УТВЕРЖДАЮ

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

_1.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 3 до 7 лет (весенне-летний сезон)

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

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

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

Нормы потребления рассчитаны для детей дошкольного возраста (с 3 до 7 лет) в соответствии с Пищевой ценностью в сутки не менее: белки - 84.4, жиры - 92, углеводы - 305.3, энергетическая ценность - 2387 - завтрак (20%), второй завтрак (5%), обед (35%), полдник(15%), ужин (20%), сонник (5%) согласно п. 15. 4 таблица 4, приложения 10 СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарноэпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций" и постановления правительства РФ от 07 ноября 2005 г №659 «Об утверждении норм материального обеспечения детей сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. обучающихся и воспитывающихся в федеральных государственных образовательных учреждениях, несовершеннолетних, обучающихся и воспитывающихся федеральных государственных образовательных учреждениях – специальных профессиональных училищах открытого и закрытого типа и федеральном государственном учреждении «Сергиево Посадский детский дом слепоглухих федерального агентства по здравоохранению и социальному развитию». Учтены объемы приемов пищи в соответствие с Приложением №13 к СанПин 2.4.1.3049-13.

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

Меню и технологические карты для организации питания детей разработаны на основании Сборников технологических нормативов и в соответствии с требованиями **СанПиН 2.4.1.3049-13**:

- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, I часть М.: Хлебпродинформ, 1996 г.;
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, II часть М.: Хлебпродинформ, 1997 г;
- Сборник рецептур на торты, пирожные, кексы, рулеты, печенье, пряники, коврижки и сдобные булочные изделия, III часть М.: Хлебпродинформ, 2000г.;
- Сборник нормативных и технических документов, регламентирующих производство кулинарной продукции, часть IV М.: Хлебпродинформ, 2001 .;
- Сборник рецептур блюд национальных кухонь, часть V М.: Хлебпродинформ, 2001г;
- Сборником рецептур блюд диетического питания. М.: Хлебпродинформ, 2002г.;
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах М.: Хлебпродинформ, 2004г.
- Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, I часть 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;
- Колбасные изделия (сосиски, вареные колбасы, сардельки) отвариваются (опускают в кипящую воду и заканчивают термическую обработку после 5-минутной варки с момента начала кипения).
- <u>гарниры из риса и макаронных изделий варят в большом объеме воды</u> (в соотношении не менее 1:6) без последующей промывки;
- салаты заправляют непосредственно перед раздачей.
- Потребительскую упаковку консервированных продуктов перед вскрытием промывают проточной водой и вытирают.

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, горячие напитки, вторые блюда и гарниры) при раздаче должны иметь температуру +60...+65 °C; холодные закуски, салаты, напитки - не ниже +15 °C.

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 N 11 СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций"

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

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

Следует учитывать, что выход фруктов и кондитерских изделий дан в меню ориентировочно. <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 № 1215 "16" марта 2016г для питания детей - сирот и детей оставшихся без попечения родителей, с 3 до 7 лет (весенне-летний сезон)

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

1 день

	Ī	T	T	T T			1					1			
				Энер	гетическая	я ценності	ь (ккал)		Витамі	1ны, мг			Минерал	пы, мг	
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Бепки. г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал			,					
				20,110.1, 1	<i>3.0.</i> p.2. , 1		о ц ,а.	С	В1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК			550	15,0	19,6	58,8	472	2,1	0,2	0,3	1,1	326,9	284,8	46,1	0,8
Бутерброд горячий с сыром №10-2004			40	3,5	6,8	13,8	130	0,0	0,0	0,0	0,4	62,8	50,0	6,0	0,3
масло сливочное	5	5													
сыр	16	15													
хлеб пшеничный	20	20													
Каша пшеничная жидкая, с маслом №311-2004			160	7,9	8,7	32,6	241	0,3	0,1	0,0	0,1	158,0	141,9	28,3	0,4
крупа пшеничная	28	28													
сахар	3	3													
молоко питьевое	140	140													
или молоко концентрированное	64	64													
или молоко сухое	17	17													
вода кипяченая для концентрированного молока	76	76													
вода кипяченая для сухого молока	123	123													
масло сливочное	5	5													
Какао с молоком сгущенным №250-2004, Пермь			150	3,6	4,1	12,4	100	1,8	0,1	0,2	0,5	106,1	92,9	11,9	0,1
какао - порошок	2	2													
сахар	2	2													
молоко сгущенное с сахаром	30	30													

ВТОРОЙ ЗАВТРАК				1,9	2,1	24,8	126	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, 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
Кондитерское изделие промышленного производст пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)	гва (пече	нье,	18	1,8	2,1	14,2	83	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД			605	31,9	29,5	103,8	807,8	3,6	0,5	0,7	1,6	122,0	450,9	100,8	7,6
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
Салат из свежих огурцов №16-2004			40/2	0,6	2,0	3,3	34	2,0	0,0	0,0	0,0	16,5	10,8	1,5	0,2
огурцы свежие парниковые	41	40													
или огурцы свежие грунтовые	42	40													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
масло растительное	2	2													
Суп - харчо с мясом №154-1996			200/10	5,7	6,3	13,1	132	0,5	0,1	0,0	0,2	11,4	61,7	17,8	0,8
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
крупа рисовая	14	14													
морковь до 01.0120%	10	8													
c 01.01 - 25%	11	8													
лук репчатый	19	16													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	4	4													
чеснок свежий	0,5	0,4													
масло сливочное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Биточки рубленные из птицы паровые, с маслом N	2349-2006	, Москва	60/5	9,1	12,1	5,1	165	0,4	0,0	0,0	0,3	23,4	77,0	10,2	0,8
курица потрошеная 1 категории (мякоть без кожи)	107	46													
или филе индейки	48	46													

хлеб пшеничный	11	11													
вода или молоко питьевое	16	16													
масло сливочное для припускания	1,5	1,5													
масло сливочное	5	5													
Макаронные изделия отварные с овощами №517-20	004		100	3,1	3,1	20,8	124	0,6	0,1	0,1	0,6	8,6	24,8	4,7	0,5
макаронные изделия	17	17													
масло сливочное	4	4													
масса отварных макаронных изделий		50													
морковь до 01.0120%	65	52													
c 01.01 - 25%	69	52													
Компот из сухофруктов + Витамин "С" №638-2004			150	0,4	0,0	19,2	78	0,1	0,0	0,0	0,3	11,0	9,3	7,1	0,2
сухофрукты	15	15													
сахар	13	13													
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			250	8,0	7,7	68,9	377	10,2	0,0	0,1	0,1	12,3	12,7	5,5	0,8
Мучное пряничное изделие промышленного произв	водства		50	6,1	7,2	27,5	199	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, Москва			200	1,8	0,5	16,2	77	9,0	0,0	0,1	0,1	6,8	6,4	2,6	0,6
Кисель из свежих ягод + Витамин С, №590-1996			200	0,1	0,0	25,2	101	1,2	0,0	0,0	0,0	5,5	6,3	2,9	0,2
клюква, или брусника, или смородина	21,2	20													
крахмал	5	5													
сахар	18	18													
ужин				18,0	20,3	55,2	476	40,6	0,2	0,1	2,8	76,2	216,0	50,1	3,5
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
	нгерский (технико-технологическая карта) 														

				I				I			ı				
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-технолог	ическая	карта)	60/5	13,9	12,9	13,3	225	0,6	0,1	0,1	0,2	20,3	100,2	17,8	0,9
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	55	41													
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	62	41													
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	75	41													
или треска потрошеная обезглавленая (филе без кожи и костей)	56	41													
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе без кожи и костей)	76	41													
хлеб пшеничный	12	12													
вода или молоко питьевое	3	3													
лук репчатый	12	12													
чеснок свежий	0,8	0,6													
масло сливочное	4	4													

1														
4	4													
3	3													
5	5													
5	5													
		130	2,6	3,3	16,7	107	1,9	0,1	0,0	0,3	30,9	67,3	22,5	0,8
146	110													
157	110													
169	110													
184	110													
20	20													
9	9													
2	2													
11	11													
18	18													
4	4													
		150	0,1	0,0	13,2	53	0,6	0,0	0,0	0,0	1,8	0,1	0,4	0,1
0,2	0,2													
12	12													
6	5													
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
			4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
207	200	200	4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
	-	•	•	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
			79,1	83,2	329	2380	66,3	0,9	1,2	5,6	765,5	1188,4	240,5	14,8
	3 5 5 146 157 169 184 20 9 2 11 18 4 0,2 12 6 15	3 3 5 5 5 5 5 5 146 110 157 110 169 110 184 110 20 20 9 9 9 2 2 11 11 18 18 4 4 0,2 0,2 12 12 6 5 15 15	3 3 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5	3 3 5 5 5 5 130 2,6 146 110 157 110 169 110 184 110 20 20 9 9 2 2 11 11 18 18 4 4 4 4 12 12 6 5 15 15 0,7 4,3	3 3	3 3	3 3	3 3	3 3	3 3	3 3 3	3 3 3 1	3 3 3	S

Соотношение белков:жиров:у	/глевод	OB		1	1	4									
				2	день										
				Энер	гетическая	я ценності	ь (ккал)		D				Mariana		
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Болки г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		Витамі	тны, мг			Минерал	пы, мг	
				Белки, г	жиры, т	3131.1	оц, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК			470	23,9	24,6	46,0	502	1,9	0,1	0,4	0,4	295,6	353,8	22,8	0,5
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													
Запеканка из творога со сгущённым молоком №366	-2004		120/20	18,9	14,0	17,0	270	0,6	0,0	0,0	0,1	171,2	249,6	6,2	0,1
творог	114	113													
крупа манная	8,3	8,3													
или мука пшеничная	9,2	9,2													
сахар	6,5	6,5													
яйцо куриное	3,5	3,5													
масло сливочное	4,5	4,5													
сухари	4,5	4,5													
сметана	4,5	4,5													
масса готовой запеканки		120													
молоко сгущенное с сахаром	20	20													
Кофейный напиток №253-2004, Пермь			150	3,4	3,2	19,0	118	1,3	0,0	0,0	0,0	118,0	88,2	13,7	0,1
кофейный напиток	7	7													
сахар	15	15													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													

	1											r			
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
вода кипяченая для сухого молока	88	88													
ВТОРОЙ ЗАВТРАК		•	•	4,6	2,2	20,8	121	6,8	0,0	0,1	0,1	5,1	4,8	2,0	0,5
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, Москва			150	1,8	0,4	12,2	59	6,8	0,0	0,1	0,1	5,1	4,8	2,0	0,5
Кондитерское изделие промышленного производст пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)	гва (пече	енье,	18	2,8	1,8	8,6	62	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД			690	34,2	33,3	96,9	824	20,3	0,4	38,9	5,0	101,1	516,1	134,5	9,2
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	15	12													
или морковь до 01.0120%	15,0	12													
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 (№	149-1996)		200/10	4,5	6,3	13,9	130	0,8	0,1	38,8	0,5	14,0	54,6	10,0	0,7
курица потрошеная 1 категории (мякоть без кожи)	29	26													
лапша домашняя №549-2004		16													
мука пшеничная	14	14													
мука пшеничная на подпыл	1	1													
яйцо куриное	4	4													
вода питьевая	2,8	2,8													
соль йодированная	0,4	0,4													
или лапша промышленного производства	16	16				_									
морковь до 01.0120%	10	8													
		_	_				_		_		_	_	_	_	

c 01.01 - 25%	11	8													
помидоры свежие парниковые	16,3	16													
или помидоры свежие грунтовые	19	16													
лук репчатый	10	8													
масло сливочное	4	4													
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			100	2,4	7,5	13,5	131	0,0	0,0	0,0	0,4	5,7	71,1	37,0	1,7
крупа гречневая	25	25													
вода питьевая	81	81													
масло сливочное	7	7													
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	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
полдник			250	1,7	4,5	82,0	375	4,0	0,1	0,0	0,0	40,0	54,0	0,0	0,0
Мучное изделие промышленного производства			50	1,1	4,1	49,0	237	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0

Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, Москва	200	200	200	0,6	0,4	33,0	138	4,0	0,1	0,0	0,0	40,0	54,0	0,0	0,0
Ужин			535	16,0	16,3	72,0	499	7,7	0,4	0,0	13,8	94,8	259,5	58,6	4,3
Шницель из мяса с маслом сливочным №451-2004			50/5	8,2	8,8	2,4	122	0,1	0,1	0,0	1,4	18,3	70,2	12,7	1,2
говядина 1 категории	50	37													
или говядина полуфабрикат	44	37													
или фарш промышленного производства	37	37													
хлеб пшеничный	9	9													
вода или молоко питьевое	10	10													
яйцо куриное	2	2													
сухари	5	5													
масло растительное	1,5	1,5													
масло сливочное	5	5													
Овощи припущенные №524-2004			130	4,0	7,1	12,0	128	7,6	0,2	0,0	0,4	29,1	100,3	39,4	1,1
картофель - 01.0931.10 25%	61	46													
01.1131.1230%	66	46													
01.01-29.02 - 35%	71	46													
01.03 - 40%	77	46													
горошек зеленый консервированный	77	50													
или кабачки	75	50													
морковь до 01.0120%	44	35													
c 01.01 - 25%	47	35													
лук репчатый	21	18													
масло сливочное	10	10													
мука пшеничная	2	2													
Фито-чай с сахаром №627-1996			150	0,1	0	15,5	62	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0

фито-чай для детей (с мятой или душицей или ромашкой или липой или др.)	0,4	0,4													
сахар	15	15													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, Москва			150	2,3	0,2	29,0	127	0,0	0,1	0,0	12,0	42,0	63,0	0,9	1,2
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		•		4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, биопростокваша и т.д. №645-1996	207	200	200	4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
итого:				84,7	84,9	335	2444	42	1	39	19	737	1386	248	15
Соотношение белков:жиров:	/глевод	ов		1	1	4									
				3	день										
				Энер	гетическа	я ценності	ь (ккал)		Витам	ины, мг			Минера	M.	
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Белки, г	Жиры г	Угл. г	ЭЦ, ккал		Битамі	ины, wii			шинера.	IIBI, WII	
				Белки, г	жиры, г	3131.1	оц, ккал	C	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК			550	11,4	13,8	72,6	460	1,4	0,3	0,2	0,9	399,9	434,1	99,5	3,3
Бутерброд с джемом или повидлом с маслом (№1,2	2-2004)		20/15/5	1,9	3,1	26,7	142	0,6	0,1	0,1	0,6	8,2	19,7	5,6	0,5
хлеб пшеничный	20	20													
масло сливочное	5	5													
джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, консервантов и красителей)	15,4	15													
Каша "Солнечная" с маслом (технико-технологичес	кая карта	a)	160	5,8	7,2	22,2	177	0,4	0,2	0,1	0,2	198,5	234,0	60,3	1,8
крупа кукурузная	10	10													
крупа манная	10	10													
сахар	3	3													
соль йодированная	0,7	0,7													
молоко питьевое	138	138													

или молоко концентрированное	63	63													
или молоко сухое	17	17													
вода кипяченая для концентрированного молока	75	75													
вода кипяченая для сухого молока	121	121													
масло сливочное	5	5													
Чай с молоком №630-1996			150	2,1	3,2	16,5	103	0,4	0,0	0,0	0,0	186,6	136,8	21,2	0,2
чай - заварка	0,2	0,2													
сахар	15	15													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
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												
ВТОРОЙ ЗАВТРАК			•	1,9	2,1	24,8	126	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, 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
Кондитерское изделие промышленного производст пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)	гва (пече	нье,	18	1,8	2,1	14,2	83	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД			760	33,8	25,4	112,0	811	16,3	0,5	1,3	17,7	150,8	415,4	79,7	7,8
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													
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 "Летний" из овощей с мясом и сметаной №14/2 Екатеринбург	? - 2011, г.		200/10/5	3,2	5,2	8,3	93	6,9	0,1	0,2	0,3	22,6	15,2	16,3	0,6
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
картофель - 01.0931.10 25%	40	30													
01.1131.1230%	43	30													
01.01-29.02 - 35%	46	30													
01.03 - 40%	50	30													
капуста свежая белокочанная	20	16													
морковь до 01.0120%	10	8													
c 01.01 - 25%	11	8													
помидоры свежие парниковые	10,2	10													
или помидоры свежие грунтовые	12	10													
лук репчатый	10	8													
горошек зеленый консервированный	11	7													
масло сливочное	4	4													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Рыба по-татарски (технико-технологическая карта)			200	15,9	10,4	16,2	222	2,3	0,2	0,0	2,9	16,0	88,6	9,1	0,5
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	84	62													
или горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	86	60													

или горбуша неразделанная (филе с кожей без костей)	103	60													
или треска потрошеная обезглавленая (филе с кожей без костей)	79	60													
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)		60													
лук репчатый	24	20													
вода питьевая	65	65													
картофель - 01.0931.10 25%	173	130													
01.1131.1230%	186	130													
01.01-29.02 - 35%	200	130													
01.03 - 40%	217	130													
масло сливочное	10	10													
Компот из изюма + Витамин "С" №638-2004			150	0,3	0,0	21,5	87	0,0	0,0	0,5	0,0	0,5	2,5	0,0	0,1
изюм	15	15													
сахар	13	13													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, Москва			150	2,3	0,2	29,0	127	0,0	0,1	0,0	12,0	42,0	63,0	0,9	1,2
Хлеб пшеничный	60	60	60	4,9	0,8	21,7	114	0,0	0,1	0,0	0,0	19,8	130,8	37,2	2,5
или хлеб витаминизированный			60												
Хлеб ржаной	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
полдник			250	12,8	13,1	42,6	340	1,1	0,1	0,3	0,0	232,7	256,9	29,9	0,2
Булочка "Оригинальная" (технико-технологическая	карта)		50	6,4	6,9	30,6	210	0,04	0,0	0,2	0,0	21,5	42,7	5,6	0,0
мука пшеничная	27,5	27,5													
сахар	3,3	3,3													
вода или молоко питьевое	12	12													
масло сливочное	3,3	3,3													

яйцо куриное	3,3	3,3													
соль йодированная	0,2	0,2													
дрожжи прессованные	0,8	0,8													
или дрожжи сухие	0,2	0,2													
джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, консервантов и красителей)	5,2	5													
крошка:		3													
сахар	1,2	1,2													
масло сливочное	0,6	0,6													
мука пшеничная	1,2	1,2													
ванилин	0,1	0,1													
яйцо куриное для смазки изделия	1	1													
масло растительное для смазки листа	0,1	0,1													
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	210	200	200	6,4	6,2	12,0	129	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
ужин		<u>I</u>	580	23,8	22,3	49,7	494	43,2	0,3	5,8	1,0	217,2	384,7	39,0	5,9
Продукт творожный для детского питания промыц производства (масса творожного продукта конкрет фактическому использованию от 100г и выше)			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			100	14,1	12,2	4,5	184	23,1	0,2	5,7	0,5	6,3	219,8	12,6	4,8
печень говяжья	86	71													
мука пшеничная	3	3													
масло растительное	4	4													
Соус сметанный с томатом и луком		50													
сметана	10	10													
вода питьевая	35	35													
мука пшеничная	3,3	3,3													

томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)		5													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное	1	1													
Рис припущенный с овощами (технико-технологич	еская кар	та)	130	2,5	4,9	18,1	127	19,5	0,0	0,1	0,5	18,0	53,8	23,6	0,7
крупа рисовая	39	39													
масло сливочное	7	7													
кукуруза консервированная	25	15													
морковь до 01.0120%	19	15													
c 01.01 - 25%	20	15													
Чай с сахаром №685-2004			150	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	0,2	0,2													
сахар	15	15													
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				4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, биопростокваша и т.д. №645-1996	207	200	200	4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
		I			или				1						
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	210	200	200	6,4	6,2	12,0	129	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
итого:	•		•	88,0	80,6	319	2353	72	1	8	20	1229	1715	286	19
Соотношение белков:жиров:	углевод	ов		1	1	4									
				4	день										
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Энер	гетическая	я ценності	- (ккал)		Витамі	ины, мг			Минера.	пы, мг	
			порции	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК			550	25,4	25,4	33,0	463	4,5	0,2	0,0	2,3	314,1	445,8	52,5	2,3

		40	3,5	6,8	13,8	130	0,0	0,0	0,0	0,4	62,8	50,0	6,0	0,3
5	5													
16	15													
20	20													
	Į.	160	17,0	14,3	8,1	229	3,7	0,1	0,0	1,9	89,6	213,4	22,0	1,4
120	120													
45	45													
21	21													
5	5													
24	24													
40	40													
2	2													
	155													
5	5													
158	150	150	4,1	4,2	7,5	84	0,8	0,0	0,0	0,0	158,4	160,7	18,3	0,1
		10	0,8	0,1	3,6	19	0,0	0,0	0,0	0,0	3,3	21,8	6,2	0,4
		10												
			1,9	2,1	24,8	126	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
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
гва (пече	нье,	18	1,8	2,1	14,2	83	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		680	23,4	24,2	141,6	877	44,9	0,5	0,6	1,4	89,6	408,6	165,7	8,5
		80	0,4	4,2	3,4	53	17,6	0,0	0,2	0,2	3,7	6,8	0,8	0,2
68	67													
79	67													
	16 20 120 45 21 5 24 40 2 5 158 200 TBa (Пече	16 15 20 20 120 120 45 45 21 21 5 5 24 24 40 40 2 2 155 5 5 158 150 TBa (Печенье,	5 5 5 160 16 15 20 20 160 120 120 45 45 45 21 21 5 5 5 140 40 40 2 2 2 155 5 150 150 150 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10	5 5 16 15 20 20 120 160 17,0 120 120 45 45 21 21 5 5 24 24 40 40 2 2 155 5 158 150 150 4,1 10 0,8 10 0,8 10 1,9 200 200 0,1 TBB (Печенье, 18 1,8 680 23,4 80 0,4	5 5	5 5	5 5 <	5 5 <	5 5 <	5 5 1	5 5 1	5 5 5 10 1	5 5 5 10 1	S S S S S S S S S S

	4-	40													
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			200/10/5	4,4	4,4	10,5	99	5,0	0,1	0,2	0,2	18,4	70,6	20,8	1,0
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
свекла до 01.0120%	25	20													
c 01.01 - 25%	27	20													
капуста свежая белокочанная	50	40													
картофель - 01.0931.10 25%	27	20													
01.1131.1230%	29	20													
01.01-29.02 - 35%	31	20													
01.03 - 40%	33	20													
морковь до 01.0120%	15	12													
c 01.01 - 25%	16	12													
лук репчатый	10	8													
помидоры свежие парниковые	27	26													
или помидоры свежие грунтовые	31	26													
масло сливочное	4	4													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Фрикадельки в соусе №469-2004		_	85	6,1	10,9	11,5	169	0,7	0,2	0,0	0,2	12,5	104,3	14,2	1,6
говядина 1 категории	52	38													
или говядина полуфабрикат	45	38													

или фарш промышленного производства	38	38													
хлеб пшеничный	8	8													
вода или молоко питьевое	11	11													
лук репчатый	5	4													
мука пшеничная	5	5													
масло растительное	2	2													
соуса томатный №587-2004		30													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	5	5													
мука пшеничная	1,5	1,5													
морковь до 01.0120%	7,5	6													
c 01.01 - 25%	8	6													
лук репчатый	1,2	1													
масло сливочное	2	2													
Макаронные изделия отварные №516-2004			100	3,6	3,5	24,7	145	0,0	0,1	0,1	0,7	10,3	31,7	5,7	0,6
макаронные изделия	35	35													
масло сливочное	4	4													
Компот из свежих плодов + Витамин "С" №585-1996	;		200	0,2	0,0	25,6	103	1,6	0,0	0,0	0,1	6,8	4,1	3,4	0,9
яблоки свежие	45,4	40													
или груши свежие	44	40													
или слива или персик свежие или нектарины	44	40													
или абрикосы свежие	46	40													
или черешня или вишня свежие	42	40													
сахар	20	20													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, Москва			200	3,1	0,2	34,7	153	20,0	0,0	0,1	0,0	16,0	56,0	84,0	1,2
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
полдник			300	7,6	14,2	54,6	376	2,8	0,0	0,1	0,4	151,0	128,0	4,6	1,0
Зразы из творога с черносливом или с курагой, с м сгущенным №364-2004	олоком		100/20	7,5	14,1	35,0	297	1,4	0,0	0,1	0,4	144,8	121,2	4,6	0,5
творог	67	67													
мука пшеничная	11	11													
сахар	10	10													
соль йодированная	0,1	0,1													
яйцо куриное	7	7													
чернослив	27	20													
или курага	20	20													
мука пшеничная для панировки	3	3													
масло сливочное на смазку	2,5	2,5													
масса готовых зраз		100													
молоко сгущенное с сахаром	20	20													
					или										
Сырники из творога со сгущенным молоком (№358-	2004)		130/20	15,3	8,7	30,8	263	0,0	0,0	0,1	0,5	200,0	182,5	7,0	0,1
творог	133	131													
мука пшеничная	17	17													
яйцо куриное	4	4													
сахар	8	8													
масло растительное	3	3													
масса готовых изделий		130													
молоко сгущенное с сахаром	20	20													
Кисель из яблок №642-2004			180	0,1	0,1	19,6	79	1,4	0,0	0,0	0,0	6,2	6,8	0,0	0,5

яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	29	25													
мука картофельная (крахмал)	5	5													
сахар	12	12													
Ужин			555	27,1	22,3	47,6	499	3,4	0,4	0,1	3,4	62,0	208,3	52,1	2,5
Рыба запечённая с маслом №310-1996			50/5	20,6	16,1	2,8	239	0,4	0,1	0,0	3,1	11,1	70,9	8,4	0,1
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	77	57													
или горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	86	60													
или горбуша неразделанная (филе с кожей без костей)	103	60													
или ряпушка неразделанная	70	60													
или треска потрошеная обезглавленая (филе с кожей без костей)	79	60													
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	98	60													
мука пшеничная	3	3													
масло растительное	2	2													
масло сливочное	5	5													
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													
Чай с лимоном №686-2004			150	0,1	0,0	13,2	53	0,6	0,0	0,0	0,0	1,8	0,1	0,4	0,1
чай - заварка	0,2	0,2													
сахар	12	12										_			
лимон	6	5													

Хлеб пшеничный	15	15	15	1,2	0,2	5,4	28	0,0	0,0	0,0	0,0	5,0	32,7	9,3	0,6
или хлеб витаминизированный			15												
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
сонник				4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, биопростокваша и т.д. №645-1996	207	200	200	4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
			•	•	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:				89,6	92,2	319	2463	65	1	1	8	845	1415	313	16
Соотношение белков:жиров:у	/глевод	ов		1	1	4									
				5	день										
	_		Масса	Энер	гетическая	я ценності	- (ккал)		Витамі	ины, мг			Минера	пы, мг	
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	порции	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК			430	25,0	22,0	51,8	505	1,9	0,2	0,4	0,4	468,0	414,2	58,6	1,2
Бутерброд с маслом №1-2004			20/5	1,4	3,8	10,0	80	0,0	0,0	0,3	0,2	3,6	8,2	1,9	0,1
хлеб пшеничный	20	20													
масло сливочное	5	5													
Каша пшенная жидкая с маслом №311-2004			160	6,0	7,8	29,0	210	0,5	0,1	0,0	0,2	125,5	152,3	38,4	1,0
крупа пшено	32	32													
сахар	3	3													
соль йодированная	0,8	0,8													
молоко питьевое	134	134													
или молоко концентрированное	62	62													
или молоко сухое	16	16													
						_									

Продукт творожный промышленного производства для детского питания (масса творожного продукта конкретизируется по фактическому использованию от 100г и выше) ВТОРОЙ ЗАВТРАК Кондитерское изделие промышленного производства (конфеты вафельные, зефир, мармелад, пастила)	4,8 12,8 4,6 2,8 1,8 34,8 1,3	4,7 5,7 2,2 1,8 0,4 29,1	9,0 3,8 20,8 8,6 12,2 103,8	97 118 121 62 59	0,8 0,6 6,8 0,0	0,0 0,0 0,0 0,0	0,0 0,0 0,1 0,0	0,0 0,0 0,1	158,4 180,5 5,1	93,1 4,8	18,3 0,0 2,0	0,1 0,0 <i>0,5</i>
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004 Продукт творожный промышленного производства для детского питания (масса творожного продукта конкретизируется по фактическому использованию от 100г и выше) ВТОРОЙ ЗАВТРАК Кондитерское изделие промышленного производства (конфеты вафельные, зефир, мармелад, пастила)	12,8 4,6 2,8 1,8 34,8	5,7 2,2 1,8 0,4 29,1	3,8 20,8 8,6 12,2	118 121 62 59	0,6	0,0	0,0	0,0	180,5 5,1	93,1 4,8	0,0	0,0 0,5 0,0
Продукт творожный промышленного производства для детского питания (масса творожного продукта конкретизируется по фактическому использованию от 100г и выше) ВТОРОЙ ЗАВТРАК Кондитерское изделие промышленного производства (конфеты вафельные, зефир, мармелад, пастила)	12,8 4,6 2,8 1,8 34,8	5,7 2,2 1,8 0,4 29,1	3,8 20,8 8,6 12,2	118 121 62 59	0,6	0,0	0,0	0,0	180,5 5,1	93,1 4,8	0,0	0,0 0,5 0,0
питания (масса творожного продукта конкретизируется по фактическому использованию от 100г и выше) ВТОРОЙ ЗАВТРАК Кондитерское изделие промышленного производства (конфеты вафельные, зефир, мармелад, пастила)	4,6 2,8 1,8 34,8	2,2 1,8 0,4 29,1	20,8 8,6 12,2	121 62 59	6,8 0,0	0,0	0,1	0,1	5,1	4,8	2,0	0,5
Кондитерское изделие промышленного производства (конфеты вафельные, зефир, мармелад, пастила)	2,8 1,8 34,8	1,8 0,4 29,1	8,6	62 59	0,0	0,0	0,0	0,0	,	,	,	0,0
вафельные, зефир, мармелад, пастила)	1,8 34,8	0,4	12,2	59	·				0,0	0,0	0,0	
Chrystel operation of cocontinuous Notes 2006 Meaning	34,8	29,1	 		6,8	0,0	0,1	0,1				
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, Москва	-		103,8	040				·	5,1	4,8	2,0	0,5
ОБЕД 654 3	1,3			816	24,5	0,4	0,0	5,9	135,1	341,1	74,5	4,0
Салат из свежих огурцов р.16-2004		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 200/20	6,3	4,9	13,0	121	6,4	0,1	0,0	0,8	22,3	111,8	14,6	0,2
картофель - 01.0931.10 25% 90 68												
01.1131.1230% 97 68												
01.01-29.02 - 35% 105 68												
01.03 - 40% 114 68												
морковь до 01.0120% 10,0 8												
c 01.01 - 25% 11 8												
лук репчатый 10 8												
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов) 2 2										_		
масло сливочное 4 4												

фрикадельки:															
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	27	20													
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	30	20													
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	36	20													
или треска потрошеная обезглавленая (филе без кожи и костей)	27	20													
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе без кожи и костей)	37	20													
яйцо куриное	1	1													
лук репчатый	5	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Рагу из птицы №489-2004			200	19,5	18,6	13,9	301	2,9	0,1	0,0	4,2	26,0	55,0	9,3	0,2
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	2	2													
картофель - 01.0931.10 25%	120	90													
01.1131.1230%	129	90													
01.01-29.02 - 35%	139	90										_			
01.03 - 40%	150	90													
морковь до 01.0120%	23	18													
c 01.01 - 25%	24	18													
кабачки	19	18										_	•		

-	1													
25	17													
19	16													
6	6													
2	2													
5	5													
		150	0,8	0,0	21,3	88	0,2	0,0	0,0	0,5	16,0	14,1	12,8	0,4
15	15													
13	13													
		200	1,8	0,7	22,2	102	11,1	0,0	0,0	0,2	17,8	12,2	0,0	0,0
50	50	50	4,1	0,7	18,1	95	0,0	0,1	0,0	0,0	16,5	109,0	31,0	2,1
•		50												
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
		250	1,7	4,5	82,0	375	4,0	0,1	0,0	0,0	40,0	54,0	0,0	0,0
		50	1,1	4,1	49,0	237	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
200	200	200	0,6	0,4	33,0	138	4,0	0,1	0,0	0,0	40,0	54,0	0,0	0,0
•		615	10,1	25,8	52,2	481	7,0	0,1	0,0	0,7	83,0	143,1	35,0	3,6
		80	1,2	4,0	5,1	61	4,0	0,0	0,0	0,1	31,2	17,6	4,2	1,5
46,4	32													
41	40													
47	40													
7,5	6													
4	4													
1,4	1													
	19 6 2 5 15 13 50 20 200 46,4 41 47 7,5 4	19 16 6 6 2 2 5 5 15 15 13 13 50 50 20 20 200 200 46,4 32 41 40 47 40 7,5 6 4 4	19 16 6 6 2 2 5 5 5 15 150 15 15 13 13 200 50 50 50 50 20 20 20 250 20 20 250 20 20 615 80 46,4 32 41 40 47 40 7,5 6 4 4	19 16 6 6 6 2 2 2 5 5 5 5 150 0,8 15 15 15 13 13 13 13 13 13 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15	19 16 ————————————————————————————————————	19 16	19 16 ————————————————————————————————————	19	19	19	19	19	19	19

сардельки, или сосиски молочные, или колбаса вареная высшего сорта для детского питания	51	50													
масло сливочное	5	5													
Пюре картофельное №520-2004			130	2,6	3,3	16,7	107	1,9	0,1	0,0	0,3	30,9	67,3	22,5	0,8
картофель - 01.0931.10 25%	146	110													
01.1131.1230%	157	110													
01.01-29.02 - 35%	169	110													
01.03 - 40%	184	110													
молоко питьевое	20	20													
или молоко концентрированное	9	9													
или молоко сухое	2	2													
вода кипяченая для концентрированного молока	11	11													
вода кипяченая для сухого молока	18	18													
масло сливочное	4	4													
Зеленый чай с сахаром №686-2004			150	0,2	0,0	12,9	52	1,1	0,0	0,0	0,0	4,2	1,1	0,7	0,1
чай - заварка	0,2	0,2													
сахар	12	12													
Хлеб ржаной	40	40	40	1,9	0,4	17,5	81	0,0	0,0	0,0	0,0	7,2	34,8	7,6	1,1
сонник				4,3	4,0	17,2	122,0	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, биопростокваша и т.д. №645-1996	207	200	200	4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
		или													
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	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:		80,5	87,5	328	2420	46	1	0	7	931	1155	200	9		
Соотношение белков:жиров:у		1	1	4											
				6	день										

				Энер	гетическая	я ценності	ь (ккал)	ал) ——— Витамины, мг					Минерал	OLI ME	
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Бепки г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		Битамі	тпы, мі			Минерал	пы, мі	
				Белки, г	жиры, г	7131.1	оц, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК			470	18,7	15,1	73,2	503	2,3	0,1	0,1	1,0	236,3	243,5	50,4	1,0
Бутерброд с джемом или повидлом №2-2004			15/15	2,1	0,4	31	135	0,6	0,0	0,0	0,4	7,5	19,0	5,4	0,4
хлеб пшеничный	15	15													
джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, консервантов и красителей)	15,4	15													
Суфле творожное с печеньем со сгущенным молок технологическая карта)	ом (техни	ко-	120/20	13,2	11,5	23,4	250	0,5	0,1	0,1	0,5	110,8	136,3	31,3	0,5
печенье песочное	24	24													
творог	87	85													
мука пшеничная	10	10													
сахар	12	12													
яйцо куриное	12	12													
сухари	5	5													
сметана	3,6	3,6													
масло сливочное для смазки листа	2,4	2,4													
масса готового суфле		120													
молоко сгущенное с сахаром	20	20													
Кофейный напиток (№253-2004, Пермь)			150	3,4	3,2	19,0	118	1,3	0,0	0,0	0,0	118,0	88,2	13,7	0,1
кофейный напиток	7	7													
сахар	15	15													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													

питания в ассортименте №407-2006, Москва Тэо Тэо О,1 О,0 9,2 37 8,0 О,0 О,0 О,0 О,0 О,0 28,0 25,0 8,0 2,0 Пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.) Кондитерское изделие промышленного производства (печенье, пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.) В Туричиния в ассортименте №407-2006, Москва Туричиния в ассортименте №407-2006, Москва (печенье, пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.) В Туричиния в ассортименте №407-2006, Москва (печенье, пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.) В Туричиния в ассортименте №407-2006, Москва (печенье, пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.) В Туричиния в ассортименте №407-2006, Москва (печенье, пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.) В Туричиния в ассортименте №407-2006, Москва (печенье, пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.) В Туричиния в ассортименте №407-2006, Москва (печенье, пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.) В Туричиния в ассортименте №407-2006, Москва (печенье, пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.) В Туричиния в ассортименте №407-2006, Москва (печенье, пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.) В Туричиния в ассортименте №407-2006, Москва (печенье, пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.) В Туричиния в ассортименте №407-2006, москва (печенье, пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.) В Туричиния в ассортименте №407-2006, москва (печенье, пряники, вафли, ва				1												
Сок промышленного производства для детского питания в ассортимент № 150 150 150 0,1 0,0 9,2 37 8,0 0,0 0,0 0,0 28,0 26,0 8,0 2,0 Кондитерское наделие промышленного производства (печенье, тряники, выфли, суши, бъранки и г.п.) ОБЕД 690 34,0 36,7 100,0 866,4 47,1 0,4 0,6 5,1 139,4 411,2 85,2 10,2 Помидоры свежие №71-2006, Москва 80 0,5 0,2 3,4 17 5,9 0,0 0,0 0,0 1,8 3,3 0,0 0,7 0,2 Помидоры свежие перниковые 82 80 1 1 1 1 1 1 1 1 1	вода кипяченая для сухого молока	88	88													
литатия в ассортименте №407-2006, Москва 150 150 150 150 1, 100 9, 2 37 8, 0 0, 0 0, 0 0, 0 22, 26, 0 8, 0 2, 2, 2, 0 1, 2, 2, 1 1, 2, 2 83 0, 0 0, 0 0, 0 0, 0 0, 0 0, 0 0, 0 0	ВТОРОЙ ЗАВТРАК				1,9	2,1	23,4	120	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.) 18	Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, Москва	150	150	150	0,1	0,0	9,2	37	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Помидоры свежие N271-2006, Москва 82 80	Кондитерское изделие промышленного производст пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)	ва (пече	нье,	18	1,8	2,1	14,2	83	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
помидоры свежие парниковые 82 80	ОБЕД			690	34,0	36,7	100,0	866,4	47,1	0,4	0,6	5,1	139,4	411,2	85,2	10,2
или помидоры свежие грунтовые 94 80	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
зелень свежая (петрушка, укроп) 1,4 1 4 5,0 4,6 0,3 63 0,0 0,0 0,6 0,2 19,4 66,8 4,2 0,9 Сул "Пительный" с мясом и сметаной (технико-технологическая карта) ———————————————————————————————————	помидоры свежие парниковые	82	80													
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 Сул "Питательный" с мясом и сметаной (технико-технологическая карта) Товядина 1 категории 22 16	или помидоры свежие грунтовые	94	80													
Сул "Питательный" с мясом и сметаной (технико-технологическая карта) говядина 1 категории 22 16	зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
карта) говядина 1 категории 22 16	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
или говядина полуфабрикат 19 16	Суп "Питательный" с мясом и сметаной (технико-технологическая карта)				3,8	4,9	17,8	131	1,5	0,1	0,0	0,4	11,5	59,0	7,4	0,1
картофель - 01.0931.10 25% 53 40	говядина 1 категории	22	16													
01.1131.1230% 57 40 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	или говядина полуфабрикат	19	16													
01.01-29.02 - 35% 62 40 01.03 - 40% 67 40 крупа кукурузная 8 8 морковь до 01.0120% 10 8 с 01.01 - 25% 11 8 лук репчатый 10 8 масло сливочное 4 4 сметана 5 5	картофель - 01.0931.10 25%	53	40													
01.03 - 40% 67 40 <td< td=""><td>01.1131.1230%</td><td>57</td><td>40</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></td<>	01.1131.1230%	57	40													
крупа кукурузная 8 8 8	01.01-29.02 - 35%	62	40													
морковь до 01.0120% 10 8	01.03 - 40%	67	40													
с 01.01 - 25% 11 8 лук репчатый 10 8 масло сливочное 4 4 сметана 5 5	крупа кукурузная	8	8													
лук репчатый 10 8	морковь до 01.0120%	10	8													
масло сливочное 4 4 4	c 01.01 - 25%	11	8													
сметана 5 5	лук репчатый	10	8													
	масло сливочное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп) 1,4 1	сметана	5	5													
	зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													

Суфле из кур с маслом №503 -2004			50/5	15,1	19,1	0,0	232	0,1	0,0	0,0	0,9	37,2	41,3	1,8	0,2
курица потрошеная 1 категории	110	48													
или филе куриное	71	48													
яйцо куриное	9	9													
соус молочный густой № 598 - 2004		14													
молоко питьевое	10	10													
масло сливочное	2	2													
мука пшеничная	1,8	1,8													
вода питьевая	2	2													
масло растительное для смазки листа	2	2													
масло сливочное	5	5													
Рагу из овощей №215-1996			150	2,5	6,3	14,9	126	28,4	0,1	0,0	1,7	15,2	57,6	24,8	0,9
картофель - 01.0931.10 25%	27	20													
01.1131.1230%	29	20													
01.01-29.02 - 35%	31	20													
01.03 - 40%	33	20													
капуста белокочанная свежая	56	45													
или кабачки	67	45													
или баклажаны	45	43													
морковь до 01.0120%	38	30													
c 01.01 - 25%	40	30													
лук репчатый	12	10													
масло растительное	4	4													
<u>для соуса томатного (№587-2004)</u>		33													

томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	5	5													
мука пшеничная	1,5	1,5													
морковь до 01.0120%	7,5	6													
c 01.01 - 25%	8	6													
лук репчатый	1,2	1													
масло сливочное	2	2													
Кисель из свежих ягод + Витамин С, №590-1996			150	0,1	0,0	15,2	61	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	3	3													
сахар	15	15													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, Москва			200	1,1	0,6	18,0	82	10,0	0,0	0,0	0,0	24,0	32,0	2,4	4,6
Хлеб пшеничный	60	60	60	4,9	0,8	21,7	114	0,0	0,1	0,0	0,0	19,8	130,8	37,2	2,5
или хлеб витаминизированный			60												
Хлеб ржаной	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
полдник			260	10,3	14,7	51,2	378	1,0	0,1	0,0	0,7	425,3	392,6	51,7	0,2
Пирог "Зебра" (технико-технологическая карта)			60	4,8	9,1	41,2	266	0,0	0,1	0,0	0,7	214,1	178,4	27,4	0,0
мука пшеничная	16	16													
сахар	23	23													
яйцо куриное	12	12													
сметана	22	22													
масло сливочное	6	6													
какао-порошок	0,8	0,8													
двууглекислый натрий	0,5	0,5													
сахарная пудра	2	2													
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2													
		•	-	-	-			•		•	•				

Молоко питьевое кипяченое 2,5 % №260-2004	210	200	200	5,5	5,6	10,0	112	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
ужин			600	24,4	24,8	44,7	499	6,8	0,2	0,2	4,0	228,2	426,8	56,6	3,9
Салат из пекинской капусты (технико-технологичес	кая карта	1)	50	2,0	4,0	1,9	52	6,2	0,0	0,2	1,3	11,7	22,1	4,2	0,7
капуста пекинская (китайская)	29	20													
огурцы свежие парниковые	10,2	10													
или огурцы свежие грунтовые	10,5	10													
яйцо куриное	20	20													
масло растительное	3	3													
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			100	1,5	2,3	17,1	95	0,0	0,0	0,0	0,4	17,0	81,0	11,0	0,6
крупа пшеничная	25	25													
вода питьевая	80	80													
масло сливочное	4	4													
- Най с молоком №630-1996		-	150	2,1	3,2	16,5	103	0,4	0,0	0,0	0,0	186,6	136,8	21,2	0,2

			1														
чай - заварка	0,2	0,2															
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	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		
сонник				4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2		
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, биопростокваша и т.д. №645-1996	207	200	200	4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2		
					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:				93,5	97,4	310	2489	67	1	1	11	1257	1698	282	17		
Соотношение белков:жиров:	/глевод	ов		1	1	4											
				7	день												
				Энергетическая ценность (ь (ккал)		B				•				
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	F			011		Битами	ины, мг			Минерал	ты, мг			
				Белки, г	жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
ЗАВТРАК			550	16,6	26,1	47,3	490	0,9	0,1	0,4	0,1	212,6	264,3	26,9	1,5		
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	16	15	15	6,5	11,1	0,0	126	0,1	0,0	0,0	0,0	162,0	87,0	0,0	0,0		
Хлеб ржаной 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		
Хлеб пшеничный 20 20 2				1,6	0,3	7,2	38	0,0	0,0	0,0	0,0	6,6	43,6	12,4	0,8		
пи хлеб витаминизированный																	

Суп молочный с крупой №162-1996		180	7,5	7,3	19,1	172	0,8	0,0	0,0	0,1	39,6	122,0	12,6	0,3	
молоко питьевое	190	190													
или молоко концентрированное	87	87													
или молоко сухое	23	23													
вода кипяченая для концентрированного молока	103	103													
вода кипяченая для сухого молока	167	167													
крупа рисовая, или кукурузная	10	10													
или ячневая, или пшено	14	14													
масло сливочное	3	3													
сахар	3	3													
Чай с сахаром №685-2004				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	0,2	0,2													
сахар	15	15													
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				1,9	2,1	24,8	126	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, 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
Кондитерское изделие промышленного производст	ва (пече	нье,	18	1,8	2,1	14,2	83	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.) ОБЕД			700	31,7	34,2	96,0	818	87,6	0,6	0,1	4,3	134,7	400,4	111,5	5,7
Салат из белокочанной капусты с перцем или поми	дором с	вежим	80	1,2	4,0	3,7	56	83,0	0,0	0,0	1,5	24,2	19,1	9,4	0,4
(технико-технологическая карта) 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														
Суп гороховый с гренками и мясом №139-2004	200/10/10	8,9	4,3	27,6	185	1,7	0,1	0,0	0,5	26,3	93,4	29,0	1,7		

говядина 1 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													
горох лущёный	12,2	12													
лук репчатый	12	10													
морковь до 01.0120%	10,0	8													
c 01.01 - 25%	11	8													
масло сливочное	4	4													
хлеб пшеничный	19	16													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Рыба, запечённая с яйцом с маслом №142-2004, Пе	омь		50/60/10	12,8	19,3	5,0	245	0,3	0,1	0,0	1,7	15,9	86,8	7,2	0,1
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	81	60													
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	90	60													
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	109	60													
или треска потрошеная обезглавленая (филе без кожи и костей)	82	60													
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе без кожи и костей)	111	60													
яйцо куриное	60	60													
мука пшеничная	3	3													
масло растительное для смазки листа	2	2													
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			150	0,4	0,0	19,2	78	0,1	0,0	0,0	0,3	11,0	9,3	7,1	0,2
сухофрукты	15	15													
сахар	13	13													
Хлеб пшеничный	40	40	40	3,3	0,6	14,4	76	0,0	0,1	0,0	0,0	13,2	87,2	24,8	1,7
или хлеб витаминизированный			40												
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
полдник			250	6,5	2,0	77,6	354	1,5	0,2	0,0	12,6	58,7	100,7	6,0	2,2
Булочка с маком №772-2004			50	4,1	1,7	25,5	134	0,0	0,1	0,0	0,6	9,3	29,5	5,1	0,4
мука пшеничная	39	39													
сахар	2,5	2,5													
масло сливочное	1,2	1,2													
дрожжи прессованные	0,6	0,6													
или дрожжи сухие	0,2	0,2													
яйцо куриное для смазки изделия	0,6	0,6													
мак для отделки	0,5	0,5													
вода питьевая или молоко питьевое	18,5	18,5													
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2													
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													
				•	•			•							

	15	15													
сахар	15	15													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, Москва			150	2,3	0,2	29,0	127	0,0	0,1	0,0	12,0	42,0	63,0	0,9	1,2
УЖИН			550	18,8	25,0	44,4	478	0,7	0,2	0,0	2,8	39,5	252,4	67,4	4,6
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			100	2,4	7,5	13,5	131	0,0	0,0	0,0	0,4	5,7	71,1	37,0	1,7
крупа гречневая	25	25													
вода питьевая	81	81													
масло сливочное	7	7													
Чай с лимоном №686-2004			150	0,1	0,0	13,2	53	0,6	0,0	0,0	0,0	1,8	0,1	0,4	0,1
чай - заварка	0,2	0,2													
сахар	12	12													
номил	6	5													
Хлеб пшеничный	15	15	15	1,2	0,2	5,4	28	0,0	0,0	0,0	0,0	5,0	32,7	9,3	0,6
или хлеб витаминизированный			15												
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
СОННИК			-	4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	210	200	200	6,4	6,2	12,0	129	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2

Кисломолочный напиток (кефир, ряженка,	207	200	200	4.3	4,0	17.2	122	1 Ω	0.0	0,0	0,0	200.0	198.0	30.0	0,2
биопростокваша и т.д. №645-1996	201	200	200	4,3	4,0	17,2	122	1,0	0,0	0,0	0,0	200,0	190,0	30,0	0,2
итого:				79,7	93,3	307	2388	100	1	1	20	673	1242	250	16
Соотношение белков:жиров:	/глевод	08		1	1	4									

8 день

		1		•								1			
				Энер	гетическая	я ценності	ь (ккал)		Витамі	1НЫ, МГ			Минера	пы. мг	
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Forms -	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		Di Tulii				ттера.	, wii	
				велки, г	жиры, г	угл. г	эц, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК			540	15,1	20,7	58,5	482	1,2	0,2	0,5	0,7	322,6	331,5	51,5	1,3
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 манная молочная жидкая с изюмом и маслом технологическая карта)	(технико	-	160	7,4	8,5	34,1	242	0,4	0,1	0,0	0,4	152,9	122,1	21,1	0,4
крупа манная	24	24													
изюм	4,2	4													
вода питьевая	55	55													
молоко питьевое	85	85													
или молоко концентрированное	39	39													
или молоко сухое	10	10													
вода кипяченая для концентрированного молока	46	46													
вода кипяченая для сухого молока	75	75													
сахар	3	3													
соль йодированная	0,8	0,8													
масло сливочное	5	5													
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	158	150	150	4,8	4,7	9,0	97	0,8	0,0	0,0	0,0	158,4	160,7	18,3	0,1

Хлеб пшеничный			15	1,2	0,2	5,4	28	0,0	0,0	0,0	0,0	5,0	32,7	9,3	0,6
или хлеб витаминизированный			15												
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				1,9	2,1	24,8	126	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, 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
Кондитерское изделие промышленного производст пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)	ва (пече	нье,	18	1,8	2,1	14,2	83	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД			645	26,9	28,3	117,8	833	81,8	0,4	0,0	5,4	195,9	389,4	112,7	6,6
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			200/10/5	4,9	4,9	13,5	118	5,3	0,1	0,0	0,2	31,7	68,4	25,4	1,4
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
свекла до 01.01 -20%	65	52													
c 01.01 - 25%	69	52													
картофель - 01.0931.10 25%	47	35													
01.1131.1230%	50	35													
01.01-29.02 - 35%	54	35							_						
01.03 - 40% 58 35															
морковь до 01.0120%	15	12													

c 01.01 - 25%	16	12													
лук репчатый	10	8													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	2,5	2,5													
масло сливочное	4	4													
сахар	0,5	0,5													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Плов по-узбекски №444-2004			200	14,2	17,6	30,1	336	0,0	0,1	0,0	2,1	23,1	168,0	34,1	1,8
говядина 1 категории	113	83													
или говядина полуфабрикат	98	83													
масса готового мяса		50													
крупа рисовая	50	50													
морковь до 01.0120%	50	40													
c 01.01 - 25%	53	40													
лук репчатый	14	12													
масло растительное	5	5													
Отвар из плодов шиповника №705-2004			150	0,2	0,1	20,1	82	49,0	0,0	0,0	0,9	7,2	1,9	1,9	0,2
шиповник	15	15													
сахар	15	15													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, Москва		-	200	1,8	0,7	22,2	102	11,1	0,0	0,0	0,2	17,8	12,2	0,0	0,0
Хлеб пшеничный	50	50	50	4,1	0,7	18,1	95	0,0	0,1	0,0	0,0	16,5	109,0	31,0	2,1
или хлеб витаминизированный		_	50						_						
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
полдник			250	12,3	17,1	43,0	375	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
Мучное сдобное изделие промышленного производ	дства		50	5,9	10,9	31,0	246	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0

Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	210	200	200	6,4	6,2	12,0	129	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
Ужин			590	17,1	23,8	45,0	463	17,9	0,2	0,1	0,6	61,8	147,3	46,3	3,0
Огурцы свежие парниковые №70-2006, г. Москва	26	25	25	0,2	0,0	0,6	4	2,5	0,0	0,0	0,0	5,6	10,3	3,4	0,1
или огурцы свежие грунтовые	26	25													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Драники из птицы запеченные, с маслом (технико-т карта)	ехнологи	ческая	60/5	13,6	15,4	2,3	202	0,0	0,1	0,1	0,3	29,9	98,8	13,8	0,9
курица потрошеная 1 категории (мякоть без кожи)	146	63													
или филе куриное промышленного производства	66	63													
или фарш куриный промышленного производства	63	63													
яйцо куриное	15	15													
мука пшеничная	4	4													
масло растительное	3	3													
масло сливочное	5	5													
Картофель тушеный №216-2004			150	2,4	8,2	21,1	168	16,8	0,1	0,0	0,3	24,1	30,0	28,0	1,4
картофель - 01.0931.10 25%	173	130													
01.1131.1230%	186	130													
01.01-29.02 - 35%	200	130													
01.03 - 40%	217	130													
морковь до 01.0120%	29	23													
c 01.01 - 25%	31	23													
лук репчатый	19	16													
вода питьевая	55	55													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	8	8													
масло сливочное	12	12													
Зеленый чай с сахаром №686-2004			150	0,2	0,0	12,9	52	1,1	0,0	0,0	0,0	4,2	1,1	0,7	0,1

чай - заварка	0,2	0,2													
сахар	12	12													
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
сонник			•	4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, биопростокваша и т.д. №645-1996	207	200	200	4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
			•	•	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:			•	77,7	96,0	306	2401	112	1	1	7	1020	1306	273	13
Соотношение белков:жиров:	углевод	ов		1	1	4									
				9	день										
-			Macca	Энер	гетическа	я ценності	ь (ккал)		Витами	ины, мг			Минера	пы, мг	
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	порции	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК			550	14,0	18,4	66,9	489	1,8	0,2	0,0	0,7	316,3	320,3	66,3	1,9
Бутерброд горячий с сыром №10-2004			40	3,5	6,8	13,8	130	0,0	0,0	0,0	0,4	62,8	50,0	6,0	0,3
масло сливочное	5	5													
сыр	16	15													
хлеб пшеничный	20	20													
Каша ячнево-пшеничная жидкая с маслом (№311-2	004)		160	6,3	8,2	30,5	221	0,5	0,2	0,0	0,2	132,1	160,3	40,4	1,0
крупа пшеничная	16	16													
крупа ячневая	16	16													
молоко питьевое	134	134													
или молоко концентрированное	62	62													
или молоко сухое	16	16													
вода кипяченая для концентрированного молока	72	72													
вода кипяченая для сухого молока	118	118													

3	3													
0,8	0,8													
5	5													
		150	3,4	3,2	19,0	118	1,3	0,0	0,0	0,0	118,0	88,2	13,7	0,1
7	7													
15	15													
100	100													
46	46													
12	12													
54	54													
88	88													
б пшеничный			0,8	0,1	3,6	19	0,0	0,0	0,0	0,0	3,3	21,8	6,2	0,4
я хлеб витаминизированный														
			4,6	2,2	20,8	121	6,8	0,0	0,1	0,1	5,1	4,8	2,0	0,5
ва (конф	еты	18	2,8	1,8	8,6	62	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		150	1,8	0,4	12,2	59	6,8	0,0	0,1	0,1	5,1	4,8	2,0	0,5
		710	30,2	33,7	100,6	827	30,8	0,5	1,0	3,1	103,2	403,0	110,8	7,4
		80	0,4	4,2	3,4	53	17,6	0,0	0,2	0,2	3,7	6,8	0,8	0,2
68	67													
79	67													
15	12													
14	12													
4	4													
масло растительное 4 4 зелень свежая (петрушка, укроп) 1,4 1														
	0,8 5 7 15 100 46 12 54 88 Ва (конф 68 79 15 14 4	0,8 0,8 5 5 7 7 15 15 100 100 46 46 12 12 54 54 88 88 FBA (КОНФЕТЫ 68 67 79 67 15 12 14 12 4 4	0,8 0,8 5 5 150 150 7 7 15 15 100 100 46 46 12 12 54 54 88 88 10 10 10 10 88 150 710 80 68 67 79 67 15 12 14 12 4 4	0,8 0,8 5 5 150 3,4 7 7 15 15 100 100 46 46 12 12 54 54 88 88 10 0,8 10 4,6 ва (конфеты 18 2,8 150 1,8 710 30,2 80 0,4 68 67 79 79 67 15 12 14 12 4 4	0,8 0,8	0,8 0,8	0,8 0,8	0,8 0,8 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5	0,8 0,8 5 5 150 3,4 3,2 19,0 118 1,3 0,0 7 <td>0,8 0,8 0,8 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5</td> <td>0,8 0,8 0,8 5 5 6 7 79 67 79 67 79 67 79 67 79 67 79 67 79 67 79 67 79 67 79 67 79 67 79 67 79 67 79 67 79 67 79 67 79 67 79 150 3,4 3,2 19,0 118 1,3 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0</td> <td>0,8</td> <td>0.8</td> <td>0.8</td>	0,8 0,8 0,8 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5	0,8 0,8 0,8 5 5 6 7 79 67 79 67 79 67 79 67 79 67 79 67 79 67 79 67 79 67 79 67 79 67 79 67 79 67 79 67 79 67 79 67 79 67 79 150 3,4 3,2 19,0 118 1,3 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0	0,8	0.8	0.8

Суп картофельный с крупой и рыбными консервам Пермь	и №63-20	01,	200/40	6,0	7,5	14,7	150	5,8	0,1	0,0	0,1	10,8	41,5	16,7	0,6
консервы рыбные в собственном соку или с добавлением масла	41	40													
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 перловая	8	8													
или овсяная, или рисовая	4	4													
или хлопья "Геркулес"	6,5	6,5													
морковь до 01.0120%	10	8													
c 01.01 - 25%	11	8													
лук репчатый	10	8													
масло сливочное	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	21,5	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				3,4	5,3	18,1	134	7,3	0,1	0,3	0,4	29,9	55,1	27,1	0,8

капуста белокочанная свежая	216	173													
морковь до 01.0120%	3,8	3													
c 01.01 - 25%	4	3													
лук репчатый	7	6													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	8	8													
мука пшеничная	1,7	1,7													
сахар	1,1	1,1													
масло растительное	4	4													
Компот из изюма + Витамин "С" №638-2004		•	150	0,3	0,0	21,5	87	0,0	0,0	0,5	0,0	0,5	2,5	0,0	0,1
изюм	15	15													
сахар	13	13													
Хлеб пшеничный	60	60	60	4,9	0,8	21,7	114	0,0	0,1	0,0	0,0	19,8	130,8	37,2	2,5
или хлеб витаминизированный			60												
Хлеб ржаной	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			250	16,3	17,1	33,1	352	1,7	0,0	0,0	0,1	135,7	196,1	7,7	0,3
Колобки творожные запеченные со сгущенным мол технологическая карта)	юком (те	хноко-	80/20	16,2	17,1	17,9	290	0,5	0,0	0,0	0,1	130,2	189,8	4,8	0,1
творог	69	68													
крупа манная	3,7	3,7													
яйцо куриное	12,3	12,3													
сахар	4	4													
мука пшеничная	6	6													
масло сливочное для смазки листа	2	2													
масса готовых изделий		80													
молоко сгущенное с сахаром	20	20													
Кисель из свежих ягод + Витамин С, №590-1996			150	0,1	0,0	15,2	61	1,2	0,0	0,0	0,0	5,5	6,3	2,9	0,2

21,2	20													
3	3													
15	15													
		600	14,8	20,4	59,9	482	13,9	0,1	0,4	1,8	74,3	136,1	29,4	3,6
		80	0,9	3,6	3,3	49	5,9	0,0	0,0	1,1	19,2	36,5	11,9	0,4
116	110													
11	9													
11	9													
4	4													
004	ı	70	8,9	13,1	1,1	158	0,0	0,0	0,3	0,0	13,2	24,5	0,0	0,1
41	40													
	30													
10	10													
1,5	1,5													
20	20													
1,5	1,5													
		100	3,6	3,5	24,7	145	0,0	0,1	0,1	0,7	10,3	31,7	5,7	0,6
35	35													
4	4													
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
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
			4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
207	200	200	4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
				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
	3 15 116 11 11 4 2004 41 10 1,5 20 1,5 35 4 200 20	3 3 15 15 15 15 116 110 11 9 11 9 4 4 4 2004 20 20 1,5 1,5 1,5 35 4 4 200 200 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 2	3 3 600 600 80 116 110 11 9 11 9 4 4 40 30 10 10 1,5 1,5 20 20 1,5 1,5 20 20 1,5 1,5 100 35 35 4 4 200 200 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20	3 3 600 14,8 600 14,8 80 0,9 116 110	3 3	3 3	3 3 3 600 14,8 20,4 59,9 482 80 0,9 3,6 3,3 49 116 110	3 3 15 15	3 3 3	3 3 3	3 3 15 15	3 3 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15	3 3 3 15 15 15 600 14,8 20,4 59,9 482 13,9 0,1 0,4 1,8 74,3 136,1 80 0,9 3,6 3,3 49 5,9 0,0 0,0 1,1 19,2 36,5 116 110	3 3 3 15 15 15 600 14,8 20,4 59,9 482 13,9 0,1 0,4 1,8 74,3 136,1 29,4 80 0,9 3,6 3,3 49 5,9 0,0 0,0 1,1 19,2 36,5 11,9 116 110

итого:				84,2	95,7	299	2393	56,8	0,9	1,6	5,7	834,5	1258,3	246,2	13,9
Соотношение белков:жиров:	углевод	ов		1	1	4									
				10) дені	b									
Danier - Liver Carron - Monace - Liver - Monace - Liver - Live	F=====================================	U	Масса	Энер	гетическа	я ценності	ь (ккал)		Витами	1ны, мг			Минера	пы, мг	
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	порции	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК			550	18,2	24,8	51,4	498	1,3	0,1	1,1	1,0	437,3	364,7	33,4	2,1
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	96		180	5,5	6,6	17,4	147	0,5	0,0	0,0	0,3	108,4	89,6	6,2	0,3
молоко питьевое	170	170													
или молоко концентрированное	78	78													
или молоко сухое	20	20													
вода кипяченая для концентрированного молока	92	92													
вода кипяченая для сухого молока	150	150													
макаронные изделия	15	15													
масло сливочное	3	3													
сахар	3	3													
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			150	0,1	0,0	13,2	53	0,6	0,0	0,0	0,0	1,8	0,1	0,4	0,1
чай - заварка	0,2	0,2													
сахар	12	12													
номил	5														
Хлеб ржаной	·					4,4	20	0,0	0,0	0,0	0,0	1,8	8,7	1,9	0,3
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							116	6,0	0,0	0,0	0,0	22,0	18,0	6,0	1,3

Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, Москва	140	140	140	0,1	0,0	8,1	33	6,0	0,0	0,0	0,0	22,0	18,0	6,0	1,3
Кондитерское изделие промышленного производстряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)	гва (пече	нье,	18	1,8	2,1	14,2	83	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД			684	35,5	29,8	101,6	817	12,9	0,4	0,1	3,8	124,5	383,1	100,6	6,7
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													
Рассольник с мясом, со сметаной №130-2004			200/10/5	4,5	5,3	15,1	126	5,1	0,1	0,0	0,2	17,5	62,4	20,5	1,0
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													
морковь до 01.0120%	10,0	8													
c 01.01 - 25%	11	8													
лук репчатый	10	8													
огурцы солёные (без уксуса)	22	12													
масло сливочное	4	4													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Рыба запечённая с маслом №310-1996			50/5	20,6	16,1	2,8	239	0,4	0,1	0,0	3,1	11,1	70,9	8,4	0,1
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	77	57													

или горбуша потрошенная с головой (филе с кожей	86	60													
без костей) или горбуша неразделанная (филе с кожей без															
костей)	103	60													
или ряпушка неразделанная	70	60													
или треска потрошеная обезглавленая (филе с кожей без костей)	79	60													
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	98	60													
мука пшеничная	3	3													
масло растительное	2	2													
масло сливочное	5	5													
Пюре картофельное №520-2004			130	2,6	3,3	16,7	107	1,9	0,1	0,0	0,3	30,9	67,3	22,5	0,8
картофель - 01.0931.10 25%	146	110													
01.1131.1230%	157	110													
01.01-29.02 - 35%	169	110													
01.03 - 40%	184	110													
молоко питьевое	20	20													
или молоко концентрированное	9	9													
или молоко сухое	2	2													
вода кипяченая для концентрированного молока	11	11													
вода кипяченая для сухого молока	18	18													
масло сливочное	4	4													
Компот из свежих плодов + Витамин "С" №585-1996	;	<u>I</u>	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													
		<u> </u>	<u> </u>	<u>. </u>									<u> </u>		

сахар	20	20													
Хлеб пшеничный	60	60	60	4,9	0,8	21,7	114	0,0	0,1	0,0	0,0	19,8	130,8	37,2	2,5
или хлеб витаминизированный			60												
Хлеб ржаной	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			250	9,2	9,9	59,7	365	1,1	0,2	0,4	11,4	271,1	312,1	30,7	1,5
Коржик молочный №287-2001, Пермь			50	2,5	4,2	24,6	146	0,0	0,0	0,4	1,0	23,5	43,3	5,6	0,2
мука пшеничная	27	27													
мука пшеничная на подпыл	1,5	1,5													
сахар	14	14													
яйцо куриное	2	2													
масло сливочное	7	7													
натрий двууглекислый	0,4	0,4													
молоко питьевое	5	5													
яйцо куриное для смазки изделия	1	1													
ванилин	0,005	0,005													
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2													
Молоко питьевое кипяченое 2,5 % №260-2004	210	200	200	5,5	5,6	10,0	112	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, Москва			130	1,2	0,1	25,1	107	0,0	0,1	0,0	10,4	36,4	54,6	0,8	1,0
ужин			570	11,7	21,3	63,4	492	10,2	0,3	0,1	1,8	222,4	310,1	95,9	4,1
Помидоры свежие №71-2006, Москва			40	0,3	0,1	1,7	9	3,0	0,0	0,0	0,9	1,7	0,0	0,4	0,1
помидоры свежие парниковые	41	40													
или помидоры свежие грунтовые	47	40													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Клецки с мясом №475-2004			80	3,5	9,9	12,1	152	6,8	0,2	0,0	0,5	14,9	19,4	14,9	0,3
говядина 1 категории	34	25													

или говядина полуфабрикат	30	25													
или фарш промышленного производства	25	25													
картофель - 01.0931.10 25%	109	82													
01.1131.1230%	117	82													
01.01-29.02 - 35%	126	82													
01.03 - 40%	137	82													
молоко питьевое или вода питьевая	16	2													
лук репчатый	1,2	1													
мука пшеничная	5	5													
масло сливочное	2	2													
сметана	4	4													
Каша гречневая вязкая №302-2004			100	2,4	7,5	13,5	131	0,0	0,0	0,0	0,4	5,7	71,1	37,0	1,7
крупа гречневая	25	25													
вода питьевая	81	81													
масло сливочное	7	7													
Чай с молоком №630-1996			150	2,1	3,2	16,5	103	0,4	0,0	0,0	0,0	186,6	136,8	21,2	0,2
чай - заварка	0,2	0,2													
сахар	15	15													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
Хлеб пшеничный	30	30	30	2,5	0,4	10,8	57	0,0	0,1	0,0	0,0	9,9	65,4	18,6	1,3
или хлеб витаминизированный			30												
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6

сонник				4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, биопростокваша и т.д. №645-1996	207	200	200	4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
					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:				80,7	92,0	316	2409	33	1	2	18	1277	1586	297	16
Соотношение белков:жиров:у	/глевод	ов		1	1	4									
				11	день										•
Tanana Managaran	F		Масса	Энер	гетическая	я ценност	ь (ккал)		Витами	1ны, мг			Минера	пы, мг	
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	порции	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК			550	11,4	16,1	72,6	481	2,5	0,2	0,1	0,7	346,3	267,7	23,2	0,7
Бутерброд с джемом или повидлом с маслом №1,2	-2004		20/15/5	1,9	3,1	26,7	142	0,6	0,1	0,1	0,6	8,2	19,7	5,6	0,5
хлеб пшеничный	20	20													
масло сливочное	5	5													
джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, консервантов и красителей)	15,4	15													
Каша "Янтарная" жидкая, с маслом (№305-2004)			160	5,5	7,3	25,8	191	1,2	0,0	0,0	0,1	161,1	114,3	17,6	0,2
крупа пшено	32	32													
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													
масса каши		125													
сироп:															
сахар	4	4													
вода питьевая	19	19													

масса сиропа		23													
	0.4														
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	24	21													
масса припущенных яблок с сиропом		36													
масло сливочное	5	5													
Какао с молоком №642-1996			150	4,0	5,7	20,1	148	0,7	0,0	0,0	0,0	177,0	133,7	0,0	0,1
какао - порошок	2	2													
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				1,9	2,1	24,8	126	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, 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
Кондитерское изделие промышленного производст пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)	ва (пече	нье,	18	1,8	2,1	14,2	83	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД			630	30,0	33,9	96,8	812	62,8	0,5	0,1	4,3	162,3	415,5	122,9	7,7
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													
Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и сме			200/10/5	5,1	5,7	8,3	105	10,7	0,1	0,0	0,2	31,2	52,4	17,5	0,8
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
капуста белокочанная свежая	53	42													
картофель - 01.0931.10 25%	32	24													
01.1131.1230%	34	24													
01.01-29.02 - 35%	37	24													
01.03 - 40%	40	24													
морковь до 01.0120%	10	8													
c 01.01 - 25%	11	8													
лук репчатый	10	8													
масло сливочное	4	4													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Котлеты особые из птицы с маслом №520 -1997			50/5	11,6	15,6	2,8	198	0,0	0,0	0,0	0,9	35,2	51,6	1,7	0,2
курица потрошеная 1 категории (мякоть без кожи)	90	39													
или филе куриное	41	39													
или фарш промышленного производства	39	39													
хлеб пшеничный	9	9													
вода или молоко питьевое	8	8													
сухари	3	3													
яйцо куриное	6	6													
масло растительное для смазки листа	2	2													

масло сливочное	5	5													
Кабачки припущенные №524-2004			130	3,3	6,5	5,1	92	18,1	0,1	0,0	0,3	27,3	98,4	32,9	0,1
кабачки	235	158													
масло сливочное	10	10													
мука пшеничная	2	2													
					или										
Овощи припущенные №524-2004			130	4,0	7,1	12,0	128	7,6	0,2	0,0	0,4	29,1	100,3	39,4	1,1
картофель - 01.0931.10 25%	61	46													
01.1131.1230%	66	46													
01.01-29.02 - 35%	71	46													
01.03 - 40%	77	46													
горошек зеленый консервированный	77	50													
морковь до 01.0120%	44	35													
c 01.01 - 25%	47	35													
лук репчатый	21	18													
масло сливочное	10	10													
мука пшеничная	2	2													
Компот из кураги + Витамин "С" №638-2004			150	0,8	0,0	21,3	88	0,2	0,0	0,0	0,5	16,0	14,1	12,8	0,4
курага	15	15													
сахар	13	13													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, Москва			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	60	60	60	4,9	0,8	21,7	114	0,0	0,1	0,0	0,0	19,8	130,8	37,2	2,5
или хлеб витаминизированный			60												
Хлеб ржаной	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			260	4,0	7,0	65,6	341	2,5	0,1	0,0	10,5	67,6	95,0	3,4	2,2

Пицца вегетарианская (технико-технологическая ка	рта)		60	2,7	6,8	20,4	153	0,7	0,0	0,0	0,0	22,9	31,3	2,6	0,4
масса теста		35													
мука пшеничная	30	30													
сахар	1,8	1,8													
масло сливочное	1,2	1,2													
вода или молоко питьевое	11	11													
яйцо куриное	2,1	2,1													
дрожжи прессованные	0,6	0,6													
или дрожжи сухие	0,15	0,15													
соль йодированная	0,2	0,2													
масса начинки		36													
помидоры свежие грунтовые	30,6	30													
или помидоры свежие парниковые	35,4	30													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	1,2	1,2													
сыр	7	6													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, Москва			130	1,2	0,1	25,1	107	0,0	0,1	0,0	10,4	36,4	54,6	0,8	1,0
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													
сахар	15	15													
ужин			600	20,9	23,2	45,1	473	14,9	0,3	0,0	22,2	36,1	210,2	55,2	1,5
Овощи консервированные без уксуса (огурцы) №101-2001	91	50	50	0,3	0,1	1,1	7	7,4	0,0	0,0	0,2	4,1	7,7	5,9	0,3

Говядина духовая "Летняя" (технико-технологичес	кая карта)	200	19,5	22,9	22,4	374	6,5	0,3	0,0	21,9	24,1	184,0	44,9	0,5
говядина 1 категории	107	79													
или говядина полуфабрикат	93	79													
масса готового мяса		50													
масло растительное	6	6													
картофель - 01.0931.10 25%	148	111													
01.1131.1230%	159	111													
01.01-29.02 - 35%	171	111													
01.03 - 40%	185	111													
морковь до 01.0120%	25	20													
c 01.01 - 25%	27	20													
лук репчатый	8	7													
помидоры свежие парниковые	13	13													
или помидоры свежие грунтовые	15	13													
мука пшеничная	1,3	1,3													
зелень свежая (петрушка, укроп)	4	3													
Зеленый чай с сахаром №686-2004			150	0,2	0,0	12,9	52	1,1	0,0	0,0	0,0	4,2	1,1	0,7	0,1
чай - заварка	0,2	0,2													
сахар	12	12													
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
сонник				4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, биопростокваша и т.д. №645-1996	207	200	200	4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
		ī	ī	1	или				T	ī	•	ī	ī		
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:				72,5	86,3	322	2355	92	1	0	38	840	1212	243	14

Соотношение белков:жиров:	/глевод	ов		1	1	4									
				12	2 ден	Ь									
				Энер	гетическа	я ценност	ь (ккал)		_						
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	_					Витамі	ины, мг			Минерал	пы, мг	
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК			470	14,3	17,0	61,0	454	1,3	0,1	0,0	0,5	285,3	363,0	43,5	1,1
Бутерброд горячий с сыром №10-2004			40	3,5	6,8	13,8	130	0,0	0,0	0,0	0,4	62,8	50,0	6,0	0,3
масло сливочное	5	5													
сыр	16	15													
хлеб пшеничный	20	20													
Суп молочный с крупой №162-1996		•	180	7,5	7,3	19,1	172	0,8	0,0	0,0	0,1	39,6	122,0	12,6	0,3
молоко питьевое	190	190													
или молоко концентрированное	87	87													
или молоко сухое	23	23													
вода кипяченая для концентрированного молока	103	103													
вода кипяченая для сухого молока	167	167													
крупа рисовая, или манная, или кукурузная	10	10													
или ячневая, или гречневая	14	14													
масло сливочное	3	3													
сахар	3	3													
Йогурт молочный в индивидуальной упаковке для	детского	питания	100	2,2	2,7	5,0	53	0,5	0,0	0,0	0,0	180,0	178,0	22,0	0,0
Чай с сахаром №685-2004			150	0,4	0,0	16,5	68	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0	0,0	0,0
чай - заварка	0,2	0,2													
сахар	15	15													
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

ВТОРОЙ ЗАВТРАК				4,6	2,3	49,0	126	0,0	0,1	0,0	14,4	50,4	75,6	1,1	1,4
Кондитерское изделие промышленного производст пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)	ва (пече	нье,	18	1,8	2,1	14,2	83	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, Москва	200	200	200	0,1	0,0	10,6	43	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
ОБЕД			830	29,6	21,7	124,6	812	87,7	0,7	0,1	16,7	212,9	558,1	129,2	9,0
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													
Уха ростовская №119-2006, Москва			200/20	6,4	6,2	12,6	132	3,1	0,2	0,0	0,9	20,3	109,9	26,2	0,6
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	32	24													
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	24														
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	24														
или треска потрошеная обезглавленая (филе без кожи и костей)	и горбуша неразделанная (филе без кожи и костей) 44 24 или треска потрошеная обезглавленая (филе без 33														
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе без кожи и костей)	44	24													
картофель - 01.0931.10 25%	80	60													
01.1131.1230%	86	60													
01.01-29.02 - 35%	92	60													
01.03 - 40%	100	60													
лук репчатый	12	10													
помидоры свежие парниковые 17 17															
или помидоры свежие грунтовые	17														
масло сливочное															
зелень свежая (петрушка, укроп)	масло сливочное 4 4 зелень свежая (петрушка, укроп) 1,4 1														
Говядина, тушёная с капустой № 440-2004	, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,					16,0	240	27,7	0,1	0,0	0,5	90,0	172,2	44,3	2,7

					1	1		1							
говядина 1 категории	107	79													
или говядина полуфабрикат	93	79													
масса тушеного мяса		50													
лук репчатый	18	15													
капуста белокочанная свежая	210	168													
масло растительное	6	6													
морковь до 01.0120%	12,5	10													
c 01.01 - 25%	13,3	10													
лук репчатый	10	8													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	5	5													
мука пшеничная	1,5	1,5													
Отвар из плодов шиповника №705-2004			150	0,2	0,1	20,1	82	49,0	0,0	0,0	0,9	7,2	1,9	1,9	0,2
шиповник	15	15													
сахар	15	15													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, Москва			180	2,8	0,2	34,8	152	0,0	0,1	0,0	14,4	50,4	75,6	1,1	1,4
Хлеб пшеничный	60	60	60	4,9	0,8	21,7	114	0,0	0,1	0,0	0,0	19,8	130,8	37,2	2,5
или хлеб витаминизированный			60												
Хлеб ржаной	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		•	300	5,3	9,5	62,8	358	6,5	0,1	0,2	0,8	34,6	58,8	12,4	0,5
Булочка дорожная №470-2004			50	4,3	9,2	39,5	258	0,8	0,1	0,1	0,7	25,7	49,3	8,2	0,0
тесто															
мука пшеничная	31	31													
мука пшеничная на подпыл	1	1													
сахар	5	5													
масло сливочное	7	7													

Кисель из свежих ягод + Витамин С, №590-1996 Клюква, или брусника, или смородина 21,2 20 Крахмал 3 3 3					1											
Соль йодированная 0.3 0.3 0.3 0.3 0.3 0.3 0.3 0.3 0.3 0.3	дрожжи прессованные	0,8	0,8													
молоко питьевое 15 15 15 15	или дрожжи сухие	0,2	0,2													
Кисель из свежих ягод + Витамин С, №590-1996 150 0,1 0,0 15,2 61 1,2 0,0 0,0 0,0 5,5 6,3 2,9 0,2	соль йодированная	0,3	0,3													
мука пшеничная 1 1 1	молоко питьевое	15	15													
маспо сливочное 1 1 1 1	крошка															
масло сливочное для смазки изделия 1 1 1	мука пшеничная	1	1													
масло растительное для смазки листа 0,2 0,2 0,2 0,0 0,0 0,0 0,1 0,1 3,4 3,2 1,3 0,3 Кисель из свежие в ассортименте №458-2006, Москва 100 0,9 0,3 8,1 39 4,5 0,0 0,1 0,1 3,4 3,2 1,3 0,3 Кисель из свежих ягод + Витамин С, №590-1996 150 0,1 0,0 15,2 61 1,2 0,0 0,0 0,0 5,5 6,3 2,9 0,2 клюква, или брусника, или смородина 21,2 20	масло сливочное	1	1													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, Москва 100 0,9 0,3 8,1 39 4,5 0,0 0,1 0,1 3,4 3,2 1,3 0,3 Кисель из свежих ягод + Витамин С, №590-1996 150 0,1 0,0 15,2 61 1,2 0,0 0,0 0,0 5,5 6,3 2,9 0,2 клюква, или брусника, или смородина 21,2 20	масло сливочное для смазки изделия	1	1													
Кисель из свежих ягод + Витамин С, №590-1996 Клюква, или брусника, или смородина крахмал сахар 15 150 0,1 0,0 15,2 61 1,2 0,0 0,0 0,0 5,5 6,3 2,9 0,2 Клюква, или брусника, или смородина крахмал 3 3 3 Сахар 15 15 20 20 41,4 456 6,1 0,4 0,2 2,7 71,2 209,4 65,5 3,6 3,8 3,5 1,7 54 4,4 0,0 0,1 0,1 9,3 2,4 20,0 0,3 Помидоры свежие парниковые 34 33 Помидоры свежие парниковые 34 33 Кальмар мороженый обезглавленый (филе) с кожицей или кальмар мороженый (тушка) с кожицей 46 41 или кальмар мороженый (тушка) с кожицей масса отварных кальмаров 21 лук зеленый 8 6 или лук репчатый 7,1 6	масло растительное для смазки листа	0,2	0,2													
клюква, или брусника, или смородина 21,2 20 кражмал 3 3 3 5 5 15 5 5 3,6 6 6 5 5 5 3,6 6 5 5 5 3,6 6 5 5 5 3,6 6 5 5 5 3,6 6 5 5 5 3,6 6 5 5 5 3,6 6 5 5 5 3,6 6 5 5 5 3,6 6 5 5 5 3,6 6 5 5 5 3,6 6 5 5 5 3,6 6 5 5 5 5 3,6 6 5 5 5 5 3,6 6 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5	Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, Москва			100	0,9	0,3	8,1	39	4,5	0,0	0,1	0,1	3,4	3,2	1,3	0,3
крахмал 3 3 3	Кисель из свежих ягод + Витамин С, №590-1996			150	0,1	0,0	15,2	61	1,2	0,0	0,0	0,0	5,5	6,3	2,9	0,2
Сахар 15 15 УЖИН 590 20,9 23,0 41,4 456 6,1 0,4 0,2 2,7 71,2 209,4 65,5 3,6 Салат из кальмаров с помидорами и луком №222-2006, Сборник рецептур национальных блюд 60 3,8 3,5 1,7 54 4,4 0,0 0,1 0,1 9,3 2,4 20,0 0,3 Помидоры свежие грунтовые или помидоры свежие грунтовые кальмар мороженый обезглавленный (филе) с кожицей кальмар мороженый (тушка) с кожицей тушка) с кожицей тушка	клюква, или брусника, или смородина	21,2	20													
УЖИН 590 20,9 23,0 41,4 456 6,1 0,4 0,2 2,7 71,2 209,4 65,5 3,6 Салат из кальмаров с помидорами и луком №222-2006, Сборник рецептур национальных блюд 60 3,8 3,5 1,7 54 4,4 0,0 0,1 0,1 9,3 2,4 20,0 0,3 Помидоры свежие парниковые или помидоры свежие грунтовые за кальмар мороженый обезглавленный (филе) с кожицей были кальмар мороженый (тушка) с кожицей были кальмар мороженый 8 6 6 41 6 6 6 6 6 7 7 7 7 209,4 65,5 3,6 3,6 3,6 3,6 3,6 3,6 3,6 3,6 3,6 3,7 3,7 3,6	крахмал	3	3													
Салат из кальмаров с помидорами и луком №222-2006, Сборник рецептур национальных блюд 60 3,8 3,5 1,7 54 4,4 0,0 0,1 9,3 2,4 20,0 0,3 помидоры свежие парниковые или помидоры свежие грунтовые за или помидоры свежие грунтовые кальмар мороженый обезглавленный (филе) с кожицей кожицей кожицей базы по кожицей базы	сахар	15	15													
рецептур национальных блюд помидоры свежие парниковые 34 33 или помидоры свежие грунтовые 39 33 кальмар мороженый обезглавленный (филе) с кожицей 59 45 масса отварных кальмаров 21 лук зеленый 8 6 или лук репчатый 7,1 6	Ужин		•	590	20,9	23,0	41,4	456	6,1	0,4	0,2	2,7	71,2	209,4	65,5	3,6
помидоры свежие парниковые 34 33 3		006, Сбор	ник	60	3,8	3,5	1,7	54	4,4	0,0	0,1	0,1	9,3	2,4	20,0	0,3
кальмар мороженый обезглавленный (филе) с кожицей 46 41 или кальмар мороженый (тушка) с кожицей 59 45 масса отварных кальмаров 21 лук зеленый 8 6 или лук репчатый 7,1 6		34	33													
кожицей 40 41 или кальмар мороженый (тушка) с кожицей 59 45 масса отварных кальмаров 21 лук зеленый 8 6 или лук репчатый 7,1 6	или помидоры свежие грунтовые	39	33													
или кальмар мороженый (тушка) с кожицей 59 45 <td< td=""><td></td><td>46</td><td>41</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></td<>		46	41													
лук зеленый 8 6 или лук репчатый 7,1 6		59	45													
или лук репчатый 7,1 6	масса отварных кальмаров		21													
	лук зеленый	8	6													
	или лук репчатый	7,1	6													
масло растительное 3 3 3	масло растительное	3	3													
зелень свежая (петрушка, укроп) 1,4 1	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	21,5	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			100	2,8	3,8	11,6	92	1,6	0,1	0,1	0,2	27,0	58,1	20,2	0,7
картофель - 01.0931.10 25%	133	100													
01.1131.1230%	143	100													
01.01-29.02 - 35%	154	100													
01.03 - 40%	167	100													
масло сливочное	4	4													
Фито-чай с сахаром №627-1996			150	0,1	0	15,5	62	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
фито-чай для детей (с мятой или душицей или ромашкой или липой или др.)	0,4	0,4													
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
СОННИК				4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, биопростокваша и т.д. №645-1996	207	200	200	4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
World Control of the					или										
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	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:	итого:						2328	103	1	0	35	854	1463	282	16

Соотношение белков:жиров:у	/глевод	ов		1	1	4									
				13	дені	Ь			_						
				Энер	гетическа	я ценност	ь (ккал)								
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Fa	Жиры, г	V	211		витам	ины, мг			Минерал	лы, мг	
				ьелки, г	жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК			520	23,5	24,7	42,4	487	1,8	0,1	0,4	0,4	254,6	294,0	21,3	0,4
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 (техни	іко-	120/20	18,5	14,1	13,4	255	0,5	0,0	0,0	0,1	130,2	189,8	4,8	0,1
мак	12	12													
вода питьевая	12	12													
сахар	9	9													
мука пшеничная	8	8													
творог	93	92													
яйцо куриное	3,7	3,7													
сухари	4,6	4,6													
сметана	3,7	3,7													
масло сливочное для смазки листа	2,3	2,3													
масса готовой запеканки		120													
молоко сгущенное с сахаром	20	20													
Кофейный напиток №253-2004, Пермь		-	150	3,4	3,2	19,0	118	1,3	0,0	0,0	0,0	118,0	88,2	13,7	0,1
кофейный напиток	7	7													
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				1,9	2,1	24,8	126	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Сок промышленного производства для детского	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
питания в ассортименте №407-2006, Москва Кондитерское изделие промышленного производст			18	1,8	2,1	14,2	83	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)								-						·	-
ОБЕД			600	23,4	34,3	113,7	857	79,2	0,3	0,6	4,2	112,0	284,0	63,5	5,9
Салат "Лето" (технико-технологическая карта)		1	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			200/10/5	4,5	5,1	11,3	109	5,8	0,0	0,0	0,2	27,1	51,4	19,8	1,0
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
свекла до 01.01 -20%	40	32													
c 01.01 - 25%	43	32													

капуста белокочанная свежая 20 16														
капуста белокочанная свежая 20 16 картофель - 01.0931.10 25% 11 8														
l	8													
	8													
2	8													
3	8													
	8													
3	17													
)	8													
ı	8													
)	8													
	6													
	4													
4	2,4													
	5													
4	1													
2004		50/5	7,1	20,1	0,0	209	0,0	0,0	0,0	0,3	9,5	22,3	0,0	0,1
	50													
	5													
		100	3,6	3,5	24,7	145	0,0	0,1	0,1	0,7	10,3	31,7	5,7	0,6
5	35													
	4													
		150	0,3	0,0	21,5	87	0,0	0,0	0,5	0,0	0,5	2,5	0,0	0,1
5	15													
3	13	_							_		_			
		200	1,8	0,7	22,2	102	11,1	0,0	0,0	0,2	17,8	12,2	0,0	0,0
	1 2 3 3 8 8 0 1 1 0 4	1 8 8 8 8 8 8 8 17 0 8 8 1 8 8 0 8 6 6 8 4 4 1 2004 1 50 5 5 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15	1 8 2 8 3 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8	1 8 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9	1 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8	1 8	1 8	1 8	1	1 8	1 8 8 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9	1 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8	1	1 8 8 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9

Хлеб пшеничный	55	55	55	4,5	0,8	19,9	104	0,0	0,1	0,0	0,0	18,2	119,9	34,1	2,3
или хлеб витаминизированный			55												
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
полдник			260	5,9	6,7	64,5	342	10,9	0,0	0,0	0,0	59,4	65,8	12,1	2,2
Пирожок сдобный печенный с ягодным фаршем (т технологическая карта)	ехнико-		60	5,5	6,7	42,4	252	2,9	0,0	0,0	0,0	31,4	39,8	4,1	0,2
масса теста		50													
мука пшеничная	31	31													
мука пшеничная на подпыл	1,2	1,2													
сахар	3,6	3,6													
соль йодированная	0,2	0,2													
масло сливочное	5	5													
яйцо куриное	3	3													
дрожжи прессованные	1,2	1,2													
или дрожжи сухие	0,3	0,3													
молоко питьевое	8	8													
для начинки															
вишня, или малина, или клубника	26	22													
сахар	5	5													
крупа манная	1,8	1,8													
яйцо куриное для смазки изделия	1,2	1,2													
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2													
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, Москва	200	200	200	0,4	0,0	22,1	90	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
Ужин			560	22,4	22,9	47,5	486	22,1	0,2	0,2	5,0	230,2	340,4	65,6	1,7
Рыба "Орли" (технико-технологическая карта)			80	17,0	14,6	4,3	217	0,1	0,2	0,0	4,5	20,0	126,4	14,4	0,2
горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	143	95													

		•													
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	173	95													
или треска потрошеная обезглавленая (филе с кожей без костей)	124	95													
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	155	95													
мука пшеничная	6	6													
сметана	3,5	3,5													
масло растительное	2,5	2,5													
масса запеченной рыбы		80													
сметана	9,5	9,5													
мука пшеничная	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	0,4	0,3													
Рис припущенный с кукурузой (технико-технологич	еская ка	рта)	130	2,4	4,9	18,0	126	21,7	0,0	0,1	0,5	20,0	59,8	26,2	0,7
крупа рисовая	39	39													
масло сливочное	7	7													
кукуруза консервированная	50	30													
Чай с молоком №630-1996			150	2,1	3,2	16,5	103	0,4	0,0	0,0	0,0	186,6	136,8	21,2	0,2
чай - заварка	0,2	0,2													
сахар	15	15													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
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
сонник				4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, биопростокваша и т.д. №645-1996	207	200	200	4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2

					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:				81,4	94,7	310	2419	124	1	1	10	884	1208	200	13
Соотношение белков:жиров:у	/глевод	ов		1	1	4									
				14	день	•									
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса	Энер	гетическая	я ценності	- (ккал)		Витамі	ины, мг			Минера	пы, мг	
прием пищи, наименование олюда, на рецептуры	Брупо, г	116110,1	порции	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг рет.экв.	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК			535	20,4	30,4	36,7	503	1,7	0,2	0,4	0,5	510,7	496,7	80,8	1,9
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	16	15	15	6,5	11,1	0,0	126	0,1	0,0	0,0	0,0	162,0	87,0	0,0	0,0
Хлеб пшеничный				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)					7,1	20,4	175	0,8	0,1	0,0	0,5	181,3	202,4	50,1	0,9
крупа овсяная	32	32													
молоко питьевое	137	137													
или молоко концентрированное	63	63													
или молоко сухое	16	16													
вода кипяченая для концентрированного молока	74	74													
вода кипяченая для сухого молока	121	121													
сахар	3	3													
соль йодированная 0,7 0,7															
масло сливочное	5														
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	150	150	4,8	4,7	9,0	97	0,8	0,0	0,0	0,0	158,4	160,7	18,3	0,1	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	ВТОРОЙ ЗАВТРАК					24,8	126	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, Москва	200	0,1	0,0	10,6	43	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	нье,	18	1,8	2,1	14,2	83	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД			750	26,2	36,0	107,8	860	49,5	0,5	0,2	3,4	78,6	361,6	109,5	8,1
Салат из свежих помидоров №19-2004			60	0,3	3,1	2,6	40	13,2	0,0	0,1	0,2	2,7	5,1	0,6	0,2
помидоры свежие парниковые	51	50													
или помидоры свежие грунтовые	59	50													
лук зеленый	11,3	9													
или лук репчатый	10,7	9													
масло растительное	3	3													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Суп по-домашнему с мясопродуктами и сметаной (т технологическая карта)	ехнико-		200/10/10/5	7,5	7,3	14,4	153	6,3	0,1	0,0	0,2	13,3	64,3	21,7	1,0
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
масса отварного мяса в супе		10													
мясные деликатесы (колбаса вареная, или колбаса полукопченая, или сосиски, или сардельки для детского питания)	11	10													
масса мясопродуктов в супе		10													
картофель - 01.0931.10 25%	64	48													
01.1131.1230%	69	48													
01.01-29.02 - 35%	74	48													
01.03 - 40%	80	48													
морковь до 01.0120%	15	12													
c 01.01 - 25%	16	12													
лук репчатый	14	12													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	2	2													
масло сливочное	4	4													

сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Ежики из говядины с рисом и маслом №174-2004, Пермь			75/5	8,9	18,1	11,2	243	0,0	0,1	0,1	1,2	13,6	65,0	14,2	1,5
говядина 1 категории	65	48													
или говядина полуфабрикат	57	48													
или фарш промышленного производства	48	48													
крупа рисовая	6,5	6,5													
молоко питьевое или вода питьевая	7,5	7,5													
масса готового рассыпчатого риса		19													
лук репчатый	27	23													
масло сливочное	3,5	3,5													
масса прогретого с маслом сливочным лука		11													
мука пшеничная	4,6	4,6													
масло растительное для смазки листа	2,5	2,5													
масло сливочное на полив	5	5													
Рагу из овощей №215-1996			150	2,5	6,3	14,9	126	28,4	0,1	0,0	1,7	15,2	57,6	24,8	0,9
картофель - 01.0931.10 25%	27	20													
01.1131.1230%	29	20													
01.01-29.02 - 35%	31	20													
01.03 - 40%	33	20													
капуста белокочанная свежая	56	45													
или кабачки	67	45													
или баклажаны	45	43													
морковь до 01.0120%	38	30													
c 01.01 - 25%	40	30													

						I		I							
лук репчатый	12	10													
масло растительное	4	4													
для соуса томатного (№587-2004)		33													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	5	5													
мука пшеничная	1,5	1,5													
морковь до 01.0120%	7,5	6													
c 01.01 - 25%	8	6													
лук репчатый	1,2	1													
масло сливочное	2	2													
Компот из свежих плодов + Витамин "С" №585-1996	;	•	200	0,2	0,0	25,6	103	1,6	0,0	0,0	0,1	6,8	4,1	3,4	0,9
яблоки свежие	45,4	40													
или груши свежие	44	40													
или слива или персик свежие или нектарины	44	40													
или абрикосы свежие	46	40													
или черешня или вишня свежие	42	40													
сахар	20	20													
Хлеб пшеничный	60	60	60	4,9	0,8	21,7	114	0,0	0,1	0,0	0,0	19,8	130,8	37,2	2,5
или хлеб витаминизированный		<u>I</u>	60												
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			250	11,4	6,0	61,1	344	7,9	0,1	0,2	0,2	34,3	94,0	12,0	1,0
Кулебяка с рыбой №699; 716-1996			70	9,9	5,5	28,1	202	0,0	0,1	0,1	0,0	22,5	81,8	10,0	0,0
масса теста		42													
мука пшеничная	27	27												_	
мука пшеничная на подпыл	1,1	1,1													
дрожжи прессованные	0,7	0,7													
				-											

0,18	0,18													
2	2													
0,4	0,4													
1,1	1,1													
11	11													
	35													
51	38													
57	38													
69	38													
52	38													
70	38													
0,2	0,2													
6	5													
3	3													
0,3	0,3													
	3,5													
1,1	1,1													
0,7	0,7													
		180	0,1	0,1	20,8	84	1,1	0,0	0,0	0,1	6,7	7,4	0,0	0,5
18	18													
5	5													
12	12													
укты свежие в ассортименте №458-2006, Москва					12,2	58	6,8	0,0	0,1	0,1	5,1	4,8	2,0	0,5
УЖИН					47,1	498	10,0	0,2	0,3	1,9	66,6	273,5	34,3	4,0
з пекинской капусты (технико-технологическая карта)					1,9	52	6,2	0,0	0,2	1,3	11,7	22,1	4,2	0,7
	1,1 11 51 57 69 52 70 0,2 6 3 0,3 1,1 0,7	1,1 1,1 11 11 35 38 57 38 69 38 52 38 70 38 0,2 0,2 6 5 3 3 0,3 0,3 3,5 1,1 1,1 1,1 0,7 0,7 18 18 5 5 12 12	1,1 1,1 1,1 1,1 1,1 35 51 38 57 38 69 38 52 38 70 38 0,2 0,2 6 5 3 3 3 0,3 3,5 1,1 1,1 1,1 0,7 0,7 0,7 180 18 18 18 5 5 12 12 150 600	1,1 1,1 11 11 11 11 35 38 57 38 38 69 38 38 70 38 38 0,2 0,2 38 0,2 0,2 38 0,3 3 3 0,3 0,3 3 1,1 1,1 1 0,7 0,7 180 0,1 18 18 5 5 12 12 150 1,4 600 19,2	1,1 1,1 11 <	1,1 1,1 1 11 11 11 35 38 38 57 38 38 69 38 38 70 38 38 0,2 0,2 40 6 5 40 3 3 40 3,5 40 40 1,1 1,1 40 1,1 1,1 40 1,1 1,1 40 1,1 1,1 40 1,1 1,1 40 1,1 1,1 40 1,1 1,1 40 1,1 1,1 40 1,1 1,1 40 1,1 1,1 40 1,1 1,1 40 1,1 1,1 40 1,1 1,1 40 1,1 1,1 40 1,1 1,1 40 1,1 1,1 40 1,1 1,1 40 1,1	1,1 1,1 11 <	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1

1 1 1 1 1 1 1 1 1 1																
мил отурцы свежкие грунтовые 10,5 10	капуста пекинская (китайская)	29	20													
вящо куриное 20 20 0	огурцы свежие парниковые	10,2	10													
масло растительное 3 3 3 3	или огурцы свежие грунтовые	10,5	10													
зелень свежая (петрушка, укроп) 1,4 1 1 20 14,9 21,5 20,7 336 2,7 0,1 0,1 0,5 42,3 196,0 15,2 2,1 14,9 21,5 20,7 336 2,7 0,1 0,1 0,5 42,3 196,0 15,2 2,1 14,9 21,5 20,7 336 2,7 0,1 0,1 0,5 42,3 196,0 15,2 2,1 14,9 21,5 20,7 336 2,7 0,1 0,1 0,5 42,3 196,0 15,2 2,1 14,9 21,5 20,7 336 2,7 0,1 0,1 0,5 42,3 196,0 15,2 2,1 14,9 21,5 20,7 336 2,7 0,1 0,1 0,5 42,3 196,0 15,2 2,1 14,9 21,5 20,7 336 2,7 0,1 0,1 0,5 42,3 196,0 15,2 2,1 14,9 21,5 20,7 336 2,7 0,1 0,1 0,5 42,3 196,0 15,2 2,1 14,9 21,5 20,7 336 2,7 0,1 0,1 0,5 42,3 196,0 15,2 2,1 14,9 21,5 20,7 336 2,7 0,1 0,1 0,5 42,3 196,0 15,2 2,1 14,9 21,5 20,7 336 2,7 0,1 0,1 0,5 42,3 196,0 15,2 2,1 14,9 21,5 20,7 336 2,7 0,1 0,1 0,5 42,3 196,0 15,2 2,1 14,9 21,5 20,7 336 2,7 0,1 0,1 0,5 42,3 196,0 15,2 2,1 14,9 21,5 20,7 336 2,7 0,1 0,1 0,5 42,3 196,0 15,2 2,1 14,9 21,5 20,7 336 2,7 0,1 0,1 0,5 42,3 196,0 15,2 2,1 14,9 21,5 20,7 336 2,7 0,1 0,1 0,5 42,3 196,0 15,2 2,1 14,9 21,5 20,7 336 2,7 0,1 0,1 0,5 42,3 196,0 15,2 2,1 14,9 21,5 20,7 336 2,7 0,1 0,1 0,5 42,3 196,0 15,2 2,1 14,9 21,5 20,7 336 2,7 0,1 0,1 0,5 42,3 196,0 15,2 2,1 14,9 21,5 20,7 336 2,7 0,1 0,1 1,0 1,5 20,1 14,9 21,5 20,7 336 2,7 0,1 0,1 1,0 1,5 20,1 14,9 20,1	яйцо куриное	20	20													
Курица, запечённяя с картофелем в сметанном соусе (Технико- Технологическая карта) 200 14,9 21,5 20,7 336 2,7 0,1 0,5 42,3 198,0 15,2 2,1 Курица потрошеная 1 категории 65 58 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 9 9 8 9 9 9 9 9 15,2 2,1 2,1 9 9 15,2 2,1 2,1 9 9 15,2 2,1 9 9 15,2 2,1 9 9 15,2 2,1 9 14,9 21,5 20,7 336 2,7 0,1 0,1 0,5 42,3 198,0 15,2 2,1 1 </td <td>масло растительное</td> <td>3</td> <td>3</td> <td></td>	масло растительное	3	3													
Технологическая карта) ———————————————————————————————————	зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
курицы потрошеная 1 категории 65 58		се (Техни	ко-	200	14,9	21,5	20,7	336	2,7	0,1	0,1	0,5	42,3	198,0	15,2	2,1
масса запеченной курицы (порционные куссчки) или филе куриное промышленного производства 52 50 масса запеченного филе 40 масло растительное 3 3 картофель - 01.0931.10 25% 223 168 01.1131.1230% 240 168 01.01-29.02 - 35% 259 168 01.03 - 40% 281 168 масло растительное 5 5 соус сметанный: 32 сметана 11 11 мука пшеничная 1,6 1,6 вода питьевая 21 21 масло сливочное 1,6 1,6		65	58													
масса запеченной курицы (порционные куссчки) 40 или филе куриное промышленного производства 52 50 масса запеченного филе 40 масло растительное 3 3 3 картофель - 01.09 - 31.10 - 25% 223 168 01.11 - 31.12 - 30% 240 168 01.01 - 29.02 - 35% 259 168 01.03 - 40% 281 168 масло сливочное 5 5 соус сметанный: 32 сметана 11 11 мука пшеничная 1,6 1,6 1,6 вода питьевая 21 21 масло сливочное 1,6 1,6 1,6	или окорочок куриный	61	58													
или филе куриное промышленного производства 52 50 масса запеченного филе 40 ————————————————————————————————————	или грудка куриная	61	58													
масла запеченного филе 40 масло растительное 3 картофель - 01.0931.10 25% 223 168 01.1131.1230% 240 168 01.01-29.02 - 35% 259 259 168 01.03 - 40% 281 168 0 масло сливочное 5 5 5 соус сметанный: 32 сметана 11 11 11 мука пшеничная 1,6 1,6 1,6 масло сливочное 1,6 1,6 1,6	масса запеченной курицы (порционные кусочки)		40													
масло растительное 3 3 3	или филе куриное промышленного производства	52	50													
картофель - 01.0931.10 25% 223 168	масса запеченного филе		40													
01.1131.1230% 240 168 01.01-29.02 - 35% 259 168 01.03 - 40% 281 168 масло сливочное 5 5 соус сметанный: 32 сметана 11 11 мука пшеничная 1,6 1,6 вода питьевая 21 21 масло сливочное 1,6 1,6	масло растительное	3	3													
01.01-29.02 - 35% 259 168 01.03 - 40% 281 168 масло сливочное 5 5 соус сметанный: 32 сметана 11 11 мука пшеничная 1,6 1,6 вода питьевая 21 21 масло сливочное 1,6 1,6	картофель - 01.0931.10 25%	223	168													
01.03 - 40% 281 168 масло сливочное 5 5 соус сметанный: 32 сметана 11 11 мука пшеничная 1,6 1,6 вода питьевая 21 21 масло сливочное 1,6 1,6	01.1131.1230%	240	168													
масло сливочное 5 5 соус сметанный: 32 сметана 11 11 мука пшеничная 1,6 1,6 вода питьевая 21 21 масло сливочное 1,6 1,6	01.01-29.02 - 35%	259	168													
соус сметанный: 32 сметана 11 11 мука пшеничная 1,6 1,6 вода питьевая 21 21 масло сливочное 1,6 1,6	01.03 - 40%	281	168													
сметана 11 11 11	масло сливочное	5	5													
мука пшеничная 1,6 1,6 1,6 Вода питьевая 21 21 Вода питьевая 21 1,6 1,6 Вода питьевая 21 21 21 Вода питьевая 21 21 21 Вода питьевая 21 21 21 Вода	соус сметанный:		32													
вода питьевая 21 21	сметана	11	11													
масло сливочное 1,6 1,6	мука пшеничная	1,6	1,6													
	вода питьевая	21	21													
Зеленый чай с сахаром №686-2004	масло сливочное	1,6	1,6													
	Зеленый чай с сахаром №686-2004			150	0,2	0,0	12,9	52	1,1	0,0	0,0	0,0	4,2	1,1	0,7	0,1

чай - заварка	0,2	0,2													
сахар	12	12													
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	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
сонник				4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, биопростокваша и т.д. №645-1996	207	200	200	4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
					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:				83,4	104	295	2453	79	1	1	6	918	1450	275	17
Соотношение белков:жиров:у	/глевод	ов		1	1	4									
				15	день	,									
No.	Масса	Энер	гетическая	я ценності	ь (ккал)		Витами	1ны, мг			Минера	лы, мг			
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	порции	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг рет.экв.	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК			550	15,8	19,3	61,5	482	2,1	0,2	0,3	1,1	320,8	286,4	46,6	1,1
Бутерброд горячий с сыром №10-2004			40	3,5	6,8	13,8	130	0,0	0,0	0,0	0,4	62,8	50,0	6,0	0,3
масло сливочное	5	5													
сыр	16	15													
хлеб пшеничный	20	20													
Каша рисовая жидкая, с маслом №311-2004			160	8,2	8,3	31,0	232	0,3	0,0	0,0	0,1	150,1	134,8	26,8	0,4
крупа рисовая	20	20													
сахар	3	3													
молоко питьевое	150	150													
или молоко концентрированное	69	69													
или молоко сухое	18	18													

вода кипяченая для концентрированного молока	81	81													
вода кипяченая для сухого молока	132	132													
масло сливочное	5	5													
Какао с молоком сгущенным №250-2004, Пермь			150	3,6	4,1	12,4	100	1,8	0,1	0,2	0,5	106,1	92,9	11,9	0,1
какао - порошок	2	2													
сахар	2	2													
молоко сгущенное с сахаром	30	30													
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				1,9	2,1	24,8	126	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, 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
Кондитерское изделие промышленного производст пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)	гва (пече	нье,	18	1,8	2,1	14,2	83	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД				31,7	32,6	93,4	794	22,8	0,4	0,6	2,7	144,4	493,3	101,1	7,8
цо 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
Салат зеленый с огурцами №14-2004			60	0,5	3,0	2,6	39	15,4	0,0	0,0	1,1	26,5	16,3	2,5	1,0
капуста пекинская (китайская)	36	25													
огурцы свежие парниковые	34	33													
или огурцы свежие грунтовые	35	33													
масло растительное	3	3													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Суп рыбный с картофелем №1.88а-1995, Картотека питания	блюд леч	ебного	200/40	6,8	7,1	8,9	127	6,1	0,1	0,0	0,2	11,4	43,7	17,5	0,6
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)		49													
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)		48													
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	87	48													
или треска потрошеная обезглавленая (филе без кожи и костей)	65	48													
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе без кожи и костей)	89	48													

картофель - 01.0931.10 25%	106	80													
01.1131.1230%	114	80													
01.01-29.02 - 35%	123	80													
01.03 - 40%	134	80													
лук репчатый	10	8													
масло сливочное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Котлетки "Детские" из птицы с маслом (технико - те карта)	хнологич	еская	60/5	11,0	14,0	4,2	187	1,2	0,1	0,0	0,3	28,8	95,0	12,6	0,9
курица потрошеная 1 категории (мякоть без кожи)	104	45													
или филе куриное промышленного производства	47	45													
или фарш промышленного производства	45	45													
морковь до 01.0120%	10	8													
c 01.01 - 25%	10,6	8													
капуста свежая белокочанная	23	18													
масса припущенных овощей		24													
яйцо куриное	4,5	4,5													
сухари	4,5	4,5													
сыр	4	3													
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5													
масло сливочное	5	5													
Каша пшеничная вязкая №302-2004			100	1,6	2,8	23,4	125	0,0	0,0	0,0	0,5	22,1	105,3	14,3	0,8
крупа пшеничная	25	25													
вода питьевая	80	80													
масло сливочное	4	4													
Компот из сухофруктов + Витамин "С" №638-2004			150	0,4	0,0	19,2	78	0,1	0,0	0,0	0,3	11,0	9,3	7,1	0,2

сухофрукты	15	15													
caxap	13	13													
Хлеб пшеничный	60	60	60	4,9	0,8	21,7	114	0,0	0,1	0,0	0,0	19,8	130,8	37,2	2,5
или хлеб витаминизированный	00	00	60	4,5	0,0	21,7	114	0,0	0,1	0,0	0,0	13,0	130,0	37, <u>z</u>	2,0
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			230	12,9	12,7	52,7	377	9,9	0,1	0,1	0,1	196,9	199,2	24,5	0,8
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, Москва			200	1,8	0,5	16,2	77	9,0	0,0	0,1	0,1	6,8	6,4	2,6	0,6
Мучное пряничное изделие промышленного произв	водства		50	6,1	7,2	27,5	199	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Молоко питьевое кипяченое 2,5 % №260-2004	186	180	180	5,0	5,0	9,0	101	0,9	0,1	0,0	0,0	190,1	192,8	21,9	0,2
ужин			600	22,4	16,3	55,4	457	9,2	0,3	0,1	2,5	68,3	269,9	62,4	3,2
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													
Шницель рыбный натуральный с соусом сметанны	м №391,6	500-2004	60/20	16,0	12,2	4,7	193	0,8	0,2	0,1	0,4	19,7	124,1	17,4	0,4
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	70	52													
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	78	52													
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	95	52													
или треска потрошеная обезглавленая (филе без кожи и костей)	68	52													
лук репчатый	11	9													
вода или молоко питьевые	4,5	4,5													
яйцо куриное	5,5	5,5													
сухари	4	4													
масло растительное	3,5	3,5													
соус сметанный:	_	20													

сметана	10	10													
мука пшеничная	1	1													
вода питьевая	10	10													
масло сливочное	1	1													
Пюре картофельное №520-2004		<u>I</u>	130	2,6	3,3	16,7	107	1,9	0,1	0,0	0,3	30,9	67,3	22,5	0,8
картофель - 01.0931.10 25%	146	110													
01.1131.1230%	157	110													
01.01-29.02 - 35%	169	110													
01.03 - 40%	184	110													
молоко питьевое	20	20													
или молоко концентрированное	9	9													
или молоко сухое	2	2													
вода кипяченая для концентрированного молока	11	11													
вода кипяченая для сухого молока	18	18													
масло сливочное	4	4													
Чай с лимоном №686-2004			150	0,1	0,0	13,2	53	0,6	0,0	0,0	0,0	1,8	0,1	0,4	0,1
чай - заварка	0,2	0,2													
сахар	12	12													
номил	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	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				4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, биопростокваша и т.д. №645-1996	207	200	200	4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
					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:		88,8	87,0	305	2358	54	1	1	6	958	1473	273	15		
Соотношение белков:жиров:	/глевод	ов		1	1	4									

16 день

The state of the s	_		Масса	Энер	гетическая	ценності	ь (ккал)		Витамі	ины, мг			Минерал	пы, мг	
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	порции	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК			500	15,2	17,8	59,8	461	1,8	0,2	0,5	0,9	377,1	384,8	50,8	0,9
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													
Суфле творожное со сгущенным молоком №365-20	04		150/20	10,2	7,2	30,8	229	0,5	0,1	0,1	0,6	252,7	280,6	34,3	0,6
творог	108	107													
сметана	16	16													
яйцо куриное	7	7													
сахар	10	10													
мука пшеничная	11	11													
молоко питьевое	19	19													
масло сливочное	1	1													
масса готового суфле		150													
молоко сгущенное с сахаром	20	20													
Кофейный напиток №253-2004, Пермь			150	3,4	3,2	19,0	118	1,3	0,0	0,0	0,0	118,0	88,2	13,7	0,1
кофейный напиток	7	7													
сахар	15	15													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													

Кондитерское изделие промышленного производства (конфеты вафельные, зефир, мармелад, пастила) ———————————————————————————————————				I	1	I			1		I				I	
ВОДА БИЛЯЧЕННАЯ ДЛЯ СУХОГО МОЛОКОВ ВТОРОЙ ЗАВТРАК 4,6 2,2 20,8 121 6,8 0,0 0,1 0,1 5,1 4,8 2,0 0,5 Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, Москва Кондитерское изделие промышленного производства (конфеты верельные, зафир, мармелад, пастига) ВО 0,7 4,0 5,1 8,8 6,6 6,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0	или молоко сухое	12	12													
ВТОРОЙ ЗАВТРАК 4,6 2,2 20,8 121 6,8 0,0 0,1 0,1 5,1 4,8 2,0 0,5 Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, Москва 150 1,8 0,4 12,2 59 6,8 0,0 0,1 0,1 5,1 4,8 2,0 0,5 Кондитерское каделие промышленного производства (конфеты 80 33,5 34,9 95,1 829 39,8 0,4 37,0 5,6 84,4 531,0 128,4 9,9 Сапат 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 01.01-20% 35 28 С 01.01-25% 37 28 Перец свежий 16 12 Помидоры свежие парниковые 33 32 Помидоры свежие парниковые 33 32 Пук регматый 5 4 Пимон для сога 10 4 4 Пимон для сога 4 4 4 Волень свежае поттительное 4 4 4 Волень свежае поттительное 34 4 4 Волень свежае поттительное 35 29 26 Курица потрошеная 1 категории (мякоть бев кожи) 29 26 Картила помидоры на пренижная 14 14 14 Мука пшеничная 14 подпыл 11 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, Москва 150 1,8 0,4 12,2 59 8,8 0,0 0,1 5,1 4,8 2,0 0,5 Кондитерское издалие промышленного производства (конфеты вафольные, зефир, мармелад, пастила) 18 2,8 1,8 8,6 62 0,0	вода кипяченая для сухого молока	88	88													
Кондитерское изделие промышленного производства (конфеты вафельные, зефир, мармелад, пастила) ОБЕД 690 33,5 34,9 95,1 829 39,8 0,4 37,0 5,6 84,4 531,0 128,4 9,9 Салат венгерский (технико-технологическая карта) 80 0,7 4,0 5,4 60 37,5 0,0 0,0 0,0 2,3 20,5 35,4 6,6 1,3 морковь до 01.01-25% 37 28	ВТОРОЙ ЗАВТРАК				4,6	2,2	20,8	121	6,8	0,0	0,1	0,1	5,1	4,8	2,0	0,5
вафельные, зефир, мармелад, пастила) 690 33,5 34,9 95,1 829 39,8 0,4 37,0 5,6 84,4 531,0 128,4 9,9 Салат венгерский (технико-технологическая карта) 80 0,7 4,0 5,4 60 37,5 0,0 0,0 0,0 2,3 20,5 35,4 6,6 1,3 морковь до 01.01-20% 35 28	Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, Москва			150	1,8	0,4	12,2	59	6,8	0,0	0,1	0,1	5,1	4,8	2,0	0,5
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 01.01-20% 35 28	Кондитерское изделие промышленного производст вафельные, зефир, мармелад, пастила)	ва (конф	еты	18	2,8	1,8	8,6	62	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
морковь до 01.01-20% 35 28	ОБЕД			690	33,5	34,9	95,1	829	39,8	0,4	37,0	5,6	84,4	531,0	128,4	9,9
с 01.01 - 25% 37 28	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
перец свежий 16 12	морковь до 01.0120%	35	28													
помидоры свежие парниковые 33 32	c 01.01 - 25%	37	28													
или помидоры свежие грунтовые 38 32	перец свежий	16	12													
лук репчатый 5 4	помидоры свежие парниковые	33	32													
лимон для сока 10 4	или помидоры свежие грунтовые	38	32													
сахар 0,4 0,6 0,1 36,9 0,4 13,3 51,8 9,5 0,6 0,6 0,1 36,9 0,4 13,3 51,8 9,5 0,6 0,6 0,1 36,9 0,4 13,3 51,8 9,5 0,6 0,6 0,1 36,9 0,4 13,3 51,8 9,5 0,6 0,6 0,1 36,9 0,4 13,3 51,8 9,5 0,6 0,6 0,1 36,9 0,4 13,3 51,8 9,5 0,6 0,6 0,1 36,9 0,4 13,3 51,8 9,5 0,6 0,6 0,1 36,9 0,4 13,3 51,8 9,5 0,6 0,6 0,9 0,4 13,3 51,8 9,5 0,6 0,6 0,9 0,4 13,3 51,8 0,6 0,6 0,9 0,4 <td>лук репчатый</td> <td>5</td> <td>4</td> <td></td>	лук репчатый	5	4													
масло растительное 4 4 4	лимон для сока	10	4													
зелень свежая (петрушка, укроп) 1,4 1 200/10 4,5 7,9 12,9 141 0,6 0,1 36,9 0,4 13,3 51,8 9,5 0,6 курица потрошеная 1 категории (мякоть без кожи) 29 26	сахар	0,4	0,4													
Суп-лапша домашняя, с курой (№148-2004) 200/10 4,5 7,9 12,9 141 0,6 0,1 36,9 0,4 13,3 51,8 9,5 0,6 курица потрошеная 1 категории (мякоть без кожи) 29 26 Лапша домашняя №549-2004 Мука пшеничная 14 14 Мука пшеничная на подпыл 1 1 1	масло растительное	4	4													
курица потрошеная 1 категории (мякоть без кожи) 29 26	зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
лапша домашняя №549-2004 16	Суп-лапша домашняя, с курой (№148-2004)			200/10	4,5	7,9	12,9	141	0,6	0,1	36,9	0,4	13,3	51,8	9,5	0,6
мука пшеничная 14 14 14	курица потрошеная 1 категории (мякоть без кожи)	29	26													
мука пшеничная на подпыл 1 1 1	лапша домашняя №549-2004		16													
яйцо куриное 4 4 4 В Вода питьевая 2,8 2,8 2,8 2,8 2,8 2,8 2,8 2,8 2,8 2,8 2,8	мука пшеничная	14	14													
вода питьевая 2,8 2,8	мука пшеничная на подпыл	1	1													
	яйцо куриное	4	4													
соль йодированная 0,4 0,4	вода питьевая	2,8	2,8													
	соль йодированная	0,4	0,4													

или лапша промышленного производства	16	16													
морковь до 01.0120%	10,0	8													
c 01.01 - 25%	11	8													
лук репчатый	10	8													
масло сливочное	4	4													
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		•	100	2,4	7,5	13,5	131	0,0	0,0	0,0	0,4	5,7	71,1	37,0	1,7
крупа гречневая	25	25													
вода питьевая	81	81													
масло сливочное	7	7													
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	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
полдник			250	3,0	4,5	71,8	339	14,8	0,0	0,1	0,1	33,1	30,8	10,0	2,5

Мучное изделие промышленного производства			50	1,1	4,1	49,0	237	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, Москва	200	200	200	0,1	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, Москва			150	1,8	0,4	12,2	59	6,8	0,0	0,1	0,1	5,1	4,8	2,0	0,5
ужин			570	20,6	23,1	45,0	470	7,6	0,4	0,6	2,9	83,1	305,5	69,5	4,6
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			50	10,0	11,1	4,1	156	0,1	0,2	0,0	2,3	29,2	112,3	20,3	1,9
говядина 1 категории	78	57													
или говядина полуфабрикат	67	57													
или фарш промышленного производства	57	57													
вода или молоко питьевое	2,5	2,5													
чеснок свежий	0,6	0,5													
яйцо куриное	2,5	2,5													
сухари	6	6													
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5													
Кабачки припущенные №524-2004			130	3,3	6,5	5,1	92	18,1	0,1	0,0	0,3	27,3	98,4	32,9	0,1
кабачки	235	158													
масло сливочное	10	10													
мука пшеничная	2	2													
				1	или										
Овощи припущенные №524-2004			130	4,0	7,1	12,0	128	7,6	0,2	0,0	0,4	29,1	100,3	39,4	1,1
картофель - 01.0931.10 25%	61	46													
01.1131.1230%	66	46													
01.01-29.02 - 35%	71	46													
01.03 - 40%	77	46													
горошек зеленый консервированный	77	50													
морковь до 01.0120%	44	35													

15,5 13,1 17,2 17,2 12,0 310	62 61 122,0 122	0,0 0,0 1,8 1,8	0,0 0,0 0,0 0,0	0,0 0,0 0,0 0,0	0,0 0,0 0,0 0,0	0,0 5,4 200,0 200,0	0,0 26,1 198,0 198,0	0,0 5,7 30,0 30,0	0,0 0,8 0,2 0,2
13,1 17,2 17,2	61 122,0 122	0,0 1,8 1,8	0,0 0,0 0,0	0,0	0,0	5,4 200,0 200,0	26,1 198,0	5,7	0,8
13,1 17,2 17,2	61 122,0 122	0,0 1,8 1,8	0,0 0,0 0,0	0,0	0,0	5,4 200,0 200,0	26,1 198,0	5,7	0,8
13,1 17,2 17,2	61 122,0 122	0,0 1,8 1,8	0,0 0,0 0,0	0,0	0,0	5,4 200,0 200,0	26,1 198,0	5,7	0,8
13,1 17,2 17,2	61 122,0 122	0,0 1,8 1,8	0,0 0,0 0,0	0,0	0,0	5,4 200,0 200,0	26,1 198,0	5,7	0,8
17,2 17,2	122,0	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
17,2 17,2	122,0	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
17,2 17,2	122,0	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0			
12,0				1		<u> </u>	198,0	30,0	0,2
	129	1,0	0,1	0.0	0.0			1	
	129	1,0	0,1	0.0	0.0			1	
210				0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
310	2342	72	1	38	10	783	1455	291	19
4									
ценност	ь (ккал)		Витамі	ины, мг			Минера	лы, мг	
Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
77,9	489	1,3	0,3	0,2	0,9	372,9	408,9	92,7	3,3
26,7	142	0,6	0,1	0,1	0,6	8,2	19,7	5,6	0,5
23,1	186	0,3	0,1	0,1	0,2	169,7	200,1	51,6	1,5
	ценності Угл. г 77,9 26,7	ценность (ккал) Угл. г ЭЦ, ккал 77,9 489 26,7 142	ценность (ккал) Угл. г ЭЦ, ккал С 77,9 489 1,3 26,7 142 0,6	ценность (ккал) Витамі Угл. г ЭЦ, ккал С В1 77,9 489 1,3 0,3 26,7 142 0,6 0,1	ценность (ккал) Угл. г ЭЦ, ккал С В1 А, мкг рет.экв. 77,9 489 1,3 0,3 0,2 26,7 142 0,6 0,1 0,1	ценность (ккал) Угл. г ЭЦ, ккал С В1 А, мкг рет.экв. Е 77,9 489 1,3 0,3 0,2 0,9 26,7 142 0,6 0,1 0,1 0,6	ценность (ккал) Угл. г ЭЦ, ккал С В1 А, мкг рет.экв. Е Кальций 77,9 489 1,3 0,3 0,2 0,9 372,9 26,7 142 0,6 0,1 0,1 0,6 8,2	ценность (ккал) Витамины, мг Минера Угл. г ЭЦ, ккал С В1 А, мкг рет.экв. Е Кальций Фосфор 77,9 489 1,3 0,3 0,2 0,9 372,9 408,9 26,7 142 0,6 0,1 0,1 0,6 8,2 19,7	ценность (ккал) Витамины, мг Минералы, мг Угл. г ЭЦ, ккал С В1 А, мкг рет.экв. Е Кальций Фосфор Магний 77,9 489 1,3 0,3 0,2 0,9 372,9 408,9 92,7 26,7 142 0,6 0,1 0,1 0,6 8,2 19,7 5,6

					1					,				
9	9													
3	3													
0,8	0,8													
132	132													
61	61													
16	16													
71	71													
116	116													
5	5													
		150	2,1	3,2	16,5	103	0,4	0,0	0,0	0,0	186,6	136,8	21,2	0,2
0,2	0,2													
15	15													
100	100													
46	46													
12	12													
54	54													
88	88													
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
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												
и хлеб витаминизированный <i>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</i>					20,8	121	6,8	0,0	0,1	0,1	5,1	4,8	2,0	0,5
рукты свежие в ассортименте №458-2006, Москва						59	6,8	0,0	0,1	0,1	5,1	4,8	2,0	0,5
ондитерское изделие промышленного производства (конфеты афельные, зефир, мармелад, пастила)						62	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		649	25,9	24,1	121,1	804,6	10,3	0,6	0,7	18,4	161,7	390,1	89,2	6,3
		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
	3 0,8 132 61 16 71 116 5 0,2 15 100 46 12 54 88 10 20	3 3 0,8 0,8 132 132 61 61 16 16 71 71 116 116 5 5 0,2 0,2 15 15 100 100 46 46 12 12 54 54 88 88 10 10 20 20	3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3	3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3	3 3 0,8 0,8 132 132 132 132 136 161 61 61 16 71 71 71 116 116 5 5 5 150 2,1 3,2 0,2 0,2 15 15 15 15 15 100 100 46 46 46 12 12 12 54 54 54 88 88 10 10 10 10 0,5 0,1 20 20 20 1,6 0,3 18 0,4 18 (конфеты 18 2,8 1,8 649 25,9 24,1	3 3 <	3 3 3 0,8 0,8 132 132 132 132 134 135 136 146 156 166 167 171 71 116 116 15 5 5 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15	3 3 0,8 0,8 132 132 132 132 134 135 136 137 137 138 138 138 138 138 138 138 138 138 138	3 3 0,8 0,8 132 132 132 136 1 16 16 16 16 171 71 116 116 5 5 5 15 15 15 15 100 100 100 100 100 1	3 3 3 0.8 0.8 1 132 132 132 1 161 16 16 16 16 171 71 116 116 16 16 171 171	3 3 3	3 3 3	3 3 3	3 3 3

огурцы свежие парниковые	82	80													
или огурцы свежие грунтовые	84	80													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
масло растительное	4	4													
Суп из овощей с мясом №135 - 2004		•	200/10	3,0	3,3	8,02	74	3,6	0,1	0,1	0,2	1,2	11,1	14,3	0,2
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
картофель - 01.0931.10 25%	53	40													
01.1131.1230%	57	40													
01.01-29.02 - 35%	62	40													
01.03 - 40%	67	40													
морковь до 01.0120%	20	16													
c 01.01 - 25%	21	16													
лук репчатый	10	8													
горошек зеленый консервированный	23	15													
масло сливочное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Котлеты из кальмаров и рыбы с маслом №353-1996	;		50/5	9,0	9,9	2,1	133	0,4	0,1	0,0	1,8	10,4	57,4	5,7	0,1
кальмар мороженый обезглавленный (филе) с кожицей	33	30													
или кальмар мороженый (тушка) с кожицей	42	32,5													
масса отварных кальмаров		16													
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	34	25													
или горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	36	25													
или горбуша неразделанная (филе с кожей без костей)	43	25													
хлеб пшеничный	19	19													

вода или молоко питьевые	12	12													
яйцо куриное	6,5	6,5													
сухари	4,5	4,5													
масло растительное для смазки листа	2,5	2,5													
масло сливочное	5	5													
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 изюма + Витамин "С" №638-2004			150	0,3	0,0	21,5	87	0,0	0,0	0,5	0,0	0,5	2,5	0,0	0,1
мэюм	15	15													
сахар	13	13													
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
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	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
полдник			260	5,9	10,3	57,1	345	8,0	0,0	0,3	0,0	52,5	72,4	15,0	2,5
Булочка Домашняя №769-2004			60	5,5	10,3	35,0	255	0,0	0,0	0,3	0,0	24,5	46,4	7,0	0,5
мука пшеничная	40	40													
сахар	5	5										_			
вода или молоко питьевое	17	17													
масло сливочное	11	11													
яйцо куриное для смазки изделия	1,2	1,2										_			
					_				_	_	_				

				1										1	
соль йодированная	0,4	0,4													
дрожжи прессованные	1	1													
сахар (для отделки)	2	2													
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2													
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, Москва	200	200	200	0,4	0,0	22,1	90	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
ужин		•	550	22,2	27,0	40,9	495	28,3	0,2	0,0	0,5	282,0	278,9	46,2	3,0
Продукт творожный с фруктовым наполнителем длитания промышленного производства (масса тво		ого	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	307117000		200	12,8	13,9	16,0	240	27,7	0,1	0,0	0,5	90,0	172,2	44,3	2,7
говядина 1 категории	107	79													·
или говядина полуфабрикат	93	79													
масса тушенного мяса		50													
лук репчатый	18	15													
капуста белокочанная свежая	210	168													
масло растительное	6	6													
морковь до 01.0120%	13	10													
c 01.01 - 25%	13	10													
лук репчатый	10	8													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	5	5													
мука пшеничная	1,5	1,5													
Чай с сахаром №685-2004			150	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	0,2	0,2													
сахар	15	15													
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
сонник				4,3	4,0	17,2	122,0	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, биопростокваша и т.д. №645-1996	207	200	200	4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2

					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:				74,7	82,1	335	2377	56,5	1,1	1,3	19,8	1074,2	1353,0	275,0	15,7
Соотношение белков:жиров:	углевод	ов		1	1	4									
				18	день										
Monard Mo	F=====================================	U	Масса	Энер	гетическая	і ценності	ь (ккал)		Витамі	ины, мг			Минерал	пы, мг	
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	порции	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК			550	26,1	25,6	39,6	493	4,5	0,2	0,0	2,3	316,8	458,8	55,3	2,7
Бутерброд горячий с сыром №10-2004			40	3,5	6,8	13,8	130	0,0	0,0	0,0	0,4	62,8	50,0	6,0	0,3
масло сливочное	5	5													
сыр	16	15													
хлеб пшеничный	20	20													
Омлет натуральный с маслом №284-1996 (№244-20	06,Москва	a)	160	17,0	14,3	8,1	229	3,7	0,1	0,0	1,9	89,6	213,4	22,0	1,4
яйцо куриное	120	120													
молоко питьевое	45	45													
или молоко концентрированное	21	21													
или молоко сухое	5	5													
вода кипяченая для концентрированного молока	24	24													
вода кипяченая для сухого молока	40	40													
масло растительное	2	2													
масса готового омлета		155													
масло сливочное на полив	5	5													
Молоко питьевое кипяченое 2,5 % №260-2004	158	150	150	4,1	4,2	7,5	84	0,8	0,0	0,0	0,0	158,4	160,7	18,3	0,1
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
Хлеб пшеничный			10	0,8	0,1	3,6	19	0,0	0,0	0,0	0,0	3,3	21,8	6,2	0,4

или хлеб витаминизированный			10												
ВТОРОЙ ЗАВТРАК			•	1,9	2,1	24,8	126	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, 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
Кондитерское изделие промышленного производст пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)	тва (пече	нье,	18	1,8	2,1	14,2	83	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД			645	30,6	29,7	122,0	878	18,7	0,5	0,3	20,0	224,5	428,4	94,6	7,6
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		200/10/5	4,7	4,1	11,5	102	2,0	0,1	0,2	0,2	16,5	63,6	18,7	0,9
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
картофель - 01.0931.10 25%	73	55													
01.1131.1230%	79	55													
01.01-29.02 - 35%	85	55													
01.03 - 40%	92	55													
крупа (перловая, или рисовая)	4	4													
морковь до 01.0120%	10	8													
c 01.01 - 25%	11	8													
лук репчатый	7	6													

								1							
огурцы солёные (без уксуса)	25	14													
масло сливочное	4	4													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
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													
Макаронные изделия отварные №516-2004			100	3,6	3,5	24,7	145	0,0	0,1	0,1	0,7	10,3	31,7	5,7	0,6
макаронные изделия	35	35													
масло сливочное	4	4													
Компот из сухофруктов + Витамин "С" №638-2004			150	0,4	0,0	19,2	78	0,1	0,0	0,0	0,3	11,0	9,3	7,1	0,2
сухофрукты	15	15													
сахар	13	13													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, Москва			180	2,8	0,2	34,8	152	0,0	0,1	0,0	14,4	50,4	75,6	1,1	1,4
Хлеб пшеничный	40	40	40	3,3	0,6	14,4	76	0,0	0,1	0,0	0,0	13,2	87,2	24,8	1,7
или хлеб витаминизированный			40												
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
полдник			300	18,2	10,4	51,8	374	0,7	0,1	0,1	0,5	342,6	327,1	23,4	0,3
Сырники из творога со сгущенным молоком №358-2	2004		130/20	15,3	8,7	30,8	263	0,0	0,0	0,1	0,5	200,0	182,5	7,0	0,1
творог	133	131													
			•	•								•			-

мука пшеничная	17	17													
яйцо куриное	4	4													
сахар	8	8													
масло растительное	3	3													
масса готовых изделий		130													
молоко сгущенное с сахаром	20	20													
Кисель молочный №651-2004			150	2,9	1,7	21,0	111	0,7	0,1	0,0	0,0	142,6	144,6	16,4	0,2
молоко питьевое	135	135													
мука картофельная (крахмал)	7	7													
сахар	12	12													
ужин			595	27,0	16,5	53,8	472	8,8	0,3	0,0	3,5	70,8	245,8	61,8	3,2
Огурцы свежие парниковые №70-2006, г. Москва	61	60	60	0,5	0,1	1,5	9	5,9	0,0	0,0	0,1	13,5	24,7	8,2	0,4
или огурцы свежие грунтовые	63	60													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Рыба запечённая №310-1996			50	20,4	12,5	2,8	205	0,4	0,1	0,0	3,1	11,1	70,9	8,4	0,1
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	77	57													
или горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	86	60													
или горбуша неразделанная (филе с кожей без костей)	103	60													
или ряпушка неразделанная	70	60													
или треска потрошеная обезглавленая (филе с кожей без костей)	79	60													
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	98	60													
мука пшеничная	3	3													
масло растительное	2	2													
Пюре картофельное №520-2004			130	2,6	3,3	16,7	107	1,9	0,1	0,0	0,3	30,9	67,3	22,5	0,8
картофель - 01.0931.10 25%	146	110													

01.1131.1230% 01.01-29.02 - 35% 01.03 - 40% молоко питьевое	169	110													
01.03 - 40% молоко питьевое															
молоко питьевое	184				1	i									
	1	110													
	20	20													
или молоко концентрированное	9	9													
или молоко сухое	2	2													
вода кипяченая для концентрированного молока	11	11													
вода кипяченая для сухого молока	18	18													
масло сливочное	4	4													
Чай с лимоном №686-2004			150	0,1	0,0	13,2	53	0,6	0,0	0,0	0,0	1,8	0,1	0,4	0,1
чай - заварка	0,2	0,2													
сахар	12	12													
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	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
сонник				4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, биопростокваша и т.д. №645-1996	207	200	200	4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
					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:				108,2	88,3	309	2464	42	1	0	26	1183	1684	273	16
Соотношение белков:жиров:	углевод	ов		1	1	4									
				19	день	•									
			Macca	Энер	гетическа	я ценность	ь (ккал)		Витами	1ны, мг			Минера	лы, мг	
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г													

ЗАВТРАК			630	24,3	23,0	44,5	482	1,7	0,2	0,4	0,4	531,1	484,3	77,5	1,9
Бутерброд с маслом №1-2004			20/5	1,4	3,8	10,0	80	0,0	0,0	0,3	0,2	3,6	8,2	1,9	0,1
хлеб пшеничный	20	20													
масло сливочное	5	5													
Каша ячневая жидкая, с маслом №311-2004		•	160	5,3	8,8	21,7	187	0,3	0,1	0,1	0,2	188,6	222,3	57,3	1,7
крупа ячневая	32	32													
сахар	3	3													
соль йодированная	0,8	0,8													
молоко питьевое	135	135													
или молоко концентрированное	62	62													
или молоко сухое	16	16													
вода кипяченая для концентрированного молока	73	73													
вода кипяченая для сухого молока	119	119													
масло сливочное															
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	око питьевое кипяченое 3,2 % № 260-2004 158 150			4,8	4,7	9,0	97	0,8	0,0	0,0	0,0	158,4	160,7	18,3	0,1
Продукт творожный промышленного производства питания (масса творожного продукта конкретизирує фактическому использованию от 100г и выше)		ского	95	12,8	5,7	3,8	118	0,6	0,0	0,0	0,0	180,5	93,1	0,0	0,0
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				4,6	2,2	20,8	121	6,8	0,0	0,1	0,1	5,1	4,8	2,0	0,5
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, Москва			150	1,8	0,4	12,2	59	6,8	0,0	0,1	0,1	5,1	4,8	2,0	0,5
Кондитерское изделие промышленного производствафельные, зефир, мармелад, пастила)	гва (конф	еты	18	2,8	1,8	8,6	62	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД			655	39,4	27,7	98,7	802	24,1	0,4	0,0	7,7	111,2	353,8	80,0	4,1
Помидоры свежие №71-2006, Москва	••				0,2	3,4	17	5,9	0,0	0,0	1,8	3,3	0,0	0,7	0,2
помидоры свежие парниковые	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·														
или помидоры свежие грунтовые	94	80													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Солянка домашняя со сметаной №204-1997		200/1	0/10/5	7,3	5,9	10,0	122	3,4	0,1	0,0	0,9	24,8	124,2	16,2	0,2

говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
масса отварного мяса		10													
колбаса вареная, или полукопченая, или ветчина для детского питания	11	10													
лук репчатый	19	16													
огурцы солёные (без уксуса)	22	12													
картофель - 01.0931.10 25%	64	48													
01.1131.1230%	69	48													
01.01-29.02 - 35%	74	48													
01.03 - 40%	80	48													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	4	4													
масло сливочное	4	4													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Жаркое из птицы №446-1996			200	23,1	19,9	11,4	317	3,5	0,1	0,0	4,2	26,0	55,0	9,4	0,2
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	2	2													
картофель - 01.0931.10 25%	106	80													
01.1131.1230%	114	80													
01.01-29.02 - 35%	123	80													

01.03 - 40%	134	80													
морковь до 01.0120%	50	40													
c 01.01 - 25%	53	40													
лук репчатый	24	20													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	10	10													
масло растительное	5	5													
Компот из кураги + Витамин "С" №638-2004			150	0,8	0,0	21,3	88	0,2	0,0	0,0	0,5	16,0	14,1	12,8	0,4
курага	15	15													
сахар	13	13													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, Москва			200	1,8	0,7	22,2	102	11,1	0,0	0,0	0,2	17,8	12,2	0,0	0,0
Хлеб пшеничный	60	60	60	4,9	0,8	21,7	114	0,0	0,1	0,0	0,0	19,8	130,8	37,2	2,5
или хлеб витаминизированный	·														
Хлеб ржаной	5 ржаной 20 2			0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
полдник			250	1,7	4,5	82,0	375	4,0	0,1	0,0	0,0	40,0	54,0	0,0	0,0
Мучное изделие промышленного производства			50	1,1	4,1	49,0	237	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, Москва	200	200	200	0,6	0,4	33,0	138	4,0	0,1	0,0	0,0	40,0	54,0	0,0	0,0
Ужин		<u>I</u>	570	20,8	26,5	46,4	508	49,4	0,3	5,1	3,6	53,6	302,5	45,4	6,2
Салат из пекинской капусты (технико - технологиче	ская карт	a)	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														
зелень свежая (петрушка, укроп)	масло растительное 5 5 зелень свежая (петрушка, укроп) 1,4 1														
Печень по-деревенски (технико-технологическая к	арта)		50	12,3	12,5	3,5	176	16,5	0,2	4,1	0,3	4,5	157,0	9,0	3,5

печень говяжья	75	62													
лук репчатый	10	8													
мука пшеничная	2,5	2,5													
масло растительное	4	4													
Рис припущенный с овощами (технико-технологиче	еская кар	та)	120	2,5	4,9	18,1	127	19,5	0,0	0,1	0,5	18,0	53,8	23,6	0,7
крупа рисовая	35	35													
масло сливочное	7	7													
морковь до 01.0120%	38	30													
c 01.01 - 25%	40	30													
Зеленый чай с сахаром №686-2004			150	0,2	0,0	12,9	52	1,1	0,0	0,0	0,0	4,2	1,1	0,7	0,1
чай - заварка	0,2	0,2													
сахар	12	12													
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
сонник				4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, биопростокваша и т.д. №645-1996	207	200	200	4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
					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:				95,1	87,8	310	2409	87,7	1,0	5,6	11,8	941,0	1397,3	234,8	12,9
Соотношение белков:жиров:у	/глевод	06		1	1	4									
				20	день	•									
	_		Масса	Энер	гетическая	я ценності	ь (ккал)		Витамі	ины, мг			Минера	пы, мг	
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	порции	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК	3ABTPAK 55						494	2,7	0,2	0,1	0,8	445,0	446,2	66,9	0,9
Бутерброд с джемом или повидлом №2-2004							135	0,6	0,0	0,0	0,4	7,5	19,0	5,4	0,4
хлеб пшеничный	15	15													

джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, консервантов и красителей)	15,4	15													
Запеканка творожная с фруктами со сгущенным мол технологическая карта)	поком (те	хнико-	120/20	10,4	7,7	19,1	187	0,3	0,1	0,1	0,4	139,5	161,0	25,8	0,4
груши свежие (с удаленным семенным гнездом, очищенные от кожицы)	55	38													
масса припущенных груш		30													
или бананы	50	30													
творог	86	84													
мука пшеничная	9	9													
сахар	9	9													
яйцо куриное	10	10													
сухари	5	5													
сметана	4,5	4,5													
масло сливочное для смазки листа	2,5	2,5													
масса готовой запеканки		120													
молоко сгущенное с сахаром	20	20													
Йогурт молочный в индивидуальной упаковке для д	детского	питания	100	2,2	2,7	5,0	53	0,5	0,0	0,0	0,0	180,0	178,0	22,0	0,0
Кофейный напиток №253-2004, Пермь			150	3,4	3,2	19,0	118	1,3	0,0	0,0	0,0	118,0	88,2	13,7	0,1
кофейный напиток	7	7													
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				1,9	2,1	23,4	120	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, Москва	150	150	150	0,1	0,0	9,2	37	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	нье,	18	1,8	2,1	14,2	83	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД			650	29,4	27,5	110,0	805	11,6	0,3	0,1	3,5	135,0	535,2	107,3	7,5
Салат зеленый с огурцами и помидорами №15-2004			80	1,2	4,0	6,3	66	7,1	0,0	0,0	2,3	26,9	31,1	8,2	1,5
капуста пекинская (китайская)	30	21													
огурцы свежие парниковые	33	32													
или огурцы свежие грунтовые	34	32													
помидоры свежие парниковые	27	26													
или помидоры свежие грунтовые	31	26													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Суп из сборных овощей мелкошинкованных с мясо Москва	м №127-2	2006,	200/20	3,6	4,6	14,5	114	2,4	0,1	0,0	0,4	11,5	59,1	7,4	0,1
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
кабачки свежие	33	22													
картофель - 01.0931.10 25%	29	22													
01.1131.1230%	31	22													
01.01-29.02 - 35%	34	22													
01.03 - 40%	37	22													
морковь до 01.0120%	8	6													
c 01.01 - 25%	8	6													
лук репчатый	7	6													
помидоры свежие парниковые	8,2	8													
или помидоры свежие грунтовые	9,4	8													
масло сливочное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													

Курочка ряба - блюдо из птицы с крупой перловой (технико - технологическая карта)	и овощам	и	200	15,6	17,3	23,3	311	0,9	0,0	0,1	0,9	55,7	220,7	29,7	0,9
курица потрошеная 1 категории (мякоть без кожи)	169	73													
или филе куриное промышленного производства	77	73													
масса тушеной мякоти		50													
крупа перловая	37	37													
морковь до 01.0120%	29	23													
c 01.01 - 25%	31	23													
лук репчатый	17	14													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	5	5													
или помидоры свежие парниковые	10,2	10													
или помидоры свежие грунтовые	12	10													
масло сливочное	10	10													
Кисель из свежих ягод + Витамин С, №590-1996			150	0,1	0,0	15,2	61	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	3	3													
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			250	13,1	16,4	42,3	369	11,0	0,1	0,0	0,4	369,0	357,7	43,9	4,8
Манник (технико-технологическая карта)			50	6,5	10,2	14,3	175	0,0	0,0	0,0	0,4	133,8	111,5	17,1	0,0
мука пшеничная	12	12													
сахар	10	10													
крупа манная	12	12													
яйцо куриное															

сметана	11	11													
двууглекислый натрий	0,5	0,5													
масло сливочное	4	4													
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2													
Молоко питьевое кипяченое 2,5 % №260-2004	210	200	200	5,5	5,6	10,0	112	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, Москва			200	1,1	0,6	18,0	82	10,0	0,0	0,0	0,0	24,0	32,0	2,4	4,6
Ужин			590	21,4	21,7	44,8	460	25,8	0,2	0,6	3,3	230,5	391,0	63,4	3,8
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			200	13,4	13,7	19,3	254	25,4	0,2	0,0	3,1	20,9	170,0	34,2	2,2
говядина 1 категории	107	79													
или говядина полуфабрикат	93	79													
масса тушенного мяса		50													
масло растительное	5	5													
картофель - 01.0931.10 25%	116	87													
01.1131.1230%	124	87													
01.01-29.02 - 35%	134	87													
01.03 - 40%	145	87													
морковь до 01.0120%	30	24													
c 01.01 - 25%	32	24													
капуста белокочанная свежая	19	15													
или кабачки	22	15													
или баклажаны	16	15													
лук репчатый	18	15													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	6	6													
мука пшеничная	1,8	1,8													

Чай с молоком №630-1996			150	2,1	3,2	16,5	103	0,4	0,0	0,0	0,0	186,6	136,8	21,2	0,2
чай - заварка	0,2	0,2													
сахар	15	15													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
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
сонник		<u>I</u>		4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, биопростокваша и т.д. №645-1996	207	200	200	4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
					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:				88,3	85,7	311,7	2371	60,9	0,8	0,9	8,1	1407,5	1954,1	319,5	19,2
Соотношение белков:жиров:у	глевод	ов		1	1	4									
				21	день	•									
The same of the sa	F	U	Масса	Энер	гетическа	я ценност	ь (ккал)		Витамі	ины, мг			Минера	пы, мг	
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	порции	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК			550	16,6	26,1	47,3	490	0,9	0,1	0,4	0,1	212,6	264,3	26,9	1,5
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	16	15	15	6,5	11,1	0,0	126	0,1	0,0	0,0	0,0	162,0	87,0	0,0	0,0
Хлеб ржаной	10	0,5	0,1	4,4	20	0,0	0,0	0,0	0,0	1,8	8,7	1,9	0,3		
Хлеб пшеничный	·						38	0,0	0,0	0,0	0,0	6,6	43,6	12,4	0,8
или хлеб витаминизированный			20												
Суп молочный с крупой №162-1996			180	7,5	7,3	19,1	172	0,8	0,0	0,0	0,1	39,6	122,0	12,6	0,3

молоко питьевое	190	190													
или молоко концентрированное	87	87													
или молоко сухое	23	23													
вода кипяченая для концентрированного молока	103	103													
вода кипяченая для сухого молока	167	167													
крупа рисовая, или манная, или кукурузная	10	10													
или ячневая	14	14													
масло сливочное	3	3													
сахар	3	3													
Чай с сахаром №685-2004			150	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	0,2	0,2													
сахар	15	15													
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				1,9	2,1	24,8	126	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, 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
Кондитерское изделие промышленного производст	ва (пече	нье,	18	1,8	2,1	14,2	83	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.) <i>ОБЕД</i>			695	32,6	30,4	97,6	794	17,5	0,6	0,2	4,6	128,4	402,3	105,3	6,9
, , 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	0,4	0,4													
лимон для сока	3,8	1,6													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
,			•	•	•	•		•		•	-			•	

Суп фасолевый с мясом №1.83-1995, Картотека бл питания	юд лечеб	бного	200/10	9,9	4,8	16,3	148	1,8	0,1	0,0	0,5	27,7	98,6	30,6	1,8
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
картофель - 01.0931.10 25%	27	20													
01.1131.1230%	29	20													
01.01-29.02 - 35%	31	20													
01.03 - 40%	33	20													
фасоль	24	24													
или фасоль консервированная в собственном соку	85	51													
лук репчатый	5	4													
морковь до 01.0120%	9	7													
c 01.01 - 25%	9,3	7													
масло сливочное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Горбуша в морковно - сухарной корочке с маслом (технологическая карта)	гехнико -		50/5	12,2	15,6	4,9	209	0,5	0,0	0,1	1,1	10,6	57,8	6,3	0,0
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	5	5													
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		•	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	50	50	50	4,1	0,7	18,1	95	0,0	0,1	0,0	0,0	16,5	109,0	31,0	2,1
или хлеб витаминизированный			50												
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
полдник			260	5,3	10,3	58,4	348	7,3	0,1	0,1	0,1	41,4	53,8	4,7	1,2
Пицца школьная диетическая (технико-технологиче	ская карт	га)	60	4,3	9,9	27,2	215	1,3	0,0	0,0	0,0	30,6	42,3	3,4	0,3
масса теста		35													
мука пшеничная	29	29													
сахар	1,8	2,4													
масло сливочное	1,2	2													
вода или молоко питьевое	11	14,4										_			
яйцо куриное	2,1	2,8													
дрожжи прессованные	0,6	0,8													
или дрожжи сухие	0,2	0,2										_			

соль йодированная	0,2	0,2													
масса начинки		36													
огурцы соленые без уксуса	49	27													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	4	3													
сыр	10	9													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2													
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, Москва			100	0,9	0,3	8,1	39	4,5	0,0	0,1	0,1	3,4	3,2	1,3	0,3
Ужин			565	15,2	18,7	56,2	454	47,9	0,2	0,1	2,6	49,5	255,3	70,9	5,8
Нарезка из свежих овощей №18/1-2011, Екатеринбур	ЭГ		60	0,2	0,0	4,1	17	46,7	0,0	0,0	2,1	18,8	19,9	0,0	1,0
огурцы свежие парниковые	31	30													
или огурцы свежие грунтовые	32	30													
помидоры свежие парниковые	31	30													
или помидоры свежие грунтовые	35	30													
или редис красный обрезной	43,5	30													
или перец свежий	40	30													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Колбаски из говядины с маслом №32-1992		•	50/5	9,1	10,6	5,9	155	0,6	0,1	0,0	0,1	9,8	81,5	11,1	1,3
говядина 1 категории	57	42													
или говядина полуфабрикат	50	42													
или фарш промышленного производства	42	42													

картофель - 01.0931.10 25%	20	15													
01.1131.1230%	21	15													
01.01-29.02 - 35%	23	15													
01.03 - 40%	25	15													
чеснок свежий	0,9	0,7													
мука пшеничная	2	2													
масло растительное	3	3													
масло сливочное	5	5													
Каша гречневая вязкая №302-2004			100	2,4	7,5	13,5	131	0,0	0,0	0,0	0,4	5,7	71,1	37,0	1,7
крупа гречневая	25	25													
вода питьевая	81	81													
масло сливочное	7	7													
Чай с лимоном №686-2004			150	0,1	0,0	13,2	53	0,6	0,0	0,0	0,0	1,8	0,1	0,4	0,1
чай - заварка	0,2	0,2													
сахар	12	12													
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															
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
сонник				4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	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, биопростокваша и т.д. №645-1996	207	200	200	4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
итого:				75,9	91,6	302	2334	83	1	1	7	660	1200	246	18
Соотношение белков:жиров:углеводов				1	1	4									

				22	день	•									
				Энер	гетическая	я ценності	ь (ккал)		Витамы	1НЫ, МГ			Минера	пы мг	
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал			А, мкг			· 		<u> </u>
040704%				10.0	10.0		40.4	С	B1	рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК			535	16,8	18,3	64,9	491	1,1	0,2	0,4	0,7	337,5	344,8	53,7	1,5
Бутерброд с маслом №1-2004		I	20/5	1,4	3,8	10,0	80	0,0	0,0	0,3	0,2	3,6	8,2	1,9	0,1
хлеб пшеничный	20	20													
масло сливочное	5	5													
Каша боярская (из пшена с изюмом) №260-1996			160	8,9	9,5	36,1	266	0,3	0,1	0,0	0,5	168,8	134,6	22,4	0,4
крупа пшено	30	30													
изюм	4,2	4													
молоко питьевое	112	112													
или молоко концентрированное	52	52													
или молоко сухое	13	13													
вода кипяченая для концентрированного молока	60	60													
вода кипяченая для сухого молока	99	99													
сахар	6	6													
масло сливочное	6	6													
яйцо куриное	9	9													
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	158	150	150	4,8	4,7	9,0	97	0,8	0,0	0,0	0,0	158,4	160,7	18,3	0,1
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
Хлеб пшеничный	15	15	15	1,2	0,2	5,4	28	0,0	0,0	0,0	0,0	5,0	32,7	9,3	0,6
или хлеб витаминизированный			15												
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	_			1,9	2,1	24,8	126	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, 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

Кондитерское изделие промышленного производст пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)	ва (пече	нье,	18	1,8	2,1	14,2	83	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД			600	26,8	27,9	117,8	829	69,3	0,3	0,0	3,5	131,8	390,0	97,5	6,5
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			200/10/5	4,9	4,9	13,5	118	5,3	0,1	0,0	0,2	31,7	68,4	25,4	1,4
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
свекла до 01.01 -20%	65	52													
c 01.01 - 25%	69	52													
картофель - 01.0931.10 25%	47	35													
01.1131.1230%	50	35													
01.01-29.02 - 35%	54	35													
01.03 - 40%	58	35													
морковь до 01.0120%	15	12													
c 01.01 - 25%	16	12													
лук репчатый	10	8													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	2,5	2,5													
масло сливочное	4	4													
сахар	0,5	0,5													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Плов №443-2004				13,5	17,4	28,6	325	0,0	0,1	0,0	2,0	22,0	159,6	32,4	1,7

говядина 1 категории	107	79													
	93	79													
или говядина полуфабрикат	93														
масса готового мяса		50													
крупа рисовая	34	34													
морковь до 01.0120%	16	13													
c 01.01 - 25%	17	13													
лук репчатый	9	7,5													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	3	3													
масло растительное	3	3													
Отвар из плодов шиповника №705-2004			150	0,2	0,1	20,1	82	49,0	0,0	0,0	0,9	7,2	1,9	1,9	0,2
шиповник	15	15													
сахар	15	15													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, Москва			200	1,8	0,7	22,2	102	11,1	0,0	0,0	0,2	17,8	12,2	0,0	0,0
Хлеб пшеничный	50	50	50	4,1	0,7	18,1	95	0,0	0,1	0,0	0,0	16,5	109,0	31,0	2,1
или хлеб витаминизированный			50												
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
полдник			250	12,3	17,1	43,0	375	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
Мучное сдобное изделие промышленного производ	цства		50	5,9	10,9	31,0	246	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	210	200	200	6,4	6,2	12,0	129	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
ужин			600	30,2	17,6	43,8	454	5,0	0,4	0,1	0,2	80,8	145,1	112,3	3,8
Горошек зеленый консервированный (после термической обработки) №101-2004	62	40	40	3,5	0,2	5,0	35	4,0	0,0	0,0	0,2	9,2	42,5	5,2	0,3
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
или огурцы свежие парниковые №70-2006, г. Москва	41	40	40	0,3	0,0	1,0	6	3,9	0,0	0,0	0,0	9,0	16,5	5,5	0,2
или огурцы свежие грунтовые	42	40													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													

Кальмары в сметанном соусе №275,750-2002, Сборн блюд для диетического питания	ник рецег	ітур	40/40	23,4	9,3	2,3	186	0,9	0,2	0,0	0,0	38,3	16,7	84,2	1,4
кальмар мороженый обезглавленный (филе) с кожицей	82	74													
или кальмар мороженый (тушка) с кожицей	107	82													
масса отварных кальмаров		40													
соус сметанный:		40													
сметана	10	10													
мука пшеничная	2	2													
вода питьевая	27,5	27,5													
масло сливочное	2	2													
Картофель припущенный с маслом, с зеленью №51	8-2004		130	5,6	8,1	20,0	175	3,0	0,1	0,1	0,2	34,7	110,0	23,6	1,7
картофель - 01.0931.10 25%	180	135													
01.1131.1230%	193	135													
01.01-29.02 - 35%	208	135													
01.03 - 40%	225	135													
масло сливочное	10	10													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Зеленый чай с сахаром №686-2004			150	0,2	0,0	12,9	52	1,1	0,0	0,0	0,0	4,2	1,1	0,7	0,1
чай - заварка	0,2	0,2													
сахар	12	12													
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
сонник				4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, биопростокваша и т.д. №645-1996	207	200	200	4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
			или												
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	200	6,4	6,2	12,0	129	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2		
итого:	, l						2397	86	1	0	4	989	1318	326	14

Соотношение белков:жиров:	/глевод	OB		1	1	4									
				23	день										
				Энер	гетическа	я ценност	ь (ккал)		D						
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	F	NG	V	011		витамі	ины, мг			Минера	пы, мг	
				ьелки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК			550	14,3	18,5	64,9	483	1,6	0,1	0,0	0,8	332,8	259,3	39,9	0,8
Бутерброд горячий с сыром №10-2004			40	3,5	6,8	13,8	130	0,0	0,0	0,0	0,4	62,8	50,0	6,0	0,3
масло сливочное	5	5													
сыр	16	15													
хлеб пшеничный	20	20													
Каша манная молочная жидкая с маслом №262-1996	6		160	7,4	8,5	32,1	234	0,3	0,1	0,0	0,4	151,9	121,1	20,1	0,4
крупа манная	24	24													
вода питьевая	55	55													
молоко питьевое	85	85													
или молоко концентрированное	39	39													
или молоко сухое	10	10													
вода кипяченая для концентрированного молока	46	46													
вода кипяченая для сухого молока	75	75													
сахар	3	3													
соль йодированная	0,8	0,8													
масло сливочное	5	5													
Кофейный напиток №253-2004, Пермь			150	3,4	3,2	19,0	118	1,3	0,0	0,0	0,0	118,0	88,2	13,7	0,1
кофейный напиток	7	7													
сахар	15	15													
молоко питьевое	100	100													

		1	1		1			1							
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				4,6	2,2	20,8	121	6,8	0,0	0,1	0,1	5,1	4,8	2,0	0,5
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, Москва			150	1,8	0,4	12,2	59	6,8	0,0	0,1	0,1	5,1	4,8	2,0	0,5
Кондитерское изделие промышленного производствафельные, зефир, мармелад, пастила)	гва (конф	еты	18	2,8	1,8	8,6	62	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД			670	29,1	32,3	111,2	852	49,1	0,6	0,9	3,1	99,3	368,8	107,8	8,1
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													
Суп крестьянский с крупой, с мясом и сметаной №	134-2004		200/10	5,6	6,4	12,1	128	3,4	0,1	0,0	0,2	13,4	72,4	20,9	1,0
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
капуста свежая белокочанная	30	24													
картофель - 01.0931.10 25%	27	20													
01.1131.1230%	29	20													
01.01-29.02 - 35%	31	20										_			
01.03 - 40%	33	20													
крупа (пшено, или хлопья овсяные "Геркулес")	4	4													
или крупа (перловая, или рисовая, или овсяная, или пшеничная, или ячневая)	8	8													

морковь до 01.0120%	10	8													
c 01.01 - 25%	11	8													
лук репчатый	10	8													
масло сливочное	4	4													
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	2	2													
Картофель тушеный №216-2004			150	2,4	8,2	21,1	168	16,8	0,1	0,0	0,3	24,1	30,0	28,0	1,4
картофель - 01.0931.10 25%	173	130													
01.1131.1230%	186	130													
01.01-29.02 - 35%	200	130													
01.03 - 40%	217	130													
морковь до 01.0120%	29	23													
c 01.01 - 25%	31	23													
лук репчатый	19	16													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	8	8													
масло сливочное	12	12													
Компот из изюма + Витамин "С" №638-2004		_	150	0,3	0,0	21,5	87	0,0	0,0	0,5	0,0	0,5	2,5	0,0	0,1
						-	-			-					

		1	1			1									
изюм	15	15													
сахар	13	13					_					_		_	
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, Москва			250	2,3	0,6	20,3	96	11,3	0,0	0,1	0,1	8,5	8,0	3,3	0,8
Хлеб пшеничный	50	50	50	4,1	0,7	18,1	95	0,0	0,1	0,0	0,0	16,5	109,0	31,0	2,1
или хлеб витаминизированный		•	50												
Хлеб ржаной	25	25	25	1,2	0,3	10,9	51	0,0	0,0	0,0	0,0	4,5	21,8	4,8	0,7
полдник		•	300	12,6	9,5	55,9	360	10,7	0,0	0,0	0,2	118,0	68,2	25,1	2,4
Запеканка морковная с творогом с молоком сгуще Пермь	ным №1	18-2004,	80/20	12,2	9,5	33,8	270	2,7	0,0	0,0	0,2	90,0	42,2	17,1	0,4
морковь до 01.0120%	75	60													
c 01.01 - 25%	80	60													
масло сливочное	5	5													
молоко питьевое	15	15													
масса припущенной моркови		55													
крупа манная	10	10													
творог	37	36													
яйцо куриное	4	4													
сахар	7	7													
сухари	2,5	2,5													
сметана	2,5	2,5													
масло сливочное (для смазки)	3	3													
масса готовой запеканки		80													
молоко сгущенное с сахаром	20	20													
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, Москва	200	200	200	0,4	0,0	22,1	90	8,0	0,0	0,0	0,0	28,0	26,0	8,0	2,0
ужин				14,2	20,5	54,8	460	2,6	0,2	1,2	2,5	64,6	121,5	142,8	12,6
Салат дальневосточный из морской капусты (консе	льневосточный из морской капусты (консервы) №102-2004			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	84	82													
лук репчатый	13	10													
Сосиски, сардельки отварные с соусом №413,600-2	2004	<u>.</u>	80	9,1	15,1	1,2	177	0,0	0,0	0,3	0,0	13,2	24,5	0,0	0,1
сардельки, или сосиски молочные высшего сорта для детского питания		50													
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		•	100	3,6	3,5	24,7	145	0,0	0,1	0,1	0,7	10,3	31,7	5,7	0,6
макаронные изделия	35	35													
масло сливочное	4	4													
Кисель из свежих ягод + Витамин С, №590-1996			150	0,1	0,0	15,2	61	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	3	3													
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
сонник				4,3	4,0	17,2	122,0	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, биопростокваша и т.д. №645-1996	207	200	200	4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
					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:		-	-	79,1	86,9	324,7	2398	72,5	0,9	2,2	6,7	819,8	1020,5	347,6	24,6
Соотношение белков:жиров:	тношение белков:жиров:углеводов														
				24	ден	Ь									
				Энер	гетическа	я ценності	ь (ккал)								
•	•	•	•					•	Витамі	ины МГ		•	Минепа	HE ME	ı

Прием пиши наименование блюда № рецептуры	Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры Брутто, г Нетто, г								DN I QIVII	vicioi, ivii			шипера	ioi, wii	
Tiprom imagi, narimonobanilo ornoga, na podom jpbi	20,110,1	110110,1	порции	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК			550	18,2	24,8	51,4	498	1,3	0,1	рет.экв. 1,1	1,0	437,3	364,7	33,4	2,1
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	96	<u>I</u>	180	5,5	6,6	17,4	147	0,5	0,0	0,0	0,3	108,4	89,6	6,2	0,3
молоко питьевое	170	170													
или молоко концентрированное	78	78													
или молоко сухое	20	20													
вода кипяченая для концентрированного молока	92	92													
вода кипяченая для сухого молока	150	150													
макаронные изделия	15	15													
масло сливочное	3	3													
сахар	3	3													
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			150	0,1	0,0	13,2	53	0,6	0,0	0,0	0,0	1,8	0,1	0,4	0,1
чай - заварка	0,2	0,2													
сахар	12	12													
лимон	6	5													
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				1,9	2,1	22,3	116	6,0	0,0	0,0	0,0	22,0	18,0	6,0	1,3
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, Москва	140	140	140	0,1	0,0	8,1	33	6,0	0,0	0,0	0,0	22,0	18,0	6,0	1,3
Кондитерское изделие промышленного производстряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)	гва (пече	нье,	18	1,8	2,1	14,2	83	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД			675	29,6	30,6	100,4	795	24,2	0,5	0,0	5,8	201,2	425,8	125,1	6,5

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 с мясом, со сметаной №131-2004			200/10/5	4,5	5,3	15,1	126	5,1	0,1	0,0	0,2	17,5	62,4	20,5	1,0
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													
морковь до 01.0120%	10,0	8													
c 01.01 - 25%	11	8													
лук репчатый	10	8													
огурцы солёные (без уксуса)	22	12													
масло сливочное	4	4													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Рыба, тушеная в томате с овощами №374-2004			75/25	14,1	16,6	5,9	229	0,6	0,1	0,0	3,0	17,3	95,6	9,4	0,2
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	124	92													

или горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	129	90													
или горбуша неразделанная (филе с кожей без костей)	155	90													
или треска потрошеная обезглавленая (филе с кожей без костей)	118	90													
или окунь морской потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	147	90													
морковь до 01.0120%	11	9													
c 01.01 - 25%	12	9													
лук репчатый	7	6													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	4	4													
вода питьевая	10	10													
масло растительное	2	2													
сахар	0,5	0,5													
Пюре картофельное №520-2004			130	2,6	3,3	16,7	107	1,9	0,1	0,0	0,3	30,9	67,3	22,5	0,8
картофель - 01.0931.10 25%	146	110													
01.1131.1230%	157	110													
01.01-29.02 - 35%	169	110													
01.03 - 40%	184	110													
молоко питьевое	20	20													
или молоко концентрированное	9	9													
или молоко сухое	2	2													
вода кипяченая для концентрированного молока	11	11													
вода кипяченая для сухого молока	18	18													
масло сливочное	4	4													
Компот из сухофруктов + Витамин "С" №638-2004		•	150	0,4	0,0	19,2	78	0,1	0,0	0,0	0,3	11,0	9,3	7,1	0,2
сухофрукты	15	15													
сахар	13	13													

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	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			260	10,1	9,4	57,0	353	11,3	0,2	0,3	0,7	260,9	290,8	33,8	5,1
Шанежка наливная с яйцом №295-2004, Пермь			60	3,5	3,2	29,0	159	0,2	0,1	0,2	0,7	25,7	44,6	7,1	0,4
масса теста		61													
мука пшеничная	37	37													
мука пшеничная на подпыл	0,9	0,9													
сахар	2,6	2,6													
яйцо куриное	1,2	1,2													
соль йодированная	0,5	0,5													
дрожжи прессованные	1,1	1,1													
масло сливочное	2,4	2,4													
вода питьевая	18	18													
масса яично-сметанной смеси		14													
яйцо куриное	10	10													
сметана	4	4													
рафинадная пудра	0,4	0,4													
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2													
Молоко питьевое кипяченое 2,5 % №260-2004	210	200	200	5,5	5,6	10,0	112	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, Москва			200	1,1	0,6	18,0	82	10,0	0,0	0,0	0,0	24,0	32,0	2,4	4,6
УЖИН			550	21,2	20,5	50,1	469	23,5	0,3	5,7	0,9	209,2	494,7	90,1	8,2
Печень, тушеная в соусе №408-1996			100	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													

крупа гречневая 20 20 20			1	1	1		1		r		r					
томатное поре (без искусственных ароматизаторов, 5 5 5	масло растительное	4	4													
Красителей и консервантов 3 3 3 4 4 4 4 4 4 4	соуса томатный (№587-2004)		50													
морковь до 01.01-20% 7.5 6 6		5	5													
С 01.01 - 25% 8 6	мука пшеничная	1,5	1,5													
лук репчатый 1.2 1 1	морковь до 01.0120%	7,5	6													
Каша гречневая вязкая, с морковью (технико-технологическая карта) 100 2,4 4,6 13,1 103 0,0 0,0 0,4 6,1 77,1 40,1 1,6 крупа гречневая 20	c 01.01 - 25%	8	6													
Каша гречневая вязкая, с морковью (технико-технологическая карта) 100 2,4 4,6 13,1 103 0,0 0,0 0,0 0,4 6,1 77,1 40,1 1,6 карта) крупа гречневая 20	лук репчатый	1,2	1													
крупа гречневая 20 20	масло сливочное	2	2													
крупа гречневая 20 20		логичесн	кая	100	2,4	4,6	13,1	103	0,0	0,0	0,0	0,4	6,1	77,1	40,1	1,8
с 01.01 - 25% 29 22 вода питьевая 88 88 масло сливочное 6 6 Чай с молоком №630-1996 150 2,1 3,2 16,5 103 0,4 0,0 0,0 186,6 136,8 21,2 0,2 чай - заварка 0,2		20	20													
вода питьевая 88 88 88	морковь до 01.0120%	28	22													
масло сливочное 6 6 1 2,1 3,2 16,5 103 0,4 0,0 0,0 186,6 136,8 21,2 0,2 15 15 15 15 15 15 100 100 100 100 100 1	c 01.01 - 25%	29	22													
Чай с молоком №630-1996 150 2,1 3,2 16,5 103 0,4 0,0 0,0 0,0 186,6 136,8 21,2 0,2 чай - заварка 0,2 0,	вода питьевая	88	88													
чай - заварка 0,2 0,2 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	масло сливочное	6	6													
сахар 15 <td< td=""><td>Чай с молоком №630-1996</td><td></td><td></td><td>150</td><td>2,1</td><td>3,2</td><td>16,5</td><td>103</td><td>0,4</td><td>0,0</td><td>0,0</td><td>0,0</td><td>186,6</td><td>136,8</td><td>21,2</td><td>0,2</td></td<>	Чай с молоком №630-1996			150	2,1	3,2	16,5	103	0,4	0,0	0,0	0,0	186,6	136,8	21,2	0,2
молоко питьевое 100 100	чай - заварка	0,2	0,2													
или молоко концентрированное 46 46	сахар	15	15													
или молоко сухое 12 12 12	молоко питьевое	100	100													
вода кипяченая для концентрированного молока 54 54 вода кипяченая для сухого молока 88 88	или молоко концентрированное	46	46													
вода кипяченая для сухого молока 88 88	или молоко сухое	12	12													
	вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
Хлеб пшеничный 20 20 1,6 0,3 7,2 38 0,0 0,0 0,0 6,6 43,6 12,4 0,8	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	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
-	20	20	20											,	
СОННИК				4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, биопростокваша и т.д. №645-1996	207	200	200	4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
					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:				85,2	91,4	298	2353	68	1	7	8	1331	1792	318	23
Соотношение белков:жиров:	углевоб	ов		1	1	4									
				25	день										
			Macca	Энер	гетическая	я ценност	ь (ккал)		Витами	ины, мг			Минера	пы, мг	
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	порции	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК	<u>I</u>	l	550	13,9	15,7	70,3	477	2,0	0,3	0,1	1,1	353,2	368,3	60,0	2,0
Бутерброд с джемом или повидлом с маслом №1,2	-2004		20/15/5	1,9	3,1	26,7	142	0,6	0,1	0,1	0,6	8,2	19,7	5,6	0,5
хлеб пшеничный	20	20													
масло сливочное	5	5													
джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, консервантов и красителей)		15													
Каша "Геркулесовая" жидкая с маслом №311-2004			160	6,7	6,6	18,1	159	0,7	0,1	0,0	0,4	163,1	182,2	45,1	0,8
крупа овсяная "Геркулес"	18	18													
сахар	3	3													
молоко питьевое	151	151													
или молоко концентрированное	69	69													
или молоко сухое	18	18													
вода кипяченая для концентрированного молока	82	82													
вода кипяченая для сухого молока	133	133													
соль йодированная	0,6	0,6													
масло сливочное	5	5													
Какао с молоком №642-1996						20,1	148	0,7	0,0	0,0	0,0	177,0	133,7	0,0	0,1

		I	1	I		1	I	I				I			
какао - порошок	2	2													
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 пшеничный	15	15	15	1,2	0,2	5,4	28	0,0	0,0	0,0	0,0	5,0	32,7	9,3	0,6
или хлеб витаминизированный			15												
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				1,9	2,1	24,8	126	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, 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
Кондитерское изделие промышленного производст пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)	ва (пече	нье,	18	1,8	2,1	14,2	83	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД			680	31,7	36,4	88,1	806	78,4	0,3	0,2	3,6	230,1	296,9	86,6	7,7
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													
Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и сме	таной №	124-2004	200/10/5	5,1	5,7	8,3	105	10,7	0,1	0,0	0,2	31,2	52,4	17,5	0,8

говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
капуста белокочанная свежая	53	42													
картофель - 01.0931.10 25%	32	24													
01.1131.1230%	34	24													
01.01-29.02 - 35%	37	24													
01.03 - 40%	40	24													
морковь до 01.0120%	10	8													
c 01.01 - 25%	11	8													
лук репчатый	10	8													
масло сливочное	4	4													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Суфле из кур с маслом № 503 -2004			50/5	15,1	19,1	0,0	232	0,1	0,0	0,0	0,9	37,2	41,3	1,8	0,2
курица потрошеная 1 категории	110	48													
или филе куриное	71	48													
яйцо куриное	9	9													
соус молочный густой № 598 - 2004		14													
молоко питьевое	10	10													
масло сливочное	2	2													
мука пшеничная	1,8	1,8													
вода питьевая	2	2													
масло растительное для смазки листа	2	2													
масло сливочное	5	5													
Капуста цветная отварная №523-2004			130	3,9	6,2	7,6	102	21,7	0,0	0,1	0,0	108,3	28,2	19,5	1,1

Булочка Творожная №786-2004 Мука пшеничная 35 35 35			r	1	1				1	r				1	Т	
масло сливо-ное 4 4 4 4 4 4 4 4 9 5 103 1,6 0,0 0,0 0,1 6,8 4,1 3,4 0,9 Исти груши свежие 45,4 40	капуста цветная	271	141													
Компот из свежих плодов + Витамин **C** NeS85-1996 Яблова свежие 45,4 40 Яблова свежие 44 40 Или иги груши свежие 44 40 Или абрикосы свежие 44 40 Или абрикосы свежие 46 40 Или черешня или вышня свежие 42 40 Фрукты свежие в ассортименте Ne458-2006, Москва Тоб 50 50 50 4,1 0,7 18,1 95 0,0 0,1 0,1 5,1 4,8 2,0 0,5 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 ТОЛДНИК ТОЛДНИК	или капуста цветная замороженная	171	151													
яблоки свежие или пруши свежие и 44 и 40 или слива или персик сеежие или нектарины или слива или персик сеежие или нектарины или абрикосы свежие и 42 и 40 или черешня или вшиня свежие и 42 и 40 или черешня или вшиня свежие и 42 и 40 или черешня или вшиня свежие и 42 и 40 или черешня или вшиня свежие и 42 и 40 или черешня или вшиня свежие и 42 и 40 или черешня или вшиня свежие и 42 и 40 или черешня или вшиня свежие и 42 и 40 или черешня или вшиня свежие и 42 и 40 или черешня или вшиня свежие и 42 и 40 или черешня или вшиня свежие и 42 и 40 или черешня или вишня свежие и 42 и 40 или черешня или вишня свежие и 42 и 40 или черешня или вишня свежие и 42 и 40 или черешня или вишня свежие и 42 и 40 или черешня или вишня свежие и 42 и 40 или черешня или вишня свежие и 42 и 40 или черешня или вишня свежие и 42 и 40 или черешня или вишня свежие и 42 и 40 или черешня или вишня свежие и 42 и 40 или черешня или вишня свежие и 42 и 40 или черешня или вишня свежие и 42 и 40 или черешня или вишня свежие и 42 и 40 или черешня или вишня свежие и 42 и 40 или черешня или вишня свежие и 42 и 40 или черешня или вишня свежие и 42 и 40 или черешня или вишня свежие и 42 и 40 или черешня или вишня свежие и 42 и 40 или или вишня свежие и 42 и 40 или или или или или или или или или ил	масло сливочное	4	4													
или груши свежие или нектарины 44 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40	Компот из свежих плодов + Витамин "С" №585-1996	i		200	0,2	0,0	25,6	103	1,6	0,0	0,0	0,1	6,8	4,1	3,4	0,9
или слива или персик свежие или нектарины 44 40	яблоки свежие	45,4	40													
или абрикосы свежие 42 40	или груши свежие	44	40													
или черешня или вишня свежие 42 40	или слива или персик свежие или нектарины	44	40													
сахар 20 20 150 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 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 50 50 1,2 0,3 10,9 51 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 4,5 21,8 4,8 0,7 ПОЛДНИК 260 11,6 10,5 55,1 362 1,1 0,2 0,0 10,4 275,0 305,1 30,0 1,5 Булочка Творожная №786-2004 60 4,9 4,8 20,0 143 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 27,4 36,3 4,9 0,3 мука пшеничная 35 35 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5	или абрикосы свежие	46	40													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, Москва 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 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 50 50 1,2 0,3 10,9 51 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 4,5 21,8 4,8 0,7 ПОЛДНИК 260 11,6 10,5 55,1 362 1,1 0,2 0,0 10,4 275,0 305,1 30,0 1,5 Булочка Творожная №786-2004 60 4,9 4,8 20,0 143 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 27,4 36,3 4,9 0,3 мука пшеничная 35 35 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5	или черешня или вишня свежие	42	40													
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	сахар	20	20													
или хлеб витаминизированный Хлеб ржаной 25 25 25 1,2 0,3 10,9 51 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 4,5 21,8 4,8 0,7 ПОЛДНИК 260 11,6 10,5 55,1 362 1,1 0,2 0,0 10,4 275,0 305,1 30,0 1,5 Булочка Творожная №786-2004 60 4,9 4,8 20,0 143 0,0 0,0 0,0 0,0 27,4 36,3 4,9 0,3 мука пшеничная 35 35 сахар 5 5 масло сливочное 1,5 1,5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5	Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, Москва		•	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 ржаной 25 25 25 1,2 0,3 10,9 51 0,0 0,0 0,0 0,0 4,5 21,8 4,8 0,7 ПОЛДНИК 260 11,6 10,5 55,1 362 1,1 0,2 0,0 10,4 275,0 305,1 30,0 1,5 Булочка Творожная №786-2004 60 4,9 4,8 20,0 143 0,0 0,0 0,0 0,0 27,4 36,3 4,9 0,3 мука пшеничная 35 35 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
ПОЛДНИК 260 11,6 10,5 55,1 362 1,1 0,2 0,0 10,4 275,0 305,1 30,0 1,5 Булочка Творожная №786-2004 60 4,9 4,8 20,0 143 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 27,4 36,3 4,9 0,3 Мука пшеничная 35 35 5	или хлеб витаминизированный			50												
Булочка Творожная №786-2004 60 4,9 4,8 20,0 143 0,0 0,0 0,0 0,0 27,4 36,3 4,9 0,3 мука пшеничная 35 35 сахар 5 5 масло сливочное 1,5 1,5 творог 18 18 вода или молоко питьевое 10 10 яйцо куриное 6 6 ванилин 0,02 0,02 дрожжи прессованные 1,5 1,5	Хлеб ржаной	25	25	25	1,2	0,3	10,9	51	0,0	0,0	0,0	0,0	4,5	21,8	4,8	0,7
мука пшеничная 35 35 35 35 35 35 35 35 35 35 35 35 35	полдник			260	11,6	10,5	55,1	362	1,1	0,2	0,0	10,4	275,0	305,1	30,0	1,5
Сахар 5 5 5	Булочка Творожная №786-2004			60	4,9	4,8	20,0	143	0,0	0,0	0,0	0,0	27,4	36,3	4,9	0,3
масло сливочное 1,5 1,5 1,5	мука пшеничная	35	35													
творог 18 18 18	сахар	5	5													
вода или молоко питьевое 10 10 10	масло сливочное	1,5	1,5													
яйцо куриное 6 6 6	творог	18	18													
ванилин 0,02 0,02 Дрожки прессованные 1,5 1,5	вода или молоко питьевое	10	10													
дрожжи прессованные 1,5 1,5	яйцо куриное	6	6													
	ванилин	0,02	0,02													
или дрожжи сухие 0,4 0,4	дрожжи прессованные	1,5	1,5													
	или дрожжи сухие	0,4	0,4													

масло растительное для смазки листа	0,2	0,2													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, Москва			130	1,2	0,1	25,1	107	0,0	0,1	0,0	10,4	36,4	54,6	0,8	1,0
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			600	24,9	17,0	51,6	459	11,4	0,3	0,2	5,2	47,7	262,9	61,4	4,7
Салат из пекинской капусты (технико-технологичес	кая карта)	50	2,0	4,0	1,9	52	6,2	0,0	0,2	1,3	11,7	22,1	4,2	0,7
капуста пекинская (китайская)	29	20													
огурцы свежие парниковые	10,2	10													
или огурцы свежие грунтовые	10,5	10													
яйцо куриное	20	20													
масло растительное	3	3													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Жаркое "Казань" №396-1996			200	20,1	12,6	20,8	277	4,2	0,2	0,0	3,8	21,6	178,7	40,4	2,6
говядина 1 категории	107	79													
или говядина полуфабрикат	93	79													
масса тушенного мяса		50													
картофель - 01.0931.10 25%	145	109													
01.1131.1230%	156	109													
01.01-29.02 - 35%	168	109													
01.03 - 40%	182	109													
помидоры свежие грунтовые	45	38													
или помидоры свежие парниковые	39	38													
чернослив	6	6													
лук репчатый	24	20													
масло сливочное	8	8													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													

Зеленый чай с сахаром №686-2004			150	0,2	0,0	12,9	52	1,1	0,0	0,0	0,0	4,2	1,1	0,7	0,1
чай - заварка	0,2	0,2													
сахар	12	12													
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
сонник				4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, биопростокваша и т.д. №645-1996	207	200	200	4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
				•	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:				88,2	85,7	307,1	2352	102,7	1,0	0,5	20,2	1134,0	1457,2	276,1	18,1
Соотношение белков:жиров:	/глевод	ов		1	1	4									
				26	дені	b									
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	F=====================================	Нетто, г	Масса	Энер	гетическая	я ценності	ь (ккал)		Витамі	ины, мг			Минера	лы, мг	
прием пищи, наименование олюда, № рецептуры	Брутто, г	nerro, r	порции	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК			470	13,8	16,7	63,6	460	1,0	0,1	0,0	0,5	342,8	330,3	40,3	1,1
Бутерброд горячий с сыром №10-2004			40	3,5	6,8	13,8	130	0,0	0,0	0,0	0,4	62,8	50,0	6,0	0,3
масло сливочное	5	5													
сыр	16	15													
хлеб пшеничный	20	20													
Суп молочный с крупой №162-1996			180	6,8	7,0	19,6	169	0,5	0,0	0,0	0,1	96,2	84,9	8,5	0,2
молоко питьевое	190	190													
или молоко концентрированное	87	87													
или молоко концентрированное или молоко сухое		87 23													

		I			1					I					
вода кипяченая для сухого молока	167	167													
крупа рисовая, или манная, или кукурузная	10	10													
или ячневая, или гречневая, или пшено	14	14													
масло сливочное	3	3													
сахар	3	3													
Йогурт молочный в индивидуальной упаковке для	детского	питания	100	2,2	2,7	5,0	53	0,5	0,0	0,0	0,0	180,0	178,0	22,0	0,0
Чай с сахаром №685-2004			150	0,4	0,0	16,5	68	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0	0,0	0,0
чай - заварка	0,2	0,2													
сахар	15	15													
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
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				4,2	2,2	20,8	119	6,8	0,0	0,1	0,1	5,1	4,8	2,0	0,5
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, Москва			150	1,4	0,4	12,2	58	6,8	0,0	0,1	0,1	5,1	4,8	2,0	0,5
Кондитерское изделие промышленного производст вафельные, зефир, мармелад, пастила)	ва (конф	еты	18	2,8	1,8	8,6	62	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД			675	35,5	29,7	110,8	852	70,6	0,7	0,0	38,6	140,3	566,4	120,2	8,3
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 картофельный с рыбными консервами №64-20	01, Пермі	Ь	200/40	6,2	7,9	9,7	135	6,4	0,1	0,0	0,8	22,3	111,8	14,6	0,2
консервы рыбные в собственном соку или с добавлением масла	41	40													
картофель - 01.0931.10 25%	150	113													
01.1131.1230%	162	113													
01.01-29.02 - 35%	174	113													
01.03 - 40%	189	113													
морковь до 01.0120%	12,5	10													
c 01.01 - 25%	13	10													
c 01.01 - 25%	13	10													

лук репчатый	12	10													
масло сливочное	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Запеканка картофельная с мясом №430-1996			200/5	20,3	20,4	19,6	343	7,4	0,3	0,0	24,8	27,4	208,6	50,9	3,1
говядина 1 категории	107	79													
или говядина полуфабрикат	93	79													
картофель - 01.0931.10 25%	239	180													
01.1131.1230%	257	180													
01.01-29.02 - 35%	277	180													
01.03 - 40%	301	180													
лук репчатый	17	14													
масло растительное	4	4													
сухари	4	4													
масло сливочное	5	5													
Отвар из плодов шиповника №705-2004			150	0,2	0,1	20,1	82	49,0	0,0	0,0	0,9	7,2	1,9	1,9	0,2
шиповник	15	15													
сахар	15	15													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, Москва			150	2,3	0,2	29,0	127	0,0	0,1	0,0	12,0	42,0	63,0	0,9	1,2
Хлеб пшеничный	60	60	60	4,9	0,8	21,7	114	0,0	0,1	0,0	0,0	19,8	130,8	37,2	2,5
или хлеб витаминизированный			60												
Хлеб ржаной	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
полдник			250	5,8	7,5	65,5	352	4,7	0,1	0,1	0,6	61,5	95,0	6,8	0,0
Булочка "Фантазия" (технико - технологическая кар	та)		50	5,2	7,1	32,5	214	0,7	0,0	0,1	0,6	21,5	41,0	6,8	0,0
тесто															
мука пшеничная	32	32													

мука пшеничная на подпыл	1	1													
сахар	5,5	5,5													
соль йодированная	0,3	0,3													
масло сливочное	7,5	7,5													
дрожжи прессованные	1,5	1,5													
или дрожжи сухие	0,4	0,4													
яйцо куриное	4,5	4,5													
молоко питьевое	7,5	7,5													
изюм	5	5													
яйцо куриное для смазки изделия	2,5	2,5													
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2													
Сок промышленного производства для детского питания в ассортименте №407-2006, Москва	200	200	200	0,6	0,4	33,0	138	4,0	0,1	0,0	0,0	40,0	54,0	0,0	0,0
ужин			540	16,4	25,3	43,9	468,9	9,7	0,3	0,0	2,9	107,6	232,2	49,8	4,2
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				1						•			i .		1

масло сливочное	10	10													
Капуста тушённая в соусе сметанном (Технико-Техн	ологичес	кая	150	1,8	8,2	12,1	129	7,9	0,0	0,0	0,3	62,3	48,3	14,5	0,8
карта) капуста белокочанная свежая	206	165													
морковь до 01.0120%	15	12													
c 01.01 - 25%	16	12													
лук репчатый	12	8													
масло сливочное	7	7													
сметана	7	7													
мука пшеничная	2,6	2,6													
Кисель из свежих ягод + Витамин С, №590-1996		I	150	0,1	0,0	15,2	61	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	3	3													
сахар	15	15													
Хлеб пшеничный	10	10	10	0,8	0,1	3,6	19	0,0	0,0	0,0	0,0	3,3	21,8	6,2	0,4
или хлеб витаминизированный		<u>I</u>	10												
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
сонник		<u>I</u>	<u>I</u>	4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, биопростокваша и т.д. №645-1996	207	200	200	4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
омопростокваща и т.д. № 0+5-1990		<u>I</u>	<u>I</u>		или	l									1
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	210	200	200	6,4	6,2	12,0	129	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
итого:		<u>I</u>	<u>I</u>	80,0	85,3	322	2375	95	1	0	43	857	1427	249	14
Соотношение белков:жиров:у	/глевод	ов		1	1	4									
				27	ден і	Ь									
		Энергетическая ценность (ккал)													
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г Нетто, г Масса порции Белки с Жиры с Усл с ЭН куал														

				Delikhi' i	wibei, i	J131. 1	oц, nnaii	С	B1	А, мкг рет.экв.	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК		Į.	550	25,2	21,7	50,1	497	1,6	0,1	0,4	0,7	328,2	341,1	45,1	1,0
Бутерброд с маслом №1-2004			20/10	1,6	7,4	10,0	114	0,0	0,0	0,4	0,3	6,4	16,0	2,8	0,2
хлеб пшеничный	20	20													
масло сливочное	10	10													
Пудинг из творога с молоком сгущенным №362-200	4		150/20	20,2	11,1	21,1	265	0,3	0,1	0,0	0,4	203,8	236,9	28,6	0,7
творог	125	124													
крупа манная	10	10													
яйцо куриное	15	15													
масло сливочное	5	5													
сахар	15	15													
мови	12,5	12													
ванилин	0,01	0,01													
сметана	5	5													
сухари	5	5													
масло сливочное (для смазки)	5	5													
масса готового пудинга		150													
молоко сгущенное с сахаром	20	20													
Яйцо отварное №337-2004			40	5,0	4,6	0,3	63	0,0	0,0	0,6	0,2	19,4	66,8	4,2	0,9
Кофейный напиток №253-2004, Пермь			150	3,4	3,2	19,0	118	1,3	0,0	0,0	0,0	118,0	88,2	13,7	0,1
кофейный напиток	7	7													
сахар	15	15													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													

	5 4	5 4													
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
вода кипяченая для сухого молока	88	88													
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				1,9	2,1	24,8	126	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, 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
Кондитерское изделие промышленного производст пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)	гва (пече	нье,	18	1,8	2,1	14,2	83	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД			600	22,8	33,7	99,3	792	68,4	0,3	0,6	4,0	102,4	315,9	75,7	6,9
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 2004	й, с мясс	м №110-	200/5/10	4,0	4,9	9,3	97	6,1	0,0	0,0	0,2	28,5	54,1	20,9	1,1
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
свекла до 01.01 -20%	40	32													
c 01.01 - 25%	43	32													
капуста белокочанная свежая	20	16													
картофель - 01.0931.10 25%	21	16													

01.1131.1230%	23	16													
01.01-29.02 - 35%	25	16													
01.03 - 40%	27	16													
морковь до 01.0120%	10	8													
c 01.01 - 25%	11	8													
лук репчатый	10	8													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	6	6													
масло сливочное	4	4													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Сосиски, сардельки, колбаса отварные с маслом N	º413-2004		50/5	7,1	20,1	0,0	209	0,0	0,0	0,0	0,3	9,5	22,3	0,0	0,1
сардельки, или сосиски молочные, или колбаса вареная высшего сорта для детского питания	51	50													
масло сливочное	5	5													
Макаронные изделия отварные №516-2004			100	3,6	3,5	24,7	145	0,0	0,1	0,1	0,7	10,3	31,7	5,7	0,6
макаронные изделия	35	35													
масло сливочное	4	4													
Компот из изюма + Витамин "С" №638-2004			150	0,3	0,0	21,5	87	0,0	0,0	0,5	0,0	0,5	2,5	0,0	0,1
изюм	15	15													
сахар	13	13													
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	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		•	250	9,3	8,9	63,5	371	14,8	0,1	0,0	0,2	241,1	245,3	26,3	0,3
Шарлотка яблочная простая (технико-технологичес	кая карта	a)	70	2,5	3,2	32,3	168	2,7	0,0	0,0	0,0	33,2	40,3	4,4	0,1
мука пшеничная	14	14													
		ı													

сахар	20	20													
яйцо куриное	19	19													
		0,7													
натрий двууглекислый	0,7	,													
лимон для сока	8,8	3,7													
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	40	35													
масло растительное для смазки листа	0,9	0,9													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, Москва			200	1,8	0,7	22,2	102	11,1	0,0	0,0	0,2	17,8	12,2	0,0	0,0
Молоко питьевое кипяченое 2,5 % №260-2004	186	180	180	5,0	5,0	9,0	101	0,9	0,1	0,0	0,0	190,1	192,8	21,9	0,2
Ужин			535	21,4	21,3	51,5	483	20,6	0,2	0,2	0,8	234,0	380,9	79,2	2,9
Шницель рыбный натуральный с маслом сливочнь	ıм №391-	2004	60/5	14,6	12,8	2,7	184	0,7	0,2	0,1	0,4	20,9	140,2	21,4	0,8
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	70	52													
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	78	52													
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	95	52													
или треска потрошеная обезглавленая (филе с кожей без костей)	68	52													
лук репчатый	11	9													
молоко питьевое	4,5	4,5													
яйцо куриное	5,5	5,5													
сухари	4	4													
масло растительное	3,5	3,5													
масло сливочное	5	5													
Рис припущенный с овощами (технико-технологиче	ская кар	ота)	120	2,5	4,9	18,1	127	19,5	0,0	0,1	0,5	18,0	53,8	23,6	0,7
крупа рисовая	35	35							_						
масло сливочное	7	7													
морковь до 01.0120%	38	30											_		
c 01.01 - 25%	40	30													

Чай с молоком №630-1996			150	2,1	3,2	16,5	103	0,4	0,0	0,0	0,0	186,6	136,8	21,2	0,2
чай - заварка	0,2	0,2													
сахар	15	15													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
вода кипяченая для сухого молока	88	88													
Хлеб пшеничный	15	15	15	1,2	0,2	5,4	28	0,0	0,0	0,0	0,0	5,0	32,7	9,3	0,6
или хлеб витаминизированный			15												
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
сонник				4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, биопростокваша и т.д. №645-1996	207	200	200	4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
					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:				84,8	91,7	306	2391	115	1	1	6	1134	1507	264	13
Соотношение белков:жиров:у	/глевод	ов		1	1	4									
				28	дені	Ь									
				Энер	гетическа	я ценності	ь (ккал)		Витамі						
Прием пищи, наименование блюда, № рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		Т	•			Минера.	лы, мі	I
								С	B1	А, мкг рет.экв.	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК			535	19,1	30,9	36,2	500	1,2	0,2	0,5	0,1	471,9	393,9	46,5	1,1
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	16	15	15	6,5	11,1	0,0	126	0,1	0,0	0,0	0,0	162,0	87,0	0,0	0,0

Хлеб пшеничный	20	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												
Каша кукурузная жидкая, с маслом №311-2004			160	6,1	7,6	19,9	172	0,3	0,0	0,0	0,0	142,5	99,6	15,8	0,2
крупа кукурузная	30	30													
молоко питьевое	145	145													
или молоко концентрированное	67	67													
или молоко сухое	17	17													
вода кипяченая для концентрированного молока	78	78													
вода кипяченая для сухого молока	128	128													
сахар	3	3													
соль йодированная	0,7	0,7													
масло сливочное	5	5													
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	158	150	150	4,8	4,7	9,0	97	0,8	0,0	0,0	0,0	158,4	160,7	18,3	0,1
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				1,9	2,1	24,8	126	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, 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
Кондитерское изделие промышленного производст пряники, вафли, сушки, баранки и т.п.)	ва (пече	нье,	18	1,8	2,1	14,2	83	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД			700	29,6	30,0	101,9	796	47,0	0,6	0,1	4,5	97,0	438,5	120,3	8,9
Салат из свежих помидоров №19-2004			60	0,3	3,1	2,6	40	13,2	0,0	0,1	0,2	2,7	5,1	0,6	0,2
помидоры свежие парниковые	51	50													
или помидоры свежие грунтовые	59	50													
лук зеленый	11	9													
или лук репчатый	11	9													
масло растительное	3	3												_	
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Суп полевой с мясом №137 -1996			200/10	6,5	4,7	12,5	118	3,7	0,1	0,0	0,2	12,7	61,1	20,6	0,9

говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
картофель - 01.0931.10 25%	74	56													
01.1131.1230%	80	56													
01.01-29.02 - 35%	86	56													
01.03 - 40%	94	56													
крупа пшено	10	10													
лук репчатый	19	16													
масло сливочное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1													
Котлеты из мяса с маслом сливочным №451-2004			75/5	12,5	14,5	3,6	195	0,1	0,2	0,0	2,3	29,3	123,3	19,9	1,9
говядина 1 категории	75	55													
или говядина полуфабрикат	65	55													
или фарш промышленного производства	55	55													
хлеб пшеничный	13	13													
молоко питьевое или вода питьевая	15	15													
яйцо куриное	3,3	3,3													
сухари	7,5	7,5													
масло растительное	4	4													
масло сливочное на полив	5	5													
Рагу из овощей №215-1996			150	2,5	6,3	14,9	126	28,4	0,1	0,0	1,7	15,2	57,6	24,8	0,9
картофель - 01.0931.10 25%	27	20													
01.1131.1230%	29	20													
01.01-29.02 - 35%	31	20													
01.03 - 40%	33	20													

капуста белокочанная свежая	56	45													
-															
или кабачки	67	45													
или баклажаны	45	43													
морковь до 01.0120%	38	30													
c 01.01 - 25%	40	30													
лук репчатый	12	10													
масло растительное	4	4													
для соуса томатного (№587-2004)		33													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	5	5													
мука пшеничная	1,5	1,5													
морковь до 01.0120%	7,5	6													
c 01.01 - 25%	8	6													
лук репчатый	1,2	1													
масло сливочное	2	2													
Компот из свежих плодов + Витамин "С" №585-1996			200	0,2	0,0	25,6	103	1,6	0,0	0,0	0,1	6,8	4,1	3,4	0,9
яблоки свежие	45,4	40													
или груши свежие	44	40													
или слива или персик 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	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			240	6,1	5,0	68,3	342	11,1	0,1	0,1	0,1	42,2	54,1	3,8	5,1

Булочка российская №775-2004			60	4,9	4,3	29,5	176	0,0	0,1	0,1	0,0	11,5	14,7	1,4	0,0
мука пшеничная	34	34													
мука пшеничная на подпыл	1	1													
дрожжи прессованные	1	1													
или дрожжи сухие	0,3	0,3													
сахар	10	10													
сахар-песок для отделки	2	2													
соль йодированная	0,4	0,4													
масло сливочное	5	5													
молоко питьевое	5	5													
яйцо куриное	2	2													
яйцо куриное для смазки изделия	1,5	1,5													
ванилин	0,02	0,02													
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2													
Кисель из чернослива или кураги №643-2004			180	0,1	0,1	20,8	84	1,1	0,0	0,0	0,1	6,7	7,4	0,0	0,5
чернослив или курага	18	18													
мука картофельная (крахмал)	5	5													
сахар	12	12													
Фрукты свежие в ассортименте №458-2006, Москва			200	1,1	0,6	18,0	82	10,0	0,0	0,0	0,0	24,0	32,0	2,4	4,6
ужин			590	21,4	20,7	50,2	472	8,8	0,2	0,1	0,7	74,4	275,7	32,9	3,7
Салат из белокочанной капусты №43-2004			40	0,7	2,0	2,9	32	3,4	0,0	0,1	0,1	17,1	13,3	1,9	0,2
капуста белокочанная свежая	65	33													
лук репчатый	7	6													
или лук зеленый	8	6													
масло растительное	2	2													

Курица, запечённая по домашнему (технико-технол	огическа	я карта)	200	18,4	18,3	22,8	330	4,3	0,1	0,0	0,5	44,7	209,0	16,0	2,2
курица потрошеная 1 категории	65	58													
или окорочок куриный	61	58													
или грудка куриная	61	58													
масса запеченной курицы (порционные кусочки)		40													
или филе куриное промышленного производства	52	50													
масса запеченного филе		40													
картофель - 01.0931.10 25%	229	172													
01.1131.1230%	246	172													
01.01-29.02 - 35%	265	172													
01.03 - 40%	287	172													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	8	8													
чеснок свежий	0,8	0,6													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2	1,5													
сметана	3	3													
масло сливочное	10	10													
Зеленый чай с сахаром №686-2004			150	0,2	0,0	12,9	52	1,1	0,0	0,0	0,0	4,2	1,1	0,7	0,1
чай - заварка	0,2	0,2													
сахар	12	12													
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	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
сонник				4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, биопростокваша и т.д. №645-1996	207	200	200	4,3	4,0	17,2	122	1,8	0,0	0,0	0,0	200,0	198,0	30,0	0,2

					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:				82,3	92,7	298,6	2358	77,9	1,0	0,7	5,2	913,4	1386,1	241,5	21,1
Соотношение белков:жиров:	/глевод	08		1	1	4									
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД				2358	2495	8799	66975	2134	28	119	391	27250	39707	7568	455
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД				84,2	89,1	314,3	2392	76,2	1,0	4,2	14,0	973,2	1418,1	270,3	16,3
СРЕДНЯЯ КАЛОРИЙНОСТЬ				337	802	1257	2396								
Содержание белков, жиров, углеводов в м калорийности	ание белков, жиров, углеводов в меню за период в 🤋						100								
Соотношение кальция к фосфору												1,5			

1	•
Хлеб ржаной	45
Хлеб пшенич	123
Мука**	3,0
Крупы, бобовые	59
крах	5
Картофель	146
Овощи, зеле	256,7
Фрукты свеж	231
Фрукты сухие	15
Сахар	48
Соки	200
Кондитерски	68
Дрожжи хлеб	опекарные
Какао	2
Чай	0,2
Мясо жилова	22
Цыплята 1 ка	48
Колбасные и	зделия
Рыба - филе	41
Молоко (массовая лоля жира	400

Творог

Сметана

Сыр, сыр пла

16

Масло сливо

Масло расти 6

44

Яйцо диетич

Соль

2	•
Хлеб ржаной	80
Хлеб пшенич	105
Мука**	20
Крупы, бобовые	33
крах	0
Картофель	77
Овощи, зеле	343
Фрукты свеж	326,4
Фрукты сухие)
Сахар	57
Соки	200
Кондитерски	18
Дрожжи хлеб	опекарные
Какао	
Чай	0,4
Мясо жилова	158
Цыплята 1 ка	29
Колбасные и	
Рыба - филе	

МОЛОКО	
(массовая лопя жира	327
Творог	114
Сметана	5

Сыр, сыр плавленный,брынза

	_
Масло сливо	41
Масло расти	11
Яйцо диетич	9
кофейный	7

3 день

Хлеб ржан	35
Хлеб пшенич	100
Мука *	35
бобовые, макароны	59
Мука картофельн ая	
Картофель	223
Овощи, зеле	240
Фрукты свеж	150
Фрукты сухиє	15
Сахар	66
Соки	200

	•
Кондитерски	23,2
дрожжи	0,8
Какао	
Чай	0,3
Мясо	108
Цыплята 1 ка	атегории І
колбаса	
Рыба (сельді	62
Молоко, кисл	667
Творог	100
Сметана	15
Сыр, сыр пла	авленный,брынза І
Масло сливо	36
Масло расти	8
Яйцо курино	44

Хлеб пшенич	103
Мука *	24
бобовые, макароны мука	35
картофельн ая	5
Картофель	284
Овощи, зеле	248
Фрукты свеж	280
Фрукты сухие	27
Сахар	54
Соки	200
Кондитерски	18
дрожжи	
Какао	
Чай	0,15
Мясо	73
Цыплята 1 кат	егории
колбаса	
Рыба (сельді	60
Молоко, кисл	444
Творог	67
Сметана	5
Сыр, сыр пла	16
Масло сливо	35
Масло расти	10

Яйцо курино

127

5 день | |

Хлеб ржаной	60
Хлеб пшенич	120
Мука *	2
бобовые, макароны мука	32
хартофельн ав	
Картофель	448
Овощи, зеле	168
Фрукты свеж	350,0
Фрукты сухие	15
Сахар	28
Соки	200
Кондитерски	18

дрожжи Какао 0,15 Чай Мясо 76 Цыплята 1 ка 50,5 колбаса 20 Рыба (сельді 519 Молоко, кисл 95 Творог Сметана

Сыр, сыр плавленный,брынза

 Масло сливо
 23

 Масло расти
 11

 Яйцо куринов
 1

Г	İ
Хлеб ржаной	30
Хлеб пшенич	80
Мука *	30
бобовые, макароны мука	33
картофельн ая	3
Картофель	100
Овощи, зеле	296
 Фрукты свеж	221
Фрукты сухие)
Сахар	98
Соки	150
Кондитерски	42
дрожжи	
Какао	1
Чай	0,15
Мясо	135
Цыплята 1 ка	71
колбаса	
Рыба (сельді	s)
Молоко, кисл	647

6 день

Творог	87
Сметана	31
Сыр, сыр пла	авленый, брынза
Масло сливо	25
Масло расти	15
Яйцо курино	93

7

кофе

7 день

Хлеб ржаной	50
Хлеб пшенич	91
Мука *	46
бобовые, макароны	47
мука картофельн эа	8
Картофель	334
Овощи, зеле	171

	i		
Фрукты свеж	156		
Фрукты сухие	30,5		
Сахар	60,5		
Соки	200		
Кондитерски	18		
дрожжи	0,6		
Какао			
Чай	0,3		
Мясо	129		
<u>Цыплята 1 ка</u> тегории			
колбаса			
Рыба (сельді	60		
Молоко, кисл	208,5		
Творог			
Сметана	15		
Сыр, сыр пла	16		
Масло сливо	42		
Масло расти	11		
Яйцо курино	61		

8 день |

Хлеб ржаной	40
Хлеб пшенич	85
Мука *	4
бобовые, макароны мука	74
картофельн ав	
Картофель	276
Овощи, зеле	353
Фрукты свеж	200
Фрукты сухие	19
Сахар	30,5
Соки	200
Кондитерски	68
дрожжи	
Какао	
Чай	0,15
Мясо	135
Цыплята 1 ка	63

колбаса

Рыба (сельдь)

Молоко, кисл 660

Творог

Сметана 5

Сыр, сыр плавленый, брынза

Масло сливо 36

Масло расти 12

Яйцо куринов 15

9 день I |

60	Хлеб ржаной
112	Хлеб пшенич
9	Мука *
	бобовые,
75	макароны
3	мука картофельн ая
100	Картофель
478	Овощи, зеле
171,2	Фрукты свеж
15	Фрукты сухие
51	Сахар
200	Соки
18	Кондитерски

дрожжи

Какао Чай 80 Мясо Цыплята 1 категории 41 колбаса 41 Рыба (сельді 477 Молоко, кисл 69 Творог 10 Сметана 16 Сыр, сыр пла 32 Масло сливо 17 Масло расти 16 Яйцо курино

кофе 7

10 день |

Хлеб ржаной 60 Хлеб пшенич 120 Мука * бобовые, 32 макароны мука картофельн 40 Картофель 421 180 Овощи, зеле 181,4 Фрукты свеж Фрукты сухие 64 Caxap 140 Соки 18 Кондитерски дрожжи Какао 0,3 Чай 56 Мясо

Цыплята 1 категории

колбаса

Рыба (сельді 60

Молоко, кисл Творог	728
Сметана	9
Сыр, сыр пла	31
Масло сливо	32
Масло расти	3
Яйцо курино	43

	Хлеб ржаной		50
	Хлеб пшенич		92
	Мука *		33,3
	бобовые, макароны	32	
ĺ	Макароны	32	
	картофельн		
	ag		
			005
	Картофель		265
			405
ı	Овощи, зеле		495
	Answer:		345
	Фрукты свеж		343
	Фрунски ология		15
	Фрукты сухие		13
	Сахар		82
	Салар		02
	Соки		200
	COM		
	Кондитерски		18
	дрожжи		0.2
	2 4		-,-
	Какао		2
		•	

Чай	0,15
Мясо	129
Цыплята 1 ка	41
колбаса	
Рыба (сельдь)	
Молоко, кисл	459
Творог	
Сметана	5
Сыр, сыр пла	7
Масло сливо	30
Масло расти	12
Яйцо курино	8

12 день

12 день	Ì
Хлеб ржаной	75
Хлеб пшенич	102
Мука *	35
бобовые, макароны мука	10
картофельн ав	
Картофель	267
Овощи, зеле	412
Фрукты свеж	301,2
Фрукты сухие	15
Сахар	68
Соки	200
Кондитерски	18
дрожжи	0,8
Какао	
Чай	0,6
Мясо	188
Цыплята 1 ка	атегории І
	l

колбаса

Рыба (сельді

Молоко, кисл

57

321

Творог

Сметана

Сыр, сыр пла 16

Масло сливо 35

Масло расти 14

Яйцо куринов 4

кофе

13 день

	İ
Хлеб ржаной	40
Хлеб пшенич	80
Мука *	51
бобовые, макароны	76
мука картофельн ая	
Картофель	13
Овощи, зеле	259
Фрукты свеж	230
Фрукты сухие	27
Сахар	63
Соки	400
Кондитерски	18
дрожжи	1,2
дрожжи Какао	1,2
	1,2
Какао	·
Какао Чай	0 22
Какао Чай Мясо	0 22
Какао Чай Мясо Цыплята 1 ка	0 22 хтегории
Какао Чай Мясо Цыплята 1 ка	0 22 атегории 51
Какао Чай Мясо Цыплята 1 ка колбаса Рыба (сельд	0 22 атегории 51 95
Какао Чай Мясо Цыплята 1 ка колбаса Рыба (сельд	0 22 атегории 51 95 435

Сыр, сыр плавленный,брынза

Масло сливо 37

Масло расти

Яйцо куринов 8

7

7

14 день

 Хлеб ржаной
 50

 Хлеб пшенич
 100

 Мука *
 36

бобовые, макароны	38,5
мука картофельн ав	5
Картофель	337
Овощи, зеле	294
Фрукты свеж	195
Фрукты сухие	18
Соки	200
Кондитерски	18
дрожжи	1
Какао	
Чай	0,15
Мясо	87
Цыплята 1 ка	52
колбаса	11
Рыба (сельді	38
Молоко	509,5
Творог	
Сметана	16
Сыр, сыр пла	16
Масло сливо	40
Масло расти	16
Яйцо курино	21,1

	Ī
Хлеб пшенич	119
Мука**	1,0
Крупы, бобовые	45
крах	
Картофель	280
Овощи, зеле	150,5
Фрукты свеж	200
Фрукты сухиє	15
Сахар	30
Соки	200
Кондитерски	68
Дрожжи хлеб	опекарные
Какао	2
Мясо жилова	нное
Цыплята 1 ка	47
Колбасные и	зделия
Рыба - филе	101
Молоко (массовая лопя жира	601
Творог	
Сметана	10
Сыр, сыр пла	20
Масло сливо	28
Масло расти	1,5
Яйцо диетич	50
Соль	
	•

16 Хлеб ржаной 80 Хлеб пшенич 106 Мука** 31 Крупы, 25 бобовые крах 0 Картофель 77 Овощи, зеле 271 Фрукты свеж 336 Фрукты сухие

Сахар 60 Соки 200 Кондитерски 18 Дрожжи хлебопекарные Какао Мясо жилова 185 Цыплята 1 ка 29 Колбасные изделия Рыба - филе (массовая 346 Творог 108 Сметана 16 Сыр, сыр плавленный,брынза Масло сливо 32 Масло расти 10 Яйцо диетич 54

кофейный

7

Хлеб ржан	40
Хлеб пшенич	114
Мука *	42
Крупы, бобовые, макароны мука	27
картофельн ая	
Картофель	266
Овощи, зеле	396
Фрукты свеж	350
Фрукты сухиє	15
Сахар	68
Кондитерски	18
дрожжи	1,0
Какао	
Чай	0,3
Мясо	129
Цыплята 1 ка	тегории
колбаса	
Рыба (сельді	67
Молоко, кисл	451

Творог 100

Сметана

Сыр, сыр плавленный,брынза

Масло сливо 37

Масло расти 13

Яйцо куринов 8

. с дош <u>.</u>	
Хлеб ржаной	55
Хлеб пшенич	100
Мука *	24
бобовые, макароны	39
мука картофельн	7
20	
Картофель	276
Овощи, зеле	228

Фрукты свеж	186
Фрукты сухие	15
Сахар	45
Соки	200
Кондитерски	18
дрожжи	
Чай	0,15
Мясо	129
Цыплята 1 ка	тегории
колбаса	
Рыба (сельді	60
Молоко, кисл	588

Творог

Сметана

Сыр, сыр пла

Масло сливо

Масло расти

Яйцо курино

133

20

16

22

16

124

40
130
3
67
214
350,0

	•
Фрукты сухие	15
Сахар	28
Соки	200
Кондитерски	18
дрожжи	
Какао	
Чай	0,15
Мясо	97
Цыплята 1 ка	76
колбаса	11
Рыба (сельді	e)
Молоко, кисл	500
Творог	95
Сметана	5
Сыр, сыр пла	авленный,брынза І
Масло сливо	21
Масло расти	16
Яйцо курино	40

70 Хлеб ржаной 100 Хлеб пшенич 23 Мука * бобовые, макароны мука 49 картофельн 3 282 Овощи, зеле 276 Фрукты свеж Фрукты сухие 79 Сахар

Соки	150
Кондитерски	18
дрожжи	
Какао	
Чай	0,15
Мясо	22
Цыплята 1 ка	169
колбаса	
Рыба (сельді	e)
Молоко, кисл	737
Творог	86
Сметана	16
Сыр, сыр пла	авленый, брынза І
Масло сливо	21
Масло расти	9
Яйцо курино	62
кофе	7

1 ''' 1	
Хлеб ржаной	50
Хлеб пшенич	100
Мука *	38
бобовые, макароны тука	120
картофельн ая	8
Картофель	309
Овощи, зеле	213
Фрукты свеж	173
Сахар	67,8
Соки	200
Кондитерски	18
дрожжи	0,6
Какао	
Чай	0,3
Мясо	79

Цыплята 1 категории

колбаса

Рыба (сельді	119
Молоко, кисл	411
Творог	
Сметана	
Сыр, сыр пла	26
Масло сливо	43
Масло расти	12
Яйцо курино	13

кофе

Хлеб ржаной	50
Хлеб пшенич	85
Мука *	52
бобовые, макароны	64
мука картофельн	
Картофель	284
Овощи, зеле	254

	•		
Фрукты свеж	200		
Фрукты сухие	19		
Сахар	33,5		
Соки	200		
Кондитерски	68		
дрожжи			
Какао			
Чай	0,15		
Мясо	129		
Цыплята 1 категории			
колбаса			
Рыба (сельді	107		
Молоко, кисл	687		
Творог			
Сметана	15		
Сыр, сыр плавленый, брынза			
Масло сливо	27		
Масло расти	7		
Яйцо курино	9		

23 день	•
Хлеб ржаной	45
Хлеб пшенич	95
Мука *	2
бобовые,	
макароны	73
мука картофельн ав	3
Картофель	251

	1		
Овощи, зеле	290		
Фрукты свеж	421,2		
Фрукты сухие	15		
Сахар	53		
Соки	200		
Кондитерски	18		
дрожжи			
Какао			
Чай			
Мясо	102		
Цыплята 1 категории			
колбаса	51		
Рыба (сельдь)			
Молоко, кисл	443		
Творог	37		
Сметана	18		
Сыр, сыр пла	16		
Масло сливо	40		
Масло расти	6		
Яйцо курино	8		
кофе	7		

Хлеб ржаной	60
Хлеб пшенич	120
Мука *	42
бобовые, макароны	35
іліука картофельн	
20	
Картофель	284
Овощи, зеле	235
Фрукты свеж	206
Фрукты сухие	15

	i
Сахар	47
Соки	140
Кондитерски	18
дрожжи	1,1
Какао	
Чай	0,3
Мясо	108
Цыплята 1 ка	тегории
колбаса	
Рыба (сельді	92
Молоко, кисл	707
Творог	
Сметана	9
Сыр, сыр пла	31
Масло сливо	21
Масло расти	10
Яйцо курино	51

Хлеб ржаной 45 Хлеб пшенич 105 Мука * 36,8

	i		
бобовые,	18		
макароны мука	10		
картофельн			
20			
Картофель	222		
Овощи, зеле	547		
Фрукты свеж	335		
Фрукты сухие	6		
Сахар	76		
Соки	200		
Кондитерски	18		
Какао	2		
Чай	0,15		
Мясо	129		
	7.4		
Цыплята 1 ка	71		
Цыплята 1 ка колбаса	/1		
колбаса			
колбаса	ь)		
колбаса Рыба (сельд	⊳) 718		
колбаса Рыба (сельд Молоко, кисл Творог Сметана	⁵⁾ 718 18	13a	
колбаса Рыба (сельд Молоко, кисл Творог Сметана	718 18 5	ısa	
колбаса Рыба (сельд Молоко, кисл Творог Сметана Сыр, сыр пла	ь) 718 18 5 авленный,бры	за	

_	Ī
Хлеб ржаной	60
Хлеб пшенич	100
Мука *	36
бобовые, макароны	10
імука картофельн ав	3
Картофель	516
Овощи, зеле	375
Фрукты свеж	321,2
Фрукты сухие	20
Соки	200
Кондитерски	18
дрожжи	1,5
Какао	
Чай	0,15
Мясо	195
l	

Цыплята 1 категории

колбаса

Рыба (сельді 41

Молоко, кисл 504,5

Творог

_	_
Сметана	/
Сыр, сыр пла	16
Масло сливо	43
Масло расти	7
Яйцо курино	13

кофе

50
114
14
80
00
27
231
253
28

	•
Сахар	78
Соки	200
Кондитерски	18
дрожжи	
Какао	
Чай	0
Мясо	22
Цыплята 1 ка	тегории
колбаса	51
Рыба (сельді	52
Молоко, кисл	618
Творог	125
Сметана	10
Сыр, сыр пла	авленный,брынза
Масло сливо	45
Масло расти	8
Яйцо курино	80
	7
	•

28 день |

Хлеб ржаной	50
Хлеб пшенич	131
Мука *	37
бобовые, макароны	40
мука картофельн	5
Картофель	414
Овощи, зеле	288
Фрукты свеж	245
Фрукты сухие	18
Сахар	59
Соки	200
Кондитерски	18
дрожжи	1
Какао	·
Чай	0.15
IGN	3,10

Мясо	97
Цыплята 1 ка	52
колбаса	
Рыба (сельдь)	
Молоко	530
Творог	
Сметана	3
Сыр, сыр пла	16
Масло сливо	41
Масло расти	13
Яйцо курино	6,8

НАКОПИТЕЛЬНАЯ ВЕДОМОСТЬ к меню № 1215 "16" марта 2016г для детей с 3 до 7 лет

		Количеств													Фак	тически	получе	но, г															%
Nº	Продукты	продуктов														Д	ни														за 28 дней, г	Факт в день, г	выпол
		в г, мл, брутто*	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	дол., :	допь, г	нения
1	Клеб ржаной	50	45	80	35	50	60	30	50	40	60	60	50	75	40	50	55	80	40	55	40	70	50	50	45	60	45	60	50	50	1475	53	105
2	Клеб пшеничный **	100	123	105	100	103	120	80	91	85	112	120	92	102	80	100	119	106	114	100	130	100	100	85	95	120	105	100	114	131	2929	105	105
3	Мука пшеничная	25	3	20	35	24	2	30	46	4	9	32	33	35	51	36	1	31	42	24	3	23	38	52	2	42	37	36	14	37	738	26	105
4	(рупы, бобовые, макаронные изделия	45	59	33	59	35	32	33	47	74	75	40	32	10	76	39	45	25	27	39	67	49	120	64	73	35	18	10	80	40	1336	48	105
5	Мука картофельная	2	5	0	0	5	0	3	8	0	3	0	0	0	0	5	0	0	0	7	0	3	8	0	3	0	0	3	0	5	58	2	99
6	Картофель	240	146	77	223	284	448	100	334	276	100	421	265	267	13	337	280	77	266	276	214	182	309	284	251	284	222	516	27	414	6891	246	103
7	Овощи, зелень	300	257	343	240	248	168	296	171	353	478	180	495	412	259	294	150	271	396	228	345	282	213	254	290	235	547	375	231	288	8299	296	99
8	Фрукты свежие	260	231	326	150	280	350	221	156	200	171	181	345	301	230	195	200	336	350	186	350	276	173	200	421	206	335	321	253	245	7191	257	99
9	Фрукты сухие	15	15	0	15	27	15	0	31	19	15	0	15	15	27	18	15	0	15	15	15	0	15	19	15	15	6	20	28	18	407	15	97
10	Caxap***	55	48	57	66	54	28	98	61	31	51	64	82	68	63	49	30	60	68	45	28	79	68	34	53	47	76	54	78	59	1598	57	104
11	Соки	200	200	200	200	200	200	150	200	200	200	140	200	200	400	200	200	200	200	200	200	150	200	200	200	140	200	200	200	200	5580	199	100
12	Кондитерские изделия	25	68	18	23	18	18	42	18	68	18	18	18	18	18	18	68	18	18	18	18	18	18	68	18	18	18	18	18	18	733	26	105
13	Дрожжи хлебопекарные	0,4	0	0	0,8	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0	0,0	0,0	0,2	0,8	1,2	0,7	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0	0,0	1,1	0,4	1,5	0,0	1,0	10	0	80
14	Какао	0,3	2	0	0	0	0	1	0	0	0	0	2	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	9	0	105
15	łай	0,2	0,2	0,4	0,3	0,2	0,2	0,2	0,3	0,2	0,0	0,3	0,2	0,6	0,2	0,2	0,2	0,4	0,3	0,2	0,2	0,2	0,3	0,2	0,0	0,3	0,2	0,2	0,2	0,2	6	0	102
16	Иясо 1 категории	100	22	158	108	73	0	135	129	135	80	56	129	188	22	87	0	185	129	129	97	22	79	129	102	108	129	195	22	97	2743	98	98
17	(уры 1 категории	30	48	29	0	0	76	71	0	63	0	0	41	0	0	52	47	29	0	0	76	169	0	0	0	0	71	0	0	52	824	29	98
18	Колбасные изделия	10	0	0	0	0	51	0	0	0	41	0	0	0	51	11	0	0	0	0	11	0	0	0	51	0	0	0	51	0	266	9	95
19	Рыба - филе, сельдь	42	41	0	62	60	20	0	60	0	41	60	0	57	95	38	101	0	67	60	0	0	119	107	0	92	0	41	52	0	1173	42	100
20	Молоко, кисломолочные продукты	550	400	327	667	444	519	647	209	660	477	728	459	321	435	510	601	346	451	588	500	737	411	687	443	707	718	505	618	530	14643	523	95
21	Гворог (9-процентный)	50	0	114	100	67	95	87	0	0	69	0	0	0	93	0	0	108	100	133	95	86	0	0	37	0	18	0	125	0	1327	47	95
22	Сметана	10	0	5	15	5	0	31	15	5	10	9	5	0	22	16	10	16	0	20	5	16	0	15	18	9	5	7	10	3	270	10	96
23	Сыр	10	16	0	0	16	0	0	16	0	16	31	7	16	0	16	20	0	0	16	0	0	26	0	16	31	0	16	0	16	275	10	98
24	Масло сливочное	35	38	41	36	35	23	25	42	36	32	32	30	35	37	40	28	32	37	22	21	21	43	27	40	21	35	43	45	41	935	33	95
25	Масло растительное	10	6	11	8	10	11	15	11	12	17	3	12	14	7	16	2	10	13	16	16	9	12	7	6	10	9	7	8	13	292	10	104
26	Яйцо диетическое	40	44	9	44	127	1	93	61	15	16	43	8	4	8	21	50	54	8	124	40	62	13	9	8	51	35	13	80	7	1046	37	95
27	Кофе (кофейный напиток)	2	0	7	0	0	0	7	0	0	7	0	0	0	7	0	0	7	0	0	0	7	0	0	7	0	0	0	7	0	56	2	100
28	Соль	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	140	5	100
29	Специи	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	28	1	100
. =			٦.	7			1.050																								•		

^{*} Постановление Правительства РФ от 7 ноября 2005 г. N 659 "Об утверждении норм материального обеспечения детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, обучающихся и воспитывающихся в федеральных государственных образовательных учреждениях, несовершеннолетних, обучающихся и воспитывающихся в федеральных государственных образовательных учреждениях, несовершеннолетних, обучающихся и воспитывающихся в федеральных государственных образовательных учреждениях - специальных профессиональных училищах открытого и закрытого типа и федеральном государственном учреждении "Сергиево Посадский детский дом слепоглухих Федерального агентства по здравоохранению и социальному развитию".

Приложение № 1 "Нормы обеспечения питанием детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, лиц из числа детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, лиц из числа детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, обучающихся и воспитывающихся в федеральных государственных образовательных учреждениях - специальных профессиональных училищах открытого и закрытого типа и федеральном государственном учреждении "Сергиево Посадский детский дом слепоглухих Федерального агентства по здравоохранению и социальному развитию"

Распределение энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи для детей в возрасте с 3 до 7 лет

	Завтрак,		2 завтрак,		Обед,		Полдник,		Ужин,		Сонник,		Итого,	
Постановление	ккал		ккал		ккал		ккал		ккал		ккал		ккал	
Правительства РФ	20% от	%	5% от	%	35% от	%	15% от	%	20% от	%	5% от	%	100% от	%
от 7 ноября 2005 г.	суточного	70	суточного	70	суточного	70	суточного	70	суточного	70	суточного	70	суточного	70
N 659	рациона		рациона		рациона		рациона		рациона		рациона		рациона	
	477,4		120		835,5		358		477,4		120		2387	
1 день	472	20	126	5	808	34	377	16	476	20	122	102	2380	100
2 день	502	21	121	5	824	26	375	16	499	21	122	102	2444	102
3 день	460	19	126	5	811	25	340	14	494	21	122	102	2353	99
4 день	463	19	126	5	877	27	376	16	499	21	122	102	2463	103
5 день	505	21	121	5	816	25	375	16	481	20	122	102	2420	101
6 день	503	21	120	5	866	27	378	16	499	21	122	102	2489	104
7 день	490	21	126	5	818	26	354	15	478	20	122	102	2388	100
8 день	482	20	126	5	833	26	375	16	463	19	122	102	2401	101
9 день	489	20	121	5	827	26	352	15	482	20	122	102	2393	100
10 день	498	21	116	5	817	25	365	15	492	21	122	102	2409	101
11 день	481	20	126	5	812	25	341	14	473	20	122	102	2355	99
12 день	454	19	126	5	812	25	358	15	456	19	122	102	2328	98
13 день	487	20	126	5	857	27	342	14	486	20	122	102	2419	101
14 день	503	21	126	5	860	27	344	14	498	21	122	102	2453	103
15 день	482	20	126	5	794	25	377	16	457	19	122	102	2358	99
16 день	461	19	121	5	829	26	339	14	470	20	122	102	2342	98
17 день	489	21	121	5	805	25	345	14	495	21	122	102	2377	100
18 день	493	21	126	5	878	27	374	16	472	20	122	102	2464	103
19 день	482	20	121	5	802	25	375	16	508	21	122	102	2409	101
20 день	494	21	120	5	805	25	369	15	460	19	122	102	2371	99
21 день	490	21	126	5	794	25	348	15	454	19	122	102	2334	98
22 день	491	21	126	5	829	26	375	16	454	19	122	102	2397	100
23 день	483	20	121	5	852	27	360	15	460	19	122	102	2398	100
24 день	498	21	116	5	795	25	353	15	469	20	122	102	2353	99
25 день	477	20	126	5	806	25	362	15	459	19	122	102	2352	99
26 день	460	19	119	5	852	27	352	15	469	20	122	102	2375	99
27 день	497	21	126	5	792	25	371	16	483	20	122	102	2391	100
28 день	500	21	126	5	796	25	342	14	472	20	122	102	2358	99
итого в среднем за день	485	122	123	108	824	125	360	15	477	120	122	102	2392	100

	1		
	1		
	1		
	1		
	1		
	1		
	-		
	4		
	1		
	1		
	1		
	1		
	1		
	1		
	1		
	1		
	1		
	-		
	1		
	1		
	1		
	J		

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
												l l	Зав	трак								l l		
Каша	Запеканка	Каша	Омлет	Каша	Суфле	Суп	Каша	Каша	Суп	Каша	Суп		Каша	Каша	Суфле	Каша	Омлет	Каша	Запеканка	,	Каша	Каша	Суп	Каша
	из	"Солнечн	натуральн	пшенная	творожно	молочный	манная	ячнево-	молочный	"Янтарна	молочный	творожна	овсяная	рисовая	творожно	сборная	натуральн	ячневая	творожна	молочный	боярская	манная	молочный	"Геркулес
я жидкая, с маслом	творога со	ая" с маслом	ый с маслом	жидкая с маслом	е с печеньем	с крупой №162-	молочная жидкая с	пшенична я жидкая	с макаронн	я" жидкая, с маслом	с крупой №162-	я с маком	жидкая с маслом	жидкая, с маслом	е со сгущенны	жидкая с маслом	ый с маслом	жидкая, с маслом	я с фруктами	с крупой №162-	(из пшена с изюмом)	молочная жидкая с	с макаронн	овая" жидкая с
Бутербро	Бутербро	Бутербро	Бутербро	Бутербро	Бутербро	Для	Бутербро	Бутербро	Бутербро	Бутербро	Бутербро	Бутербро	Для	Бутербро	Бутербро	Бутербро	Бутербро	Бутербро	Бутербро	Для	Бутербро	Бутербро	Бутербро	Бутербро
д горячий	дс	дс	д горячий	дс	дс	 бутербро	дс	д горячий	д с сыром	дс	д горячий	дс	 бутербро	д горячий	дс	дс	д горячий	дс	дс	 бутербро	дс	д горячий	д с сыром	дс
с сыром	маслом	джемом	с сыром	маслом	джемом	да:	маслом	с сыром	№3-2004	джемом	с сыром	маслом	да:	с сыром	маслом	джемом	с сыром	маслом	джемом	да:	маслом	с сыром	№3-2004	джемом
Какао с	Кофейны	Чай с	Молоко	Молоко	Кофейны	Чай с	Молоко	Кофейны	Чай с	Какао с	Чай с	Кофейны	Молоко	Какао с	Кофейны	Чай с	Молоко	Молоко	Кофейны	Чай с	Молоко	Кофейны	Чай с	Какао с
молоком сгущенны	й напиток №253-	молоком №630-	питьевое кипяченое	питьевое кипяченое	й напиток (№253-	сахаром №685-	питьевое кипяченое	й напиток (№253-	лимоном №686-	молоком №642-	сахаром №685-	й напиток №253-	питьевое кипяченое	молоком сгущенны	й напиток №253-	молоком №630-	питьевое кипяченое	питьевое кипяченое	й напиток №253-	сахаром №685-	питьевое кипяченое	й напиток №253-	лимоном №686-	молоком №642-
, .				Продукт	,			,	Яйцо		Йогурт			, .				Продукт	Йогурт				Яйцо	
				творожны					отварное		мопочный		0	<u> </u>				творожны	мопочный				отварное	
Corr	Фрунски	Cor	Cor	Cor	Cor	Cor	l Corr	Cor	Cor	Corr	Фрунти	Cor		втрак	Фрунсти	Corr	Cor	Cor	Corr	ICor.	Cor	Corr	Cor	Corr
COK	Фрукты	Сок	Сок	Сок	Сок	Сок	Сок	Сок	Сок	Сок	Фрукты	Сок	Сок	Сок	Фрукты	Сок	Сок	Сок	Сок	Сок	Сок	Сок	Сок	Сок
Кондитер	Кондитер	Кондитер	Кондитер	Кондитер	Кондитер	Кондитер	Кондитер	Кондитер	Кондитер	Кондитер	Кондитер	Кондитер	Кондитер	Кондитер	Кондитер	Кондитер	Кондитер	Кондитер	Кондитер	Кондитер	Кондитер	Кондитер	Кондитер	Кондитер
													06	бед										
Яйцо	Салат из	Салат	Салат из	Салат из	Помидор	Салат из	Салат	Салат из	Салат из	Салат	Огурцы	Салат "Лето"	Салат из	Яйцо отварное	Салат	Салат из	Салат "Пестрый"	Помидор	Салат	Салат	Салат из	Салат из	Салат "Пестрый"	Салат
отварное №337-	белокоча нной	зеленый с огурцами	свежих помидоро	свежих огурцов	ы свежие №71-	белокоча нной	"Пестрый" (технико-	свежих помидоро	свежих огурцов	венгерски й (технико	свежие парников	лето (технико-	свежих помидоро	отварное №337-	венгерски й (технико	свежих огурцов	(технико-	ы свежие №71-	зеленый с огурцами	витаминн ый №39-	свежих огурцов	свежих помидоро	тестрыи (технико-	венгерски й (технико-
2004	капусты	И	в №19-	p.16-2004	2006,	капусты с	технологи	в №19-	№16-2004	технологи	ые №70-	технологи	в №19-	2004	технологи	№16-2004	*	2006,	и	2004	№16-2004	в №19-	технологи	технологи
Салат из				########												#######								
свежих																							, ,	i
огурцов																							1	
#######		Суп	Борщ	Супс	Суп	Суп	Свекольн	########		Щи из	Уха	Борщ	Суп по-	Суп	Суп-	Суп из	Рассольн	Солянка	Суп из	Суп	Свекольн	Суп	Рассольн	Щи из
	лапша с	"Летний"	волынски й с мясом	рыбными	"Питатель ный" с	гороховы	ик с мясом, со		NK C	свежей	ростовска я №119-	сибирский с мясом и	домашне му с	рыбный с	лапша домашняя	овощей с мясом	ик Ленингра	домашняя	сборных овощей	фасолевы й с мясом	ик с мясом, со	крестьянс кий с	NK C	свежей капусты с
	помидора ми по-	из овощей с	и смясом	фрикадел ьками	мясом и	й с гренками	мясом, со сметаной		мясом, со сметаной	капусты с картофел	я №119- 2006,	с мясом и сметаной	му с мясопрод	картофел ем	домашняя , с курой	мясом №135 -	ленингра дский с	со сметаной	мелкошин	и с мясом №1.83-	мясом, со	кии с крупой, с	мясом, со сметаной	капусты с
	казачьи, с	мясом и	сметаной	№142-	сметаной	и мясом	№34-		№130-	ем, с	Москва	№111-	уктами и	№1.88a-	(№148-	2004	мясом и	№204-	кованных	1995,	№34-	мясом и	№131-	ем, с
	курицей	сметаной	№119-	2004	(технико-	№139-	2004,		2004	мясом и		2004	сметаной	1995,	2004)		сметаной	1997	с мясом	Картотека	2004,	сметаной	2004	мясом и
Биточки	Гуляш	Рыба по-	Фрикадел	Рагу из	########	Рыба,	Плов по-	Биточки	Рыба	Котлеты	Говядина,	Сосиски,	Ежики из	Котлетки	Гуляш	Котлеты	Бефстрог	Жаркое	Курочка	Горбуша	Плов	Биточки	Рыба,	Суфле из
рубленны е из	№152- 2004,	татарски (технико-	ьки в соусе	птицы №489-		запечённ ая с	узбекски №444-	из мяса с маслом	запечённ ая с	особые из птицы с	тушёная с капустой	сардельки , колбаса	говядины с рисом и	"Детские" из птицы	№152- 2004,	из кальмаро	анов №423-	из птицы №446-	ряба - блюдо из	в морковно -	№443- 2004	из мяса №451-	тушеная в томате с	кур с маслом
птицы	Пермь	технологи	№469-	2004		яйцом с	2004	сливочны	маслом	маслом	Nº 440-	, колоцоц отварные	маслом	с маслом	Пермь	в и рыбы	2004	1996	птицы с	сухарной	2004	2004	овощами	№ 503 -
Макаронн	Каша	ноокод	2004 Макаронн		Каша	Картофел	########	капуста	Nь210 Пюре	Овощи	2004	Макаронн	No.174 Рагу из	(томиче Каша	Каша	Картофел	Макаронн		######################################	Картофел	########	Картофел	Nь274 Пюре	2004 Капуста
ые	гречневая		ые		пшенична	ь		тушеная	картофел	припущен		ые	овощей	пшенична	гречневая	ь	ые			ь		Ь	картофел	цветная
изделия	вязкая		изделия		я вязкая	отварной		№ 534-	ьное	ные		изделия	№215-	я вязкая	вязкая	отварной	изделия			отварной		тушеный	ьное	отварная
отварные Компот из	No302_ Компот из	Компот из	отварные Компот из	Компот из	№ 302 <u>-</u> Кисель из	Компот из	Отвар из	2004 Компот из	№520- Компот из	№524 <u>-</u> Компот из	########	отварные Компот из	1996 Компот из	№302 <u>-</u> Компот из	№302 <u>-</u> Компот из	С маспом Компот из	отварные Компот из	Компот из	Кисель из	С маспом Компот из	Отвар из	№216- Компот из	№520- Компот из	№523 <u>-</u> Компот из
сухофрукт	свежих	изюма +	свежих	кураги +	свежих	сухофрукт	плодов	изюма +	свежих	кураги +		изюма +	свежих	сухофрукт	свежих	изюма +	сухофрукт	кураги +	свежих	свежих	плодов	изюма +	сухофрукт	свежих
ов +	ягод +	Витамин	плодов +	Витамин	ягод +	ов +	шиповник	Витамин	плодов +	Витамин		Витамин	плодов +	ов +	ягод +	Витамин	ов +	Витамин	ягод +	плодов +	шиповник	Витамин	ов +	плодов +
Витамин "С" №638-	Витамин С. №357-	"C" №638-	Витамин "С" №585-	"C" №638- 2004	Витамин С. №590-	Витамин "С" №638-	a №705- 2004	"C" №638- 2004	Витамин "С" №585-	"C" №638- 2004		"C" №638- 2004	Витамин "С" №585-	Витамин "С" №638-	Витамин С. №357-	"C" №638- 2004	Витамин "С" №638-	"C" №638- 2004	Витамин С. №590-	Витамин "С" №585-	a №705- 2004	"C" №638- 2004	Витамин "С" №638-	Витамин "С" №585-
C 145020-	C. Nº337-	2004	Фрукты	Фрукты	C. Nº390-	C 145020-	2004 Фрукты	#######	C 145202-	2004		Фрукты	C 145202-	C 145020-	C. Nº337-	2004	C 142036-	2004 Фрукты	C. Nº390-	C 145202-	200 4 Фрукты	2004	C 14≅030-	C 145202-
			свежие в	свежие в			свежие в					свежие в	Поп	ДНИК				свежие в			свежие в			
Myuuoo	Myuuoe	Булочка	Snaari wa	Мучное	Пирог	Бупоцка	Myuune	Колобки	Коржик	Пиша	Бупоцка	Пирожок			Мучное	Булочка	Сыршили	Мучное	Манник	Пицца	Мучное	Запеканка	Шанежка	Булочка
Мучное прянично	Мучное изделие	- Вулючка в пригина в	Зразы из творога с	мучное изделие	Пирог "Зебра"	Булочка с маком	Мучное сдобное	творожны		Пицца вегетариа	Булочка дорожная	гирожок сдобный	Кулебяка с рыбой	Мучное прянично	изделие	Булючка Домашня	Сырники из	изделие	іманник (технико-	гицца школьная	мучное сдобное	морковна	шанежка наливная	Булючка Творожна
е изделие	промышл	льная"	черносли	промышл	(технико-	№772-	изделие	е	№287-	нская	Nº470-	печенный	№699;	е изделие	промышл	я №769-	творога	промышл	технологи	диетическ	изделие	яс	с яйцом	я №786-
Кисель из	Кисломол	Кисломол	Кисель из	Кисломол	Молоко	Кисель из	Молоко	Кисломол	Молоко	Кисель из	Кисель из	Сок	Кисель из	Молоко	Кисломол	########	Кисель	Кисломол	Молоко	Кисель из	Молоко	Кисломол	Молоко	Молоко
свежих	очный	очный	яблок	очный	питьевое	черносли	питьевое	очный	питьевое	яблок	свежих	промышл	черносли	питьевое	очный		молочный	очный	питьевое	черносли	питьевое	очный	питьевое	питьевое
ягод + Витамин	напиток (кефир,	напиток (кефир,	№642- 2004	напиток (кефир,	кипяченое 2,5 %	ва или кураги	кипяченое 3,2 %	напиток (кефир,	кипяченое 2,5 %	№642- 2004	ягод + Витамин	енного производс	ва или кураги	кипяченое 2,5 %	напиток (кефир,		№651- 2004	напиток (кефир,	кипяченое 2,5 %	ва или кураги	кипяченое 3,2 %	напиток (кефир,	кипяченое 2,5 %	кипяченое 2,5 %
Фрукты	(кефир,	(кефир,	2004	, , , ,	2,5 % Фрукты	Фрукты	Фрукты	(кефир,		Фрукты	Dитамин	Фрукты	Фрукты	2,5 % Фрукты	(кефир,		2004	(кефир,	Фрукты	Фрукты	J,Z /6	(кефир,	Фрукты	Фрукты
свежие в					свежие в	свежие в	свежие в			свежие в			свежие в	свежие в					свежие в	свежие в			свежие в	свежие в
	1			1	1	1		1	1	1			Ух	кин	1	<u> </u>	<u> </u>		1					
Салат		Продукт		Салат	Салат из			Икра		Овощи	#######		Салат из	Помидор	Яйцо	Продукт		Салат из	Яйцо			Салат	1	Салат из
венгерски		творожны		сезонный	пекинской			баклажан		консервир			пекинской		отварное	творожны		пекинской	отварное			дальнево	, ,	пекинской
й (технико-		й для		№23-	капусты			ная		ованные			капусты	№71-	№337-	ЙС		капусты	№337-			сточный		капусты
Котлета	Шницель	Печень,	Рыба	Сосиски,	Суфле из	Бефстрог	Драники	Сосиски,	Клецки с	Говядина	Биточки	Рыба	Курица,	Шницель	Котлеты		Рыба	########	Рагу из	Колбаски	Кальмары	Сосиски,	Печень,	Жаркое
рыбная	из мяса с	тушеная в	запечённ	сардельки	кур с	AHOB	из птицы	сардельки	MACOM	духовая "Потила"	из мяса с		запечённ	рыбный	полтавски е №427 -	тушённая	запечённ		мяса No.405	из	В	сардельки	-	"Казань" №306
"Лада" с маслом	маслом сливочны	coyce №408,555-	ая с маслом		маслом №503 -	№423- 2004	запеченн ые, с	отварные с соусом	№475- 2004	"Летняя" (технико-	маслом сливочны	`	ая с картофел	натуральн ый с	e №427 - 1996	с капустой	ая №310- 1996		№405- 1996	говядины с маслом	сметанно м соусе		coyce №408-	№396- 1996
	N- 454	4000		,	0001		<u> </u>				N-454		OM D							Lu-00-4000	V-075 750		4000	

Пюре	Овощи	Рис	Картофел	Пюре	Рагу из	Каша	Картофел	Макаронн	Каша	########	########	Рис	ем в	Пюре	Овощи		Пюре	########	########	Каша	Картофел	Макаронн	Каша	########
картофел	припущен	припущен	Ь	картофел	овощей	гречневая	Ь	ые	гречневая			припущен	сметанно	картофел	припущен		картофел			гречневая	ь	ые	гречневая	
ьное	ные	ный с	отварной	ьное	№215-	вязкая	тушеный	изделия	вязкая			ный с	м соусе	ьное	ные		ьное			вязкая	припущен	изделия	вязкая, с	
№520-	№524-	овощами	с маслом	№520-	1996	№302-	№216-	отварные	№302-			кукурузой	(Технико-	№520-	№524-		№520-			№302-	ный с	отварные	морковью	
Чай с	Сок	Чай с	Чай с	Зеленый	Чай с	Чай с	Зеленый	Кисель из	Чай с	Зеленый	Фито-чай	Чай с	Зеленый	Чай с	Сок	Чай с	Чай с	Зеленый	Чай с	Чай с	Зеленый	Кисель из	Чай с	Зеленый
лимоном	промышл	сахаром	лимоном	чай с	молоком	лимоном	чай с	свежих	молоком	чай с	с сахаром	молоком	чай с	лимоном	промышл	сахаром	лимоном	чай с	молоком	лимоном	чай с	свежих	молоком	чай с
№686-	енного	№685-	№686-	сахаром	№630-	№686-	сахаром	ягод +	№630-	сахаром	№627-	№630-	сахаром	№686-	енного	№685-	№686-	сахаром	№630-	№686-	сахаром	ягод +	№630-	сахаром
0004		0004	0004	N-000	4000	0004	Nacoo	D	4000	N-000	4000	4000	Nacco	0004		0004	0004	Nacoo	4000	0004	Nacoo	D	4000	N-000
										Фрукты							Сонник							Фрукты
Кисломол	Фрукты	Фрукты	Молоко	########	Кисломол	########	Кисломол	Фрукты	Кисломол	Кисломол	Кисломол	Кисломол	Кисломол	Кисломол	Фрукты	Фрукты	Кисломол	Фрукты	Кисломол	Молоко	Кисломол	Фрукты	Кисломол	
очный	свежие в	свежие в	питьевое		очный		очный	свежие в	очный	очный	очный	очный	очный	очный	свежие в	свежие в	очный	свежие в	очный	питьевое	очный	свежие в	очный	очный
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25

26	27	28
Суп	Пудинг из	Каша
молочный с крупой	творога с	кукурузна
с крупои №162-	молоком сгущенны	я жидкая, с маслом
Бутербро	Бутербро	Для
д горячий	д C	бутербро
с сыром	маслом	да:
Чай с	Кофейны	Молоко
сахаром	й напиток	питьевое
№685-	№253-	кипяченое
Йогурт мопочный		
Фрукты	Сок	Сок
Кондитер	Кондитер	Кондитер
ское	croo	croe
Огурцы	Салат	Салат из
свежие парников	"Лето" (технико-	свежих помидоро
нарников ые №70-	технологи	помидоро в №19-
Суп	Борщ из	Суп
картофел	свежей	полевой с
ьный с	капусты с	мясом
рыбными	картофел	№137 -
консерва ми №64-	ем, со сметаной,	1996
Запеканка	Сосиски.	Котлеты
картофел	сардельки	из мяса с
ьная с	, колбаса	маслом
мясом	отварные	сливочны
No.420	Макаронн	Рагу из
	ые	овощей
	изделия	№215-
Сок	отварные	1996
промышл	Компот из изюма +	Компот из свежих
енного	Витамин	плодов +
производс	"C" №638-	Витамин
тва для	2004	"C" №585-
	Фрукты	
	свежие в	
	свежие в	
Булочка	свежие в Шарлотка	Булочка
"Фантазия		российска
	Шарлотка	
"Фантазия " (технико Кисломол	Шарлотка яблочная простая Молоко	российска я №775- Кисель из
"Фантазия " (технико Кисломол очный	Шарлотка яблочная простая Молоко питьевое	российска я №775- Кисель из черносли
"Фантазия " (технико Кисломол очный напиток	Шарлотка яблочная простая Молоко питьевое кипяченое	российска я №775- Кисель из черносли ва или
"Фантазия " (технико Кисломол очный	Шарлотка яблочная простая Молоко питьевое	российска я №775- Кисель из черносли ва или кураги
"Фантазия " (технико Кисломол очный напиток	Шарлотка яблочная простая Молоко питьевое кипяченое	российска я №775- Кисель из черносли ва или кураги Фрукты
"Фантазия " (технико Кисломол очный напиток	Шарлотка яблочная простая Молоко питьевое кипяченое	российска я №775- Кисель из черносли ва или кураги
"Фантазия " (технико Кисломол очный напиток (кефир,	Шарлотка яблочная простая Молоко питьевое кипяченое	российска я №775- Кисель из черносли ва или кураги Фрукты свежие в
"Фантазия " (технико Кисломол очный напиток	Шарлотка яблочная простая Молоко питьевое кипяченое	российска я №775- Кисель из черносли ва или кураги Фрукты свежие в
"Фантазия " (технико Кисломол очный напиток (кефир,	Шарлотка яблочная простая Молоко питьевое кипяченое	российска я №775- Кисель из черносли ва или кураги Фрукты свежие в
"Фантазия " (технико Кисломол очный напиток (кефир,	Шарлотка яблочная простая Молоко питьевое кипяченое 2,5 %	российска я №775- Кисель из черносли ва или кураги Фрукты свежие в Салат из белокоча нной
"Фантазия " (технико Кисломол очный напиток (кефир, ######## Котлеты	Шарлотка яблочная простая Молоко питьевое кипяченое 2,5 %	российска я №775- Кисель из черносли ва или кураги Фрукты свежие в Салат из белокоча нной
"Фантазия " (технико Кисломол очный напиток (кефир,	Шарлотка яблочная простая Молоко питьевое кипяченое 2,5 %	российска я №775- Кисель из черносли ва или кураги Фрукты свежие в
"Фантазия " (технико Кисломол очный напиток (кефир, ######## Котлеты мясо -	Шарлотка яблочная простая Молоко питьевое кипяченое 2,5 %	российска я №775- Кисель из черносли ва или кураги Фрукты свежие в Салат из белокоча нной Курица, запечённ

Капуста	Рис	му
тушённая	припущен	(технико-
в соусе	ный с	технологи
<u>сметанно</u>	овощами	ческая
Кисель из	Чай с	Зеленый
свежих	молоком	чай с
ягод +	№630-	сахаром
Фрукты свежие в	Кисломол очный	Кисломол очный

26 27 28				
	2	26	27	28

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

Приложение №13 к	Завтрак, 2 завтрак, граммы	Обед, граммы	Полдник, граммы	Ужин, Сонник граммы
СанПин 2.4.1.3049-13	400-550	600-800	250-300	450-600
1 день	550	605	250	600
2 день	470	690	250	535
3 день	550	760	250	580
4 день	550	680	300	555
5 день	430	654	250	615
6 день	470	690	260	600
7 день	550	700	250	550
8 день	540	645	250	590
9 день	550	710	250	600
10 день	550	684	250	570
11 день	550	630	260	600
12 день	470	830	300	590
13 день	520	600	260	560
14 день	535	750	250	600
15 день	550	735	230	600
16 день	500	690	250	570
17 день	550	649	260	550
18 день	550	645	300	595
19 день	630	655	250	570
20 день	550	650	250	590
21 день	550	695	260	565
22 день	535	600	250	600
23 день	550	670	300	560
24 день	550	675	260	550
25 день	550	680	260	600
26 день	470	675	250	540
27 день	550	600	250	535
28 день	535	700	240	590