	•		-	-	

или треска потрошеная обезглавленная (филе без	162	119													
кожи и костей) или окунь морской потрошенный обезглавленный	220	119													
(филе без кожи и костей)															
яйцо куриное	60	60													
мука пшеничная	3	3													
масло растительное для смазки листа	3	3													
масло сливочное	10	10													
Картофель отварной с маслом №203-2004			150	4,2	5,8	17,4	139	2,4	0,2	0,1	0,3	40,5	87,2	30,3	1,1
картофель - 01.0931.10 25%	200	150													
01.1131.1230%	215	150													
01.01-29.02 - 35%	231	150													
01.03 - 40%	251	150													
масло сливочное	7	7													
Компот из сухофруктов + Витамин "С" №638-2004			200	0,4	0,0	20,2	82	0,1	0,0	0,0	0,3	11,0	9,3	7,1	0,2
сухофрукты	15	15													
сахар	15	15													
Хлеб пшеничный	50	50	50	4,1	0,7	18,1	95	0,0	0,1	0,0	0,0	16,5	109,0	31,0	2,1
или хлеб витаминизированный			50												
Хлеб ржаной	50	50	50	2,4	0,5	21,9	101	0,0	0,0	0,0	0,0	9,0	43,5	9,5	1,4
полдник				10,9	5,8	98,4	489	12,8	0,2	0,2	1,3	34,4	75,1	13,4	2,2
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													

		ī	ı	ī	I	ı	I	ı	ı	ı		ı	ı	ı	1
или дрожжи сухие	0,3	0,3													
соль йодированная	1,2	1,2													
мак для отделки	1	1													
вода питьевая или молоко питьевое	37	37													
масло растительное для смазки листа	0,3	0,3													
Кисель из чернослива или кураги №643-2004			200	0,1	0,1	23,1	94	1,5	0,0	0,0	0,1	7,4	8,2	0,0	0,6
чернослив или курага	15	15													
мука картофельная (крахмал)	8	8													
сахар	15	15													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Моск	за	Į.	250	2,3	0,6	20,3	96	11,3	0,0	0,1	0,1	8,5	8,0	3,3	0,8
ужин			l	24,7	27,1	77,1	651	0,9	0,3	0,0	3,0	59,6	390,4	113,4	7,8
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			150	4,1	8,8	18,5	170	0,0	0,0	0,0	0,6	8,5	106,7	55,5	2,5
крупа гречневая	38	38													
вода питьевая	121	121													
масло сливочное	8	8													
Чай с лимоном №686-2004		•	200/5	0,1	0,0	15,2	61	0,8	0,0	0,0	0,0	2,2	0,1	0,5	0,1

чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	15	15													
лимон	6	5													
Хлеб пшеничный	50	50	50	4,1	0,7	18,1	95	0,0	0,1	0,0	0,0	16,5	109,0	31,0	2,1
или хлеб витаминизированный		•	50												
Хлеб ржаной	50	50	50	2,3	0,5	21,8	101	0,0	0,0	0,0	0,0	9,0	43,5	9,5	1,4
сонник				5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
Молоко питьевое кипяченое 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										
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. №645-1996	207	200	200	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
ИТОГО:				111	118	431	3233	112	1	1	9	948	1575	344	23
Соотношение белков:жиров	итого: Соотношение белков:жиров:углеводов					4									
					8 ден	Ь									
					- 110										
				l I		я ценность	(ккал)		Витам	ины мг			Минерапі	bi Mr	
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Энер	гетическая	я ценность			Витам	ины, мг			Минералі	ы, мг	
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г		l I			(ккал) ЭЦ, ккал	С	Витамі	ины, мг А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Минералі Фосфор	ы, мг	Железо
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры ЗАВТРАК	Брутто, г	Нетто, г		Энер	гетическая	я ценность		c 1,2	I	А, мкг	E 0,8	Кальций 387,4		<u> </u>	железо 2,5
	Брутто, г	Нетто, г		Энер Белки, г	огетическая Жиры, г	я ценность Угл. г	ЭЦ, ккал		B1	А, мкг рет.экв.			Фосфор	Магний	
ЗАВТРАК	Брутто, г	Нетто , г	порции	Энер Белки, г 18,3	жиры, г 24,3	я ценность Угл. г 93,2	эц, ккал 666	1,2	B1 0,2	А, мкг рет.экв. 0,4	0,8	387,4	Фосфор	Магний 51,4	2,5
<i>ЗАВТРАК</i> Бутерброд с маслом №1-2004			порции	Энер Белки, г 18,3	жиры, г 24,3	я ценность Угл. г 93,2	эц, ккал 666	1,2	B1 0,2	А, мкг рет.экв. 0,4	0,8	387,4	Фосфор	Магний 51,4	2,5
ЗАВТРАК Бутерброд с маслом №1-2004 хлеб пшеничный	20	20	порции	Энер Белки, г 18,3	жиры, г 24,3	я ценность Угл. г 93,2	эц, ккал 666	1,2	B1 0,2	А, мкг рет.экв. 0,4	0,8	387,4	Фосфор	Магний 51,4	2,5
ЗАВТРАК Бутерброд с маслом №1-2004 хлеб пшеничный масло сливочное Каша манная молочная жидкая с изюмом и маслом	20	20	20/10	Энер Белки, г 18,3 1,6	жиры, г 24,3 7,4	угл. г 93,2 10,0	ЭЦ, ккал 666 114	1,2 0,0	B1 0,2 0,0	А, мкг рет.экв. 0,4 0,4	0,8	387,4	Фосфор 384,5 16,0	Магний 51,4 2,8	2,5 0,2
ЗАВТРАК Бутерброд с маслом №1-2004 хлеб пшеничный масло сливочное Каша манная молочная жидкая с изюмом и маслом технологическая карта)	20 10 (технико	20	20/10	Энер Белки, г 18,3 1,6	жиры, г 24,3 7,4	угл. г 93,2 10,0	ЭЦ, ккал 666 114	1,2 0,0	B1 0,2 0,0	А, мкг рет.экв. 0,4 0,4	0,8	387,4	Фосфор 384,5 16,0	Магний 51,4 2,8	2,5 0,2

	106	100			1				1						
молоко питьевое	106	106													
или молоко концентрированное	49	49													
или молоко сухое	13	13													
вода кипяченая для концентрированного молока	57	57													
вода кипяченая для сухого молока	93	93													
сахар	4	4													
соль йодированная	1	1													
масло сливочное	5	5													
Какао с молоком №642-1996		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													
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												
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	•			5,9	6,5	56,6	309	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	200	0,4	0,0	22,1	90	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Кондитерское изделие промышленного производст пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)	гва (пече	енье,	25	5,5	6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД				31,7	33,4	140,5	989	83,2	0,4	0,1	6,0	213,3	465,9	131,4	8,0

Салат "Пестрый" (технико-технологическая карта)			80	0,8	4,1	5,1	61	16,46	0,0	0,0	2,0	96,0	12,5	16,5	0,5
кукуруза консервированная (после термической обработки)	33	20													
помидоры свежие парниковые	21,4	21													
или помидоры свежие грунтовые	25	21													
морковь до 01.0120%	40	32													
c 01.01 - 25%	43	32													
лук репчатый	6	5													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Свекольник с мясом, со сметаной №34-2004, Пермь			250/10/5	5,1	6,9	15,0	143	6,6	0,1	0,0	0,3	39,7	85,5	31,8	1,8
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
свекла до 01.0120%	81	65													
c 01.01 - 25%	86	65													
картофель - 01.0931.10 25%	58	43													
01.1131.1230%	62	43													
01.01-29.02 - 35%	67	43													
01.03 - 40%	72	43													
морковь до 01.0120%	18,8	15													
c 01.01 - 25%	20	15													
лук репчатый	13	11													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	3	3													
масло сливочное	5	5													
сахар	1	1													

сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Плов по - узбекски №444-2004		I	250	17,8	20,5	37,6	406	0,1	0,1	0,0	2,7	28,9	210,0	42,6	2,2
говядина 1 категории	113	83													
или говядина полуфабрикат	98	83													
масса готового мяса		50													
крупа рисовая	67	67													
морковь до 01.0120%	66	53													
c 01.01 - 25%	70	53													
лук репчатый	20	17													
масло растительное	12	12													
Отвар из плодов шиповника №705-2004			200	0,2	0,1	25,1	102	49,0	0,0	0,0	0,9	7,2	1,9	1,9	0,2
шиповник	15	15													
сахар	18	18													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Моск	за		200	1,8	0,7	22,2	102	11,1	0,0	0,0	0,2	17,8	12,2	0,0	0,0
Хлеб пшеничный	50	50	50	4,1	0,7	18,1	95	0,0	0,1	0,0	0,0	16,5	109,0	31,0	2,1
или хлеб витаминизированный			50												
Хлеб ржаной	40	40	40	1,9	0,4	17,5	81	0,0	0,0	0,0	0,0	7,2	34,8	7,6	1,1
полдник				18,0	19,9	64,8	510	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
Мучное сдобное изделие промышленного произво	дства		100	12,5	14,3	54,8	398	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Молоко питьевое кипяченое 2,5 % №260-2004	210	200	200	5,5	5,6	10,0	112	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
ужин				24,4	30,9	62,2	624	29,0	0,4	0,2	0,8	101,2	262,8	76,2	5,0
Огурцы свежие парниковые №70-2006, г. Москва	82	80	80	0,6	0,1	2,0	11	7,8	0,0	0,0	0,1	18,0	32,9	11,0	0,5
или огурцы свежие грунтовые	84	80													

зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Драники из птицы запеченные, с маслом (технико-ткарта)	ехнологі	1 ческая	80/5	18,1	20,5	3,0	269	0,0	0,1	0,1	0,4	39,9	131,8	17,6	1,3
курица потрошеная 1 категории (мякоть без кожи)	195	84													
или филе куриное промышленного производства	89	84													
или фарш куриный промышленного производства	84	84													
яйцо куриное	20	20													
мука пшеничная	5	5													
масло растительное	4	4													
масло сливочное	5	5													
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	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	20	20	20	1,6	0,3	7,2	38	0,0	0,0	0,0	0,0	6,6	43,6	12,4	0,8

или хлеб витаминизированный			20												
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	40	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
сонник				5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. №645-1996	207	200	200	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
					или										
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	210	200	200	6,4	6,2	12,0	129	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
итого:				104	121	435	3251	124	1	1	8	1183	1541	321	18
Соотношение белков:жиров	:углево	дов		1	1	4									
					9 ден	Ь									
		Энер	гетическая	я ценность	(ккал)		Burou	ины, мг			Минералі				
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	F	W	V	211		Битамі	ины, мі			минералі	ы, мі	
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				21,8	24,9	89,0	667	1,9	0,4	0,0	1,0	407,1	487,2	101,5	4,2
Бутерброд горячий с мясопродуктами и сыром №1	1-2004		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 ячнево-пшеничная жидкая с маслом №311-20	04		200/5	7,4	9,4	31,6	241	0,6	0,2	0,0	0,3	156,9	190,4	48,0	1,2
крупа ячневая	20	20													
крупа пшеничная	20	20													
молоко питьевое	168	168													
или молоко концентрированное	77	77													
или молоко сухое	20	20													
вода кипяченая для концентрированного молока	91	91													

148	148													
4	4													
1	1													
5	5													
		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													
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												
			4,0	8,4	59,0	328	9,0	0,0	0,1	0,1	6,8	6,4	2,6	0,6
3		200	1,8	0,5	16,2	77	9,0	0,0	0,1	0,1	6,8	6,4	2,6	0,6
за (конф	еты	25	2,2	7,9	42,8	251	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			34,1	35,9	123,5	954	33,7	0,6	1,1	3,3	122,1	485,4	136,4	9,1
		80	0,4	4,2	3,4	53	17,6	0,0	0,2	0,2	3,7	6,8	0,8	0,2
г из свежих помидоров №19-2004 помидоры свежие парниковые 68 67														
· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·														
15	12													
14	12													
	4 1 5 5,5 15 100 46 12 54 88 20 4 68 79 15	4 4 1 1 5 5 5 5,5 5,5 15 15 100 100 46 46 12 12 54 54 88 88 20 20 а (конфеты 68 67 79 67 15 12	4 4 1 1 5 5 5 200 5,5 5,5 15 15 100 100 46 46 12 12 54 54 88 88 20 20 20 40 40 40 40 25 80 68 67 79 67 15 12	4 4 1 1 1 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5	4 4 1 1 1 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5	4 4 4 <td>4 4 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1</td> <td>4 4 4 1</td> <td>4 4 1 1 1</td> <td>4 4 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1</td> <td>4 4 4 1</td> <td>4</td> <td>4 4 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1</td> <td>4 4</td>	4 4 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	4 4 4 1	4 4 1 1 1	4 4 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	4 4 4 1	4	4 4 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	4 4

масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Суп картофельный с крупой и рыбными консервам Пермь	и №63-20	001,	250/40	6,2	8,2	18,4	172	7,2	0,1	0,0	0,2	13,5	51,9	20,8	0,8
консервы рыбные в собственном соку или с добавлением масла	41	40													
картофель - 01.0931.10 25%	100	75													
01.1131.1230%	107	75													
01.01-29.02 - 35%	116	75													
01.03 - 40%	125	75													
крупа перловая	10	10													
или овсяная, или рисовая	5	5													
или хлопья "Геркулес"	8	8													
морковь до 01.0120%	12,5	10													
c 01.01 - 25%	13	10													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Биточки из мяса с маслом сливочным №451-2004			80/10	13,3	15,5	3,8	208	0,1	0,2	0,0	2,4	31,3	131,5	21,3	2,1
говядина 1 категории	80	59													
или говядина полуфабрикат	70	59													
или фарш промышленного производства	59	59													
хлеб пшеничный	14	14													
молоко питьевое или вода питьевая	16	16													
яйцо куриное	3,5	3,5													
сухари	8	8													

масло растительное	5	5													
масло сливочное	10	10													
Капуста тушеная № 534-2004			200	4,5	6,3	19,3	152	8,8	0,1	0,4	0,5	35,8	66,1	32,5	1,0
капуста белокочанная свежая	288	230													
морковь до 01.0120%	6	5													
c 01.01 - 25%	6,7	5													
лук репчатый	10	8													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	12	12													
мука пшеничная	2,4	2,4													
сахар	1,8	1,8													
масло растительное	6	6													
					или										
Капуста цветная отварная №523-2004			200	5,4	8,0	9,6	132	33,3	0,0	0,1	0,0	166,7	43,3	30,0	1,7
капуста цветная	417	217													
или капуста цветная замороженная	258	228													
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	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		•	•	21,6	22,7	52,1	499	1,9	0,0	0,0	0,1	200,7	291,0	10,0	0,3
Колобки творожные, запеченные со сгущённым мо технологическая карта)	олоком (т	ехнико-	150/20	21,5	22,7	26,9	398	0,7	0,0	0,0	0,1	195,2	284,6	7,1	0,1

творог	129	128													
крупа манная	7	7													
яйцо куриное	23	23													
сахар	8	8													
мука пшеничная	12	12													
масло сливочное для смазки листа	4	4													
масса готовых изделий		150													
молоко сгущенное с сахаром	20	20													
Кисель из свежих ягод + Витамин С, №590-1996		Į.	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				18,6	29,0	79,1	652	13,9	0,2	0,7	1,9	100,7	239,6	50,8	5,4
<i>УЖИН</i> Икра баклажанная №76-2004			80	18,6 0,9	29,0 3,6	79,1 3,3	652 49	13,9 5,9	0,2	0,7	1,9 1,1	100,7	239,6 36,5	50,8 11,9	5,4 0,4
	116	110	80	,							·	-	-		
Икра баклажанная №76-2004	116 11	110	80	,							·	-	-		
Икра баклажанная №76-2004 баклажаны лук репчатый томатное пюре (без искусственных ароматизаторов,			80	,							·	-	-		
Икра баклажанная №76-2004 баклажаны лук репчатый	11 9	9	80	,							·	-	-		
Икра баклажанная №76-2004 баклажаны лук репчатый томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	11 9 4	9	120	,							·	-	-		
Икра баклажанная №76-2004 баклажаны лук репчатый томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов) масло растительное	11 9 4	9		0,9	3,6	3,3	49	5,9	0,0	0,0	1,1	19,2	36,5	11,9	0,4
Икра баклажанная №76-2004 баклажаны лук репчатый томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов) масло растительное Сосиски, сардельки отварные с соусом №413,600-2 сардельки, или сосиски молочные высшего сорта для	11 9 4	9 9 4		0,9	3,6	3,3	49	5,9	0,0	0,0	1,1	19,2	36,5	11,9	0,4
Икра баклажанная №76-2004 баклажаны лук репчатый томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов) масло растительное Сосиски, сардельки отварные с соусом №413,600-2 сардельки, или сосиски молочные высшего сорта для детского питания	11 9 4	9 9 4		0,9	3,6	3,3	49	5,9	0,0	0,0	1,1	19,2	36,5	11,9	0,4
Икра баклажанная №76-2004 баклажаны лук репчатый томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов) масло растительное Сосиски, сардельки отварные с соусом №413,600-2 сардельки, или сосиски молочные высшего сорта для детского питания соус сметанный:	11 9 4 004 92	9 9 4 90 30		0,9	3,6	3,3	49	5,9	0,0	0,0	1,1	19,2	36,5	11,9	0,4

	ı	ı	1	1	1	1		ı	1	ı			T	1	1
масло сливочное	1,5	1,5													
Макаронные изделия отварные №516-2004			150	4,2	4,0	28,5	167	0,0	0,1	0,1	0,8	11,9	36,6	6,6	0,7
макаронные изделия	52	52													
масло сливочное	5	5													
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	200	0,4	0,0	22,1	90	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Хлеб пшеничный	30	30	30	2,5	0,4	10,8	57	0,0	0,1	0,0	0,0	9,9	65,4	18,6	1,3
или хлеб витаминизированный			30												
Хлеб ржаной	30	30	30	1,4	0,3	13,1	61	0,0	0,0	0,0	0,0	5,4	26,1	5,7	0,8
сонник				5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. №645-1996	207	200	200	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
					или										
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	210	200	200	6,4	6,2	12,0	129	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
итого:				106	127	421	3252	62	1	2	6	1079	1698	331	20
Соотношение белков:жиров	:углево	дов		1	1	4									
					10 де	НЬ									
				Энер	гетическая	я ценность	(ккал)		_						
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции						Витамі	ины, мг			Минерал	ы, мг	
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК		I		24,1	27,3	78,9	658	1,6	0,2	1,1	1,0	483,1	504,8	67,9	4,5
Бутерброд с сыром №3-2004			30/30	7,1	13,5	16,2	215	0,2	0,0	0,5	0,5	306,0	199,5	20,7	0,5
хлеб пшеничный	30	30													
сыр	31	30													
Суп молочный с макаронными изделиями №161-19	·					20,4	184	0,7	0,1	0,0	0,3	135,5	112,0	7,7	0,4

	e 125	125													
или молоко концентрированно	e 58	58													
или молоко сухс	e 15	15													
вода кипяченая для концентрированного молок	a 68	68													
вода кипяченая для сухого молок	a 110	110													
вода питьева	105	105													
макаронные издели	20	20													
масло сливочно	e 4	4													
caxa	4	4													
ійцо 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
łай 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 - завари	a 1,8	1,8													
caxa	15	15													
лимо	н 6	5													
Слеб 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
Слеб 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
ли хлеб витаминизированный			50												
ВТОРОЙ ЗАВТРА	К			5,9	6,5	56,6	309	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Сок промышленного производства для детского итания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	200	0,4	0,0	22,1	90	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Кондитерское изделие промышленного производ іряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)	ства (печ	енье,	25	5,5	6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД				41,4	34,4	116,7	942	14,8	0,6	0,1	6,3	150,9	518,1	130,2	8,3
Салат из свежих огурцов №16-2004			80/4	1,3	4,0	6,6	68	3,9	0,0	0,0	0,1	33,0	21,5	3,0	0,5
огурцы свежие парниковь	e 82	80													

													, , , , , , , , , , , , , , , , , , , 		
или огурцы свежие грунтовые	84	80													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Рассольник с мясом, со сметаной №130-2004		•	250/10/5	4,7	5,9	15,6	134	6,4	0,1	0,0	0,2	21,8	78,0	25,6	1,2
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
картофель - 01.0931.10 25%	100	75													
01.1131.1230%	107	75													
01.01-29.02 - 35%	116	75													
01.03 - 40%	125	75													
морковь до 01.0120%	12,5	10													
c 01.01 - 25%	13	10													
лук репчатый	12	10													
огурцы солёные (без уксуса)	27	15													
масло сливочное	5	5													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Рыба запечённая с маслом №310-1996			100/10	23,8	19,2	3,2	281	0,7	0,2	0,1	5,6	20,0	127,7	15,0	0,2
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	153	113													
или горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	170	119													
или горбуша неразделанная (филе с кожей без костей)	205	119													
или ряпушка неразделанная	138	119													
или треска потрошеная обезглавленная (филе с кожей без костей)	156	119													
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	194	119													

мука пшеничная	4	4													<u> </u>
масло растительное	5	5													
масло сливочное	10	10													
Пюре картофельное №520-2004			150	3,0	3,8	19,3	123	2,2	0,1	0,0	0,3	35,7	77,6	26,0	0,9
картофель - 01.0931.10 25%	170	128													
01.1131.1230%	183	128													
01.01-29.02 - 35%	197	128													
01.03 - 40%	214	128													
молоко питьевое	23	23													
или молоко концентрированное	11	11													
или молоко сухое	3	3													
вода кипяченая для концентрированного молока	12	12													
вода кипяченая для сухого молока	20	20													
масло сливочное	5	5													
Компот из свежих плодов + Витамин "С" №585-1990	5		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 свежие или нектарины	44	40													
или абрикосы свежие	46	40													
или черешня или вишня свежие	42	40										_			
сахар	20	20					_								
Хлеб пшеничный	80	80	80	6,6	1,1	28,9	152	0,0	0,2	0,0	0,0	26,4	174,4	49,6	3,4
или хлеб витаминизированный			80												
Хлеб ржаной	40	40	40	1,9	0,4	17,5	81	0,0	0,0	0,0	0,0	7,2	34,8	7,6	1,1

полдник				11,7	13,4	83,7	502	13,8	0,2	0,6	1,9	270,8	300,5	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	1,7													
ванилин	0,01	0,01													
масло растительное для смазки листа	0,3	0,3													
Молоко питьевое кипяченое 2,5 % №260-2004	210	200	200	5,5	5,6	10,0	112	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Моск	за		230	2,1	0,8	25,5	117	12,8	0,0	0,0	0,3	20,4	14,1	0,0	0,0
Ужин				17,1	24,7	95,7	673	14,8	0,5	0,1	3,0	240,7	411,6	134,6	6,4
Помидоры свежие №71-2006, Москва			80	0,5	0,2	3,4	17	5,9	0,0	0,0	1,8	3,3	0,0	0,7	0,2
помидоры свежие парниковые	82	80													
или помидоры свежие грунтовые	94	80													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Клецки с мясом №475-2004			100	4,4	11,4	15,1	181	8,5	0,3	0,1	0,6	18,6	24,3	18,6	0,3
говядина 1 категории	42	31													
или говядина полуфабрикат	37	31													
или фарш промышленного производства	31	31													
картофель - 01.0931.10 25%	137	103													

	•	•						T			ī	1		•	
01.1131.1230%	147	103													
01.01-29.02 - 35%	159	103													
01.03 - 40%	172	103													
молоко питьевое или вода питьевая	4	4													
лук репчатый	2,4	2													
мука пшеничная	6	6													
масло сливочное	3	3													
сметана	4,5	4,5													
Каша гречневая вязкая №302-2004			150	4,1	8,8	18,5	170	0,0	0,0	0,0	0,6	8,5	106,7	55,5	2,5
крупа гречневая	38	38													
вода питьевая	121	121													
масло сливочное	8	8													
Чай с молоком №630-1996			200	2,1	3,2	23,2	130	0,4	0,0	0,0	0,0	186,6	136,8	21,2	0,2
чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	20	20													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
вода кипяченая для сухого молока	88	88													
Хлеб пшеничный	50	50	50	4,1	0,7	18,1	95	0,0	0,1	0,0	0,0	16,5	109,0	31,0	2,1
или хлеб витаминизированный	•	•	50												
Хлеб ржаной	40	40	40	1,9	0,4	17,5	81	0,0	0,0	0,0	0,0	7,2	34,8	7,6	1,1
СОННИК			-	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
				-		-			-					-	

Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. №645-1996	207	200	200	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
					или										
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	210	200	200	6,4	6,2	12,0	129	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
итого:				106	113	450	3237	55	1	2	12	1416	1949	404	22
Соотношение белков:жиров	:углево	дов		1	1	4									
				•	11 де	НЬ									
				Энер	ргетическа	я ценность	(ккал)		_						
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	_					витам	ины, мг			Минералі	ы, мг	
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				15,3	18,0	104,9	642	2,9	0,2	0,1	0,8	357,7	331,4	41,0	2,2
Бутерброд с джемом или повидлом с маслом №1,2	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	•	•	200/5	5,8	7,7	28,4	206	1,4	0,0	0,0	0,0	160,3	112,1	17,8	0,2
крупа пшено	40	40													
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													
масса каши		157													
сироп:															
сахар	5	5													

вода питьевая	24	24													
масса сиропа		29													
яблоки свежие с удаленным семенным гнездом	30	26													
масса припущенных яблок с сиропом		45													
масло сливочное	5	5													
Какао с молоком №642-1996			200	4,0	5,7	26,0	171	0,7	0,0	0,0	0,0	177,0	133,7	0,0	0,1
какао - порошок	5	5													
сахар	20	20													
молоко питьевое	130	130													
или молоко концентрированное	60	60													
или молоко сухое	16	16													
вода кипяченая для концентрированного молока	70	70													
вода кипяченая для сухого молока	114	114													
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
Хлеб пшеничный		•	20	1,6	0,3	7,2	38	0,0	0,0	0,0	0,0	6,6	43,6	12,4	0,8
или хлеб витаминизированный			20												
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	,			5,9	6,5	56,6	309	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	200	0,4	0,0	22,1	90	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Кондитерское изделие промышленного производст пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)	гва (пече	нье,	25	5,5	6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД				39,6	43,8	101,7	960	78,9	0,6	0,1	4,8	209,2	566,9	153,8	8,1
Салат венгерский (технико-технологическая карта)			80	0,7	4,0	5,4	60	37,5	0,0	0,0	2,3	20,5	35,4	6,6	1,3
морковь до 01.0120%	35	28													
c 01.01 - 25%	37	28													

		1													
перец свежий	16	12													
помидоры свежие парниковые	33	32													
или помидоры свежие грунтовые	38	32													
лук репчатый	5	4													
лимон для сока	10	4													
сахар	0,4	0,4													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и см	етаной N s	2124-2004	250/10/5	5,6	6,1	10,0	117	13,4	0,1	0,0	0,2	39,0	65,5	21,9	1,1
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
капуста белокочанная свежая	66	53													
картофель - 01.0931.10 25%	40	30													
01.1131.1230%	43	30													
01.01-29.02 - 35%	46	30													
01.03 - 40%	50	30													
морковь до 01.0120%	12,5	10													
c 01.01 - 25%	13	10													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное	5	5													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Котлеты особые из птицы с маслом №520-1997			80/10	18,5	22,1	4,5	291	0,0	0,0	0,0	1,4	56,4	82,5	2,8	0,3
курица потрошеная 1 категории (мякоть без кожи)	144	62													

или филе куриное	65	62													
или фарш промышленного производства	62	62													
хлеб пшеничный	14	14													
вода или молоко питьевые	12	12													
яйцо куриное	10	10													
сухари	5	5													
масло растительное для смазки листа	3	3													
масло сливочное	10	10													
Кабачки припущенные №524-2004			200	5,1	10,0	7,8	142	27,9	0,2	0,0	0,4	42,0	151,4	50,7	0,2
кабачки	364	244													
масло сливочное	12	12													
мука пшеничная	3	3													
					или										
Овощи припущенные №524-2004			200	6,2	10,9	18,0	195	11,7	0,3	0,0	0,6	44,8	154,2	60,6	1,6
картофель - 01.0931.10 25%	93	70													
01.1131.1230%	100	70													
01.01-29.02 - 35%	108	70													
01.03 - 40%	117	70													
горошек зеленый консервированный	86	56													
морковь до 01.0120%	68	54													
c 01.01 - 25%	72	54													
лук репчатый	33	28													
масло сливочное	12	12													
мука пшеничная	2,7	3,0													

Компот из кураги + Витамин "С" №638-2004			200	0,8	0,0	23,3	96	0,2	0,0	0,0	0,5	16,0	14,1	12,8	0,4
курага	15	15													
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	50	50	50	2,4	0,5	21,9	101	0,0	0,0	0,0	0,0	9,0	43,5	9,5	1,4
полдник				6,8	12,2	81,9	464,8	16,8	0,1	0,0	0,3	68,7	76,5	4,3	1,4
Пицца (технико-технологическая карта)			100	4,5	11,3	34,0	256	1,1	0,0	0,0	0,0	38,2	52,1	4,3	0,7
масса теста		58													
мука пшеничная	48	48													
сахар	3	3													
масло сливочное	2	2													
вода или молоко питьевое	18	18													
яйцо куриное	3,5	3,5													
дрожжи прессованные	1	1													
или дрожжи сухие	0,25	0,25													
соль йодированная	0,3	0,3													
масса начинки		60													
колбаса вареная, или полукопченая, или ветчина для детского питания	20,4	20													
помидоры свежие грунтовые	30,6	30													
или помидоры свежие парниковые	35,4	30													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	2	2													
сыр	11	10													
зелень свежая (петрушка, укроп)	4,1	3													

масло растительное для смазки листа	0,3	0,3													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Моске	 за		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 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													
caxap	15	15													
УЖИН				28,0	27,0	71,9	643	32,3	0,5	0,2	33,4	63,9	358,2	98,0	3,3
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	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
№101-2004 Говядина духовая "Летняя" (технико-технологичесі			300	23,2	25,9	25,6	428	9,7	0,4	0,1	32,9	36,2	276,0	67,3	0,8
говядина 1 категории	107	79	555	20,2	20,0	20,0	420	0,1	0,4	0,1	02,0	00,2	210,0	01,0	0,0
или говядина полуфабрикат	93	79													
	93	50													
масса готового мяса	10	10													
масло растительное															
картофель - 01.0931.10 25%	246	185													
01.1131.1230%	265	185													
01.01-29.02 - 35%	285	185													
01.03 - 40%	309	185													
морковь до 01.0120%	41	33													
c 01.01 - 25%	44	33													
лук репчатый	13	11													
помидоры свежие парниковые	22	22													
или помидоры свежие грунтовые	26	22													
мука пшеничная	2,2	2,2													
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. Моск	ва		150	1,4	0,4	12,2	58	6,8	0,0	0,1	0,1	5,1	4,8	2,0	0,5
Хлеб пшеничный	20	20	20	1,6	0,3	7,2	38	0,0	0,0	0,0	0,0	6,6	43,6	12,4	0,8
или хлеб витаминизированный			20												
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	40	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
сонник				5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. №645-1996	207	200	200	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
					или										
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	<u> </u>				6,2	12,0	129	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
итого:		101	114	435	3171	141	1	0	39	970	1547	335	17		
Соотношение белков:жиров	:углево	дов		1	1	4									
					12 де	НЬ									
				Энер	ргетическая	я ценность	(ккал)		Burner				Managara		
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	_		.,			Битамі	ины, мг			Минерал	ы, мг	
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				21,1	30,8	71,4	647	1,3	0,2	0,0	0,6	405,5	427,4	60,5	2,1
Бутерброд горячий с сыром №10-2004			50	4,4	11,0	13,1	169	0,0	0,0	0,0	0,5	78,5	62,5	7,5	0,4
масло сливочное	масло сливочное 5 5														
сыр															
хлеб пшеничный															
Суп молочный с крупой №162-1996		•	250	7,9	7,3	20,8	181	0,7	0,0	0,0	0,1	133,6	118,0	11,8	0,3
молоко питьевое	125	125													

или молоко концентрированное	58	58													
или молоко концентрированное															
или молоко сухое	15	15													
вода кипяченая для концентрированного молока	68	68													
вода кипяченая для сухого молока	110	110													
вода питьевая	138	138													
крупа рисовая, или манная, или кукурузная	15	15													
или ячневая, или гречневая	20	20													
масло сливочное	4	4													
сахар	4	4													
Йогурт сливочный в индивидуальной упаковке для	н детского	о питания	100	5,8	12,0	5,0	151	0,6	0,0	0,0	0,0	183,0	186,0	25,0	0,0
Чай с сахаром №685-2004			200	0,4	0,0	16,5	68	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0	0,0	0,0
чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	15	15													
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
Хлеб пшеничный		Į.	20	1,6	0,3	7,2	38	0,0	0,0	0,0	0,0	6,6	43,6	12,4	0,8
или хлеб витаминизированный			20												
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	•			5,9	6,5	56,6	309	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	200	0,4	0,0	22,1	90	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Кондитерское изделие промышленного производстряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)	гва (пече	енье,	25	5,5	6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД				41,0	35,2	120,8	965	102,3	0,6	0,1	2,8	223,0	678,9	179,2	11,2
Огурцы свежие парниковые №70-2006, г. Москва	82	80	80	0,6	0,1	2,0	11	7,8	0,0	0,0	0,1	18,0	32,9	11,0	0,5
или огурцы свежие грунтовые	84	80													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													

Уха ростовская №119-2006, г. Москва			250/40	11,4	9,3	16,5	195	3,9	0,2	0,0	1,1	22,3	137,4	32,7	1,0
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													
картофель - 01.0931.10 25%	133	100													
01.1131.1230%	143	100													
01.01-29.02 - 35%	154	100													
01.03 - 40%	167	100													
лук репчатый	14	12													
помидоры свежие парниковые	21,4	21													
или помидоры свежие грунтовые	25	21													
масло сливочное	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
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													

EVV DOGUGE IV	18	15			1			<u> </u>							
лук репчатый томатное пюре (без искусственных ароматизаторов,															
красителей и консервантов)	10	10													
мука пшеничная	3	3													
Отвар из плодов шиповника №705-2004			200	0,2	0,1	25,1	102	49,0	0,0	0,0	0,9	7,2	1,9	1,9	0,2
шиповник	15	15													
сахар	18	18													
Хлеб пшеничный	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				12,0	12,6	86,9	508	9,2	0,1	0,3	1,2	49,2	85,0	17,2	0,7
Булочка дорожная №770-2004			100	10,5	12,2	49,5	350	1,2	0,1	0,2	1,1	38,6	73,9	12,3	0,0
тесто															
мука пшеничная	61	61													
мука пшеничная на подпыл	2	2													
сахар	10	10													
масло сливочное	13	13													
дрожжи прессованные	1,5	1,5													
соль йодированная	0,6	0,6													
молоко питьевое	30	30													
крошка															
мука пшеничная	2	2													
масло сливочное	2	2													
масло сливочное для смазки изделия	2	2													
масло растительное для смазки листа	0,3	0,3													

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													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Моск	за	Į.	150	1,4	0,4	12,2	57	6,8	0,0	0,1	0,1	5,1	4,8	2,0	0,5
ужин			•	26,3	25,9	59,8	577,7	11,3	0,5	0,3	3,0	106,2	323,7	119,2	5,8
Салат из кальмаров с помидорами и луком №222-2 рецептур национальных блюд	006, Сбој	оник	80	4,7	3,9	2,1	62	8,8	0,0	0,2	0,2	18,5	4,8	40,0	0,5
помидоры свежие парниковые	45	44													
или помидоры свежие грунтовые	52	44													
кальмар мороженый обезглавленный (филе) с кожицей	60	54													
или кальмар мороженый (тушка) с кожицей	77	59													
масса отварных кальмаров		28													
лук зеленый	10	8													
или лук репчатый	9,5	8													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Биточки из мяса с маслом сливочным №451-2004			80/10	13,3	15,5	3,8	208	0,1	0,2	0,0	2,4	31,3	131,5	21,3	2,1
говядина 1 категории	80	59													
или говядина полуфабрикат	70	59													
или фарш промышленного производства	59	59													
хлеб пшеничный	14	14													
молоко питьевое или вода питьевая	16	16													
яйцо куриное	3,5	3,5													
сухари	8	8													

масло растительное	5	5													
масло сливочное	10	10													
Картофель отварной с маслом №203-2004			150	4,2	5,8	17,4	139	2,4	0,2	0,1	0,3	40,5	87,2	30,3	1,1
картофель - 01.0931.10 25%	200	150													
01.1131.1230%	215	150													
01.01-29.02 - 35%	231	150													
01.03 - 40%	251	150													
масло сливочное	7	7													
Фито-чай с сахаром №627-1996		<u>I</u>	200	0,1	0,0	15,5	62	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
фито-чай для детей (с мятой или душицей или ромашкой или липой или др.)	1,5	1,5													
сахар	15	15													
Хлеб пшеничный	40	40	40	3,3	0,6	14,4	76	0,0	0,1	0,0	0,0	13,2	87,2	24,8	1,7
или хлеб витаминизированный			40												
Хлеб ржаной	15	15	15	0,7	0,2	6,6	30	0,0	0,0	0,0	0,0	2,7	13,1	2,9	0,4
сонник				5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. №645-1996	207	200	200	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
					или										
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	210	200	200	6,4	6,2	12,0	129	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
итого:				112	117	414	3159	134	1	1	8	1054	1729	414	22
Соотношение белков:жиров.	:углево	дов		1	1	4									
					13 де	НЬ									
				Энер	ргетическая	я ценность	(ккал)		D						
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	_		.,			Витами	1ны, мг			Минерал	ы, мг	
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо

ЗАВТРАК				32,7	27,8	66,6	648	2,0	0,1	0,4	0,5	329,9	449,8	39,8	1,9
Бутерброд с маслом №1-2004			20/10	1,6	7,4	10,0	114	0,0	0,0	0,4	0,3	6,4	16,0	2,8	0,2
хлеб пшеничный	20	20													
масло сливочное	10	10													
Запеканка творожная с маком со сгущённым молок технологическая карта)	ом (техн	ико-	150/20	25,1	16,7	21,6	337	0,7	0,0	0,0	0,1	195,2	284,6	7,1	0,1
мак	15	15													
вода питьевая	15	15													
сахар	12	12													
мука пшеничная	10	10													
творог	116	115													
яйцо куриное	5,3	5,3													
сухари	6	6													
сметана	5,3	5,3													
масло сливочное для смазки листа	3	3													
масса готовой запеканки		150													
молоко сгущенное с сахаром	20	20													
Кофейный напиток №253-2004, Пермь			200	3,4	3,2	19,0	118	1,3	0,0	0,0	0,0	118,0	88,2	13,7	0,1
кофейный напиток	5,5	5,5													
сахар	15	15													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
вода кипяченая для сухого молока	88	88													

Хлеб пшеничный	20	20	20	1,6	0,3	7,2	38	0,0	0,0	0,0	0,0	6,6	43,6	12,4	0,8
или хлеб витаминизированный			20												
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				5,9	6,5	56,6	309	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	200	0,4	0,0	22,1	90	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Кондитерское изделие промышленного производст пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)	гва (пече	енье,	25	5,5	6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД			-	26,6	39,0	130,1	978	78,6	0,4	0,7	4,5	127,4	368,3	85,0	8,2
Салат "Лето" (технико-технологическая карта)			80	0,6	4,0	5,4	60	62,3	0,0	0,0	2,8	25,0	26,5	0,0	1,3
огурцы свежие парниковые	30	29													
или огурцы свежие грунтовые	30,5	29													
помидоры свежие парниковые	30	29													
или помидоры свежие грунтовые	34	29													
редис красный обрезной	29	20													
или перец свежий	27	20													
чеснок свежий	0,5	0,4													
сахар	0,4	0,4													
лимон для сока	3,8	1,6													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Борщ сибирский с мясом и сметаной №111-2004			250/10/5	4,7	5,3	13,7	121	7,3	0,1	0,0	0,2	33,9	64,3	24,8	1,3
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
свекла до 01.0120%	50	40													

					1				1				l		I
c 01.01 - 25%	53	40													
капуста белокочанная свежая	25	20													
картофель - 01.0931.10 25%	13	10													
01.1131.1230%	14	10													
01.01-29.02 - 35%	15	10													
01.03 - 40%	17	10													
фасоль	10	10													
или фасоль консервированная в собственном соку	35	21													
морковь до 01.0120%	12,5	10													
c 01.01 - 25%	13	10													
лук репчатый	12	10													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	7	7													
масло сливочное	5	5													
сахар	3	3													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Сосиски, сардельки, колбаса отварные с маслом N	º413-200 4	ļ	100/10	7,4	23,8	0,0	244	0,0	0,0	0,0	0,6	19,0	44,6	0,0	0,2
сардельки, или сосиски молочные, или колбаса вареная высшего сорта для детского питания	102	100													
масло сливочное	10	10													
Макаронные изделия отварные №516-2004			150	4,2	4,0	28,5	167	0,0	0,1	0,1	0,8	11,9	36,6	6,6	0,7
макаронные изделия	52	52													
масло сливочное	5	5													
Компот из изюма + Витамин "С" №638-2004		-	200	0,3	0,0	23,5	95	0,0	0,0	0,5	0,0	0,5	2,5	0,0	0,1
моны	15	15													

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

Ужин				30,8	25,4	80,9	676	25,5	0,3	0,2	6,2	251,8	464,0	95,6	3,7
Рыба "Орли" (технико-технологическая карта)			100	21,2	18,2	5,4	270	0,1	0,2	0,1	5,6	25,0	158,0	18,0	0,3
горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	179	119													
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	217	119													
или треска потрошеная обезглавленная (филе без кожи и костей)	162	119													
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе без кожи и костей)	220	119													
мука пшеничная	8	8													
сметана	4	4													
масло растительное	3	3													
масса запеченной рыбы		100													
сметана	10	10													
мука пшеничная	7	7													
зелень свежая (петрушка, укроп)	0,7	0,5													
Рис припущенный с кукурузой (технико-технологи	ческая к	арта)	150	3,2	3,2	24,0	138	25,0	0,0	0,1	0,6	23,1	69,0	30,2	0,8
крупа рисовая	45	45													
масло сливочное	4	4													
кукуруза консервированная	57	34													
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	1	1			1					1	1		1
вода кипяченая для сухого молока	88	88													
Хлеб пшеничный	30	30	30	2,5	0,4	10,8	57	0,0	0,1	0,0	0,0	9,9	65,4	18,6	1,3
или хлеб витаминизированный			30												
Хлеб ржаной	40	40	40	1,9	0,4	17,5	81	0,0	0,0	0,0	0,0	7,2	34,8	7,6	1,1
сонник		•	•	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. №645-1996	207	200	200	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
					или										
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	210	200	200	6,4	6,2	12,0	129	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
итого:				115	122	431	3281	122	1	1	11	1243	1777	290	17
Соотношение белков:жиров	:углево	дов		1	1	4									
					14 де	НЬ									
				Энер	ргетическая	я ценность	(ккал)		D						
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции						Битамі	ины, мг			Минерал	ы, мг	
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК		<u>I</u>	•	22,2	32,9	67,2	653	1,9	0,3	0,5	0,6	686,2	595,8	78,9	2,6
Для бутерброда:															
Масло сливочное (порциями) №96-2004	10	10	10	0,1	7,3	0,1	67	0,0	0,0	0,4	0,0	2,4	3,0	0,0	0,0
Сыр (порциями) №97-2004	26	25	25	7,3	11,3	0,0	131	0,2	0,1	0,0	0,0	270,0	145,0	0,0	0,0
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
Хлеб пшеничный		•	20	1,6	0,3	7,2	38	0,0	0,0	0,0	0,0	6,6	43,6	12,4	0,8
или хлеб витаминизированный			20												
Каша овсяная жидкая с маслом №311-2004			200/5	8,2	8,1	25,1	206	1,0	0,2	0,0	0,6	226,6	253,1	62,7	1,1
крупа овсяная	40	40													
				ĺ	ì					1					
вода питьевая	70	70													

молоко питьевое	101	101													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	55	55													
вода кипяченая для сухого молока	89	89													
сахар	4	4													
соль йодированная	0,8	0,8													
масло сливочное	5	5													
Какао с молоком №642-1996			200	4,0	5,7	26,0	171	0,7	0,0	0,0	0,0	177,0	133,7	0,0	0,1
какао - порошок	5	5													
сахар	20	20													
молоко питьевое	130	130													
или молоко концентрированное	60	60													
или молоко сухое	16	16													
вода кипяченая для концентрированного молока	70	70													
вода кипяченая для сухого молока	114	114													
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	•	<u>I</u>		5,9	6,5	56,6	309	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	200	0,4	0,0	22,1	90	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Кондитерское изделие промышленного производстряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)	гва (пече	нье,	25	5,5	6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД				30,9	39,8	124,5	980	65,0	0,6	0,3	4,1	96,7	453,0	138,1	9,9
Салат из свежих помидоров №19-2004			80	0,4	4,2	3,4	53	17,6	0,0	0,2	0,2	3,7	6,8	0,8	0,2
помидоры свежие парниковые	68	67													
или помидоры свежие грунтовые	79	67													

говядина 1 категории	69	51													
Ежики из говядины с рисом и маслом №174-2004, П	ермь		80/10	10,6	19,2	9,8	254	0,0	0,1	0,1	1,3	13,9	67,1	14,7	1,6
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
сметана	5	5													
масло сливочное	5	5													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	3	3													
c 01.01 - 25%	20	15													<u> </u>
морковь до 01.0120%	19	15													
лук репчатый	18	15													<u> </u>
01.03 - 40%	100	60													<u> </u>
01.01-29.02 - 35%	92	60													<u> </u>
01.1131.1230%	86	60													
картофель - 01.0931.10 25%	80	60													
масса мясопродуктов в супе		10													
мясные деликатесы (колбаса вареная, или колбаса полукопченая, или сосиски, или сардельки для детского питания)	11	10													
масса отварного мяса в супе		10													
или говядина полуфабрикат	19	16													
говядина 1 категории	22	16													
Суп по-домашнему с мясопродуктами и сметаной (технологическая карта)	гехнико-	l	250/10/10/5	7,8	7,5	17,0	167	7,9	0,1	0,0	0,2	16,7	80,4	27,1	1,2
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
масло растительное	4	4													
или лук репчатый	14	12													
лук зеленый	15	12													

или говядина полуфабрикат	60	51													
или фарш промышленного производства	51	51													
крупа рисовая	7	7													
вода питьевая	8	8													
масса готового рассыпчатого риса		20													
лук репчатый	29	24													
масло сливочное	4	4													
масса прогретого с маслом сливочным лука		12													
мука пшеничная	5	5													
масло растительное для смазки листа	3	3													
масло сливочное на полив	10	10													
Рагу из овощей №215-1996			200	3,0	7,3	18,0	150	37,9	0,1	0,0	2,3	20,3	76,8	33,0	1,2
картофель - 01.0931.10 25%	44	33													
01.1131.1230%	47	33													
01.01-29.02 - 35%	51	33													
01.03 - 40%	55	33													
капуста белокочанная свежая	100	80													
или кабачки	119	80													
или баклажаны	80	76													
морковь до 01.0120%	63	50													
c 01.01 - 25%	67	50													
лук репчатый	24	20													
масло растительное	6	6													
<u>для соуса томатного (№587-2004)</u>		60													

томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	10	10													
мука пшеничная	2,7	2,7													
морковь до 01.0120%	12,5	10													
c 01.01 - 25%	13,3	10													
лук репчатый	1,4	1,2													
масло сливочное	2,7	2,7													
Компот из свежих плодов + Витамин "С" №585-1990	3	Į.	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 свежие или нектарины	44	40													
или абрикосы свежие	46	40													
или черешня или вишня свежие	42	40													
сахар	20	20													
Хлеб пшеничный	80	80	80	6,6	1,1	28,9	152	0,0	0,2	0,0	0,0	26,4	174,4	49,6	3,4
или хлеб витаминизированный		•	80												
Хлеб ржаной	50	50	50	2,4	0,5	21,9	101	0,0	0,0	0,0	0,0	9,0	43,5	9,5	1,4
полдник		•	•	16,3	8,8	88,7	499	14,3	0,2	0,1	0,3	60,1	139,2	14,3	0,6
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													
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													
Кисель из чернослива или кураги №643-2004			200	0,1	0,1	23,1	94	1,5	0,0	0,0	0,1	7,4	8,2	0,0	0,6
чернослив или курага	15	15													
мука картофельная (крахмал)	8	8													
сахар	15	15													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Моск	за		230	2,1	0,8	25,5	117	12,8	0,0	0,0	0,3	20,4	14,1	0,0	0,0

Ужин				28,1	30,1	68,4	657	14,3	0,3	0,3	2,7	94,3	397,3	56,8	6,3
Салат из пекинской капусты (технико - технологиче	ская кар	га)	80	3	5,8	2,9	76	9,8	0,0	0,2	2,1	18,6	35,4	6,6	1,1
капуста пекинская (китайская)	58	40													
огурцы свежие парниковые	25,5	25													
или огурцы свежие грунтовые	26,3	25													
яйцо куриное	15	15													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Курица, запечённая с картофелем в сметанном соу Технологическая карта)	се (Техн	ико-	250	20,2	23,4	22,1	380	3,4	0,1	0,1	0,6	52,9	247,5	19,0	2,6
курица потрошеная 1 категории	81	72													
или окорочок куриный	76	72													
или грудка куриная	76	72													
масса запеченной курицы (порционные кусочки)		50													
или филе куриное промышленного производства	64	62													
масса запеченного филе		50													
масло растительное	5	5													
картофель - 01.0931.10 25%	279	210													
01.1131.1230%	300	210													
01.01-29.02 - 35%	323	210													
01.03 - 40%	351	210													
масло сливочное	5	5													
соус сметанный:		40													
сметана	12	12													
мука пшеничная	2	2													

28	28													
2	2													
	•	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												
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
	•		5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
207	200	200	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
	•		•	или	•			•	•				•	•
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
			109	124	424	3250	105	1	1	8	1207	1799	326	22
:углево	дов		1	1	4									
			•	15 де	НЬ									
			Энер	гетическа	я ценность	(ккал)		Buzou				Muuonon		
Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Болиц г	Wana	Ven e	OII WALL		Битамі	ины, мг			минерал	ы, мг	
			Белки, г	жиры, і	9131.1	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
			24,3	27,3	82,1	671	1,4	0,2	0,1	0,9	524,4	547,8	85,3	2,6
1-2004		90	6,8	11,5	15,2	191	0,0	0,1	0,0	0,7	115,4	104,1	11,2	0,5
31	30													
21	20													
							·							
40	40													
	2 1,8 15 40 30 207 210 Брутто, г	2 2 1,8 1,8 15 15 40 40 30 30 207 200 210 200 210 200 E:yanesodos Брутто, г Нетто, г	2 2 2 200 1,8 1,8 1,8 15 15 40 40 40 40 30 30 30 30 30 200 200 200 200 200 200	2 2 2 2 00 0,2 1,8 1,8 1,8 15 15 15 40 40 40 3,3 40 30 30 1,4 5,6 207 200 200 5,6 210 200 5,6 210 200 6,4 109 15 272. В Белки, г 24,3 31 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30	2 2 2 200 0,2 0,0 1,8 1,8 1,8	2 2 2 200 0,2 0,0 15,9 1,8 1,8 1,8	2 2 2 00 0,2 0,0 15,9 64 1,8 1,8 1,8	2 2 2 200 0,2 0,0 15,9 64 1,1 1,8 1,8 15 15	2 2 2 00 0,2 0,0 15,9 64 1,1 0,0 1,8 1,8 1,8 1,8 1,5 15 15 15 15 15 140 40 40 40 3,3 0,6 14,4 76 0,0 0,1 1,4 0,3 13,1 61 0,0 0,0 1,4 1,4 1,5 1,5 1,5 1,8 0,0 1,4 1,4 1,5 1,5 1,5 1,8 0,0 1,4 1,5 1,5 1,5 1,8 1,8 0,0 1,4 1,5 1,5 1,5 1,5 1,5 1,5 1,5 1,5 1,5 1,5	2 2 2 2 0,0 0,2 0,0 15,9 64 1,1 0,0 0,0 1,8 1,8 1,8 1,8 1,5 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15	2 2 2 200 0,2 0,0 15,9 64 1,1 0,0 0,0 0,0 1,8 1,8 1,8 1,8 1,5 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15	2 2 2 2 0,0 0,2 0,0 15,9 64 1,1 0,0 0,0 0,0 4,2 1,8 1,8 1,8 1,8 1,8 1,5 15 15 15 15 15 15 15 140 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 4	2 2 2 00 0,2 0,0 15,9 64 1,1 0,0 0,0 0,0 4,2 1,1 1,8 1,8 15 15	2 2 2 00 0,2 0,0 15,9 64 1,1 0,0 0,0 0,0 4,2 1,1 0,7 1.8 1.8 1.8

крупа рисовая	30	30													
сахар	4	4													
вода питьевая	70	70													
молоко питьевое	106	106													
или молоко концентрированное	49	49													
или молоко сухое	13	13													
вода кипяченая для концентрированного молока	57	57													
вода кипяченая для сухого молока	93	93													
масло сливочное	5	5													
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
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
Хлеб пшеничный	20	20	20	1,6	0,3	7,2	38	0,0	0,0	0,0	0,0	6,6	43,6	12,4	0,8
или хлеб витаминизированный			20												
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				5,9	6,5	56,6	309	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	200	0,4	0,0	22,1	90	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Кондитерское изделие промышленного производстряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)	гва (пече	нье,	25	5,5	6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД				34,0	37,2	118,9	947	29,8	0,4	0,1	3,1	159,9	551,7	124,8	9,2
Салат зеленый с огурцами №14-2004			80	0,7	4,0	3,4	52	20,5	0,0	0,0	1,5	35,3	21,7	3,4	1,3
капуста пекинская (китайская)	51	35													
огурцы свежие парниковые	80	44													
или огурцы свежие грунтовые	52	44													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													

Суп рыбный с картофелем №1.88а-1995, Картотека питания	блюд ле	ечебного	250/40	7,1	8,6	9,8	145	7,6	0,1	0,0	0,2	14,2	54,6	21,9	0,8
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	66	49													
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	72	48													
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	87	48													
или треска потрошеная 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%	133	100													
01.1131.1230%	143	100													
01.01-29.02 - 35%	154	100													
01.03 - 40%	167	100													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
	хнологи	ческая	80/10	14,7	19,6	4,6	254	1,6	0,1	0,0	0,4	38,4	126,7	16,8	1,3
курица потрошеная 1 категории (мякоть без кожи)	139	60													
или филе куриное промышленного производства	63	60													
или фарш промышленного производства	60	60													
морковь до 01.0120%	12,5	10													
c 01.01 - 25%	13,3	10													
капуста свежая белокочанная	30	24													
масса припущенных овощей		32													
яйцо куриное	6	6													
сухари	6	6													
сыр	5	4													

масло растительное для смазки листа	2,5	2,5													
масло сливочное	10	10													
Каша пшеничная вязкая №302-2004		•	150	2,2	3,4	30,2	160	0,0	0,1	0,0	0,6	25,5	121,5	16,5	0,9
крупа пшеничная	38	38													
вода питьевая	120	120													
масло сливочное	5	5													
Компот из сухофруктов + Витамин "С" №638-2004		•	200	0,4	0,0	20,2	82	0,1	0,0	0,0	0,3	11,0	9,3	7,1	0,2
сухофрукты	15	15													
сахар	15	15													
Хлеб пшеничный	80	80	80	6,6	1,1	28,9	152	0,0	0,2	0,0	0,0	26,4	174,4	49,6	3,4
или хлеб витаминизированный		•	80												
Хлеб ржаной	50	50	50	2,4	0,5	21,9	101	0,0	0,0	0,0	0,0	9,0	43,5	9,5	1,4
полдник				15,0	16,7	73,4	504	10,2	0,0	0,1	0,1	12,3	12,7	5,5	0,8
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Моск	ва		200	1,8	0,5	16,2	77	9,0	0,0	0,1	0,1	6,8	6,4	2,6	0,6
Мучное пряничное изделие промышленного произ	водства		100	13,1	16,2	32,0	326	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Кисель из свежих ягод + Витамин С, №590-1996			200	0,1	0,0	25,2	101	1,2	0,0	0,0	0,0	5,5	6,3	2,9	0,2
клюква, или брусника, или смородина	21,2	20													
крахмал	6	6													
сахар	18	18													
УЖИН				32	20	77	615	10	0	0	3	93	394	84	5
Помидоры свежие №71-2006, Москва	доры свежие №71-2006, Москва			0,5	0,2	3,4	17	5,9	0,0	0,0	1,8	3,3	0,0	0,7	0,2
помидоры свежие парниковые	82	80													
или помидоры свежие грунтовые	94	80													
зелень свежая (петрушка, укроп)	зелень свежая (петрушка, укроп) 1,4														

Шницель рыбный натуральный с соусом сметаннь	ıм №391,	600-2004	100/50	23,4	15,2	6,1	255	1,4	0,3	0,1	0,6	32,8	206,9	29,0	0,7
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	116	86													
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	129	86													
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	157	86													
или треска потрошеная обезглавленная (филе с кожей без костей)	113	86													
лук репчатый	18	15													
вода или молоко питьевые	7,5	7,5													
яйцо куриное	9	9													
сухари	12	12													
масло растительное	6	6													
соус сметанный:		50													
сметана	12,5	12,5													
мука пшеничная	2,5	2,5													
вода питьевая	37,5	37,5													
масло сливочное	2,5	2,5													
Пюре картофельное №520-2004		•	150	3,0	3,8	19,3	123	2,2	0,1	0,0	0,3	35,7	77,6	26,0	0,9
картофель - 01.0931.10 25%	170	128													
01.1131.1230%	183	128													
01.01-29.02 - 35%	197	128													
01.03 - 40%	214	128													
молоко питьевое	23	23													
или молоко концентрированное	11	11													
или молоко сухое	3	3													
вода кипяченая для концентрированного молока	12	12													

вода кипяченая для сухого молока	20	20													
масло сливочное	5	5													
Чай с лимоном №686-2004			200/5	0,1	0,0	15,2	61	0,8	0,0	0,0	0,0	2,2	0,1	0,5	0,1
чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	15	15													
лимон	6	5													
Хлеб пшеничный	30	30	30	2,5	0,4	10,8	57	0,0	0,1	0,0	0,0	9,9	65,4	18,6	1,3
или хлеб витаминизированный			30												
Хлеб ржаной	50	50	50	2,4	0,5	21,9	101	0,0	0,0	0,0	0,0	9,0	43,5	9,5	1,4
сонник				5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. №645-1996	207	200	200	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
					или							-			
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	210	200	200	6,4	6,2	12,0	129	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
итого:				117	114	426	3198	62	1	0	7	1059	1720	338	19
Соотношение белков:жиров	:углево	дов		1	1	4									
					16 деі	НЬ									
				Энер	огетическая	я ценность	(ккал)		Burou				Минерал		
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		Битамі	ины, мг			минерал	ы, мі	
				Белки, г	жиры, і	7131.1	Эц, ккал	С	В1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				21,2	19,9	88,4	618	1,9	0,3	0,6	1,0	438,5	539,0	85,4	3,2
Бутерброд с маслом №1-2004			20/10	1,6	7,4	10,0	114	0,0	0,0	0,4	0,3	6,4	16,0	2,8	0,2
хлеб пшеничный	20	20													
масло сливочное	10	10													
Суфле творожное со сгущенным молоком №365-20	10.4	-	200	12,0	8,5	36,2	269	0,6	0,1	0,2	0,7	297,3	330,2	40,3	0,7

	400	400													
творог	130	128													
сметана	17	17													
яйцо куриное	8	8													
сахар	12	12													
мука пшеничная	13	13													
молоко питьевое	25	25													
масло сливочное	1,2	1,2													
масса готового суфле		180													
молоко сгущенное с сахаром	20	20													
Кофейный напиток №253-2004, Пермь			200	3,4	3,2	19,0	118	1,3	0,0	0,0	0,0	118,0	88,2	13,7	0,1
кофейный напиток	5,5	5,5													
сахар	15	15													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
вода кипяченая для сухого молока	88	88													
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
Хлеб пшеничный			40	3,3	0,6	14,4	76	0,0	0,1	0,0	0,0	13,2	87,2	24,8	1,7
или хлеб витаминизированный			40												
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	,			4,0	8,4	59,0	328	9,0	0,0	0,1	0,1	6,8	6,4	2,6	0,6
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москв	за		200	1,8	0,5	16,2	77	9,0	0,0	0,1	0,1	6,8	6,4	2,6	0,6
Кондитерское изделие промышленного производст вафельные, зефир, мармелад, пастила)	гва (конф	еты	25	2,2	7,9	42,8	251	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД				39,2	36,7	113,8	942,6	39,9	0,5	46,2	5,9	95,9	605,6	154,9	11,7

Салат венгерский (технико-технологическая карта)			80	0,7	4,0	5,4	60	37,5	0,0	0,0	2,3	20,5	35,4	6,6	1,3
морковь до 01.0120%	35	28													
c 01.01 - 25%	37	28													
перец свежий	16	12													
помидоры свежие парниковые	33	32													
или помидоры свежие грунтовые	38	32													
лук репчатый	5	4													
лимон для сока	10	4													
сахар	0,4	0,4													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Суп-лапша домашняя, с курой №148-2004			250/10	7,1	8,1	13,5	155	0,7	0,1	46,1	0,6	16,7	64,8	11,8	0,8
лапша домашняя №549-2004		20													
мука пшеничная	18	18													
мука пшеничная на подпыл	1,2	1,2													
яйцо куриное	5	5													
вода питьевая	3,5	3,5													
соль йодированная	0,5	0,5													
или лапша промышленного производства	20	20													
морковь до 01.0120%	12,5	10													
c 01.01 - 25%	13	10													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное	5	5													
курица потрошеная 1 категории (мякоть без кожи)	29	26													

зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Гуляш №152-2004, Пермь		ı	50/50	18,3	14,2	4,1	217	0,2	0,1	0,1	2,3	11,1	178,3	18,3	2,1
говядина 1 категории	107	79													
или говядина полуфабрикат	93	79													
масло растительное	5	5													
лук репчатый	12	10													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	4	4													
мука пшеничная	2,5	2,5													
Каша гречневая вязкая №302-2004			150	4,1	8,8	18,5	170	0,0	0,0	0,0	0,6	8,5	106,7	55,5	2,5
крупа гречневая	38	38													
вода питьевая	121	121													
масло сливочное	8	8													
Компот из свежих ягод + Витамин С, №357-2002			200	0,1	0,0	21,6	87	1,5	0,0	0,0	0,2	3,8	2,6	3,6	0,2
клюква или брусника	26,4	25													
сахар	20	20													
Хлеб пшеничный	80	80	80	6,6	1,1	28,9	152	0,0	0,2	0,0	0,0	26,4	174,4	49,6	3,4
или хлеб витаминизированный			80												
Хлеб ржаной	50	50	50	2,4	0,5	21,9	101	0,0	0,0	0,0	0,0	9,0	43,5	9,5	1,4
полдник		•		13,4	12,7	76,3	473	18,2	0,1	0,3	1,2	73,4	106,3	22,9	2,6
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
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	200	0,1	0,0	10,6	43	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москв	за		200	1,8	0,5	16,2	77	9,0	0,0	0,1	0,1	6,8	6,4	2,6	0,6
Ужин				30,4	33,9	60,6	669	11,7	0,7	0,6	4,5	122,8	470,4	115,3	7,2

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			80	16,0	17,8	6,5	250	0,1	0,3	0,0	3,7	46,7	179,7	32,4	3,0
говядина 1 категории	124	91													
или говядина полуфабрикат	107	91													
или фарш промышленного производства	91	91													
вода или молоко питьевое	4	4													
чеснок свежий	1,0	0,8													
яйцо куриное	4	4													
сухари	9	9													
масло растительное для смазки листа	3	3													
Овощи припущенные №524-2004			200	6,2	10,9	18,0	195	11,7	0,3	0,0	0,6	44,8	154,2	60,6	1,6
картофель - 01.0931.10 25%	93	70													
01.1131.1230%	100	70													
01.01-29.02 - 35%	108	70													
01.03 - 40%	117	70													
горошек зеленый консервированный	86	56													
морковь до 01.0120%	68	54													
c 01.01 - 25%	72	54													
лук репчатый	33	28													
масло сливочное	12	12													
мука пшеничная	2,7	3,0													
					или				-						
Кабачки припущенные №524-2004			200	5,1	10,0	7,8	142	27,9	0,2	0,0	0,4	42,0	151,4	50,7	0,2
кабачки	364	244													

масло сливочное	12	12													
мука пшеничная	3,0	3,0													
Фито-чай с сахаром №627-1996			200	0,1	0,0	15,5	62	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
фито-чай для детей (с мятой или душицей или ромашкой или липой или др.)	1,5	1,5													
сахар	15	15													
Хлеб пшеничный	20	20	20	1,6	0,3	7,2	38	0,0	0,0	0,0	0,0	6,6	43,6	12,4	0,8
или хлеб витаминизированный			20												
Хлеб ржаной	30	30	30	1,4	0,3	13,1	61	0,0	0,0	0,0	0,0	5,4	26,1	5,7	0,8
сонник				5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. №645-1996	207	200	200	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
					или										
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	210	200	200	6,4	6,2	12,0	129	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
итого:				114	118	416	3183	83	2	48	13	979	1916	411	25
Соотношение белков:жиров	:углево	дов		1	1	4									
				,	17 де	НЬ									
				Энер	огетическа	я ценность	(ккал)		_						
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции		\	.,			витам	ины, мг			Минерал	ы, мг	
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				17,3	16,3	113,4	670	1,5	0,4	0,2	1,1	388,2	496,8	116,9	5,2
Бутерброд с джемом или повидлом с маслом №1,2	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													
		5													
масло сливочное	5	3													
масло сливочное джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, консервантов и красителей)		20													

или молоко сухое вода кипяченая для концентрированного молока		12 54													
или молоко сухое	12	12													
		1			1										
или молоко концентрированное	46	46													
молоко питьевое	100	100													
сахар	20	20													
чай - заварка	1,8	1,8	200	2,1	3,2	23,2	130	0,4	0,0	0,0	0,0	100,0	130,0	21,2	0,2
Чай с молоком №630-1996	<u> </u>	<u> </u>	200	2,1	3,2	23,2	130	0,4	0,0	0,0	0,0	186,6	136,8	21,2	0,2
вода кипяченая для сухого молока		5													
вода кипяченая для концентрированного молока		84													
или молоко сухое вода кипяченая для концентрированного молока		12 52													
или молоко концентрированное		44			-										
молоко питьевое	96	96													
вода питьевая	68	68													
соль йодированная	1	1													
сахар	4	4													
крупа кукурузная	11	11													
крупа ячневая	11	11													

Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Моске	a		200	1,8	0,5	16,2	77	9,0	0,0	0,1	0,1	6,8	6,4	2,6	0,6
Кондитерское изделие промышленного производст вафельные, зефир, мармелад, пастила)	ва (конф	еты	25	2,2	7,9	42,8	251	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД				36,8	33,8	140,9	1015,2	11,6	0,8	0,7	20,3	189,0	541,0	119,9	8,2
Салат из свежих огурцов №16-2004			80/4	1,3	4,0	6,6	68	3,9	0,0	0,0	0,1	33,0	21,5	3,0	0,5
огурцы свежие парниковые	82	80													
или огурцы свежие грунтовые	84	80													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Суп из овощей с мясом №135-2004			250/10	3,1	3,6	9,5	83	4,5	0,1	0,1	0,3	6,4	30,6	18,9	0,5
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
картофель - 01.0931.10 25%	67	50													
01.1131.1230%	72	50													
01.01-29.02 - 35%	77	50													
01.03 - 40%	84	50													
морковь до 01.0120%	25	20													
c 01.01 - 25%	27	20													
лук репчатый	12	10													
горошек зеленый консервированный	28	18													
масло сливочное	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Котлеты из кальмаров и рыбы с маслом №353-1996	i	•	100/10	16,9	18,8	3,2	250	0,7	0,2	0,0	3,6	20,8	114,8	11,3	0,3
кальмар мороженый обезглавленный (филе) с кожицей	67	60													
или кальмар мороженый (тушка) с кожицей	85	65													

масса отварных кальмаров		32													
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей	68	50													
без костей) или горбуша потрошенная с головой (филе с кожей	72	50													
без костей) или горбуша неразделанная (филе с кожей без															
костей)	86	50													
хлеб пшеничный	19	19													
вода или молоко питьевые	24	24													
яйцо куриное	13	13													
сухари	9	9													
масло растительное для смазки листа	5	5													
масло сливочное	10	10													
Картофель отварной с маслом №203-2004			150	4,2	5,8	17,4	139	2,4	0,2	0,1	0,3	40,5	87,2	30,3	1,1
картофель - 01.0931.10 25%	200	150													
01.1131.1230%	215	150													
01.01-29.02 - 35%	231	150													
01.03 - 40%	251	150													
масло сливочное	7	7													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, Москва			200	3,1	0,2	38,7	169	0,0	0,1	0,0	16,0	56,0	84,0	1,2	1,6
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	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	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
полдник				12,9	16,6	71,6	487	8,1	0,1	0,5	0,0	68,8	103,4	19,7	2,8

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													
вода или молоко питьевое	28	28													
масло сливочное	18	18													
яйцо куриное для смазки изделия	2	2													
соль йодированная	0,6	0,6													
дрожки 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, г. Москва	200	200	200	0,4	0,0	22,1	90	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
УЖИН				29,4	34,6	61,2	674	35,3	0,3	0,0	0,6	318,0	404,7	79,7	5,5
Продукт творожный с фруктовым наполнителем длитания промышленного производства (масса тво конкретизируется по фактическому использованию с	озонжод	продукта	100	8,5	13,0	4,0	167	0,6	0,0	0,0	0,0	190,0	98,0	0,0	0,0
Говядина, тушённая с капустой № 440-2004			250	16,6	20,9	16,8	322	34,7	0,2	0,0	0,6	112,5	215,2	55,4	3,4
говядина 1 категории	107	79													
или говядина полуфабрикат	93	79													
масса тушенного мяса		50													
лук репчатый	24	20													
капуста белокочанная свежая	276	221													
масло растительное	10	10													
морковь до 01.0120%	19	15													
c 01.01 - 25%	20	15													

лук репчатый	12	10													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	7	7													
мука пшеничная		2													
Чай с сахаром №685-2004		ı	200	0,4	0,0	16,5	68	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0	0,0	0,0
чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	15	15													
Хлеб пшеничный	30	30	30	2,5	0,4	10,8	57	0,0	0,1	0,0	0,0	9,9	65,4	18,6	1,3
или хлеб витаминизированный	•	•	30												
Хлеб ржаной	30	30	30	1,4	0,3	13,1	61	0,0	0,0	0,0	0,0	5,4	26,1	5,7	0,8
сонник				5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. №645-1996	207	200	200	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
					или										
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	210	200	200	6,4	6,2	12,0	129	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
итого:				105	116	470	3340	66	2	1	22	1234	1760	374	24
Соотношение белков:жиров	:углево	дов		1	1	4									
				1	18 ден	њ				-				•	
				Энер	огетическая	я ценность	(ккал)		_						
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции						витам	ины, мг			Минерал	ы, мг	
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				27,4	32,9	66,9	673	5,3	0,3	0,0	2,8	282,4	459,8	65,7	4,0
Бутерброд горячий с сыром №10-2004			50	4,4	11,0	13,1	169	0,0	0,0	0,0	0,5	78,5	62,5	7,5	0,4
масло сливочное	5	5													
сыр	16	15													
хлеб пшеничный	30	30													
	1	1	l		1	l	1			L	I	1	L		<u> </u>

Омлет натуральный с маслом №284-1996 с подгарн 2006,Москва)	іировкой	(Nº244-	200	17,2	18,1	9,6	270	4,4	0,1	0,0	2,2	105,4	251,0	25,9	1,7
яйцо куриное	125	125													
молоко питьевое	47	47													
или молоко концентрированное	22	22													
или молоко сухое	6	6													
вода кипяченая для концентрированного молока	25	25													
вода кипяченая для сухого молока	41	41													
масло растительное	3	3													
масса готового омлета		165													
масло сливочное на полив	10	10													
помидоры свежие грунтовые	35,4	30													
или помидоры свежие парниковые	31	30													
или кукуруза консервированная (после термической обработки)	50	30													
Кофейный напиток на сгущенном молоке №252-200	04, Пермы	•	200	2,4	3,2	24,6	137	0,9	0,0	0,0	0,0	85,0	63,5	9,9	0,1
кофейный напиток	5,5	5,5													
сахар	10	10													
молоко сгущенное с сахаром	28	28													
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
Хлеб пшеничный			30	2,5	0,4	10,8	57	0,0	0,1	0,0	0,0	9,9	65,4	18,6	1,3
или хлеб витаминизированный			30												
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	•			5,9	6,5	56,6	309	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	200	0,4	0,0	22,1	90	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Кондитерское изделие промышленного производст пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)	я в ассортименте №407-2006, г. Москва ерское изделие промышленного производства (печенье,				6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0

ОБЕД				35,0	31,8	144,6	1005	30,2	0,5	0,3	6,0	216,2	499,1	129,6	9,0
Салат "Пестрый" (технико - технологическая карта)			80	0,8	4,1	5,1	61	16,46	0,0	0,0	2,0	96,0	12,5	16,5	0,5
кукуруза консервированная (после термической обработки)	33	20													
помидоры свежие парниковые	21,4	21													
или помидоры свежие грунтовые	25	21													
морковь до 01.0120%	40	32													
c 01.01 - 25%	43	32													
лук репчатый	6	5													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной №	129-1996		250/10/5	4,8	4,3	14,4	116	2,5	0,1	0,2	0,3	20,7	79,4	23,4	1,1
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
картофель - 01.0931.10 25%	93	70													
01.1131.1230%	100	70													
01.01-29.02 - 35%	108	70													
01.03 - 40%	117	70													
крупа (перловая, или рисовая)	5	5													
морковь до 01.0120%	12,5	10													
c 01.01 - 25%	13	10													
лук репчатый	10	8													
огурцы солёные (без уксуса)	31	17													
масло сливочное	5	5													
сметана	5	5													

зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Бефстроганов №423-2004		ı	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													
Макаронные изделия отварные №516-2004		•	150	4,2	4,0	28,5	167	0,0	0,1	0,1	0,8	11,9	36,6	6,6	0,7
макаронные изделия	52	52													
масло сливочное	5	5													
Компот из сухофруктов + Витамин "С" №638-2004			200	0,4	0,0	20,2	82	0,1	0,0	0,0	0,3	11,0	9,3	7,1	0,2
сухофрукты	15	15													
сахар	15	15													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Моск	ва		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	50	50	50	2,4	0,5	21,9	101	0,0	0,0	0,0	0,0	9,0	43,5	9,5	1,4
полдник				22,0	15,4	64,2	483	0,9	0,1	0,1	0,5	420,9	403,3	30,0	0,3
Сырники из творога со сгущенным молоком №358-	2004		150/20	18,5	11,2	39,0	331	0,0	0,0	0,1	0,5	230,8	210,5	8,1	0,1
творог	151	150													
мука пшеничная	20	20													
яйцо куриное	5	5													

сахар	9	9													
масло растительное	3,5	3,5													
масса готовых изделий		150													
молоко сгущенное с сахаром	20	20													
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				32,7	24,0	71,6	634	11,5	0,4	0,1	6,0	96,2	360,3	84,9	4,5
Огурцы свежие парниковые №70-2006, г. Москва	82	80	80	0,6	0,1	2,0	11	7,8	0,0	0,0	0,1	18,0	32,9	11,0	0,5
или огурцы свежие грунтовые	84	80													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Рыба запечённая с маслом №310-1996			100/10	23,8	19,2	3,2	281	0,7	0,2	0,1	5,6	20,0	127,7	15,0	0,2
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	153	113													
или горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	170	119													
или горбуша неразделанная (филе с кожей без костей)	205	119													
или ряпушка неразделанная	138	119													
или треска потрошеная обезглавленная (филе с кожей без костей)	156	119													
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	194	119													
мука пшеничная	4	4													
масло растительное	5	5													
масло сливочное	10	10													
Пюре картофельное №520-2004			150	3,0	3,8	19,3	123	2,2	0,1	0,0	0,3	35,7	77,6	26,0	0,9
картофель - 01.0931.10 25%	170	128													

01.1131.1230%	183	128													
01.01-29.02 - 35%	197	128													
01.03 - 40%	214	128													
молоко питьевое	23	23													
или молоко концентрированное	11	11													
или молоко сухое	3	3													
вода кипяченая для концентрированного молока	12	12													
вода кипяченая для сухого молока	20	20													
масло сливочное	5	5													
Чай с лимоном №686-2004			200/5	0,1	0,0	15,2	61	0,8	0,0	0,0	0,0	2,2	0,1	0,5	0,1
чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	15	15													
лимон	6	5													
Хлеб пшеничный	40	40	40	3,3	0,6	14,4	76	0,0	0,1	0,0	0,0	13,2	87,2	24,8	1,7
или хлеб витаминизированный			40												
Хлеб ржаной	40	40	40	1,9	0,4	17,5	81	0,0	0,0	0,0	0,0	7,2	34,8	7,6	1,1
сонник				5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. №645-1996	207	200	200	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
					или										
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	210	200	200	6,4	6,2	12,0	129	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
итого:				129	117	422	3256	58	1	0	15	1286	1936	348	20
Соотношение белков:жиров.	углево	дов		1	1	4									
				Энер	ргетическа	я ценность	(ккал)		Витам	UULI MF			Минепап	LI MF	

Garage No account of the No ac			Масса]	DNIAM	ипрі, ічі		1	minuchani), IVII	ļ
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	порции	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		ı				I		1
								С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				25,7	28,3	71,5	644	1,7	0,3	0,5	0,6	565,5	488,6	64,6	2,5
Бутерброд с маслом №1-2004			20/10	1,6	7,4	10,0	114	0,0	0,0	0,4	0,3	6,4	16,0	2,8	0,2
хлеб пшеничный	20	20													
масло сливочное	10	10													
Каша ячневая жидкая, с маслом №311-2004	•		200/5	6,1	9,1	27,1	215	0,4	0,2	0,1	0,3	190,3	232,2	59,9	1,9
крупа ячневая	40	40													
сахар	4	4													
вода питьевая	68	68													
молоко питьевое	101	101													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	55	55													
вода кипяченая для сухого молока	89	89													
масло сливочное	5	5													
Какао с молоком №642-1996			200	4,0	5,7	26,0	171	0,7	0,0	0,0	0,0	177,0	133,7	0,0	0,1
какао - порошок	5	5													
сахар	20	20													
молоко питьевое	130	130													
или молоко концентрированное	60	60													
или молоко сухое	16	16													
вода кипяченая для концентрированного молока	70	70													
вода кипяченая для сухого молока	114	114													

Продукт творожный промышленного производства питания (масса творожного продукта конкретизирує фактическому использованию от 100 г и выше)		ского	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	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
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				4,0	8,4	59,0	328	9,0	0,0	0,1	0,1	6,8	6,4	2,6	0,6
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Моск	ва		200	1,8	0,5	16,2	77	9,0	0,0	0,1	0,1	6,8	6,4	2,6	0,6
Кондитерское изделие промышленного производс вафельные, зефир, мармелад, пастила)	гва (конф	реты	25	2,2	7,9	42,8	251	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД				42,4	30,2	120,3	923	29,5	0,4	0,0	9,0	130,4	405,9	85,9	4,7
Помидоры свежие №71-2006, Москва			80	0,5	0,2	3,4	17	5,9	0,0	0,0	1,8	3,3	0,0	0,7	0,2
помидоры свежие парниковые	82	80													
или помидоры свежие грунтовые	94	80													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Солянка домашняя со сметаной №204-1997			250/10/20/5	8,9	7,9	12,6	157	5,1	0,2	0,0	1,1	31,0	155,2	20,2	0,3
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
масса отварного мяса		10													
колбаса вареная, или полукопченая, или ветчина для детского питания	21	20													
лук репчатый	24	20													
огурцы солёные (без уксуса)	27	15													
картофель - 01.0931.10 25%	80	60													
01.1131.1230%	86	60													
01.01-29.02 - 35%	92	60													
01.03 - 40%	100	60													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	5	5													
масло сливочное	5	5													

сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Жаркое из птицы №446-1996			250	23,5	20,1	13,3	328	4,4	0,1	0,0	5,3	32,5	68,8	11,7	0,2
курица потрошеная 1 категории	81	72													
или окорочок куриный	76	72													
или грудка куриная	76	72													
масса тушеной курицы (порционные кусочки)		50													
или филе куриное промышленного производства	64	62													
масса тушеного филе		50													
масло растительное	3	3													
картофель - 01.0931.10 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													
масло растительное	9	9													
Компот из кураги + Витамин "С" №638-2004			200	0,8	0,0	23,3	96	0,2	0,0	0,0	0,5	16,0	14,1	12,8	0,4
курага	15	15													
сахар	15	15													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Моск	ва		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	50	50	50	4,1	0,7	18,1	95	0,0	0,1	0,0	0,0	16,5	109,0	31,0	2,1

или хлеб витаминизированный			50												
Хлеб ржаной	50	50	50	2,4	0,5	21,9	101	0,0	0,0	0,0	0,0	9,0	43,5	9,5	1,4
полдник			•	12,1	12,6	82,5	492	5,2	0,2	0,2	1,1	78,6	127,9	12,3	0,0
Мучное изделие промышленного производства			100	11,5	12,2	49,5	354	1,2	0,1	0,2	1,1	38,6	73,9	12,3	0,0
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	200	0,6	0,4	33,0	138	4,0	0,1	0,0	0,0	40,0	54,0	0,0	0,0
Ужин		•		27,3	29,7	73,9	672	61,2	0,3	7,6	3,8	71,6	484,7	75,4	10,1
Салат из пекинской капусты (технико - технологиче	ская кар	та)	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													
Печень по - деревенски (технико - технологическая	карта)	•	80	15,2	14,6	5,5	214	26,4	0,2	6,6	0,5	7,2	251,2	14,4	5,5
печень говяжья	120	99													
лук репчатый	24	20													
мука пшеничная	4	4													
масло растительное	5	5													
Рис припущенный с овощами (технико-технологич	еская ка	рта)	150	2,7	5,4	21,0	143	21,4	0,0	0,1	0,5	19,8	59,0	25,8	0,7
крупа рисовая	45	45													
масло сливочное	8	8													
морковь до 01.0120%	50	40													
c 01.01 - 25%	53	40													

	ый чай с сахаром №686-2004														
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	40	40	40	1,9	0,4	17,5	81	0,0	0,0	0,0	0,0	7,2	34,8	7,6	1,1
сонник				5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. №645-1996	207	200	200	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
		•	•	•	или	•									•
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	210	200	200	6,4	6,2	12,0	129	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
итого:						425	3212	108	1	8	15	1095	1702	271	18
Соотношение белков:жиров		1	1	4											
				2	20 де	НЬ									
				Энер	огетическа:	я ценность	(ккал)								
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса						Витам	ины, мг			Минерал	ы, мг	
, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,			порции	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК]	25,0	18,9	100,6	672	3,4	0,2	рет.экв. 0,2	1,3	539,7	565,6	89.3	1,6
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
			30/23	2,1	0,3	33,0	173	0,0	0,0	0,0	0,0	9,0	24,4	0,9	0,3
хлеб пшеничный		30													
джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, консервантов и красителей)	25,4	25													
Запеканка творожная с фруктами со сгущенным мо технологическая карта)	180/20	16,2	12,4	32,6	307	0,9	0,1	0,2	0,7	230,3	266,3	44,8	0,7		
груши свежие с удаленным семенным гнездом, очищенные от кожицы															
масса припущенных груш		45													
						I							l .		+

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

Салат зеленый с огурцами и помидорами №15-2004	ļ		80	1,2	4,0	6,3	66	7,1	0,0	0,0	2,3	26,9	31,1	8,2	1,5
капуста пекинская (китайская)	30	21													
огурцы свежие парниковые	33	32													
или огурцы свежие грунтовые	34	32													
помидоры свежие парниковые	27	26													
или помидоры свежие грунтовые	31	26													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Суп из сборных овощей мелкошинкованных с мясс Москва	м №127-	2006,	250/10	4,5	4,7	15,5	122	2,7	0,1	0,0	0,4	13,7	70,4	8,8	0,1
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
кабачки свежие	42	28													
картофель - 01.0931.10 25%	37	28													
01.1131.1230%	40	28													
01.01-29.02 - 35%	43	28													
01.03 - 40%	47	28													
помидоры свежие парниковые	33,7	33													
или помидоры свежие грунтовые	39	33													
морковь до 01.0120%	10	8													
c 01.01 - 25%	11	8													
лук репчатый	10	8													
масло сливочное	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
(урочка ряба - блюдо из птицы с крупой перловой технико - технологическая карта)	ряба - блюдо из птицы с крупой перловой и овощами			20,4	20,5	25,7	369	1,2	0,1	0,1	1,1	69,6	275,9	37,1	1,2

курица потрошеная 1 категории (мякоть без кожи)	169	73													
или филе куриное промышленного производства	77	73													
масса тушеной мякоти		50													
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	13,3	13													
или помидоры свежие грунтовые	15	13													
масло сливочное	12	12													
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	80	80	80	6,6	1,1	28,9	152	0,0	0,2	0,0	0,0	26,4	174,4	49,6	3,4
или хлеб витаминизированный			80												
Хлеб ржаной	50	50	50	2,4	0,5	21,9	101	0,0	0,0	0,0	0,0	9,0	43,5	9,5	1,4
полдник				18,7	24,7	53,5	511	11,0	0,2	0,0	0,7	449,3	424,6	54,2	4,8
Манник (технико - технологическая карта)			80	12,1	18,5	25,5	317	0,0	0,1	0,0	0,7	214,1	178,4	27,4	0,0
мука пшеничная	19	19													
сахар	15	15	_											_	
крупа манная	19	19													
				1											

	10	40													
сметана	12	12													\vdash
двууглекислый натрий	0,8	0,8													
масло сливочное	6	6													
масло растительное для смазки листа	0,3	0,3													
Молоко питьевое кипяченое 2,5 % №260-2004	210	200	200	5,5	5,6	10,0	112	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Моске	за		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				29,8	30,8	61,5	642	38,5	0,3	0,7	4,8	247,5	519,6	92,9	5,8
Яйцо отварное №337-2004			40	5,0	4,6	0,3	63	0,0	0,0	0,6	0,2	19,4	66,8	4,2	0,9
Рагу из мяса №405-1996			300	20,1	22,5	22,1	371	38,1	0,2	0,1	4,6	31,3	255,0	51,4	3,3
говядина 1 категории	107	79													
или говядина полуфабрикат	93	79													
масса тушенного мяса		50													
масло растительное	9	9													
картофель - 01.0931.10 25%	193	145													
01.1131.1230%	207	145													
01.01-29.02 - 35%	223	145													
01.03 - 40%	242	145													
морковь до 01.0120%	50	40													
c 01.01 - 25%	53	40													
капуста белокочанная свежая	31	25													
или кабачки	37	25													
или баклажаны	26	25													
лук репчатый	30	25													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	10	10													

мука пшеничная	3	3													
Чай с молоком №630-1996			200	2,1	3,2	23,2	130	0,4	0,0	0,0	0,0	186,6	136,8	21,2	0,2
чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	20	20													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
вода кипяченая для сухого молока	88	88													
Хлеб пшеничный	20	20	20	1,6	0,3	7,2	38	0,0	0,0	0,0	0,0	6,6	43,6	12,4	0,8
или хлеб витаминизированный	•		20												
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	40	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
сонник				5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. №645-1996	207	200	200	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
					или										
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	210	200	200	6,4	6,2	12,0	129	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
итого:				120	118	414	3198	75	1	1	11	1658	2325	391	22
Соотношение белков:жиров	:углево	дов		1	1	4									
				2	21 де	НЬ									
				Энер	ргетическа	я ценность	(ккал)		Burner				M		
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	F	216	V	011		Битамі	ины, мг			Минералі	ы, мг	
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК	ЗАВТРАК							0,9	0,2	0,8	0,1	428,7	395,4	46,6	3,0
Для бутерброда:															

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

Салат витаминный №39-2004			80	1,0	3,3	6,6	60	11,2	0,0	0,0	2,6	22,7	28,2	0,0	0,4
капуста свежая белокочанная	45	36													
яблоки свежие с удаленным семенным гнездом	18	16													
морковь до 01.0120%	26	21													
c 01.01 - 25%	28	21													
сахар	2	2													
лимон для сока	7	3													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Суп фасолевый с мясом №1.83-1995, Картотека блю питания	од лечеб	ного	250/10	10,1	5,2	20,4	169	2,2	0,2	0,0	0,7	34,7	123,3	38,2	2,2
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
картофель - 01.0931.10 25%	35	26													
01.1131.1230%	37	26													
01.01-29.02 - 35%	40	26													
01.03 - 40%	43	26													
фасоль	30	30													
или фасоль консервированная в собственном соку	107	64													
лук репчатый	6	5													
морковь до 01.0120%	10,0	8													
c 01.01 - 25%	11	8													
масло сливочное	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Горбуша в морковно - сухарной корочке с маслом (гехнологическая карта)	технико	-	100/10	24,4	21,2	5,7	311	1,0	0,1	0,1	2,2	21,2	115,7	12,5	0,1

горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	179	119													
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	217	119													
мука пшеничная	7	7													
яйцо куриное	10	10													
морковь до 01.0120%	10	8													
c 01.01 - 25%	11	8													
сухари	7	7													
масло растительное	5	5													
масло сливочное	10	10													
Картофель отварной с маслом №203-2004			150	4,2	5,8	17,4	139	2,4	0,2	0,1	0,3	40,5	87,2	30,3	1,1
картофель - 01.0931.10 25%	200	150													
01.1131.1230%	215	150													
01.01-29.02 - 35%	231	150													
01.03 - 40%	251	150													
масло сливочное	7	7													
Компот из свежих плодов + Витамин "С" №585-1996	6		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 свежие или нектарины	44	40													
или абрикосы свежие	46	40													
или черешня или вишня свежие	42	40													
сахар	20	20													
Хлеб пшеничный	70	70	70	5,7	1,0	25,3	133	0,0	0,2	0,0	0,0	23,1	152,6	43,4	2,9
или хлеб витаминизированный			70												
Хлеб ржаной	50	50	50	2,4	0,5	21,9	101	0,0	0,0	0,0	0,0	9,0	43,5	9,5	1,4

полдник				7,8	13,1	77,4	459	14,4	0,1	0,1	0,2	54,1	69,1	7,5	1,8
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													
масло сливочное	2	2													
вода или молоко питьевое	18	18													
яйцо куриное	3,5	3,5													
дрожжи прессованные	1	1													
или дрожжи сухие	0,25	0,25													
соль йодированная	0,3	0,3													
масса начинки		60													
колбаса вареная, или полукопченая, или ветчина для детского питания	26	25													
огурцы соленые без уксуса	55	30													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	2	2													
сыр	6	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	4,1	3,0													
масло растительное для смазки листа	0,3	0,3													
Кисель из чернослива или кураги №643-2004			200	0,1	0,1	23,1	94	1,5	0,0	0,0	0,1	7,4	8,2	0,0	0,6
чернослив или курага	15	15													
мука картофельная (крахмал)	8	8													
сахар	15	15													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Моск	за		250	2,3	0,6	20,3	96	11,3	0,0	0,1	0,1	8,5	8,0	3,3	0,8
ужин				22	24	86	647	64	0	0	4	77	416	114	9

Нарезка из свежих овощей №18/1-2011, Екатеринбу	ог		80	0,3	0,0	5,4	23	62,3	0,0	0,0	2,8	25,0	26,5	0,0	1,3
огурцы свежие парниковые	41	40													
или огурцы свежие грунтовые	42	40													
помидоры свежие парниковые	41	40													
или помидоры свежие грунтовые	47	40													
или редис красный обрезной	58	40													
или перец свежий	53	40													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Колбаски из говядины с маслом №32-1992		•	80/10	11,3	13,8	6,9	197	0,9	0,2	0,1	0,2	15,6	130,3	17,8	2,0
говядина 1 категории	91	67													
или говядина полуфабрикат	79	67													
или фарш промышленного производства	67	67													
картофель - 01.0931.10 25%	32	24													
01.1131.1230%	34	24													
01.01-29.02 - 35%	37	24													
01.03 - 40%	40	24													
чеснок свежий	1,4	1,1													
мука пшеничная	3	3													
масло растительное	3	3													
масло сливочное	10	10		_											
Каша гречневая вязкая №302-2004			150	4,1	8,8	18,5	170	0,0	0,0	0,0	0,6	8,5	106,7	55,5	2,5
крупа гречневая	38	38		_											
вода питьевая	121	121		_											
масло сливочное	8	8													

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						•							<u> </u>
сахар	15	15													
лимон	6	5													
Хлеб пшеничный	50	50	50	4,1	0,7	18,1	95	0,0	0,1	0,0	0,0	16,5	109.0	31.0	2,1
	30	30	50	4,1	0,7	10,1	90	0,0	0,1	0,0	0,0	16,5	109,0	31,0	2,1
или хлеб витаминизированный													-	_	
Хлеб ржаной	50	50	50	2,3	0,5	21,8	101	0,0	0,0	0,0	0,0	9,0	43,5	9,5	1,4
сонник	T	1		5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
Молоко питьевое кипяченое 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										
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. №645-1996	207	200	200	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
итого:				110	118	424	3193	159	1	1	10	990	1647	344	26
Соотношение белков:жиров	:углево	дов		1	1	4									
				- :	22 деі	НЬ									
				Энер	гетическая	і ценность	(ккал)								
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	_								Витамі	4111 1 845					
1	Брутто, г	Нетто, г	Масса						Diriami	ипы, мі			Минераль	ы, мг	
	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг	E	Кальций	Минераль Фосфор	магний	Железо
ЗАВТРАК	Брутто, г	Нетто, г		Белки, г 19,0	жиры, г 25,2	Угл. г 91,7	эц, ккал 670	c 1,1			E 0,9	Кальций 404, 6	<u> </u>		Железо 2,2
ЗАВТРАК Бутерброд с маслом №1-2004	Брутто, г	Нетто, г		,					B1	А, мкг рет.экв.		•	Фосфор	Магний	
	Брутто , г	Нетто, г 20	порции	19,0	25,2	91,7	670	1,1	B1 0,2	А, мкг рет.экв.	0,9	404,6	Фосфор	Магний 47,0	2,2
Бутерброд с маслом №1-2004	20		порции	19,0	25,2	91,7	670	1,1	B1 0,2	А, мкг рет.экв.	0,9	404,6	Фосфор	Магний 47,0	2,2
Бутерброд с маслом №1-2004 хлеб пшеничный	20	20	порции	19,0	25,2	91,7	670	1,1	B1 0,2	А, мкг рет.экв.	0,9	404,6	Фосфор	Магний 47,0	2,2
Бутерброд с маслом №1-2004 хлеб пшеничный масло сливочное	20	20	20/10	19,0	25,2 7,4	91,7	670	1,1	B1 0,2 0,0	А, мкг рет.экв. 0,4 0,4	0,9	404,6 6,4	Фосфор 378,9 16,0	Магний 47,0 2,8	0,2

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

ОБЕД				31,3	34,5	140,2	996	70,6	0,4	0,1	4,0	148,8	464,4	115,8	7,8
Салат из свежих огурцов №16-2004			80/4	1,3	4,0	6,6	68	3,9	0,0	0,0	0,1	33,0	21,5	3,0	0,5
огурцы свежие парниковые	82	80													
или огурцы свежие грунтовые	84	80													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Свекольник с мясом, со сметаной №34-2004, Пермь			250/10/5	5,1	6,9	15,0	143	6,6	0,1	0,0	0,3	39,7	85,5	31,8	1,8
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
свекла до 01.0120%	81	65													
c 01.01 - 25%	86	65													
картофель - 01.0931.10 25%	58	43													
01.1131.1230%	62	43													
01.01-29.02 - 35%	67	43													
01.03 - 40%	72	43													
морковь до 01.0120%	18,8	15													
c 01.01 - 25%	20	15													
лук репчатый	13	11													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	3	3													
масло сливочное	5	5													
сахар	1	1													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Плов №443-2004			250	16,9	21,7	35,7	406	0,1	0,1	0,0	2,5	27,5	199,5	40,5	2,1

														1	
говядина 1 категории	107	79													
или говядина полуфабрикат	93	79													
масса готового мяса		50													
крупа рисовая	68	68													
морковь до 01.0120%	33	26													
c 01.01 - 25%	35	26													
лук репчатый	18	15													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	6	6													
масло растительное	6	6													
Отвар из плодов шиповника №705-2004			200	0,2	0,1	25,1	102	49,0	0,0	0,0	0,9	7,2	1,9	1,9	0,2
шиповник	15	15													
сахар	18	18													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Моск	за		200	1,8	0,7	22,2	102	11,1	0,0	0,0	0,2	17,8	12,2	0,0	0,0
Хлеб пшеничный	50	50	50	4,1	0,7	18,1	95	0,0	0,1	0,0	0,0	16,5	109,0	31,0	2,1
или хлеб витаминизированный			50												
Хлеб ржаной	40	40	40	1,9	0,4	17,5	81	0,0	0,0	0,0	0,0	7,2	34,8	7,6	1,1
полдник				18,0	19,9	64,8	510	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
Мучное сдобное изделие промышленного произво	дства		100	12,5	14,3	54,8	398	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Молоко питьевое кипяченое 2,5 % №260-2004	210	200	200	5,5	5,6	10,0	112	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
Ужин		Į.	•	43,2	21,9	71,0	653	14,1	0,5	0,1	0,6	121,5	312,1	152,3	5,6
Горошек зеленый консервированный (после термической обработки) №101-2004	123	80	80	6,9	0,3	10,0	70	8,0	0,0	0,0	0,3	18,3	84,9	10,5	0,5
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
или огурцы свежие парниковые №70-2006, г. Москва	82	80	80	0,6	0,1	2,0	11	7,8	0,0	0,0	0,1	18,0	32,9	11,0	0,5
или огурцы свежие грунтовые	84	80													

зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Кальмары в сметанном соусе №275,750-2002, Сбор	ник реце	<u>і</u> ттур	50/50	26,0	10,3	2,5	207	1,0	0,2	0,0	0,0	42,5	18,5	93,5	1,5
блюд для диетического питания кальмар мороженый обезглавленный (филе) с	103	93				<u> </u>			, ,	,	,	,	,	,	
или кальмар мороженый (тушка) с кожицей	133	102													
		50													
масса отварных кальмаров															
соус сметанный:		50													
сметана	12,5	12,5													
мука пшеничная	2,5	2,5													
вода питьевая	37,5	37,5													
масло сливочное	2,5	2,5													
Картофель припущенный с маслом, с зеленью №5	18-2004		200	7,5	10,8	26,6	234	4,0	0,2	0,1	0,3	46,3	146,6	31,5	2,1
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	15	15													
зелень свежая (петрушка, укроп)	3	2													
			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												-	
caxap	15	15													
Хлеб пшеничный	20	20	20	1.6	0.3	7,2	38	0.0	0,0	0.0	0.0	6.6	43.6	12.4	0,8
	20	20		1,0	0,3	1,2	30	0,0	0,0	0,0	0,0	6,6	43,6	12,4	0,6
или хлеб витаминизированный		I	20												
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9 5,6	0,2 6,4	8,7	40	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
сонник	сонник					18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2

Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. №645-1996	207	200	200	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
					или										
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	210	200	200	6,4	6,2	12,0	129	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
итого:				123	114	442	3291	97	1	1	6	1156	1584	377	18
Соотношение белков:жиров	:углево	дов		1	1	4									
					23 де	НЬ									
				Энер	ргетическа	я ценность	(ккал)		_						
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	_					витам	ины, мг			Минералі	ы, мг	
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК			•	22,9	25,9	89,3	682	1,7	0,2	0,0	1,2	436,8	426,5	72,5	3,0
Бутерброд горячий с мясопродуктами и сыром №1	1-2004		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 №262-199	6		200/5	9,3	10,6	35,6	275	0,4	0,1	0,0	0,5	189,9	151,4	25,2	0,5
крупа манная	30	30													
вода питьевая	70	70													
молоко питьевое	106	106													
или молоко концентрированное	49	49													
или молоко сухое	13	13													
вода кипяченая для концентрированного молока	57	57													
вода кипяченая для сухого молока	93	93													
сахар	4	4													
соль йодированная	1	1													

масло сливочное	5	5													
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													
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
	20	20	30	2,5	0,2	,		-,-	,	,	-,-	9,9	,		
	пшеничный 					10,8	57	0,0	0,1	0,0	0,0	9,9	65,4	18,6	1,3
·	слеб витаминизированный														
ВТОРОЙ ЗАВТРАК			T	4,0	8,4	59,0	328	9,0	0,0	0,1	0,1	6,8	6,4	2,6	0,6
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москі			200	1,8	0,5	16,2	77	9,0	0,0	0,1	0,1	6,8	6,4	2,6	0,6
Кондитерское изделие промышленного производствафельные, зефир, мармелад, пастила)	гва (конф	еты	25	2,2	7,9	42,8	251	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД				32,9	34,7	136,3	989	52,4	0,8	0,9	3,1	119,4	470,7	137,0	10,3
Салат из свежих помидоров №19-2004			80	0,4	4,2	3,4	53	17,6	0,0	0,2	0,2	3,7	6,8	0,8	0,2
помидоры свежие парниковые	68	67													
или помидоры свежие грунтовые	79	67													
лук зеленый															
или лук репчатый	, ,														
масло растительное															
зелень свежая (петрушка, укроп)	· + +														
Суп крестьянский с крупой, с мясом и сметаной N	<u>134-2004</u>		250/10/5	5,9	6,7	15,3	145	4,3	0,1	0,0	0,3	16,7	90,5	26,1	1,2

говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
картофель - 01.0931.10 25%	33	25													
01.1131.1230%	36	25													
01.01-29.02 - 35%	39	25													
01.03 - 40%	42	25													
капуста свежая белокочанная	38	30													
крупа (пшено, или хлопья овсяные "Геркулес")	5	5													
или крупа (перловая, или рисовая, или овсяная, или ячневая)	10	10													
морковь до 01.0120%	13	10													
c 01.01 - 25%	13	10													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное	5	5													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Биточки из мяса №451-2004			80	12,9	11,9	3,8	174	0,1	0,2	0,0	2,2	28,2	118,3	19,1	1,9
говядина 1 категории	80	59													
или говядина полуфабрикат	70	59													
или фарш промышленного производства	59	59													
хлеб пшеничный	14	14													
вода или молоко питьевое	16	16													
яйцо куриное	3,5	3,5													
сухари	8	8													
масло растительное	5	5													

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	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													
сахар	15	15													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Моск	ва		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	80	80	80	6,6	1,1	28,9	152	0,0	0,2	0,0	0,0	26,4	174,4	49,6	3,4
или хлеб витаминизированный			80												
Хлеб ржаной	40	40	40	1,9	0,4	17,5	81	0,0	0,0	0,0	0,0	7,2	34,8	7,6	1,1
полдник				19,7	13,4	74,6	498	9,4	0,1	0,0	0,5	220,0	138,3	34,3	0,8
Запеканка морковная с творогом с молоком сгуще Пермь	нным №1	118-2004,	180/20	19,1	13,0	41,6	360	5,4	0,1	0,0	0,5	180,0	84,3	34,3	0,8
морковь до 01.0120%	141	113													
c 01.01 - 25%	150	113													
масло сливочное	масло сливочное 9 9														
молоко питьевое															
масса припущенной моркови		103													

крупа манная	18	18													
творог	68	67													
яйцо куриное	7	7													
сахар	7	7													
сухари	5	5													
сметана	5	5													
масло сливочное (для смазки)	5	5													
масса готовой запеканки		180													
молоко сгущенное с сахаром	20	20													
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	200	0,6	0,4	33,0	138	4,0	0,1	0,0	0,0	40,0	54,0	0,0	0,0
Ужин				17,8	27,1	83,9	651	2,6	0,3	1,5	2,6	91,0	225,0	164,2	14,4
Салат дальневосточный из морской капусты (конс	ервы) №1	102-2004	80	0,4	1,7	5,0	37	1,4	0,1	0,8	1,8	32,0	41,6	130,4	11,2
капуста морская консервированная или салат дальневосточный (без уксуса)	84	82													
лук зеленый	13	10													
Сосиски, сардельки отварные с соусом №413,600-2	004		120	9,2	20,7	1,3	228	0,0	0,0	0,6	0,0	26,3	49,0	0,0	0,2
сардельки, или сосиски молочные высшего сорта для детского питания	92	90													
соус сметанный:		30													
сметана	10	10													
мука пшеничная	1,5	1,5													
вода питьевая	20	20													
масло сливочное	1,5	1,5													
Макаронные изделия отварные №516-2004			150	4,2	4,0	28,5	167	0,0	0,1	0,1	0,8	11,9	36,6	6,6	0,7
макаронные изделия	52	52													

масло сливочное	5	5													
			200	0.1	0.0	25,2	101	1,2	0,0	0.0	0.0	<i>E E</i>	6.2	2,9	0,2
Кисель из свежих ягод + Витамин С, №590-1996	1	I	200	0,1	0,0	25,2	101	1,2	0,0	0,0	0,0	5,5	6,3	2,9	0,2
клюква, или брусника, или смородина	21,2	20													
крахмал	6	6													
сахар	18	18													
Хлеб пшеничный	30	30	30	2,5	0,4	10,8	57	0,0	0,1	0,0	0,0	9,9	65,4	18,6	1,3
или хлеб витаминизированный			30												
Хлеб ржаной	30	30	30	1,4	0,3	13,1	61	0,0	0,0	0,0	0,0	5,4	26,1	5,7	0,8
сонник				5,6	6,4	18,2	152,8	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. №645-1996	207	200	200	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
	•			•	или				•	•					•
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	210	200	200	6,4	6,2	12,0	129	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
итого:				103	116	461	3301	77	1	3	8	1116	1455	441	29
Соотношение белков:жиров	:углево	дов		1	1	4									
					24 де	НЬ									
				Энер	гетическая	я ценность	(ккал)								
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции						Витамі	ины, мг			Минералі	ы, мг	
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				24,1	27,3	78,9	658	1,6	0,2	1,1	1,0	483,1	504,8	67,9	4,5
Бутерброд с сыром №3-2004			30/30	7,1	13,5	16,2	215	0,2	0,0	0,5	0,5	306,0	199,5	20,7	0,5
хлеб пшеничный	30	30													
сыр	31	30													
Суп молочный с макаронными изделиями №161-19	250	6,9	8,3	20,4	184	0,7	0,1	0,0	0,3	135,5	112,0	7,7	0,4		
молоко питьевое	125	125						•		-					
1															

или молоко концентрированное	58	58													
или молоко сухое	15	15													
вода кипяченая для концентрированного молока	68	68													
вода кипяченая для сухого молока	110	110													
вода питьевая	105	105													
макаронные изделия	20	20													
масло сливочное	4	4													
сахар	4	4													
Яйцо отварное №337-2004			40	5,0	4,6	0,3	63	0,0	0,0	0,6	0,2	19,4	66,8	4,2	0,9
Чай с лимоном №686-2004			200/5	0,1	0,0	15,2	61	0,8	0,0	0,0	0,0	2,2	0,1	0,5	0,1
чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	15	15													
лимон	6	5													
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
Хлеб пшеничный			50	4,1	0,7	18,1	95	0,0	0,1	0,0	0,0	16,5	109,0	31,0	2,1
или хлеб витаминизированный			50												
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				5,9	6,5	56,6	309	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	200	0,4	0,0	22,1	90	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Кондитерское изделие промышленного производстряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)	гва (пече	енье,	25	5,5	6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД					34,7	112,9	925	26,0	0,6	0,1	6,8	221,2	514,2	144,9	7,7
Салат "Пестрый" (технико - технологическая карта)			80	0,8	4,1	5,1	61	16,46	0,0	0,0	2,0	96,0	12,5	16,5	0,5
кукуруза консервированная (после термической обработки)	33	20													
помидоры свежие парниковые	21,4	21													

				1	1		ı			ı	ı	I	1		
или помидоры свежие грунтовые	25	21													
морковь до 01.0120%	40	32													
c 01.01 - 25%	43	32													
лук репчатый	6	5													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Рассольник с мясом, со сметаной №130-2004			250/10/5	4,7	5,9	15,6	134	6,4	0,1	0,0	0,2	21,8	78,0	25,6	1,2
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
картофель - 01.0931.10 25%	100	75													
01.1131.1230%	107	75													
01.01-29.02 - 35%	116	75													
01.03 - 40%	125	75													
морковь до 01.0120%	12,5	10													
c 01.01 - 25%	13	10													
лук репчатый	12	10													
огурцы солёные (без уксуса)	27	15													
масло сливочное	5	5													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Рыба, тушеная в томате с овощами №374-2004			100/50	22,8	19,4	6,4	291	0,8	0,2	0,0	4,0	23,1	127,5	12,6	0,3
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	166	123													
или горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	172	120													
или горбуша неразделанная (филе с кожей без костей)	206	120													
neoton)															

или треска потрошеная обезглавленная (филе с кожей без костей)	157	120													
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	196	120													
морковь до 01.0120%	23	18													
c 01.01 - 25%	24	18													
лук репчатый	15	12													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	8	8													
вода питьевая	19	19													
масло растительное	5	5													
сахар	1	1													
Пюре картофельное №520-2004			150	3,0	3,8	19,3	123	2,2	0,1	0,0	0,3	35,7	77,6	26,0	0,9
картофель - 01.0931.10 25%	170	128													
01.1131.1230%	183	128													
01.01-29.02 - 35%	197	128													
01.03 - 40%	214	128													
молоко питьевое	23	23													
или молоко концентрированное	11	11													
или молоко сухое	3	3													
вода кипяченая для концентрированного молока	12	12													
вода кипяченая для сухого молока	20	20													
масло сливочное	5	5													
Компот из сухофруктов + Витамин "С" №638-2004			200	0,4	0,0	20,2	82	0,1	0,0	0,0	0,3	11,0	9,3	7,1	0,2
сухофрукты	15	15													
сахар	15	15													
Хлеб пшеничный	80	80	80	6,6	1,1	28,9	152	0,0	0,2	0,0	0,0	26,4	174,4	49,6	3,4

или хлеб витаминизированный			80												
Хлеб ржаной	40	40	40	1,9	0,4	17,5	81	0,0	0,0	0,0	0,0	7,2	34,8	7,6	1,1
полдник				14,7	13,8	72,0	471	14,2	0,2	0,4	1,4	274,4	302,7	36,2	0,8
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. Моске	за		230	2,1	0,8	25,5	117	12,8	0,0	0,0	0,3	20,4	14,1	0,0	0,0
ужин				26,4	25,3	82,1	662	23,5	0,4	5,7	1,1	225,1	607,1	127,9	10,7
Печень, тушеная в соусе №408-1996	нь, тушеная в соусе №408-1996			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													

		1		1	1	1	1								
масло растительное	4	4													
соус томатный (№587-2004)		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-технокарта)	ологичес	кая	180	4,2	8,8	18,9	172	0,0	0,0	0,0	0,6	8,5	106,7	55,5	2,5
крупа гречневая	38	38													
морковь до 01.0120%	38	30													
c 01.01 - 25%	40	30													
вода питьевая	121	121													
масло сливочное	8	8													
Чай с молоком №630-1996			200	2,1	3,2	23,2	130	0,4	0,0	0,0	0,0	186,6	136,8	21,2	0,2
чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	20	20													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
вода кипяченая для сухого молока	88	88													
Хлеб пшеничный	50	50	50	4,1	0,7	18,1	95	0,0	0,1	0,0	0,0	16,5	109,0	31,0	2,1
или хлеб витаминизированный		-	50												
				1	1									1	

	40	40	40	1		4							212		
Хлеб ржаной	40	40	40	1,9	0,4	17,5	81	0,0	0,0	0,0	0,0	7,2	34,8	7,6	1,1
сонник				5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. №645-1996	207	200	200	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
					или										
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	210	200	200	6,4	6,2	12,0	129	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
итого:				117	114	421	3176	75	1	7	10	1474	2143	415	26
Соотношение белков:жиров	углево	дов		1	1	4									
				2	25 деі	НЬ									
				Энер	огетическая	я ценность	(ккал)		Burou				Минопол		
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	_	*	.,			Битамі	ины, мг			Минералі	ы, мі	
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				17,9	18,6	99,1	635	2,4	0,4	0,1	1,4	401,3	447,1	79,6	3,1
Бутерброд с джемом или повидлом с маслом №1,2	-2004		30/20/5	2,9	4,1	34,5	187	0,8	0,1	0,1	0,8	10,2	24,6	7,0	0,6
хлеб пшеничный	30	30													
масло сливочное	5	5													
джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, консервантов и красителей)	20,4	20													
Каша "Геркулесовая" жидкая с маслом №311-2004		•	200/5	8,4	8,3	22,6	199	0,9	0,2	0,0	0,6	203,9	227,8	56,4	1,0
крупа овсяная "Геркулес"	30	30													
вода питьевая	70	70													
молоко питьевое	106	106													
или молоко концентрированное	49	49													
или молоко сухое	13	13													
вода кипяченая для концентрированного молока	57	57													
вода кипяченая для сухого молока	93	93													

		1	I	1	1			1	I			I	I	I	
сахар	4	4													
соль йодированная	0,8	0,8													
масло сливочное	5	5													
Какао с молоком №642-1996			200	4,0	5,7	26,0	171	0,7	0,0	0,0	0,0	177,0	133,7	0,0	0,1
какао - порошок	5	5													
сахар	20	20													
молоко питьевое	130	130													
или молоко концентрированное	60	60													
или молоко сухое	16	16													
вода кипяченая для концентрированного молока	70	70													
вода кипяченая для сухого молока	114	114													
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
Хлеб пшеничный			20	1,6	0,3	7,2	38	0,0	0,0	0,0	0,0	6,6	43,6	12,4	0,8
или хлеб витаминизированный			20												
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	•			5,9	6,5	56,6	309	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	200	0,4	0,0	22,1	90	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Кондитерское изделие промышленного производстряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)	гва (пече	енье,	25	5,5	6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД				39,5	43,5	100,3	951	82,7	0,4	0,1	4,1	311,2	428,0	120,9	9,9
Салат венгерский (технико - технологическая карта)		80	0,7	4,0	5,4	60	37,5	0,0	0,0	2,3	20,5	35,4	6,6	1,3
морковь до 01.0120%	35	28													
c 01.01 - 25%	37	28													
перец свежий	16	12													
помидоры свежие парниковые	33	32													

										г	1		1		
или помидоры свежие грунтовые	38	32													
лук репчатый	5	4													
лимон для сока	10	4													
сахар	0,4	0,4													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и см	етаной N	2124-2004	250/10/5	5,6	6,1	10,0	117	13,4	0,1	0,0	0,2	39,0	65,5	21,9	1,1
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
капуста белокочанная свежая	66	53													
картофель - 01.0931.10 25%	40	30													
01.1131.1230%	43	30													
01.01-29.02 - 35%	46	30													
01.03 - 40%	50	30													
морковь до 01.0120%	12,5	10													
c 01.01 - 25%	13	10													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное	5	5													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Суфле из кур с маслом №503-2004		-	80/10	19,2	24,6	0,0	298	0,2	0,0	0,0	1,5	59,5	66,1	2,9	0,4
курица потрошеная 1 категории	179	77													
или грудка куриная	113	77													
яйцо куриное	15	15													

			I		1	Ī			1	I		I	Ī		
соус молочный густой №598-2004		20													
молоко питьевое	16	16													
масло сливочное	3	3													
мука пшеничная	3	3													
вода питьевая	4	4													
масло растительное для смазки листа	3	3													
масло сливочное	10	10													
Капуста цветная отварная №523-2004			180	4,9	7,2	8,6	119	30,0	0,0	0,1	0,0	150,0	39,0	27,0	1,5
капуста цветная	374	195													
или капуста цветная замороженная	232	205													
масло сливочное	6	6													
Компот из свежих плодов + Витамин "С" №585-1990	5		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 свежие или нектарины	44	40													
или абрикосы свежие	46	40													
или черешня или вишня свежие	42	40													
сахар	20	20													
Хлеб пшеничный	80	80	80	6,6	1,1	28,9	152	0,0	0,2	0,0	0,0	26,4	174,4	49,6	3,4
или хлеб витаминизированный			80												
Хлеб ржаной	50	50	50	2,4	0,5	21,9	101	0,0	0,0	0,0	0,0	9,0	43,5	9,5	1,4
полдник				21,5	18,9	63,2	509	19,1	0,1	0,1	0,0	271,3	325,1	108,1	1,7
Булочка Творожная №786-2004			100	13,2	13,1	22,0	259	0,1	0,0	0,0	0,0	45,7	60,5	8,2	0,5
мука пшеничная	59	59													
			•	•	•	•			•	•	•	•	-	•	

							1								
сахар	8	8													
масло сливочное	2	2													
творог	30	30													
вода или молоко питьевое	17	17													
яйцо куриное	10	10													
ванилин	0,04	0,04													
дрожжи прессованные	2,5	2,5													
масло растительное для смазки листа	0,3	0,3													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Моске	за	•	180	2,8	0,2	31,2	137	18,0	0,0	0,1	0,0	14,4	50,4	75,6	1,1
Молоко питьевое кипяченое 2,5 % №260-2004	210	200	200	5,5	5,6	10,0	112	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
Ужин		<u>I</u>		35,7	25,6	76,3	678	18,6	0,4	0,9	7,6	76,4	432,8	96,2	7,6
Салат из пекинской капусты (технико - технологиче	ская кар	га)	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													
Жаркое "Казань" №396-1996			250	25,1	15,7	26,0	346	5,2	0,3	0,0	4,8	27,0	223,4	50,5	3,2
говядина 1 категории	107	79													
или говядина полуфабрикат	93	79													
масса тушенного мяса		50													
картофель - 01.0931.10 25%	193	145													
01.1131.1230%	207	145													

					•				,	ī		,			
01.01-29.02 - 35%	223	145													
01.03 - 40%	242	145													
помидоры свежие грунтовые	59	50													
или помидоры свежие парниковые	51	50													
чернослив	8	8													
лук репчатый	31	26													
масло сливочное	10	10													
зелень свежая (петрушка, укроп)	3	2													
Зеленый чай с сахаром №686-2004			200	0,2	0,0	15,9	64	1,1	0,0	0,0	0,0	4,2	1,1	0,7	0,1
чай - заварка	1,8	1,8													
сахар	15	15													
Хлеб пшеничный	50	50	50	4,1	0,7	18,1	95	0,0	0,1	0,0	0,0	16,5	109,0	31,0	2,1
или хлеб витаминизированный			50												
Хлеб ржаной	30	30	30	1,4	0,3	13,1	61	0,0	0,0	0,0	0,0	5,4	26,1	5,7	0,8
сонник				5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. №645-1996	207	200	200	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
					или										
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	210	200	200	6,4	6,2	12,0	129	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
итого:				126	119	414	3234	133	1	1	13	1330	1847	443	25
Соотношение белков:жиров	углево	дов		1	1	4									
					26 де	НЬ									
				Энер	огетическая	я ценность	(ккал)		D				Manager		
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	F	316	V	OU		Витами	1ны, мг			Минерал	ы, мг	
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо

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

Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Москі	ва		200	1,8	0,5	16,2	77	9,0	0,0	0,1	0,1	6,8	6,4	2,6	0,6
Кондитерское изделие промышленного производствафельные, зефир, мармелад, пастила)	гва (конф	реты	25	2,2	7,9	42,8	251	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД				37,1	35,2	114,4	922,6	74,0	0,7	0,1	33,0	119,4	631,4	147,6	9,2
Огурцы свежие парниковые №70-2006, г. Москва	82	80	80	0,6	0,1	2,0	11	7,8	0,0	0,0	0,1	18,0	32,9	11,0	0,5
или огурцы свежие грунтовые	84	80													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Суп с рыбными консервами №64-2001, Пермь		. !.	250/40	6,6	8,3	12,1	150	8,0	0,2	0,0	1,0	27,9	139,7	18,2	0,3
консервы рыбные в собственном соку или с добавлением масла	41	40													
картофель - 01.0931.10 25%	100	75													
01.1131.1230%	107	75													
01.01-29.02 - 35%	116	75													
01.03 - 40%	125	75													
морковь до 01.0120%	12,5	10													
c 01.01 - 25%	13	10													
лук репчатый	15	13													
масло сливочное	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Запеканка картофельная с мясом №430-1996		•	243/10	21,6	25,2	28,1	426	9,2	0,4	0,1	31,0	34,2	260,8	63,6	3,9
говядина 1 категории	107	79													
или говядина полуфабрикат	93	79													
картофель - 01.0931.10 25%	309	232													
01.1131.1230%	332	232													
01.01-29.02 - 35%	357	232													
01.03 - 40%	387	232													

масло растительное 5 5 5	×	04	40													
Сухари 5 5 5	лук репчатый	21	18													
масло сливочное 10 10 10 200 0,2 0,1 25,1 102 49,0 0,0 0,0 0,9 7,2 1,9 1,9 0,2 1,1 1,1 1,1 1,1 1,1 1,1 1,1 1,1 1,1 1	масло растительное	5	5													
Отвар из плодов шиловника №705-2004 200 0,2 0,1 25,1 102 49,0 0,0 0,0 0,0 0,9 7,2 1,9 1,9 0,2 шиловник 15 15	сухари	5	5													
шиповник 15 15 15	масло сливочное	10	10													
Склеб 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 мли хлеб витаминизированный 70	Отвар из плодов шиповника №705-2004			200	0,2	0,1	25,1	102	49,0	0,0	0,0	0,9	7,2	1,9	1,9	0,2
Клеб 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	шиповник	15	15													
ли хлеб витаминизированный 70	сахар	18	18													
Клеб ржаной 50 50 50 2,4 0,5 21,9 101 0,0 0,0 0,0 0,0 9,0 43,5 9,5 1,4 ПОЛДНИК 10,8 14,3 77,3 481 9,3 0,1 0,2 1,2 70,9 108,1 21,7 2,0 59,004ка "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	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
ПОЛДНИК 10,8 14,3 77,3 481 9,3 0,1 0,2 1,2 70,9 108,1 21,7 2,0 5улочка "Фантазия" (технико - технологическая карта) мука пшеничная 63 63 63	или хлеб витаминизированный		•	70												
Булочка "Фантазия" (технико - технологическая карта) мука пшеничная 63 63 63	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
мука пшеничная 63 63	полдник		•		10,8	14,3	77,3	481	9,3	0,1	0,2	1,2	70,9	108,1	21,7	2,0
мука на подпыл 2 2 2	Булочка "Фантазия" (технико - технологическая кар	та)		100	10,4	14,3	55,2	391	1,3	0,1	0,2	1,2	42,9	82,1	13,7	0,0
сахар 11 11 11 соль йодированная 0,5 0,5 0,5 масло сливочное 15 15 0,5 дрожжи прессованные 3 3 0,8 0,8 или дрожки сухие 0,8 0,8 0,8 0,8	мука пшеничная	63	63													
Соль йодированная 0,5 0,5	мука на подпыл	2	2													
масло сливочное 15 15 15	сахар	11	11													
дрожжи прессованные 3 3 1	соль йодированная	0,5	0,5													
или дрожжи сухие 0,8 0,8	масло сливочное	15	15													
	дрожки прессованные	3	3													
	или дрожжи сухие	0,8	0,8													
яицо куриное 9 9 1	яйцо куриное	9	9													
молоко питьевое 15 15	молоко питьевое	15	15													
изюм 11 10	изюм	11	10													
яйцо куриное для смазки изделия 5 5	яйцо куриное для смазки изделия	5	5													
масло растительное для смазки листа 0,3 0,3	масло растительное для смазки листа	0,3	0,3													

Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	200	0,4	0,0	22,1	90	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
ужин			•	21,1	27,5	70,5	613,3	12,3	0,4	0,0	3,0	140,1	322,4	75,2	6,0
Котлеты мясо - картофельные с маслом №454-2004			80/10	12,7	16,8	4,2	219	0,6	0,2	0,0	2,6	32,9	138,4	22,4	2,2
говядина 1 категории	76	56													
или говядина полуфабрикат	66	56													
свинина мясная	12	10													
картофель - 01.0931.10 25%	21	16													
01.1131.1230%	23	16													
01.01-29.02 - 35%	25	16													
01.03 - 40%	27	16													
лук репчатый	12	10													
яйцо куриное	6	6													
сухари	6	6													
масло растительное для смазки листа	3	3													
масло сливочное	10	10													
Капуста тушённая в соусе сметанном (технико-техн карта)	ологиче	кая	200	3,6	9,8	13,5	157	10,5	0,0	0,0	0,4	83,1	64,4	19,4	1,1
капуста белокочанная свежая	275	220													
морковь до 01.0120%	19	15													
c 01.01 - 25%	20	15													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное	10	10													
сметана	8	8													
мука пшеничная	3,5	3,5													

Кисель из свежих ягод + Витамин С, №590-1996			200	0,1	0,0	25,2	101	1,2	0,0	0,0	0,0	5,5	6,3	2,9	0,2
клюква, или брусника, или смородина	21,2	20													
крахмал	6	6													
сахар	18	18													
Хлеб пшеничный	40	40	40	3,3	0,6	14,4	76	0,0	0,1	0,0	0,0	13,2	87,2	24,8	1,7
или хлеб витаминизированный	Į.		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	<u>I</u>		•	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. №645-1996	207	200	200	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
	•		•	•	или					•			•	•	•
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	210	200	200	6,4	6,2	12,0	129	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
итого:		100	123	411	3144	108	1	0	38	985	1684	337	20		
Соотношение белков:жиров		1	1	4											
					27 де	НЬ									
			Энер	гетическая	ценность	(ккал)									
Прием пиши, наименование опюда. № рецептуры — Гърутто, г Г. Нетто, г Г									Витамі	ины, мг			Минералі	ы, мг	
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Энер Белки, г	летическая Жиры, г	угл. г	(ккал) ЭЦ, ккал	С	Витамі	А, мкг	E	Кальций	Минералі Фосфор	ы, мг	Железо
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры ЗАВТРАК	Брутто, г	Нетто, г						c 1,7			E 1,1	Кальций 422,1	· 	Ι	Железо 3,0
	Брутто, г	Нетто, г		Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		B1	А, мкг рет.экв.			Фосфор	Магний	
ЗАВТРАК	Брутто , г	Нетто, г 20	порции	Белки, г 32,8	Жиры, г 29,7	Угл. г 64,6	эц, ккал <i>657,</i> 9	1,7	B1 0,2	А, мкг рет.экв.	1,1	422,1	Фосфор	Магний 71,2	3,0
<i>ЗАВТРАК</i> Бутерброд с маслом №1-2004	20		порции	Белки, г 32,8	Жиры, г 29,7	Угл. г 64,6	эц, ккал <i>657,</i> 9	1,7	B1 0,2	А, мкг рет.экв.	1,1	422,1	Фосфор	Магний 71,2	3,0
ЗАВТРАК Бутерброд с маслом №1-2004 хлеб пшеничный	20	20	порции	Белки, г 32,8	Жиры, г 29,7	Угл. г 64,6	эц, ккал <i>657,</i> 9	1,7	B1 0,2	А, мкг рет.экв.	1,1	422,1	Фосфор	Магний 71,2	3,0
ЗАВТРАК Бутерброд с маслом №1-2004 хлеб пшеничный масло сливочное	20	20	20/10	Белки, г 32,8 1,6	жиры, г 29,7 7,4	Угл. г 64,6 10,0	ЭЦ, ккал 657,9 114	0,0	B1 0,2 0,0	А, мкг рет.экв. 1,0 0,4	0,3	6,4	Фосфор 530,5 16,0	Магний 71,2 2,8	3,0

яйцо куриное	18	18													
масло сливочное	6	6													
сахар	18	18													
изюм	12,5	12													
ванилин	0,02	0,02													
сметана	5	5													
сухари	6	6													
масло сливочное (для смазки)	5	5													
масса готового пудинга		180													
молоко сгущенное с сахаром	20	20													
Кофейный напиток №253-2004, Пермь			200	3,4	3,2	19,0	118	1,3	0,0	0,0	0,0	118,0	88,2	13,7	0,1
кофейный напиток	5,5	5,5													
сахар	15	15													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
вода кипяченая для сухого молока	88	88													
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
Хлеб пшеничный	20	20	20	1,6	0,3	7,2	38	0,0	0,0	0,0	0,0	6,6	43,6	12,4	0,8
или хлеб витаминизированный			20												
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				5,9	6,5	56,6	309	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	200	0,4	0,0	22,1	90	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0

Кондитерское изделие промышленного производст пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)	ва (пече	енье,	25	5,5	6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД			•	24,3	38,9	134,1	991	81,1	0,4	0,6	4,7	140,2	377,5	83,7	7,6
Салат "Лето" (технико - технологическая карта)			80	0,6	4,0	5,4	60	62,3	0,0	0,0	2,8	25,0	26,5	0,0	1,3
огурцы свежие парниковые	30	29													
или огурцы свежие грунтовые	30,5	29													
помидоры свежие парниковые	30	29													
или помидоры свежие грунтовые	34	29													
редис красный обрезной	29	20													
или перец свежий	27	20													
чеснок свежий	0,5	0,4													
сахар	0,4	0,4													
лимон для сока	3,8	1,6													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметано мясом №110-2004	й, с		250/5/10	4,2	5,1	11,7	110	7,6	0,1	0,0	0,3	35,7	67,7	26,1	1,3
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
свекла до 01.0120%	50	40													
c 01.01 - 25%	53	40													
капуста белокочанная свежая	25	20													
картофель - 01.0931.10 25%	27	20													
01.1131.1230%	29	20													
01.01-29.02 - 35%	31	20													
01.03 - 40%	33	20													

		1		•	T	1	T	T	1		1	1	Г	1	
морковь до 01.0120%	12,5	10													
c 01.01 - 25%	13	10													
лук репчатый	12	10													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)		7													
масло сливочное		5													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Сосиски, сардельки, колбаса отварные с маслом N	<u> </u> 2413-200 4	1	100/10	7,4	23,8	0,0	244	0,0	0,0	0,0	0,6	19,0	44,6	0,0	0,2
сардельки, или сосиски молочные, или колбаса вареная высшего сорта для детского питания	102	100													
масло сливочное	10	10													
Макаронные изделия отварные №516-2004			150	4,2	4,0	28,5	167	0,0	0,1	0,1	0,8	11,9	36,6	6,6	0,7
макаронные изделия	52	52													
масло сливочное	5	5													
Компот из изюма + Витамин "С" №638-2004	•	•	200	0,3	0,0	23,5	95	0,0	0,0	0,5	0,0	0,5	2,5	0,0	0,1
мон	15	15													
сахар	15	15													
Хлеб пшеничный	70	70	70	5,7	1,0	25,3	133	0,0	0,2	0,0	0,0	23,1	152,6	43,4	2,9
или хлеб витаминизированный	•	•	70												
Хлеб ржаной	40	40	40	1,9	0,4	17,5	81	0,0	0,0	0,0	0,0	7,2	34,8	7,6	1,1
полдник		. !.		11,8	11,4	80,4	471	16,1	0,2	0,0	0,2	276,4	283,9	30,6	0,3
Шарлотка яблочная простая (технико - технологич	еская кар	та)	100	3,6	4,5	46,2	240	3,9	0,1	0,0	0,0	47,5	57,5	6,2	0,2
мука пшеничная	20	20													
сахар	27	27													
яйцо куриное	28	28													
яйцо куриное	28	28													

		I	T .	I	I			I	l				I	I	
натрий двууглекислый	1	1													
лимон для сока	12	5													
яблоки свежие с удаленным семенным гнездом	57	50													
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Моск	за		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	6,2	12,0	129	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
Ужин				28,6	26,4	76,1	657	22,7	0,3	0,2	1,0	251,3	482,9	101,7	4,4
Шницель рыбный натуральный с маслом сливочн	ым №391	-2004	80/10	19,5	17,0	3,6	245	0,9	0,2	0,1	0,5	27,8	186,9	28,5	1,1
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	93	69													
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	104	69													
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	126	69													
или треска потрошеная обезглавленная (филе с кожей без костей)	90	69													
лук репчатый	14	12													
молоко питьевое	6	6													
яйцо куриное	7	7													
сухари	10	10													
масло растительное	6	6													
масло сливочное	10	10													
Рис припущенный с овощами (технико-технологич	еская ка	рта)	150	2,7	5,4	21,0	143	21,4	0,0	0,1	0,5	19,8	59,0	25,8	0,7
крупа рисовая	45	45													
масло сливочное	8	8													
морковь до 01.0120%	50	40										_			
c 01.01 - 25%	53	40													
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

1,8	1,8													
20	20													
100	100													
46	46													
12	12													
54	54													
88	88													
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												
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	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
207	200	200	5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
				или										
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
			109	119	430	3238	131	1	2	7	1360	1889	325	18
/глево	дов		1	1	4									
				28 де	НЬ									
			Энер	ргетическая	я ценность	(ккал)		Burner				Managara		
Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	F	N/	V	011		Битамі	ины, мг			минераль	ы, мг	
			ьелки, г	жиры, г	угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
•			24,2	35,0	54,5	629	1,7	0,2	0,5	0,1	671,9	547,7	60,3	1,8
ерброда:														
							0.0		0.4	0.0	0.4	2.0		
10	10	10	0,1	7,3	0,1	67	0,0	0,0	0,4	0,0	2,4	3,0	0,0	0,0
	46 12 54 88 30 40 207 210	46 46 12 12 54 54 88 88 30 30 40 40 207 200 210 200	46 46 12 12 54 54 88 88 30 30 30 30 40 40 40 207 200 200 210 200 200	46 46 12 12 54 54 88 88 30 30 30 2,5 30 40 40 40 40 1,9 5,6 207 200 200 5,6 210 200 200 6,4 109 гелеводов 1 Белки, г	46 46 12 12 54 54 88 88 30 30 40 40 40 40 40 40 40 40 5,6 6,4 207 200 200 5,6 6,4 ИЛИ 210 200 200 6,4 6,2 109 119 гелеводов 1 1 1 28 де Энергетическая Белки, г Жиры, г	46 46 12 12	46 46 12 12 54 54 88 88 30 30 2,5 0,4 10,8 57 40 40 40 1,9 0,4 17,5 81 5,6 6,4 18,2 153 ИЛИ 210 200 200 6,4 6,2 12,0 129 109 119 430 3238 Распеводов 1 1 4 За день Энергетическая ценность (ккал) Белки, г Жиры, г Угл. г ЭЦ, ккал	46 47 47 <t< td=""><td>46 46 46 12 12 12 12 12 12 12 13 14 15 14 15 <t< td=""><td>46 46 46</td><td>46 46 46</td><td>46 46 46</td><td>46 46 46</td><td>46 46 46 46 46 46 46 46 46 46 46 46 46 4</td></t<></td></t<>	46 46 46 12 12 12 12 12 12 12 13 14 15 14 15 <t< td=""><td>46 46 46</td><td>46 46 46</td><td>46 46 46</td><td>46 46 46</td><td>46 46 46 46 46 46 46 46 46 46 46 46 46 4</td></t<>	46 46 46	46 46 46	46 46 46	46 46 46	46 46 46 46 46 46 46 46 46 46 46 46 46 4

Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
Хлеб пшеничный			20	1,6	0,3	7,2	38	0,0	0,0	0,0	0,0	6,6	43,6	12,4	0,8
или хлеб витаминизированный			20												
Каша кукурузная жидкая, с маслом №311-2004			200/5	7,8	9,7	26,4	224	0,4	0,0	0,0	0,1	178,1	124,5	19,8	0,2
крупа кукурузная	40	40													
сахар	4	4													
вода питьевая	68	68													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
вода кипяченая для сухого молока	88	88													
масло сливочное	5	5													
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
ВТОРОЙ ЗАВТРАК		•		5,9	6,5	56,6	309	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, г. Москва	200	200	200	0,4	0,0	22,1	90	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Кондитерское изделие промышленного производстряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)	гва (пече	енье,	25	5,5	6,5	34,5	219	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД				33,2	34,7	119,7	924	62,3	0,7	0,2	5,2	116,5	535,2	149,6	10,7
Салат из свежих помидоров №19-2004			80	0,4	4,2	3,4	53	17,6	0,0	0,2	0,2	3,7	6,8	0,8	0,2
помидоры свежие парниковые	68	67													
или помидоры свежие грунтовые	79	67													
лук зеленый	15	12													
или лук репчатый	14	12													

масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Суп полевой с мясом №137 - 1996			250/10	6,6	5,9	14,6	138	5,1	0,1	0,0	0,2	15,8	76,3	25,7	1,2
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
картофель - 01.0931.10 25%	93	70													
01.1131.1230%	100	70													
01.01-29.02 - 35%	108	70													
01.03 - 40%	117	70													
крупа пшено	12	12													
лук репчатый	24	20													
масло сливочное	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Котлеты из мяса с маслом сливочным №451-2004			80/10	13,3	15,5	3,8	208	0,1	0,2	0,0	2,4	31,3	131,5	21,3	2,1
говядина 1 категории	80	59													
или говядина полуфабрикат	70	59													
или фарш промышленного производства	59	59													
хлеб пшеничный	14	14													
вода или молоко питьевое	16	16													
яйцо куриное	3,5	3,5													
сухари	8	8													
масло растительное	5	5													
масло сливочное	10	10													
Рагу из овощей №215-1996			200	3,0	7,3	18,0	150	37,9	0,1	0,0	2,3	20,3	76,8	33,0	1,2

картофель - 01.0931.10 25%	44	33													
01.1131.1230%	47	33													
01.01-29.02 - 35%	51	33													
01.03 - 40%	55	33													
капуста белокочанная свежая	100	80													
или кабачки	119	80													
или баклажаны	80	76													
морковь до 01.0120%	63	50													
c 01.01 - 25%	67	50													
лук репчатый	24	20													
масло растительное	6	6													
для соуса томатного (№587-2004)		60													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	10	10													
мука пшеничная	2,7	2,7													
морковь до 01.0120%	12,5	10													
c 01.01 - 25%	13,3	10													
лук репчатый	1,4	1,2													
масло сливочное	2,7	2,7													
Компот из свежих плодов + Витамин "С" №585-1996	6		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 свежие или нектарины	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	50	50	50	2,4	0,5	21,9	101	0,0	0,0	0,0	0,0	9,0	43,5	9,5	1,4
полдник				10,3	8,1	97,7	505	14,3	0,2	0,1	0,3	47,1	46,8	2,3	0,6
Булочка российская №775-2004			100	8,1	7,2	49,1	294	0,0	0,1	0,1	0,0	19,2	24,5	2,3	0,0
мука пшеничная	57	57													
мука пшеничная на подпыл	1,7	1,7													
дрожжи прессованные	1,7	1,7													
или дрожжи сухие	0,4	0,4													
сахар	17	17													
сахар-песок для отделки	3,3	3,3													
соль йодированная	0,6	0,6													
масло сливочное	8	8													
молоко питьевое	8	8													
яйцо куриное	3,3	3,3													
яйцо куриное для смазки изделия	2,5	2,5													
ванилин	0,03	0,03													
масло растительное для смазки листа	0,3	0,3													
Кисель из чернослива или кураги №643-2004			200	0,1	0,1	23,1	94	1,5	0,0	0,0	0,1	7,4	8,2	0,0	0,6
чернослив или курага	15	15													
мука картофельная (крахмал)	8	8													
сахар	15	15													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, г. Моске	за		230	2,1	0,8	25,5	117	12,8	0,0	0,0	0,3	20,4	14,1	0,0	0,0

Ужин				27,1	25,4	78,3	650	13,3	0,3	0,2	0,9	114,6	410,9	57,0	6,1
Салат из белокочанной капусты №43-2004			80	1,3	4,0	4,7	60	6,8	0,0	0,1	0,3	34,2	26,6	3,8	0,5
капуста белокочанная свежая (стертая с солью)	131	66													
лук репчатый	14	12													
или лук зеленый	15	12													
масло растительное	4	4													
Курица, запечённая по домашнему (технико-технол	огическа	ая карта)	250	20,5	20,4	25,8	369	5,4	0,1	0,1	0,6	55,8	261,3	20,1	2,7
курица потрошеная 1 категории	81	72													
или окорочок куриный	76	72													
или грудка куриная	76	72													
масса запеченной курицы (порционные кусочки)		50													
или филе куриное промышленного производства	64	62													
масса запеченного филе		50													
картофель - 01.0931.10 25%	286	215													
01.1131.1230%	307	215													
01.01-29.02 - 35%	331	215													
01.03 - 40%	359	215													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	10	10													
чеснок свежий	0,9	0,7													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
сметана	4	4													
масло сливочное	12														
Зеленый чай с сахаром №686-2004						15,9	64	1,1	0,0	0,0	0,0	4,2	1,1	0,7	0,1
чай - заварка	1,8	1,8													

сахар	15	15													
Хлеб пшеничный	40	40	40	3,3	0,6	14,4	76	0,0	0,1	0,0	0,0	13,2	87,2	24,8	1,7
или хлеб витаминизированный			40												
Хлеб ржаной	40	40	40	1,9	0,4	17,5	81	0,0	0,0	0,0	0,0	7,2	34,8	7,6	1,1
сонник				5,6	6,4	18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, йогурт и т.д. №645-1996						18,2	153	1,8	0,0	0,0	0,0	242,0	188,0	30,0	0,2
					или										
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	210	200	200	6,4	6,2	12,0	129	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
итого:				106	116	425	3169	101	1	1	7	1220	1755	307	21
Соотношение белков:жиров.	углево	дов		1	1	4									
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД				3139	3302	12065	90555	2606	37	147	344	32840	49332	9819	586
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД				112	118	431	3234	93	1	5	12	1173	1762	351	21
СРЕДНЯЯ КАЛОРИЙНОСТЬ		448	1061	1724	3234										
Содержание белков, жиров, углеводов в м калорийности	в % om	14	33	53	100										
Соотношение кальция к фосфору												1,5			