

Генеральный директор
ООО «Матрикс Рус»
М.Г. Сыслова
М.П. Матрикс Рус

-AB] , 0 | 0 | 0 , X0A0] | | , | ... 0 , ~ | 03

28-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
ОБЕДОВ, ПОЛДНИКОВ ДЛЯ ПИ
ОСЕНЬ, ЗИМА, ВЕСНА, ЛЕТО)

Согласовано:
Эксперт
М.П. Матрикс Рус
М.П. Матрикс Рус

Аннотация

Примерное 20 — ти дневное меню разработано для питания детей дошкольного возраста с 3 до 7 лет в дошкольной организации. Прием пищи — завтрак, второй завтрак, обед, полдник.

Нормы потребления продуктов питания рассчитаны для завтрака — 20 %, второй завтрак -5 %, обед-35 %, полдник -15 % в соответствии Приложением 10, таблица N23 «Распределения в процентном соотношении ПИИ\$ВЫХ веществ и энергии по приемам пищи» СанПиН 2.3/2.43590-20 «Санитарно эпидемиологические требования к организации общественного питания населения » (далее - СанПиН 2.3/2.43590-20),

Меню содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности, включая содержание витаминов и минеральных веществ в каждом готовом блюде и кулинарном изделии.

Меню разработано на основании СанПиН 2,3/2.43590-20 Сборников технологических нормативов и в соответствии с требованиями:

- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, 1 часть - М.: Хлебпродинформ, 1996 г (№ рец. — 1996);
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах — М.: Хлебпродинформ, 2004г рец. — 2004); ■ Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции общественного питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, Том 1,2 — Москва, 2006г (№ рец. — 2006, Москва);
- Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, часть, II часть — Пермь: Уральский институт питания, 2004г (№ рец.-2004, Пермь);
- Сборник технических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной поддержке — Пермь, ООО «Уральский региональный центр питания» ГБОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е.А. Вагнера», 2013г (№ рец. — 2013, Пермь);
- Сборник рецептур блюд и кулинарных для предприятий общественного питания, обслуживающих учащихся образовательных учреждений Свердловской области, Е: Министерство торговли, питания и услуг Свердловской области, 2006г; (№ рец.-2006, Екатеринбург);
- Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях, г. Екатеринбург (экспертное заключение ФГУЗ «Центра гигиены и эпидемиологии в Свердловской области» №02-01-12-13-01/276), 2011 г (№ рец. — 2011, Екатеринбург).
- Сборник технических нормативов под редакцией М.П. Могильного 2017г.
- Практическое руководство под редакцией Тутельяна — 2014 г.

Блюда и кулинарные изделия следует изготавливать строго по технологическим и технико-технологическим картам.

Качество и безопасность продукции, произведенной по рецептурам меню, гарантируется только при строгом соблюдении: санитарных норм и правил, правил технологии приготовления блюд и изделий, последовательности технологических процессов, температурного режима, взаимозаменяемости продуктов, кулинарного назначения мясных и рыбных полуфабрикатов, указанных в технологических картах.

Нормы вложения продуктов массой брутто в рецептурах меню рассчитаны на стандартное сырье следующих кондиций:

- Говядина полуфабрикат или говядина 1 категории; ■ Мясо птицы;
- Рыба мороженая, крупная, неразделанная или потрошенная, конкретно для данного блюда;

- В рецептурах предусмотрено использование: томатного пюре с содержанием сухих веществ 12 0/0, яиц куриных средней массой 40 г без скорлупы•
- Для овощей приняты нормы отходов соответствие с Приложением №24 Сборника рецептов блюд и кулинарных изделий 1996 г, необходимо строго следить за пересчетом процента отходов для расчета сырья по овощам, в соответствии с сезонностью.
- Соль в рецептурах меню и технологических карт указана для приготовления молочных каш и мучных изделий, закладка соли и специй (лавровый лист), предусмотренная в рецептурах блюд и кулинарных изделий не должна превышать норму потребления в день.
- При приготовлении блюд, предусматривающих замену продуктов, использовано приложение №11 «Таблица замены пищевой продукции в граммах (нетто) с учетом их пищевой ценности».

Кроме того, в меню использованы: хлеб и хлебобулочные изделия с содержанием витаминов и минералов, фрукты в свежем виде. Для дополнительного обогащения рациона микронутриентами могут быть использованы в меню специализированные продукты питания, обогащенные микронутриентами, а также инстантные витаминизированные напитки промышленного выпуска и витаминизация третьих блюд специальными витаминноминеральными премиксами.

Продукты, входящие в состав рецептов блюд и кулинарных изделий согласно меню, указаны в граммах, кроме жидкости (сок, молоко, кисломолочный продукты, вода питьевая), которые указаны в миллилитрах.

При кулинарной обработке пищевых продуктов необходимо строго соблюдать санитарно-эпидемиологические требования к технологическим процессам приготовления блюд:

- при изготовлении вторых блюд из вареного мяса, птицы, рыбы или отпуске вареного мяса (птицы) к первым блюдам, порционированное мясо обязательно подвергают вторичному кипячению в бульоне в течение 5-7 минут; ■ порционированное для первых блюд мясо может до раздачи храниться в бульоне на горячей плите или мармите (не более 1 часа); ■ при перемешивании ингредиентов, входящих в состав блюд, необходимо пользоваться кухонным инвентарем, не касаясь продукта руками; ■ при изготовлении картофельного (овощного) пюре следует использовать механическое оборудование;
- масло сливочное, используемое для заправки гарниров и других блюд, должно предварительно подвергаться термической обработке (растопливаться и доводиться до кипения); ■ яйцо варят в течение 10 минут после закипания воды; ■ яйцо рекомендуется использовать для приготовления блюд из яиц, а также в качестве компонента в составе блюд; ■ омлеты и запеканки, в рецептуру которых входит яйцо, готовят в жарочном шкафу, омлеты — в течение 8-10 минут при температуре 180-200 °С, слоем не более 2,5-3 см; запеканки — 20-30 минут при температуре 220-280 °С, слоем не более 3-4 см; хранение яичной массы осуществляется не более 30 минут при температуре не выше 4±2 °С; ■ вареные колбасы, сардельки и сосиски варят не менее 5 минут после закипания; ■ гарниры из риса и макаронных изделий варят в большом объеме воды (в соотношении не менее 1:6) без последующей промывки; ■ салаты заправляют непосредственно перед раздачей.

Готовые первые и вторые блюда могут находиться на мармите или горячей плите не более 2-х часов с момента изготовления либо в изотермической таре (термосах) - в течение времени, обеспечивающего поддержание температуры не ниже температуры раздачи, но не более 2-х часов. Подогрев остывших ниже температуры раздачи готовых горячих блюд не допускается.

Горячие блюда (супы, соусы, напитки) при раздаче должны иметь температуру не ниже 75 °С, вторые блюда и гарниры - не ниже 65 °С, холодные супы, напитки - не выше 14 °С.

Холодные закуски должны выставляться в порционированном виде в охлаждаемый прилавок-витрину и реализовываться в течение одного часа.

Готовые к употреблению блюда из сырых овощей могут храниться в холодильнике при температуре $4 \pm 1-2^{\circ}\text{C}$ 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 временными рекомендациями «Ассортимент и технология производства кулинарной продукции для питания детей и подростков в организованных коллективах» утвержденными Главным государственным санитарным врачом по Тюменской области (приказ №138 от 13.09.2006), СанПиН 2.3.2.1293-03 «Гигиенические требования по применению пищевых добавок», п. 2,12.1:

- 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. Соль в меню включена в состав рецептур блюд (каши, выпечные изделия), в другие блюда закладка соли осуществляется с закладкой с учетом приготовления качественных по органолептическим показателям в меру соленых блюд.

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

Федеральная служба по надзору в сфере защиты

близкого контакта с человеком

Одобрено

«Центр гигиены и

в

(ОБУЗ «Центр

й

в

Халодарная, 57. Тюмень; 625027: Телефон (3452) 56-79-90, (3452) 56-79-91, (3452) 56-79-92

(3452) 20-50-06; e-mail: tocgsen@fguz-tyumen.ru; <http://www.fguz-tyumen.ru>

около 7,1 757016 ОГРН 1057200517759 ИНН КПП 7203155959/720301001

УТВЕРЖДАЮ

• (заставитель);

ФБУЗ «Центр гигиены

и эпидемиологии

отдел

А.А.Фольмер

с 29 декабря 2025 г.

г. Тюмень

Экспертное заключение

экспертиза

меню для;

детей от 3 лет

Эксперт: ООО «ТехСервис», адрес: 625030, Россия, Тюменская г, ул. д. 65, кв. 54:

7204122539, ОГРН 1087232012262

Подписатель: ООО «Магия ад-с: 67 5000, Россия, Тюменская Тюмень. ул. д. 653 кв. 54:

ИНН 7704172539, ОГРН 108723201270

4. результаты экспертизы; при этом:

состав ПП *П 7.3/2.4.3590-20

требования к организации:

населения».

5. Санитарно-эпидемиологическое: экспертиза; установлено:

На 180613 15.12.2025 г. рассмотрена представленная информация для питания

детей от 3 до 7 лет.

разработано как
организации общественного
энергетической ценности.

СачПЦН 2.3/2.4.3590-20 «автоматизация торговли к
населению». По СО. -л-ов, татов, углеводородов

ПП составлена

С

рецептур блюд изданы: да, общественное 2 1996 г. _____
1997);

! ср СЛ:ОД

издали; да: ССШЗДТБЕННОГО

М.:

2004г (ж) 2

петрушка по производству кулинарии; продукция питания школьного
возраста в организованных коллективах, Тс»: 1.2 2006г Qf2 рец. — Москва):

с: рецептур о:згод и кулинарных ;з'ХОНЬ наролов России для
/ Под ред, А.Т, - М.: уваател:-око-торгозап
2013

[ехнслагачьски-х рецептур блюд и кулинарных изделия
! часты часть — Пермь: ИНСТИТУ

Пехь);

рецептур ол:сд й изделия пал школ,
ЕДКС*Лдетскд:х домов, деТСКйХ оздоровительным прафесснонального соразованая»
учреждений ппя в социальной подцер.“.кке Пермь, ООО «Упал:_ региональный
2 БОУ ВПО «Пермская государственная академия пм, акад. -5.,
203 зг (ЛБ 20 3 3.
рецептур ОЛЕД и кулинарных длл лиед•прятай общественного учащихся
образг,ватеды-ых Свердловской области,
ПИТаН11Я и услуг СвердловскГл: области. 2006г: (Хрен

для питания детек; в ДОШКОЛЬНЫХ организациях,
г, Екатери:азург (экспертное заключение ОГУЗ «Центра ГИГИе.НЬ{ и в Свердловский
ооластц» №02-01-12-13-01/276), 201 Иг •

Представлена ~~иннотация~~ к меню, содержащая ссылки на используемую лцтератуоу,
нормативные документы, полснения к меню, ВЛОЖЕНИЯ ПРОДУКТОВ,
санитарноэпидемислогичесске треоования к технологическим ~~процессам~~ приготовления
блюд. распределение энегетцесхой Ц&ННОСТЕ (КЗЗОРИЙНОСТИ\ Т-;я отдельные
приемы ПЕДИ П ля дтейот 3 до 7 лет. Отдельно представлена накопительная ведомость.

Для ооеспечения ЗДОРОВОМ питанием составлено цишжчное меню на 20 дней.
СС ОТХ[СТВИИ с рекомендуемой формой составления примерного меню (приложение 8
санпр:н 2,3/24.3590-20). что соответствует па 8.1.41 СГ!НПхЧН 2.3/2.4.3590-20
«Сачатапноэпидемиологические требования к организации общественного населет:я.».

Цпт.пцчное меаю содержа-т информацию о ХОДА СЕСТВЕННОМ
энергетической и п составе ол;оду гичеБОЙ ценНОСТй (содержанце белков. ЖИРОВ
блюде). Приводятся углеводов в каждом ССыПКи на рецептуры используемых олюд ц
ку;тпнарных ИЗДГ<ЛПЦ\$ в соответствии со сборникамр: рецептур.

аннотсв накопительноц Veg30МОС1i,i к меню ООО «Магия вкуса»
изЗЕЛТИЧесКОГО попсблений-я основных грлътл продуктов пита.чзтя входят в
среднесуточных аорцу: потребления, заявленных в таблице 1 7 СанПмН т 3/).4.3590-20.

Мену) включает завтрак, втород завтрак, обед, полднпк- На долю завтрака в
среднеза ПРИХОДИТСЯ 2034 от суточной потребности в пищевых веществах й энергии;
на дошпвтоозго завт 590'- на до 7-10 ооеда 3596н на доло полдника -- 1596, В течение дня
птгтускается отступление от норм калорийности рациона питану;я в пределах Ч- 594,
средним

процент пищевойЦенНОСТ!а- за не. Пелю соответствует нопме (прпло-женпе 10,
таблица 3 -оанпчн 23/2.4,3590-20), что соответствует ~~требованиям п.~~ 8.1.,2 СанПцП
2.3/2.4,3590-20.

Сум,чарнвйй объем готовых блюд дм указанного возраста (от 3 до 7 лет)
соответствует п- 8.1.2. (приложение 95 таблица 3) СанП;Н 2.3/2.4.3590-20.

Масса порции готовых блюд для утазанного возраста (от 3 до 7 лет)
соответствует.

R 1.2. СанПН 23/2.4.3590-20 (пункт 9- табл. гца 1).

Для ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО обогащения рациона питания детей микронутриентами в меню хлебобулочные ИЗДЕЛИЯ с содержанием витаминов и минералов, специализированные продукты питания обогащенные [антные витаминизированные на ПУИ] и промышленного выпуска с третьих блюд специальным ВИТАМИНО-МИНЕРАЛЬНЫМ

В Целях профилактики йододефицитных состояний у детей используется зодованная пищевая подмороженная соль при приготовлении блюд кулинарных изделий что соответствует требованиям п. 8.1.6. СанПН 2.3/2.4.3590-20.

Замена отдельных ВИДОВ ПИЩЕВОЙ ПРОДУКЦИИ в примерном меню, проведена в соответствии с толщей замены пищевой продукции с пищевой ценности; что соответствует п. 8.1.4. СанПН 23/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания».

В ЦИКЛЕ ЧНМ меню отсутствуют блюда и кулинарные изделия: которые могут уасугнать риск «но возникновение и распространения инфекционных и массовых неинфекционных заболеваний», (отравлений — гастриты в припад, СанПН 2.3/2.4.3590-20, что соответствует п. 8.1.9. СанПН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Заключение

Представленное «циклическое двадцатидневное М*ЭНЮ для питания детей от 3 до лет, разработанное ООО «Матя вкуса», соответствует требованиям СанПН 23/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

4

А. Г. Алексеева

Врач по общей гигиене

ПРИМЕРНОЕ 20 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ								
ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА: 3-7 ЛЕТ								
Меню содержит вложения - аннотацию, таблицу энергетической ценности (калорийности), таблицу рекомендуемой массы порций блюд (в граммах) для детей двух возрастных групп, накопительную ведомость.								
I день								
Наименование блюда	Другое г.	Пшено г.	Выход г.	Химический состав				Номер рецептуры
				Белок, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал	
Завтрак				12,26	15,62	51,68	371,87	
Сырник из творога с повидлом или джемом			50/15	3,32	6,38	12,72	113,58	ТТК
творог	45,45	45,00						
крупа манная	6,50	6,50						
яйцо куриное	2,00	2,00						
сахар песок	3,50	3,50						
мука пшеничная в/с	3,00	3,00						
масло растительное	1,00	1,00						
масса повидло/джема		60,00						
повидло или джем	15,00	15,00						
или								
Запеканка творожная с повидлом или джемом			50/15	3,32	6,38	12,72	113,58	№366-2004
творог	45,45	45,00						
крупа манная	6,50	6,50						
яйцо куриное	2,00	2,00						
сахар песок	3,50	3,50						
мука пшеничная в/с	3,00	3,00						
масло растительное	1,00	1,00						
масса повидло/джема		60,00						
повидло или джем	15,00	15,00						
Каша рисовая молочная			180	4,95	5,65	20,28	138,67	№ 173-2004
рис круглый	25,00	25,00						
молоко питьевое 3,2% жирности	112,00	112,00						
вода	60,00	60,00						
сахар песок	3,00	3,00						
соль йодированная	0,60	0,60						
масло сливочное 72,5 %	2,00	2,00						
Кефир с молоком			180	3,10	3,50	9,50	75,50	№ 693 - 2004
кефир-нормок	2,00	2,00						
сахар песок	5,00	5,00						
вода	80,00	80,00						
молоко питьевое 3,2% жирности	110,00	110,00						
Хлеб изюмный или хлеб изюмный с содержанием витаминов и минералов			20	0,89	0,17	9,26	44,20	
Второй завтрак				0,40	0,2	13,52	66,08	
Отвар из плодов шиповника			180	0,40	0,20	13,52	66,08	№ 638 - 2004
плоды шиповника	12,00	12,00						
сахар песок	5,50	5,50						
вода питьевая	210,00	210,00						
или								
Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность - яблоко, апельсин, банан)			100	0,95	0,28	13,65	90,08	
Обед			660	19,83	22,32	94,09	634,44	
Салат из отварной свеклы			60	0,80	2,18	3,50	40,40	№ 89 - 2011
свекла (молотая)	70,00	63,22						
свекла с 1.01	84,08	63,22						
масса отварной свеклы		58,00						
соль йодированная	0,12	0,12						
масло растительное	2,50	2,50						
или								
Нарезка из свежих помидоров			60	0,90	0,20	2,70	18,00	№11-2011
помидоры свежие грунтовый	63,00	60,00						
или помидоры свежие парниковые	63,00	60,00						
соль йодированная	0,10	0,10						
Суп-пюре из разнотравья			180	2,17	8,02	18,80	161,58	№161 -2013, Пермь
картофель 01.09 -31.10 - 25%	35,91	27,00						
картофель 01.11 -31.12 - 30%	38,61	27,00						
картофель 01.01-28.02 - 35%	41,58	27,00						
картофель 01.03 -40%	45,90	27,00						

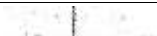
капуста 5%	8,75	7,90						
морковь (мороженая) 20%	16,48	13,50						
с 01.01 - 25%	17,96	13,50						
уксус репчатый	11,50	10,00						
мука пшеничная	3,50	3,50						
масло растительное 3,2% жирности	27,00	27,00						
масло растительное	2,70	2,70						
соль йодированная	0,30	0,30						
вода питьевая	136,00	136,00						
Фрикасе из птицы			70	9,63	9,50	5,90	132,04	ТТК
грудка куриная (без кожи и костей)	77,59	48,80						
или филе куриное	55,00	50,00						
мясо готовой птицы		40,00						
масло растительное	4,00	4,00						
или масло сливочное	4,00	4,00						
соль йодированная	0,30	0,30						
уксус репчатый	11,90	10,00						
мука пшеничная	2,60	2,60						
вода питьевая	45,00	45,00						
сметана 15%	7,00	7,00						
Мясорубки открытые			130	4,99	4,01	39,32	192,12	№ 332-2004
мясорубки из мяса	48,00	48,00						
вода питьевая	130,00	130,00						
соль йодированная	0,40	0,40						
масло сливочное	3,00	3,00						
или масло растительное	3,00	3,00						
Напиток из яблочно-ягодной смеси			180	0,13	0,1	7,33	31,25	ТТК
яблочно-ягодная смесь	25,00	25,00						
сахар песок	5,00	5,00						
вода питьевая	195,00	195,00						
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			20	0,89	0,17	9,26	44,20	
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			20	1,12	0,22	11,58	58,25	
Полдник			250	8,49	9,21	38,70	271,11	
Композит из творожный			80	8,29	9,16	33,64	249,64	ТТК
ябло куриное	10,70	10,70						
творог 9%	15,96	15,80						
сахар песок	4,70	4,70						
мука пшеничная	24,00	24,00						
масло сливочное 72,5%	5,70	5,70						
ванилин	0,03	0,03						
разрыхлитель	0,03	0,03						
мука пшеничная из подпыла	1,00	1,00						
масса п/ф		61,00						
масло растительное	1,00	1,00						
Чай с сахаром			200	0,20	0,08	5,06	21,47	№ 377-2011
чай черный	0,50	0,50						
вода	210,00	210,00						
сахар песок	3,00	3,00						
Итого:				40,98	47,25	197,99	1343,42	

2 день							
Наименование Единица	Други, г	Итого, г	Выход, г	Химический состав			
				Белки, г	Жиры, г	Угле, г	ЭЦ, ккал
Завтрак			403	11,31	12,37	50,21	360,31
Для бутерброда:			23				№1-2014
Хлеб пшеничный или батон пшеничный	18,00	18,00		1,40	0,20	8,10	40,50
Масло сливочное	5,60	5,60		0,1	3,6	0,1	33,1
Каша манная манная			180	6,02	6,90	24,95	188,71
круп манная	21,00	21,00					
молоко питьевое 3,2% жирности	100,00	100,00					
вода питьевая	30,00	30,00					
соль водородная	0,50	0,50					
сахар-песок	4,30	4,30					
масло сливочное	2,30	2,30					
Чай с молоком			180	2,90	1,50	7,80	53,80
чай черный	0,60	0,60					
сахар-песок	9,00	9,00					
молоко питьевое 3,2% жирности	80,00	80,00					
вода	110,00	110,00					
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			20	0,89	0,17	9,26	44,20
Второй завтрак				0,72	0,72	13,64	75,60
Сок			180	0,72	0,72	13,64	75,60
сок фруктовый в ассортименте	180,00	180,00					ТТК
Обед			600	19,83	23,28	91,01	643,49
Суп с крупой, овощами и птицей			180	4,65	13,66	24,80	242,79
крупы-пшеница	15,14	17,40					
масса твердой птицы		12					
картофель 01.09.-31.10. - 25%	43,88	36,00					
01.11.-31.12. -30%	51,48	36,00					
01.01.-29.02. - 35%	55,44	36,00					
01.03. - 40%	60,12	36,00					
крупы рисовая или пшено или перловка	5,50	5,50					
морковь (яблода)-20%	11,25	9,00					
с 01.01. - 25%	11,97	9,00					
соль водородная	0,50	0,50					
лук репчатый	8,33	7,00					
лавровый лист	0,01	0,01					
томатная паста	2,00	2,00					
масло растительное	3,00	3,00					
вода питьевая	170,00	170,00					
сметана 15%	4,00	4,00					
Колбаса мясная			70	2,69	5,56	16,63	105,79
фарш говяжий	11,55	10,60					
фарш барани	47,30	47,00					
вода питьевая	8,00	8,00					
хлеб пшеничный	9,00	9,00					
лук репчатый	10,90	10,00					
соль водородная	0,30	0,30					
ябло куриное	0,10	0,10					
масса пшеничная	4,00	4,00					
масса п/ф		85,00					
масло растительное для смазки листа	1,50	1,50					
или							
Колбаса мясная п/ф прич. проп.			70	2,69	4,16	16,63	105,79
колбаса мясная п/ф прич. проп. зам	85,00	85,00					
масло растительное для смазки листа	1,50	1,50					
Пюре картофельное			130	10,56	3,63	21,91	132,88
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	155,61	117,00					№ 510-2004
01.11.-31.12. -30%	167,31	117,00					
01.01.-29.02. - 35%	180,18	117,00					
01.03. - 40%	195,39	117,00					
соль водородная	0,80	0,80					
молоко питьевое 3,2% жирности	19,95	19,00					
масло сливочное 72,5 %	3,60	3,00					
Котлет из яблоч			180	0,12	0,12	7,83	62,58
яблочки свежие	32,77	29,00					№342 -2011
сахар-песок	5,00	5,00					
панировка из пшеницы	0,02	0,02					
вода питьевая	190,00	190,00					
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			20	0,89	0,17	9,26	44,20
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			20	1,12	0,22	11,58	55,25
Поддоник			250	8,51	9,42	39,68	265,20
Яблочек слоеный с сахаром			50	8,28	9,35	32,81	236,75
тесто слоеное п/ф	58,00	58,00					ТТК
сахар-песок	2,00	2,00					
ябло куриное	0,50	0,50					
ябло куриное	1,00	1,00					
масло растительное для смазки теста	1,00	1,00					
масса п/ф		61,00					
или							

3 день							
Наименование блюда	Другое, г	Наче, г	Выход, г	Химический состав			
				Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал
Завтрак			403	13,34	12,57	40,68	373,700

Итого:	40,10	44,46	489,04	1359,73
--------	-------	-------	--------	---------

4 день



[illegible]

Наименование блюда	Белок, г	Жиры, г	Углевод, г	Химический состав			ЭЦ, ккал	
				Белок, г	Жиры, г	Угл., г		
Завтрак			410	11,30	12,58	51,78	344,21	
Для бутерброда:			30	4,40	3,60	8,10	72,90	№3-2004
Хлеб пшеничный или батон пшеничный	18,00	18,00		1,40	0,20	8,1	48,5	
Сыр	12,12	12,00		3,60	3,40	0,0	32,4	
Суп молочный с макаронными изделиями			180	8,81	8,76	29,36	205,64	№ 160 -2004
макаронные изделия (пастинки)	18,00	18,00						
молоко питьевое 3,2% жирности	140,00	140,00						
вода питьевая	40,00	40,00						
масло сливочное	2,00	2,00						
соль	2,50	2,50						
соль йодированная	0,50	0,50						
Чай с сахаром			180	0,20	0,05	5,06	21,47	№ 377-2011
чай черный	0,50	0,50						
вода	190,00	190,00						
сахар песок	3,00	3,00						
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			20	0,89	0,17	9,26	44,20	
Второй завтрак			180	0,78	0,04	13,63	64,09	
Напиток из курицы			180	0,78	0,04	13,63	64,09	№373 - 2019
курица	13,00	13,00						
сахар песок	4,00	4,00						
вода	210,00	210,00						
Обед			640	19,84	23,03	87,86	655,86	
Яйцо отварное			40	5,20	4,80	4,50	62,80	№337-2004
яйцо куриное	40,00	40,00						
Борщ из куриным бульоном со сметаной			180	4,55	4,87	18,89	203,67	№109-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	26,60	20,00						
01.11.-31.12. -30%	28,60	20,00						
01.01.-29.02 - 35%	30,80	20,00						
01.03. - 40%	33,40	20,00						
капуста белокочанная	18,75	15,00						
сметана - до 01.01 - 20%	31,25	25,00						
с 01.01 - 25%	33,35	25,00						
морковь до 01.01.-20%	11,25	9,00						
с 01.01 - 25%	11,97	9,00						
томатная паста	2,00	2,00						
лук репчатый	8,52	8,00						
лавровый лист	0,01	0,01						
бульон куриный	140,00	140,00						
масло растительное	4,00	4,00						
лимонная кислота	1,00	1,00						
сметана 15%	5,00	5,00						
соль йодированная	0,80	0,80						
сахар песок	0,50	0,50						
Жаркое с птицей			200	7,95	12,87	36,30	258,69	№436-1996
грудка куриная (без кожи и костей)	77,59	48,80						
или филе куриное	55,00	50,00						
масло тушелей птицы		40						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	196,84	148,00						
01.11.-31.12. -30%	211,64	148,00						
01.01.-29.02 - 35%	227,92	148,00						
01.03. - 40%	247,16	148,00						
лук репчатый	11,90	10,00						
морковь до 01.01.-20%	12,50	10,00						
с 01.01 - 25%	13,39	10,00						
томатная паста	4,00	4,00						
соль йодированная	0,50	0,50						
масло растительное	4,00	4,00						
лавровый лист	0,01	0,01						
вода питьевая	40,00	40,00						
Компот из яблок и ягод			180	0,13	0,1	7,33	31,25	ТТК
яблоки свежие	25,99	23,00						
вода с/м в ассортименте	7,91	7,00						
вода	190,00	190,00						
сахар песок	4,00	4,00						
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			20	0,89	0,17	9,26	44,20	
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			20	1,12	0,22	11,58	55,25	
Полдник			260	8,49	9,42	39,64	268,67	
Варен "Зебра"			60	8,33	9,42	31,25	235,64	ТТК
крупа манная	18,40	18,40						
яйцо куриное	9,60	9,60						
сахар песок	5,00	5,00						
масло сливочное 72.5%	10,70	10,70						

масса п/ф		6920						
дая листа								
стар нв т,дра			200				33,03	
Отвар из плодов шиповавка плоды шипоенивД				0,16	0,00	8,39		
песок								
вода								
ИТОГО :						192,91	133233	

день

г

ЭЦ,

г

5 день								
Пациентская карта	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				
				Белок, г	Жиры, г	Угл., г	ЗМ, ккал	
Завтрак			411	11,34	12,57	80,96	374,00	
Для бутерброда:			31	3,00	5,30	8,20	95,2	№3-2001
Масло сливочное	5,00	5,00		0,1	3,6	0,1	33,1	
Сыр	8,08	8,00		1,5	1,5	0,0	21,6	

день

г

г

ЭЦ,
ккал

схор пшен								
вода		2 ! 0,00						
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов в минералов			20	0,89	0,17	9,26	44,20	
Хлеб пшеничный или мей пшеничный с содержанием антимагов н минералов			20	1,12	0,22	11,58	55,25	
ПОЛДНИК				9,42		41,00	281,65	
булочка ' «Ярославская»			70	S28	692	29,00		411-2011
меса песочичная вк								
	770							
растительное	6,40	6 40						
соль Иодировнная	о 40							
дрожжи саф-мочент								
питьевое 3,2% жирнестм	5,14	5,14						
вода питьевая	12	12,80						
масса Юф		76						
		8						
72.5 %								
пшеничная								
сахар песов:		1 ив						
масно растительное мя	листа							
Кисломолочный напиток			180	3,22		12300	98,30	698-2004
Итого:				41,58	496	200,49	1404,62	

	65,71			
того за 5	100,14	114,79	456\$!	314231
Итого ja\$,днейлоданыя:	42,47	46,16	-197,3!	
Итого за 5 дней	203444	227,91	97549\$	678520
Средняя за 1 день	40,69	45+8	195,19	1357.04

день

 Γ Γ ЭЦ,
ккал

1

1

1

1

6 день							
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав			
				Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭН, ккал
Завтрак			403	11,27	12,58	54,61	372,75
Для бутерброда:			23	1,50	3,80	8,20	73,6
Хлеб пшеничный или батон пшеничный	14,00	14,00		1,40	0,20	8,10	40,50
Масло сливочное	5,00	5,00		0,10	3,60	0,1	33,1
Каша молочная овсяная			180	6,78	6,21	26,3	176,6
хлопья овсяные	25,00	25,00					
вода	95,00	95,00					
молоко питьевое 3,2% жирности	100,00	100,00					
сахар песок	3,00	3,00					
соль йодированная	0,80	0,80					
масло сливочное 72,5 %	2,00	2,00					
Кофейный напиток с молоком			180	2,10	2,40	10,90	78,40
кофейный напиток	1,80	1,80					
сахар песок	5,00	5,00					
вода	90,00	90,00					
молоко питьевое 3,2% жирности	100,00	100,00					
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			20	0,89	0,17	9,26	44,20
Второй завтрак			180	0,43	0,09	13,68	67,53
Напиток из шиповника			180	0,43	0,09	13,68	67,53
шиповник	15,00	15,00					
сахар песок	5,00	5,00					
вода питьевая	210,00	210,00					
Обед			660	19,76	22,95	87,57	660,46
Кукуруза консервированная (после термической обработки)	99,00	60,0	60	1,10	0,00	5,60	29,00
или							
Горошек консервированный (после термической обработки)	92,40	60,00	60	1,10	0,00	5,6	29,0
или							
Овощи свежие			60	0,40	0,05	1,25	7,08
огурцы свежие грунтовые	63,00	60,00					
или огурцы свежие парниковые	63,00	60,00					
соль йодированная	0,10	0,10					
Сметанник со сметаной			180	2,36	5,98	18,59	193,01
сметана - до 01.01 - 20%	43,75	35,00					
с 01.01 - 25%	46,55	35,00					
картофель - 01.09-31.10 - 25%	55,86	42,00					
01.11-31.12 - 30%	60,06	42,00					
01.01-29.02 - 35%	64,68	42,00					
01.03 - 40%	70,14	42,00					
сахар-песок	0,20	0,20					
лимонная кислота	0,30	0,30					
соль йодированная	0,50	0,50					
морковь до 01.01 - 20%	12,50	10,00					
с 01.01 - 25%	13,30	10,00					
лук репчатый	7,14	6,00					
томатная паста	2,00	2,00					
вода	175,00	175,00					
масло сливочное	5,00	5,00					
или масло растительное	5,00	5,00					
сметана 15%	5,00	5,00					
Суфле мясное			70	11,26	13,36	18,20	187,92
фарш говяжий	41,04	38,00					
грудинка куриная (без кожи и костей)	23,45	15,00					
или фарш куриный	16,50	15,00					
масло растительное	1,20	1,20					
морковь	5,45	4,10					
соль йодированная	0,20	0,20					
лук репчатый	4,76	4,00					
молоко питьевое 3,2% жирности	19,00	19,00					
яйца куриные	3,50	3,50					
айис куриные	10,00	10,00					
масло ш/ф		95,00					
Пюре картофельное			130	2,90	3,12	10,01	119,83
картофель - 01.09-31.10 - 25%	155,61	117,00					
01.11-31.12 - 30%	167,31	117,00					
01.01-29.02 - 35%	180,18	117,00					
01.03 - 40%	195,39	117,00					
соль йодированная	0,50	0,50					
молоко питьевое 3,2% жирности	19,95	19,00					
масло сливочное 72,5 %	3,00	3,00					
Напиток ягодный			180	0,13	0,1	7,33	31,28
ягоды см в ассортименте	25,00	25,00					
сахар песок	5,00	5,00					
вода питьевая	194,00	194,00					
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			20	0,89	0,17	9,26	44,20
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			20	1,12	0,22	11,58	55,25
Полдник			250	8,50	9,41	39,82	283,36
Улитка из слоеного теста с повидлом			50	8,30	9,36	30,78	246,01
тесто слоеное промышленные продукты	50,00	50,00					
повидло	10,00	10,00					
айис куриные	2,00	2,00					

день

г

г

ЭЦ,
ккал

Чай с сахаром			200	0,20		904	37,34	М 377-1011
чай черный								
вода								
сахар								
ИТОГО:				3996	45,03	195,68	1384,09	

день

г

г

ЭЦ, ккал

7 день

7 день								
Наименование блюда	Другое, г	Норма, г	Выход, г	Химический состав				
				Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал	
Завтрак				11,31	12,57	54,78	377,50	
Сырник из творога с повидлом или джемом			50/15	3,32	6,30	12,72	113,50	ТТК
творог	45,45	45,00						
крупа манная	6,50	6,50						
яйцо куриное	2,00	2,00						
сахар песок	3,50	3,50						

день

г

ккал

морковь до 01.01 - 20%	23,75	19,00						
с 01.01 - 25%	25,27	19,00						
лук репчатый	14,28	12,00						
курдюк	0,02	0,02						
масло сливочное	5,00	5,00						
или масло растительное	5,00	5,00						
Напиток из кураги			180	0,78	0,04	12,64	52,1	ТТК
курага	15,00	15,00						
свар песок	5,00	5,00						
вода	200,00	200,00						

день

г

ккал

8 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				
				Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эн., ккал	
Завтрак			408	11,23	12,47	50,36	344,03	
Для бутерброда:			28	3,90	3,00	8,10	67,5	№3-2004
Хлеб пшеничный или батон пшеничный	18,00	18,00		1,4	0,2	8,1	40,5	
Сыр	10,10	10,00		2,5	2,8	0	27	

дрожжи саф-момента	0,25	0,25						
ванилин	0,02	532-						
питьевое 3,2 % соли йодированная	0,30	п 30						
масса		65						
яйно ооинное для смазки	1,20	1,20						
масло растительное для смазки аиста								
Чай 1'ВвтмннийИ"			200	0,27		10,47	43+2	№493-2011
плоды ШИПОВНИК	0,50							
во								
спар пест,к								
Итого:			39,80	4-4,69		191,88	134,99	

день

 Γ

9 день								
Наименование блюда	Затраты, г	Норма, г	Выход, г	Химический состав				
				Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			413	11,18	12,37	84,21	377,21	
Для бутерброда:			33	1,14	3,80	14,50	98,80	№2-2004
Масло сливочное	5,00	5,00		0,10	3,60	0,10	33,10	
Пшеница	10,20	10,00		0,00	0,00	6,3	25,2	
Хлеб пшеничный или батон пшеничный	18,00	18,00		1,04	0,20	8,10	40,50	
Каша молочная манная			180	6,02	4,90	20,95	158,71	№ 311-2004
крупа манная	21,00	21,00						
молоко питьевое 3,2% жирности	95,00	95,00						
вода питьевая	95,00	95,00						
соль йодированная	0,50	0,50						
сахар-песок	4,30	4,30						
масло сливочное	2,30	2,30						
Каша с молоком			180	3,10	3,50	9,50	75,50	№ 693 - 2004
какао-порошок	2,00	2,00						
сахар-песок	5,00	5,00						
вода	90,00	90,00						
молоко питьевое 3,2% жирности	100,00	100,00						
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			20	0,89	0,17	9,26	44,20	
Второй завтрак				0,15	0,00	8,25	32,63	
Отвар из плодов шиповника			180	0,15	0,00	8,25	32,63	№ 638 - 2004
плоды шиповника	12,00	12,00						
сахар-песок	5,00	5,00						
вода питьевая	210,00	210,00						
Обед			650	10,06	22,73	94,36	655,89	
Винегрет овощной			50	0,70	3,09	5,14	51,33	№43-2004
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	21,25	16,35						
01.11.-31.12. - 30%	23,38	16,35						
01.01.-29.02. - 35%	25,18	16,35						
01.03. - 40%	27,30	16,35						
масса отварного картофеля		15						
свекла (молотая) 20%	19,08	15,26						
с 01.01. - 25%	20,30	15,26						
масса отварной свеклы		14						
морковь до 01.01. - 20%	17,63	10,90						
с 01.01. - 25%	14,50	10,90						
масса отварной моркови		10						
огурцы соленые	15,20	8,00						
масло растительное	3,00	3,00						
Итого								
Салат "Пестрый"			50	0,66	3,07	2,89	43,21	ТТК
томаты	31,50	30,00						
кукуруза консервированная	10,80	12,00						
лук репчатый (бланшированный)	5,95	5,00						
масло растительное	3,00	3,00						
Суп гороховый с курой			180	4,25	4,32	20,14	105,62	№102-2011
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	59,85	45,00						
01.11.-31.12. - 30%	64,35	45,00						
01.01.-29.02. - 35%	69,30	45,00						
01.03. - 40%	75,15	45,00						
горох сушёный	20,00	20,00						
масло растительное	4,00	4,00						
лук репчатый	8,33	7,00						
морковь до 01.01. - 20%	12,50	10,00						
с 01.01. - 25%	13,30	10,00						
соль йодированная	0,30	0,30						
Вода	155,00	155,00						
Гуляш			70	7,97	11,36	7,16	177,53	ТТК
грудка куриная (без кожи и костей)	77,59	48,80						
или филе куриное	55,00	50,00						
или говядина	30,40	64,00						
масса готовой птицы/говядины		40						
масло растительное	4,00	4,00						
соль йодированная	0,50	0,50						
лук репчатый	11,90	10,00						
мука пшеничная	2,60	2,60						
вода питьевая	40,00	40,00						
томатная паста	3,00	3,00						
Макароны отварные			130	4,99	3,52	34,32	192,12	№516-2004
макаронные изделия	48,00	48,00						
вода питьевая	130,00	130,00						
соль йодированная	0,90	0,90						
масло растительное	3,00	3,00						
Напиток из красной смородины			180	0,14	0,05	6,76	29,84	ТТК
красная смородина	23,00	23,00						
сахар-песок	5,00	5,00						
вода питьевая	195,00	195,00						
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			20	0,89	0,17	9,26	44,20	
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			20	1,12	0,21	11,58	55,25	
Подсумок			250	8,50	9,44	37,28	282,79	

		00	день			г		
масло для СМАЗМі								
масса п/ф		61,00						
Чай с сахаром			200	0,20	0,05	9,04	37,34	М 377-2011
чай черный								
вода		г/л						
сыкар песок								
Итого:				39486	44454	194,10	1348,52	

10 день								
			Выход, г	Химический состав				
				Белки, г	жиры, г	Угл., г	ЭЦ	
Завтрак			1135	1191	53,46	37490		
Для б е б ола: Хлеб пшеничный ИЛИ батон ишеннчвый			23	1,40	3,80	8,20	73 40 33,1	M3-2004
Масло сливочное Сата Дружба“ молочная жидкая			180	5,76	5,54	од 25,10	178,70	M168,,2004
питьевое 3,2% жирности вода	(30 (н)							
пшено ИСК «ит!“bie _ЫЙ		13						
сах Йоди	4 оп	П 90						
сливочное 72.5 %								
Кофейный напиток с молоком			180	3,10	2,40	1090	78 АО	№69-2.1004
кофейный напиток								
стар								
вода	91)							
питьевое 3,2% жирности								
Хлеб пшеничный или хлеб птеничный с содержанием н-тамввов и мнве ялов			20	0,89	0,17	9,26	44 ДО	
Второй завтрак				ОД				
Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность блока, апельсин , банан)				0 95	одо	13,65	90,00	
Обед					22,36	9566	627,00	
Блюдо отварное			40		4,80		62,80	24337-2004
куриное								
Суп с макаронными изделиями и птицей курица гушкд	21,75		180	4,49	830	2708	18795	№114-2011
масса готовой птицы маринованные продукты		12						
морковь до 01.01.-20% с 01.01.-25%	уп 64							
лук, репчатый масло растительное	833 з по							
01.01.-31.12.-30+6	57 оп	40 оа						
	61 ко 20							
вед	о							
Типа, запеченная с картофелем в сметанном соусе грудка куриная (без кожи и костей)	77	48,80	200	10,32	10\$8	33,74	236,70	
или филе куриное мяса готовой птицы		40						

тото за	п-оїцник:			45,45	48*90	20238,	1427,79
Итого за 5	*			205950	227,44		6835,56

каг;офааь - О! П9.-з 1. Ш.- О!И.-31.12. -з«-сѣ -	196 84 21 1,64						
О! .01-29 02	227,92 247,16	30					
сдктите-зкное соль йодированная							
соус сметанный; сметана 15%		\$0,00					
му пшеничная вола питьевая	2,60 40,Г10	2 60					
масло	2,60	2,60					
Напиток из яблок н кураги яблони снежне	22.60		180	0,34	0,10		40,1 ТТК
курма сахар п«- ок							
ле вОННи кми«.па вода	190						
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержав нем витаминов н мане алов			20	0,89	0,17	926	44,20
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов н мине жлов			20	1,12	0,22	11,58	
Полдник			250	11,47	11,75	4790	339,41
Ма вник			70	8,25	9,25	3500	241,12 N274-2006
кефир ,	27 55	27,55					
	15 50	15,50					
сапр неозк							
масло							
	о 50	0,50 о 05					
МПа пшеничная в/с яйцо куриное	12 7,40	7,40					
масса п/ф		77					
сзирная пудра масло	оп	по					98,30 698-2004
Кисломолочный напиток			180	3,22	2,50	12300	
Итого:				46,03		209,77	1431,32
ИТОГО						q7*4	
Итого за 5 дней оби:				101,75		46022 ¹	3264498

Средняя за 1 день	41,10	45,49	197,08
-------------------	-------	-------	--------

11 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				
				Белок, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			408	11,33	11,79	80,16	367,68	
Для бутерброда:			28	3,40	3,00	8,10	67,50	№3-2004
Хлеб пшеничный или батон пшеничный	18,00	18,00		1,40	0,20	8,10	40,50	
Сыр	10,10	10,00		2,00	2,80	0,00	27,00	
Каша молочная овсяная			180	4,14	7,12	25,09	202,10	№302-2004
хруст овсяный	26,00	26,00						
вода	63,00	63,00						
молоко питьевое 3,2% жирности	108,00	108,00						
соль йодированная	0,50	0,50						
сахар песок	3,00	3,00						
масло сливочное 72,5 %	2,20	2,20						
Чай с молоком			180	2,90	1,50	7,80	53,80	№485-2004
чай черный	0,60	0,60						
сахар песок	5,00	5,00						
молоко питьевое 3,2% жирности	90,00	90,00						
вода	100,00	100,00						
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			20	0,89	0,17	9,26	44,20	
Второй завтрак				0,72	0,72	13,64	75,60	
Сок			180	0,72	0,72	13,64	75,60	ТТК
сок фруктовый в ассортименте	180,00	180,00						
Обед			660	21,85	22,18	87,80	660,46	
Кукуруза консервированная (после термической обработки)	99,00	60,0	60	1,10	0,80	5,60	29,60	№101-2004
или								
Горошек консервированный (после термической обработки)	92,40	60,00	60	1,10	0,80	5,60	29,60	
или								
Овощи свежие			60	0,40	0,85	1,25	7,00	№112-2013
огурцы свежие (круглые)	63,00	60,00						
или огурцы свежие (парниковые)	63,00	60,00						
соль йодированная	0,10	0,10						
Борщ с птицей и сметаной			180	2,55	4,87	21,89	203,67	№109-2004
курица-тушка	21,75	15,00						
масса готовой птицы		12						
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	23,94	18,00						
01.11.-31.12. - 30%	25,74	18,00						
01.01.-29.02. - 35%	27,72	18,00						
01.03. - 40%	30,06	18,00						
капуста белокочанная	21,25	17,00						
сметана - до 01.01. - 20%	31,25	25,00						
с 01.01. - 25%	33,25	25,00						
морковь до 01.01.-20%	11,25	9,00						
с 01.01. - 25%	11,97	9,00						
томатная паста	2,00	2,00						
лук репчатый	9,52	8,00						
лавровый лист	0,01	0,01						
бульон куриный	140,00	140,00						
масло сливочное	5,00	5,00						
или масло растительное	5,00	5,00						
лимонная кислота	1,00	1,00						
сметана 15%	4,00	4,00						
соль йодированная	0,60	0,60						
сахар песок	1,00	1,00						
Азу			70	7,43	13,16	28,66	203,23	№170-2013 Пермь
гуляш куриный (без кожи и костей)	77,59	48,80						
или филе куриное	55,00	50,00						
или говядина	70,40	64,00						
масса готовой птичьего филе		40,00						
огурцы соленые	13,30	7,00						
лук репчатый	9,52	8,00						
томатная паста	2,00	2,00						
мука пшеничная в/с	4,00	4,00						
масло сливочное	3,00	3,00						
или масло растительное	3,00	3,00						
соль йодированная	0,20	0,20						
вода питьевая	40,00	40,00						
Пюре картофельное			130	9,23	3,64	4,31	101,79	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	155,81	119,00						
01.11.-31.12. - 30%	167,31	119,00						
01.01.-29.02. - 35%	180,18	119,00						
01.03. - 40%	195,39	119,00						
соль йодированная	0,70	0,70						
молоко питьевое 3,2% жирности	19,95	16,00						
масло сливочное 72,5 %	2,00	2,00						
Напиток ягодный			180	0,23	0,07	10,85	45,32	ТТК
ягоды см в ассортименте	25,00	25,00						
сахар песок	5,00	5,00						
вода питьевая	145,00	145,00						
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			20	0,89	0,17	9,26	44,20	

Шанежка наливная мука пшеничная	31 20	31 ас. 2,15	50	8,46	941	30 02	241 6	Пе ьмь
совр песок мас слив	2 2,15	2,20 2,15						
яйно кслиное		1,10						
		п 25						
вода питьевя								
масса теста		52,00						
смекана 153-6	6,00							
м'ука пшеничная	0,50	0,3п						
смог пес,св:	о 50							
яйцо масса фарша		8,00						
масло растительное: для смазки листа	I по					998		
Чай с сахаром н лимоном			200	0,01	оуоо		3998	N2 377-2011
чай черныи								
вода								
лм ч он свежий	3,39							
сидр песок					44,10			

Итого:

12 день								
Наименование блюда			Выход, г	Химический состав				
				Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ,	
За ак Для бутерброда:			433 33		-117,84 0,20	мат; 17\$0	37793— 78,0	*22-2004
Хлеб пшеничный или батон пшеничный	18 ос.			1,40			40 \$0	
Повидло или джем	15 30					9 40	37 50	
Омлет натуральный			160	6,95	11,25	13,02	190,06	N2340-2004
мочово питьевое 3,2 % жирности масса омлетной массы соль йодированная МАСЛО или масло растительное	87 50 87 _50	87 50 87 50						
Чай с сахаром			200	одо	0,05	5,06	21,47	M 377-2011
чай черный	о 60							
вода								
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			40	1,78	0,34	1832	88,40	
Второй завтрак Напиток из яблочно-ягодной смеси			180	033 0,23	007 0,07	6487 6,87	29,45 29,45	ТТК
одна песоч								
вода питьевая								
Обед Свекла отварная с сыром			650 50	22,19 2,17	26,19	95,91 5,69	661,24 75,12	NSO.2004
- до — с 01.01 -25“	51,78	41, 41,42						
масса отварной свеклы		38,00						
сыр	8 08							
растительное	оп							
молочная								
Суп-пюре овощной			180	3,98	6,77	12,56	112,43	№ 165-2013 Пермь
картофель 01.09.-31.10..								
ка _с, 01.11.-31.12.								
	44							
картофель 01.03 • морковь (молодая)-2С\$з								

сОi.OI -2536	15 96								
лук репчатый									
мука пшенични		3 50							
молоко питьевое 3,2% жирности									
сливочное									
или растительное									
соль йодирс,вьнная									
вода петьеия									
Макароны с курнвей и ОВОШ*МИ			200	13,25	13,07	41,19	310,15	ТТК	
грудка к-уриная (без кожи и	87 29	54							
или филе куриное		56,25							
мка готовой втвиы		45,00							
макаронные изделия									
томатная паста	2,50	2,50							
	75								
с 01.01 -25" лк пепчагый	14,28								
М-*Кли сливочное									
или масла растительное	з по								
соць оавная	50	о 70							
Напнтк из курдги	вод;	16k ко	50	180	0,78	0,04	1543	64,09	У!373 - 2019
курага соор песок-									
вол				0789		9,26	44,20		
Хлеб ржаной или хлеб ржавой с содержанием витаминов и минералов			20		0,17				
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничныВ с содержанием витаминов и минералов			20	1,12	0,22	11,58	55,25		
Паданик			250		-9,06	41,02	283,41		
Слоеные бантики			70	5.02	6,56	29,02	185,11		
тезо слоеное с» арна.* пухра	оп								
муха тиценичная в/с яйцо кериное разительное									
Кисломолочный нпнтк	оп		180	3,22	2,50	12,00	98,30		
ИТОГО:				40,89	87,	107,00	1342,03		

13 день								
Наименование блюда			Выход, г	Хвмвчсхий				
				Беаки; г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, кпд	

Завтрак			411	11,25	12,55	5026	367,40	
Для бутерброда:			31	350	6,00	8,20	95,2	мз -2001
Масло сливочное				030			33 10	
Сы				газ			21 60	
Хлеб пшеничный нан батон пшеничный				1,40	0,20	8.10	4п 50	
Каша жидкая молочная гречневая			180	4,65		32,56	196,7	М302 - 2004
к г ечвезая								
	5! по	51,00						
питьевое 3,2% жирное-ги	iOk Ги)							
		30						
са.з-р песок								
72.5 %								
Какао с млпоком			200	3,10	зко			693 - 2004
кнь-ао-порошук	2,5П							
стар песок								
о*ттьвое	вола							
Второй завтрак				паз	001	12,45	66,49	
Напиток из сухофрукт ов			180	0,33	0,01	12,45	6639	ТТК
сух офру кты								
с*ар								
во	2i							
			ф.ГО или					
Фрукт (посчитана средняя пшшевая ценность , банан)			100		одо		90,00	
Обед			180	1800			631,61	
Суп с крупой, овощами и птицей					10,30	24,51	199,80	
кур		17,40						
МяСС* отпорной Птицы		12						
картофель 0i.Q9.-31.Ю- 25.-								
II.-31. [2. -30%	57 20							
0I .C'I-29.CQ -	б) 60 80							
	65							
крена рисня или для перловая								
мор.-овъ (умопая). а								
с ОI.OI								
соль йодированная								
лук репчатый	8,33							

лавровый лист								
томатная паст								
масло растительное								
вода питьевая								
сметана		4 по						
Колбаска мясная			70	259	4,16	1653	105,79	ТТК
фарш говижий,	55							
филе бедр	47_30	43						
вода питьевая								
хлеб лук репчатый								
СоПь родворонная	0,30	0,30						
ЯЙПО ринос;	0,10							
мекд позенничная		д оп						
масса п/ф		85,00						
масло расчительное дая сыпки аиста		1 50						
или								
Колбаска мясная и/ф аром. произ			70	2,69	4,16	1653	105,79	
		85						
МЯСНАЯ т/ф ПРГJM. произ зам масло растительное дая листа	8.5							
		1 50						
Рагу из овощей			130	2,90	638	11,45	127,00	
картофель - 01.09.-31.10.-	12G 35							
01.II.-31.12.	85	III						
01.01-29.02 -	146,30							
01.03 . 413 %	158,k5							
морковь 20 %		12						
морковь 25 %	1-5							
капуста бел оючдин а-ч	43_75							
лук резча-тый	9,52							
томатная паста	1,40	1,40						
соле йодированная		п 60						
уасц)О расщительное								

Компот ягодный			180	023	0,07	10,85	45,32	ПК
жоды с,/м в м-с*ртвченге	25	25 ап						
спар								
вода питьеза.я								
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и мине алов			20	0,89	0,17	926	44,20	
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			40	2,24	0,44	23.16	поко	
П«дднк				3,46	1132	4009	233.17	№S74 - 2013
Крендель песочный			70	8,19	11,37	29,62	239,65	Пермь
мука ПП«дн«чнАя в/с								
		с, 05						

разрыхлитель	0,02	0,50						
сахар песок	16,00	16,00						
яйцо куриное	6,30	6,30						
масло сливочное 72,5%	13,00	13,15						
сахар песок	5,00	5,00						
масса в/ф		82,00						
масло растительное для смазки листа	1,20	1,20						
Чай "Витаминный"			180	0,27	0,05	10,47	43,52	№493-2011
чай черный	0,50	0,50						
плоды шиповника	2,00	2,00						
вода	190,00	190,00						
сахар песок	3,00	3,00						
Итого:				38,04	45,70	198,66	1349,67	

14 день							
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав			
				Белки, г	Жиры, г	Угле, г	ЭЦ, ккал
Завтрак			413	11,27	12,58	54,81	377,96
Для бутерброда:			33	1,50	3,80	14,50	98,81
Масло сливочное:	5,00	5,00		0,10	3,50	0,10	33,11
Паниров.	10,00	10,00		0,00	0,00	5,30	25,20
Хлеб пшеничный или батон пшеничный	18,00	18,00		1,40	0,10	8,10	40,50
Каша молочная овсяная			180	6,78	6,21	20,15	156,55
хлопья овсяные	25,00	25,00					
вода	76,00	76,00					
молоко питьевое 3,2% жирности	100,00	100,00					
сахар песок	3,00	3,00					
соль поваренная	0,60	0,60					
масло сливочное 72,5 %	2,00	2,00					
Кофейный напиток с молоком			180	2,10	2,40	10,90	78,40
кофейный напиток	5,00	5,00					
сахар песок	5,00	5,00					
вода	90,00	90,00					
молоко питьевое 3,2% жирности	100,00	100,00					
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			20	0,89	0,17	9,26	44,20
Второй завтрак				0,43	0,09	13,68	67,53
Напиток из вина			180	0,43	0,09	13,68	67,53
вино	15,00	15,00					
сахар песок	5,00	5,00					
вода питьевая	210,00	210,00					
Обед			620	19,69	22,01	95,19	620,42
Суп-сольник со сметаной			180	2,36	5,98	18,59	191,01
сметана - до 01.01 - 20%	43,75	35,00					
с 01.01 - 25%	46,55	35,00					
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	55,86	42,00					
01.11.-31.12. -30%	60,06	42,00					
01.01-29.02 - 25%	64,68	42,00					
01.03. - 40%	70,14	42,00					
сахар-песок	0,20	0,20					
лимонная кислота	0,50	0,50					
соль поваренная	0,70	0,70					
морковь до 01.01.-20%	12,50	10,00					
с 01.01 - 25%	13,30	10,00					
лук репчатый	7,14	6,00					
томатная паста	2,00	2,00					
вода	175,00	175,00					
масло растительное	3,00	3,00					
сметана 15%	5,00	5,00					
Суп перловый с мясом			200	15,18	15,59	49,00	300,12
грудинка куриная (без кожи и костей)	77,59	48,80					
или филе куриное	55,00	50,00					
или говядина	70,40	64,00					
масса готовой птицы/говядины		40,00					
крупа перловая	50,00	50,00					
вода питьевая	140,00	140,00					
соль поваренная	0,80	0,80					
морковь до 01.01.-20%	28,13	22,50					
с 01.01 - 25%	29,93	22,50					
лук репчатый	11,90	10,00					
масло растительное	5,00	5,00					
Напиток из красной смородины			200	0,14	0,05	6,76	29,84
красная смородина	25,00	25,00					
сахар песок	5,00	5,00					
вода питьевая	210,00	210,00					
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			20	0,89	0,17	9,26	44,20
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			20	1,12	0,22	11,58	55,25
Полдник			250	8,47	10,38	38,58	281,69
Пирог "Царский"			50	8,27	10,33	33,52	260,22
масло сливочное 72,5%	7,00	7,00					
творог 9%	24,24	24,00					
масса пшеничная	19,00	19,00					
разрыхлитель	0,02	0,02					
яйцо куриное	7,00	7,00					
сахар песок	3,50	3,50					
масса полуфабриката		60,52					

15 день							
Наименование блюда	Другое, г	Потр. г	Выход, г	Химический состав			
				Белок, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал
Завтрак			403	11,24	12,12	50,46	368,27
Для бутербродов:			23	1,50	3,80	8,20	73,60
Хлеб пшеничный или батон пшеничный	18,00	18,00		1,40	0,20	8,1	40,5
Масло сливочное	5,00	5,00		0,10	3,60	0,1	33,1
Копч. рисовая молочная			180	5,95	6,65	25,20	195,67
рис круглый	25,00	25,00					
молоко питьевое 3,2% жирности	108,00	108,00					
вода	64,00	64,00					
сахар песок	3,00	3,00					
соль йодированная	0,40	0,40					
масло сливочное 72,5 %	2,30	2,30					
Чай с молоком			180	2,90	1,50	7,80	53,80
чай черный	0,50	0,50					
сахар песок	5,00	5,00					
молоко питьевое 3,2% жирности	90,00	90,00					
вода	100,00	100,00					
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			20	0,89	0,17	9,26	44,20
Второй завтрак				0,15	0,00	8,25	32,63
Отвар из плодов шиповника			180	0,15	0,00	8,25	32,63
плоды шиповника	12,00	12,00					
сахар песок	5,00	5,00					
вода питьевая	210,00	210,00					
Обед			600	21,40	11,58	91,65	659,11
Суп с птицей и овощами			180	4,28	5,94	30,18	252,26
курица-тушка	20,74	18,85					
масса отварной птицы		13					
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	66,50	50,00					
01.11.-31.12. - 30%	71,50	50,00					
01.01.-29.02. - 35%	77,00	50,00					
01.03. - 40%	83,50	50,00					
срок до 01.01.-20%	12,50	10,00					
с 01.01. - 25%	13,30	10,00					
лук репчатый	9,52	8,00					
лавровый лист	0,01	0,01					
огурцы соленые	17,10	9,00					
томатная паста	3,90	3,00					
масло растительное	3,90	3,00					
соль йодированная	1,90	1,00					
вода	175,00	175,00					
лимон	0,60	0,50					
сметана 15 %	4,90	4,00					
Тефтель рыбный			70	5,04	11,49	28,49	171,93
мякоть тушки с/м	65,21	41,80					
или филе минтая	65,63	41,80					
филе бездрожжевые	11,99	11,00					
вода питьевая	8,00	8,00					
крупа рисовая	4,60	4,60					
масса отварного риса:		11,50					
лук репчатый	10,71	9,00					
масло растительное	3,80	3,80					
лук репчатый нарезанный		6,50					
соль йодированная	0,20	0,20					
мука пшеничная	3,00	3,00					
масса п/ф		83,00					
масло растительное	1,50	1,50					
или							
Тефтель рыбный п/ф пром.производства			70	5,04	11,49	28,49	171,93
тефтель рыбный п/ф пром.производства зам.	83,00	83,00					
масло растительное	1,50	1,50					
Пюре картофельное			130	9,95	3,64	4,31	101,79
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	155,61	117,00					
01.11.-31.12. - 30%	167,31	117,00					
01.01.-29.02. - 35%	186,38	117,00					
01.03. - 40%	195,39	117,00					
соль йодированная	0,50	0,50					
молоко питьевое 3,2% жирности	19,95	19,00					
масло сливочное 72,5 %	3,00	3,00					

мпа пшеничны на гуодпыл								
		1,50						
растительное хая листа								
масси п;								
чай с сахаром к лимоном			200	0,23	0,07	5,44	23,14	№378-2011
чай чёрный								
лимон								
вода								
сахар								
Итого:				42,97	188,35	1315470		
					259,79,			
Итого за 5 дней:			103313	113,68		3133,84		
Итого за 5 по-инвк:				-4934	197,69	13853		
Итого за 5 дней ;			ioi\$@	124,99		6756,00		
Средняя за 1 день :			40,50	45,00		13504)0		

16 день							
Наименование блюда			Выход, А, г	Химический состав			
				Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал
Закуска			408		12,47		
Для буерброда;			28	11,23.3,90	300	50368,10	67\$
Хлеб пшеничный или батон пшеничный	18 пл				02		40 5
Сыр	10,30	г		2,5	2,8		27
Каша пшенная молочная			180		9.30	28 о	211,63
молоко питьевое 3,2% жирности							
вод	53	53					
пшено	25 па	25					
с.ир песок							
йодированная							
мдс-30 спивочное 72.5 %							
Чай с сахаром			180	0,10	0,00	5,00	20,70
чай чёрный							
вода	00						
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			20	0,89	0,17	926	44 до
Второй завтрак				0,78	00-4	13,63	6409
Напиток из кураги			180	0,78	0,04	1353	6499
курага	13						
песок							
в опа	210,00				292		
Обед			670	19,50		9336	
Салат белокачанной капусты с морковью			50	1,00	3,03	390	47,76
капуста	62,50						N243-2004
морковь до							
с 01.01 -25%							
лимонная	0,15	0,12					
вода для розведения лимонной							
соль йодированная	0.30	0,30					
сахар песок							
растительное							

яли									
Салат из отварной свеклы с мес.пом растительным				50	0,81	2,03	4,75	40	N44-2004
сзекла - до свекла - от 0i.01 -		68,13 72,49	54 54 50						
масло растительное, сопъ йодироваянд			030						
Суп-пюре с птицей				200	499	399	19,80	123,21	ТТК
филе кНерное		13							
картофель 0i.09 -31.10.-		37 50							
к 01.11.-31.12.		39=90							
каркфпъ 01.01-29_32 -		46 го							
01.03 - морковь									
лук репчазый мка т.немичндя		3 50							
питье.ое 3,2% жирности		27	27						
сливочное 72.5 %									
или мае!) сопъ йод.вроанная									
вода питьевая									
Болоньезе				70	6,47		6,68	171,28	ТТК
фарш ГОВязжий		37 во	35						
лук морковь 20 %		14,28							
МЭС.Ю 72.5									
иди томатная		5 00 з оп							
вода питьевая		77 ал							
йодирована"			0,16						
			0,18				34,32	192,12	ММ 6-2-004
Макароны отварные				130	499	3,52			
мажлрные изделия									
вода питчауая									
СОЛЬ маг-7L., 72.5 %		0:25 з йт							
Нвпнтюк из яблочно-ягодной смесн я,мочно-ягопная смесь				180	0,23	0,07	6,87	1945	

Отар								
вода ПИТЬЕВ/338								
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием вит минов и мине алов				0,89	0,17	9,26	4420	
Хлеб итенный или хлеб пшеничный с содержанием витамввов и муче азов			20	1,12	0,22	11,58	ssgs	
Полдник						32,61	27639	M469-2012
Булочка Домашняя			50	8,30	9,02		143,36	
мука пшеничная в/с		38						
дрожжи сдф-момент	0,30	0,30						
масло растительное в тесто	1,70	1,70						
яйцо куриное	1,70	1,70						
сахар песок	1,70	1,70						
соль йодированная	0,40	0,40						
вода питьевая	13,30	13,30						
молоко питьевое 3,2% жирности	5,00	5,00						
сахар песок на посыпку изделий	2,50	2,50						
масло растительное для смазки изделий	2,50	2,50						
масса ш/ф		67,10						
масло растительное для смазки листов	1,00	1,00						
мука пшеничная в/с на подпыл	1,20	1,20						
Отвар из плодов шиповника			200	0,16	0,00	5,39	33,03	N638-2004
плоды шиповника	10,00	10,00						
сахар песок	5,00	5,00						
вода питьевая	230,00	230,00						
Итого:				39,97	43,00	198,25	1340,68	

17 день								
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Вит. А, мкг	Вит. В1, мг	Вит. В2, мг	Вит. С, мг	
Вход	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Вит. А, мкг	Вит. В1, мг	Вит. В2, мг	Вит. С, мг
Завтрак								
Сырник из творога с повидлом или джемом			1134	6,30	11,40	3773		
творог	45							
манная								
яйцо								
сахар-песок		3,50						
Молоко		Оп						
масло сливочное								
повидло или джем								
или								
Запеканка творожная с повидлом или джемом			50	3,32	3,60	11,40	111,24	24366-2004
творог	45							
		6,30						
сахар-песок		3,50						
манная								
масло сливочное								
повидло или джем								
Каша молочная манная			180	5,03		20	144,01	№302-2004
манная								
молоко 3,2% жирности								
сахар-песок		3,00						
мед или сливочное								
Кофейный напиток с МЛНЖКОМ кофейный			180	2,10	2,40	10,90	78,40	
сахар	1,80							
вода								
молоко 3,2% жирности								
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			20	0,89	0,17	9,26	44,20	
Второй завтрак			0,23	0,07	10,85	45,32		ТТК
Напиток ягодный			180	0,23	0,07	10,85	45,32	ТТК

я; оды с/м в с.Жаар песс,к								
вода питьевая Обед	185,11*		620 180	19,46 825	21,38 8,23		19,85 189,62	
Суп гороховый на курином бульоне								
карп оф ать- О; а; -31. III.-	57,19							
01.II.-31.12.	61,49							
.OI-29.02 -	66,22	43						
душенный	71,81							
или масло растительное лук репчатый								
морковь до 01 .OI.-20%	12,50							
соль йодированная букон кминный								
Жаркое с птицей			200	795	1134	36,30	182,69	14436-1996
грудка куриная (без кожи и костей)	77							
или филе куриное	55							
масса тушеной птицы		40						
-01 -31.10.OI.II.- 31.12. -30*	84 21 1,64							
	227,92							
лук репчатый	т 1,90							
морковь до 01 .OI.-20%	12,50							
	в 30 4,00							
томатная паста соль йодированная								
масло или масло		по						
лазерный лмс-г								
	40	40 оп						
вода питьевая			180	0,13	0,1	7,33	3125	
Компот из флок и ягод								
яблоки свежие	25,99							
ЯГОДЫ с/м Е ахоргдвенте								
сильр								
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			20	0,39	0,17		44,20	

Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержавнем витаминцов и минералов			40	2,24	0,44	23,16	11050	
Поддник			взо		3,97	4105	358,74	
Печенье " Неженка "			50	5,60	7,87	33,25	224,99	
яиО к-ринос	30	14 30						
растительное								
схар-песок	5,20	5 20						
со ль йодированная	0,10							
ваньхви	0,10	одо						
M'Vk2 пшеничная	33_12	33_12						
масса п/ф	0,18	0,18 59						
Чай с молоком		ока	100	2,90	1,50	7,80	53,80	У2685 -1004
чай черный								
пен.								
питьевое 3,294 жирности воца	Яи							

Итого:

3933

43,29

20031

1360,21

18 день								
Наименование Блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				
				Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал	
Завтрак				11,69	12,57	50,07	377,84	
Для бутерброда:			31	3,50	6,00	6,20	95,20	№3 -2001
Масло сливочное	5,00	5,00		0,10	3,60	0,10	33,10	
Сыр	8,08	8,00		2,00	2,20	0,00	21,60	
Хлеб пшеничный или батон пшеничный	18,00	18,00		1,80	0,20	8,10	40,50	
Каша молочная пшеничная			180	4,20	3,90	18,92	166,30	№302-2004

Итого:				42,24	47,23	190,22	1369,40	
19 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				
				Белок, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			403	11,05	11,51	50,36	350,39	
Для бутерброда:			23	1,59	3,89	8,20	73,69	№3-2004
Хлеб пшеничный или батон пшеничный	18,00	18,00		1,40	0,20	8,1	40,5	
Масло сливочное	5,00	5,00		0,19	3,69	0,1	33,1	
Каша "Дружба" молочная жидкая			180	5,76	6,84	25,10	178,70	№168-2004
молоко пастеризованное 3,2% жирности	160,00	160,00						

пшени дробл	3,39	3,00						
вода	210,00	210,00						
сахар песок	5,00	5,00						
Итого:				39,98	43,87	191,99	1349,42	
20 день								
Наименование блюда	Протеин, г	Вит. г	Выход, г	Химический состав				
				Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			410	11,30	12,58	51,78	344,21	
Для бутерброда:			30	4,40	3,60	8,10	72,9	№3-2004
Хлеб пшеничный или батон пшеничный	18,00	18,00		1,40	0,20	8,1	40,5	
	12,00	12,00		3,00	3,40	0,0	72,4	

сахар песок 5 (70								
вода питьевая								
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			20	0,89	0,17	9,26	44 до	
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			20	1,12	ОД	1158	55,25	
Полдник	8,25			837	40,17	26130		
Печенка сметанная			70	798	8,52	29,70	21838	№471-1012
мука пшеничная		48 г,						
дрожжи Саф-момент	0,45	045						
сахар песок								
соль йодированная								
сало «нос								
юг растительное								
сметана 15 %								
вода питьевая								
яйцо куриное	1,30	1 30						
масло подсолнечное		92,25						
масло растительное								
Чай «Витаминный»			200	0,27	0,05	10,47	43,52	№493-2011
чай черный	п,со	0,50						
фрукты «пшеница»	2, оп							
сироп								
Итого :	1510			40,78	44,06	19797	133030	
	-к6\$т'							
Итого за 5 дней обед;	101,30			11638	457;27	3273460		
Итого за 5 дней "позонк;	41,87			46\$1	202,13	1348,76		
Итого за 5 дней	202,50			23,00,	978,74	6350,201'		

Средняя за девь			45,00		1350400	

44128 Q2