





Второй день первая неделя

Премия пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины											Минеральные вещества								№ рецептур	Сборник рецептур
		Белок, г	Жиры, г	Углевод, мг, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мг	Ca, мг	F, мг								
																			В12, мг	В6, мг	В9, мг	В5, мг	В12, мг	В1, мг		
Сыр (горячим)	15	3.48	4.43	0.00	54.60	0.11	0.01	0.05	0.05	0.05	132.00	75.00	5.28	0.19	13.20	0.00	0.01	15	2017							
Каши, вязкая молочная из пшеничной крупы со сливочным маслом	250/5	10.51	9.52	55.68	351.45	0.95	0.23	0.16	0.04	0.08	151.97	222.90	51.88	1.84	315.72	14.06	0.00	173	2017							
Чай с сахаром	200/15	0.19	0.00	14.93	60.46	0.04	0.00	0.01	0.00	0.00	12.18	7.42	5.92	0.74	25.86	0.00	0.00	376	2017							
Молочный десерт	100	2.40	1.20	14.40	80.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	ГОСТ								
Батон нарезной подпорованный	20	1.50	0.58	10.28	52.40	0.00	0.00	0.01	0.00	0.00	3.80	13.00	2.60	0.20	18.40	0.00	0.00	ГОСТ								
Итого за прием пищи:	605	18.08	18.73	94.28	898.91	0.90	0.26	0.23	0.09	0.08	298.65	318.32	75.15	2.93	373.12	14.06	0.00	ГОСТ								
Обед																										
Суп картофельный с горошком пюре	250	5.90	5.38	18.22	148.95	4.80	0.18	0.06	0.20	0.00	41.23	80.08	33.52	1.97	484.55	4.46	0.00	102	2017							
Котлеты рубленые с поджаренной капустой	100	12.97	31.01	13.12	382.38	6.26	0.27	0.11	0.02	0.04	45.54	147.17	29.47	2.02	322.74	7.00	0.00	455	2006							
Картофельное пюре	180	3.82	6.52	25.68	177.19	12.46	0.15	0.13	0.04	0.06	53.79	102.96	36.37	1.46	917.05	10.25	0.00	128	2017							
Напиток из смеси сливок	200	0.00	0.00	19.38	77.41	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.46	0.00	1.80	0.00	1.20	0.00	0.00	ТК 27	2017							
Хлеб ржаной	35	2.32	0.31	14.84	71.39	0.00	0.06	0.03	0.00	0.00	6.30	30.45	6.65	1.40	47.60	1.96	0.00	ГОСТ								
Батон нарезной подпорованный	35	2.63	1.02	17.98	91.70	0.00	0.04	0.01	0.00	0.00	6.66	22.75	4.55	0.35	32.20	0.00	0.00	ГОСТ								
Итого за прием пищи:	800	27.14	44.26	110.21	949.02	23.52	0.70	0.34	0.26	0.13	161.97	383.41	112.36	7.20	1806.34	23.67	0.00	ГОСТ								
Всего за день:		48.22	89.98	205.89	1847.93	24.32	0.98	0.57	0.36	0.21	461.62	701.73	187.51	10.19	2178.46	37.73	0.00	0.15								

Третий день первая неделя

Премия пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины											Минеральные вещества								№ рецептур	Сборник рецептур
		Белок, г	Жиры, г	Углевод, мг, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мг	Ca, мг	F, мг								
																			В12, мг	В6, мг	В9, мг	В5, мг	В12, мг	В1, мг		
Котлеты рубленые из птицы	100	14.08	17.01	14.44	267.00	4.67	0.07	0.10	0.04	0.00	20.94	139.93	22.18	1.84	175.87	3.93	0.01	294	2017							
Макаронные изделия отварные	180	6.54	5.01	41.78	260.44	0.00	0.00	0.00	0.03	0.09	22.97	2.48	3.75	0.07	2.26	0.00	0.00	202	2017							
Чай с шиповником	200/15	0.28	0.04	16.33	68.72	13.24	0.00	0.02	0.02	0.00	14.81	7.88	6.26	0.82	27.36	0.00	0.00	ТК 21	2017							
Сливки "Балтик"	30	3.28	9.67	23.33	142.97	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	ТК 88	2017							
Батон нарезной подпорованный	30	2.25	0.87	15.42	76.60	0.00	0.03	0.01	0.00	0.00	5.70	19.50	3.90	0.30	27.60	0.00	0.06	ГОСТ								
Итого за прием пищи:	585	26.44	33.40	111.20	807.73	13.71	0.10	0.13	0.10	0.09	64.22	189.79	36.10	3.03	233.09	3.93	0.07	ГОСТ								
Обед																										
Суп из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	1.89	5.77	8.85	97.97	12.19	0.05	0.05	0.21	0.00	49.43	44.11	21.02	0.86	316.50	4.34	0.00	88	2017							
Помидор свежий	300	21.22	47.55	56.05	745.95	1.87	0.44	0.16	0.35	0.00	41.65	270.49	66.67	2.71	499.12	19.11	0.01	266	2017							
Компот из компотной смеси см	30	0.33	0.09	1.14	7.20	7.50	0.02	0.01	0.05	0.00	4.50	7.80	8.00	0.30	87.00	0.60	0.00	71	2017							
Хлеб ржаной	200	0.00	0.00	19.38	77.41	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	7.26	0.00	1.53	0.00	1.11	0.00	0.00	ТК 12	2017							
Батон нарезной подпорованный	25	1.66	0.22	10.80	50.99	0.00	0.05	0.02	0.00	0.00	4.50	21.75	4.75	1.00	34.00	1.40	0.00	ГОСТ								
Итого за прием пищи:	20	1.50	0.58	10.28	52.40	0.00	0.02	0.01	0.00	0.00	3.80	13.00	2.60	0.20	18.40	0.00	0.00	ГОСТ								
Всего за день:	630	26.80	54.18	108.28	1031.82	21.56	0.58	0.25	0.61	0.00	110.83	357.15	102.57	5.19	965.13	16.45	0.01	0.13								



Четвертый день первой недели

Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины											Минеральные вещества											№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Л, мг	So, мг	Ф, мг	Ca, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Л, мг	So, мг	Ф, мг				
<b>Завтрак</b>																													
КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫЛЧАТАЯ	100	9,65	17,47	11,67	242,75	1,74	0,11	0,07	0,07	0,00	21,91	95,45	19,97	1,16	200,38	4,22	0,01	0,05	ТТК Б2	2017									
КАЖДО - НАПИТОК ВИТАЛОГ НА СУШЕНОМ МОЛОКЕ	180	10,17	7,70	46,02	293,98	0,00	0,27	0,15	0,03	0,09	28,57	224,79	140,67	5,29	316,80	2,74	0,00	0,02	ТТК 17	2017									
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ С САХАРОМ	200	1,55	1,55	72,50	172,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ТТК 14	2018									
БАТОН НАРЕЗНОЙ КОДИРОВАННЫЙ	502	4,38	4,63	29,54	177,15	0,00	0,05	0,03	0,01	0,07	10,31	38,12	6,35	0,44	54,47	1,26	0,01	0,01	424	2017									
Итого за прием пищи:	552	1,50	10,28	52,40	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	0,00	3,80	13,00	2,90	0,20	18,40	0,00	0,00	0,00	ГОСТ										
<b>Обед</b>																													
СОЛЯНКА ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	250/6/5	3,21	5,40	14,98	124,49	7,97	0,11	0,07	0,02	0,00	35,96	70,01	26,25	1,20	530,08	5,72	0,00	0,03	158	2004									
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	300	13,21	15,47	45,78	373,75	22,72	0,26	0,17	0,23	0,00	50,26	159,48	64,24	2,80	1 599,59	14,72	0,00	0,08	259	2017									
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,00	0,00	378	2017									
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,98	0,22	10,60	50,99	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	4,56	21,75	4,75	1,00	34,00	1,40	0,00	0,00	ГОСТ										
БАТОН НАРЕЗНОЙ КОДИРОВАННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	3,80	13,00	2,80	0,20	18,40	0,00	0,00	0,00	ГОСТ										
Итого за прием пищи:	820	19,77	21,67	98,68	662,09	30,73	0,44	0,28	0,25	0,00	108,72	271,68	103,48	5,94	2 227,87	21,84	0,00	0,11	ГОСТ										
Всего за день:		47,42	53,60	206,67	1 500,61	32,47	0,89	0,54	0,36	0,16	189,21	643,01	279,25	13,03	2 820,60	30,06	0,02	0,19											

Пятый день первой недели

Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины											Минеральные вещества											№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Л, мг	So, мг	Ф, мг	Ca, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Л, мг	So, мг	Ф, мг				
<b>Завтрак</b>																													
СЫР (ТОРЦИЛИНИ)	20	4,64	5,80	0,00	72,80	0,14	0,01	0,06	0,08	0,00	176,00	100,00	7,00	0,20	17,60	0,00	0,00	0,01	15	2017									
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	186	18,87	20,97	3,37	277,99	0,28	0,08	0,49	0,28	3,10	125,61	256,10	19,82	2,81	275,07	32,99	0,05	0,06	210	2017									
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,00	0,00	376	2017									
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	100	8,38	8,77	55,08	332,36	0,00	0,10	0,06	0,01	0,13	19,32	72,44	12,12	0,84	107,80	2,34	0,02	0,02	415	2017									
БАТОН НАРЕЗНОЙ КОДИРОВАННЫЙ	35	2,63	1,02	17,99	91,70	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	6,65	22,75	4,55	0,35	32,20	0,00	0,00	0,00	ГОСТ										
Итого за прием пищи:	555	34,71	36,66	91,37	836,31	0,46	0,23	0,63	0,35	3,23	339,50	458,71	49,11	5,04	458,27	35,33	0,05	0,09	ГОСТ										
<b>Обед</b>																													
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАПТОБЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/5	1,83	5,74	11,97	109,66	7,78	0,04	0,05	0,21	0,00	48,18	48,45	22,98	1,13	325,95	5,70	0,00	0,02	92	2017									
ДУМПАШ	100*	10,78	25,08	2,83	288,96	1,08	0,28	0,08	0,01	0,00	13,82	130,82	18,08	1,22	263,28	5,55	0,00	0,05	280	2017									
СЛАДКИИ	180	6,55	5,61	41,63	250,77	0,00	0,00	0,00	0,03	0,08	15,02	2,98	1,58	0,09	1,54	0,00	0,00	0,00	202	2017									
ПОМИДОР СВЕЖИИ	30	0,33	0,06	1,14	7,20	7,50	0,02	0,01	0,05	0,00	4,20	7,80	6,00	0,30	87,00	0,60	0,00	0,00	71	2017									
ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ	200/15	0,29	0,04	16,33	68,72	0,00	0,02	0,02	0,00	0,00	14,61	7,89	6,26	0,82	27,36	0,00	0,00	0,00	ТТК 21	2017									
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	18,96	81,58	0,00	0,07	0,03	0,00	0,00	7,20	34,80	7,60	1,60	54,40	2,24	0,00	0,00	ГОСТ										
БАТОН НАРЕЗНОЙ КОДИРОВАННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	3,80	13,00	2,80	0,20	18,40	0,00	0,00	0,00	ГОСТ										
Итого за прием пищи:	640	23,33	38,56	101,34	858,98	28,58	0,41	0,20	0,32	0,09	107,53	219,73	64,98	5,36	777,93	14,09	0,00	0,00	ГОСТ										
Всего за день:		68,64	75,22	192,71	1 694,30	30,04	0,64	0,83	0,67	3,32	447,33	678,44	114,09	10,40	1 298,20	49,42	0,00	0,19											

**Первый день вторая неделя**

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины											Минеральные вещества							№ рецеп-туры	Оборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, мг, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мг	Са, мг	Ф, мг							
<b>МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ</b>																									
БУТЕРБРОД С МАСЛЯНЫМ ГАСТРОНОМИЧЕСКИМИ ПРОДУКТАМИ	240	14,63	16,43	47,45	403,62	0,09	0,01	0,07	0,10	0,12	266,66	131,69	13,40	0,36	30,93	0,00	0,01	0,01	204	2017					
КАША "ВИТОНА"	80	5,96	2,90	22,10	139,05	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	8,17	27,95	5,59	0,43	39,56	0,00	0,00	0,00	5	2008					
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПОДИРОВАНЫМ	200	1,95	1,55	12,56	72,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	15	2018					
Итого за прием пищи:	550	26,19	22,33	107,83	746,17	0,09	0,12	0,10	0,10	0,12	298,33	192,04	29,49	1,29	118,49	0,00	0,01	0,01							
<b>ДИИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ</b>																									
БИТОНЕК "ПРЕТЫЛ"	250/5	1,89	6,77	6,95	97,97	12,19	0,05	0,05	0,21	0,00	49,43	44,11	21,02	0,99	315,56	4,34	0,00	0,02	88	2017					
РИС ОТВАРНОЙ	100	11,97	12,77	13,37	215,10	1,28	0,04	0,04	0,01	0,16	21,98	62,36	14,22	1,18	104,07	2,37	0,00	0,01	ТК-10	2017					
НАЛИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	190	4,44	7,03	46,59	267,36	0,00	0,04	0,03	0,04	0,12	14,49	89,84	30,41	0,63	66,45	0,91	0,01	0,03	394	2017					
ХЛЕБ РЖАНОМ	200	0,00	0,00	19,36	77,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,46	0,00	1,80	1,20	0,00	0,00	0,00	0,00	ТК-27	2017					
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПОДИРОВАНЫМ	40	2,65	0,36	16,96	81,59	0,00	0,07	0,03	0,00	0,00	7,20	34,80	7,60	1,60	54,40	2,24	0,00	0,00							
Итого за прием пищи:	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	5,70	19,50	3,90	0,30	27,60	0,00	0,00	0,00							
Итого за день:	805	22,84	26,79	129,64	818,02	13,45	0,23	0,16	0,20	0,28	197,26	250,41	78,06	4,69	669,22	9,96	0,01	0,06							
		49,03	49,12	228,37	1 663,19	13,54	0,36	0,26	0,35	0,40	393,59	442,45	104,44	5,98	695,71	9,96	0,02	0,07							



Второй день вторая неделя

Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										№ рецептур	Сборник рецептур
		Белок, г	Жиры, г	Углевод, М, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Л, мг	Na, мг	К, мг	Ca, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Л, мг	Na, мг	К, мг		
<b>Завтрак</b>																											
КАША "ДРУЖБА" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	250/10	7,40	12,68	41,82	311,96	0,66	0,12	0,16	0,06	0,15	0,00	-0,15	143,08	186,62	40,71	0,94	262,23	12,56	0,00	0,01	190	2008					
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04	0,00	0,01	0,00	0,01	0,00	0,00	12,19	7,42	5,62	0,74	26,80	0,00	0,00	0,00	378	2017					
БЛАНШЕТИ С ЯБЛОКОМ	140	4,90	14,50	31,80	278,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
БАТОН НАРЕЗНОЙ МОДИФИЦИРОВАННЫЙ	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,90	0,04	0,01	0,00	0,01	0,00	0,00	7,50	28,00	5,20	0,40	36,86	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00					
Итого за прием пищи:	666	16,48	28,34	109,11	766,21	0,66	0,16	0,17	0,06	0,16	0,06	0,15	162,93	199,04	51,53	2,08	314,83	12,56	0,00	0,01	190	2008					
<b>Обед</b>																											
<b>Завтрак</b>																											
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ПУШЕНЫМ	250	5,80	5,39	19,22	149,96	4,80	0,16	0,06	0,20	0,00	0,00	0,00	41,23	80,08	33,52	1,97	484,56	4,46	0,00	0,03	102	2017					
КОШЕТА МОСКОВСКАЯ	100	11,07	26,97	12,69	337,90	0,05	0,25	0,07	0,00	0,00	0,00	0,00	15,35	113,95	19,92	1,46	221,57	4,33	0,00	0,04	270	2017					
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ	180	3,82	6,52	25,68	177,19	12,46	0,15	0,13	0,04	0,09	0,09	0,00	53,79	102,96	36,37	1,46	917,05	10,25	0,00	0,04	128	2017					
ТОМЯТОР СВЕЖИИ	15	0,17	0,03	0,57	3,60	3,75	0,01	0,01	0,02	0,00	0,00	0,00	2,10	3,90	3,00	0,15	43,50	0,30	0,00	0,00	71	2017					
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,00	0,00	19,36	77,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,33	0,00	1,56	0,08	1,12	0,00	0,00	0,00	342	2017					
ХЛЕБ РЖАНОИ	30	1,99	0,28	12,72	61,19	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	5,40	26,10	5,70	1,20	40,80	1,68	0,00	0,00	0,00	0,00					
БАТОН НАРЕЗНОЙ МОДИФИЦИРОВАННЫЙ	25	1,89	0,73	12,86	65,50	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	4,75	16,25	3,25	0,25	23,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00					
Итого за прием пищи:	800	24,73	39,90	103,09	871,24	21,06	0,67	0,30	0,20	0,09	0,09	0,00	128,96	343,25	103,31	6,49	1791,56	21,02	0,00	0,11	0,00	0,11					
Всего за день:		40,22	68,24	212,20	1 626,95	21,75	0,83	0,47	0,32	0,24	0,24	0,24	282,78	542,29	154,84	8,57	2 046,42	33,58	0,00	0,12	0,00	0,12					

Третий день вторая неделя

Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										№ рецептур	Сборник рецептур
		Белок, г	Жиры, г	Углевод, М, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Л, мг	Na, мг	К, мг	Ca, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Л, мг	Na, мг	К, мг		
<b>Завтрак</b>																											
ХАУРКОЕ ПО-ДОМШЕНЕКУ	300	11,24	12,96	44,18	336,22	22,07	0,26	0,22	0,36	0,00	0,00	0,00	54,07	212,09	70,16	3,50	1 663,74	14,52	0,00	0,08	269	2017					
КОРБИЛЬНИ НАПИТОК НА СЛИВЕННОМ МОЛОКЕ	200	2,10	2,47	16,15	96,46	0,12	0,01	0,10	0,01	0,02	0,02	90,99	50,13	10,96	0,05	110,10	2,10	0,00	0,01	ТК 9	2017						
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ С САХАРОМ	50/2	4,38	4,83	29,54	177,15	0,00	0,05	0,03	0,01	0,07	10,31	36,12	6,36	0,44	56,47	1,26	0,01	0,01	4,24	0,01	4,24	2017					
БАТОН НАРЕЗНОЙ МОДИФИЦИРОВАННЫЙ	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	0,00	7,80	26,00	5,20	0,40	36,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00					
Итого за прием пищи:	892	20,72	20,82	110,43	712,62	22,19	0,36	0,36	0,39	0,09	163,97	336,34	92,88	4,39	1 967,11	17,08	0,01	0,10	0,00	0,09	0,00	0,09					
<b>Обед</b>																											
<b>Завтрак</b>																											
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	4,19	6,39	19,26	151,72	9,67	0,11	0,09	0,20	0,00	0,00	27,51	70,15	29,25	1,89	676,97	6,43	0,00	0,04	18	2017						
ТЕПЕЛЬНИ НЕЖЕНА В СОУСЕ	110	6,76	9,21	12,78	168,94	0,75	0,03	0,01	0,09	0,00	0,00	13,48	20,67	6,29	0,35	69,87	0,73	0,00	0,01	ТК 16	2017						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,54	5,81	41,78	250,44	0,00	0,00	0,00	0,03	0,09	22,97	2,48	3,75	0,07	2,26	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	202	2017					
ОГУРЕЦ СВЕЖИИ	15	0,12	0,02	0,38	2,10	1,50	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	3,45	6,30	2,10	0,15	21,16	0,45	0,00	0,00	71	2017						
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	19,36	77,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,48	0,00	1,80	0,00	1,26	0,00	0,00	0,00	ТК 27	2017						
ХЛЕБ РЖАНОИ	30	1,99	0,28	12,72	61,19	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	0,00	5,40	26,10	5,70	1,20	40,80	1,68	0,00	0,00	0,00	0,00						
БАТОН НАРЕЗНОЙ МОДИФИЦИРОВАННЫЙ	20	1,50	0,59	10,28	62,40	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	0,00	3,80	13,00	2,60	0,20	18,40	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00						
Итого за прием пищи:	806	23,04	22,27	116,51	764,20	11,92	0,21	0,14	0,32	0,09	85,08	138,67	51,48	3,09	819,64	9,29	0,00	0,05	0,00	0,05	0,00						
Всего за день:		43,76	43,68	228,94	1 478,82	34,11	0,57	0,50	0,70	0,18	249,95	474,01	144,16	8,05	2 586,75	27,17	0,01	0,15	0,00	0,15	0,00						



Четвертый день второй недели

Премь пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины											№ рецептур	Сборник рецептур		
		Белки, г	Жиры, г	Углевода, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Л, мг			Se, мг	F, мг
ШНИЦЕЛЬ	100	12,96	30,22	14,94	393,31	0,00	0,29	0,06	0,00	0,00	12,77	139,88	25,71	1,89	260,53	4,88	0,00	0,05	266	2017
РАС ОТАВРНОИ	180	4,44	7,03	48,58	287,38	0,00	0,04	0,03	0,04	0,12	14,49	89,54	30,41	0,53	66,45	0,91	0,01	0,03	304	2017
ПОИМДОР СВЕЖИИ	20	0,22	0,04	0,76	4,90	0,01	0,01	0,00	0,00	0,00	2,80	5,20	4,00	0,20	58,00	0,40	0,00	0,00	71	2017
ЧАИ С ШИЛОВНИКОМ	200/15	0,29	0,04	16,33	68,72	13,24	0,00	0,02	0,02	0,00	14,61	7,88	5,26	0,82	27,36	0,00	0,00	0,00	ТТК 21	2017
СЛОЖКА "БАЛТИК"	30	3,28	9,67	23,33	142,97	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ТТК 98	2017
БАТОН НАРЕЗНОИ МОДИРОВАННЧИИ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,79	19,50	3,90	0,30	27,60	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	875	23,33	47,87	117,36	846,78	18,24	0,37	0,16	0,09	0,12	63,37	261,90	70,28	3,94	459,94	6,19	0,01	0,08		
Обед																				
РАСОЛНИК ЛЕНИНГРАДСКИИ С МЯСОМ СО СМЕТАНОИ	250/55	3,33	8,23	16,61	166,76	6,73	0,11	0,07	0,21	0,00	35,23	77,66	27,11	1,14	512,27	5,32	0,00	0,03	96	2017
РАТУ НА ПИЦЦА	100	10,88	11,94	3,53	162,90	1,41	0,82	0,02	0,35	0,00	18,20	19,79	9,70	0,38	84,46	1,56	0,00	0,01	289	2017
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,17	7,70	46,02	293,88	0,00	0,27	0,15	0,03	0,09	26,57	224,78	190,87	5,29	316,88	2,74	0,00	0,02	171	2017
ЧАИ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,83	60,46	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,82	0,74	25,80	0,00	0,00	0,00	376	2017
ХЛЕБ РУЖНОИ	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00	0,08	0,03	0,00	0,00	6,30	30,45	6,66	1,40	47,60	1,96	0,00	0,00	ГОСТ	
БАТОН НАРЕЗНОИ МОДИРОВАННЧИИ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	3,80	13,00	2,80	0,20	18,40	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	810	28,40	28,46	106,21	797,66	8,18	0,48	0,29	0,59	0,08	102,28	373,10	202,56	9,15	1005,41	11,58	0,00	0,06		
Всего за день:		81,73	76,33	223,67	1743,34	26,42	0,66	0,45	0,88	0,21	152,85	636,00	272,83	12,99	1445,35	17,77	0,01	0,14		

Пятый день второй недели

Премь пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины											№ рецептур	Сборник рецептур		
		Белки, г	Жиры, г	Углевода, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Л, мг			Se, мг	F, мг
ТУДИНГ ТВОРОЖНИИ ОСЕННИИ С МОЛОКОМ СТУШЕННЫИ	110/45	16,90	13,34	43,42	365,31	0,37	0,06	0,31	0,06	0,16	234,82	236,31	31,97	0,73	286,58	5,61	0,02	0,04	ТТК 18	2017
ЧАИ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,83	60,46	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,82	0,74	25,80	0,00	0,00	0,00	376	2017
РЯНОКО	130	0,52	0,52	12,74	61,10	13,00	0,04	0,03	0,01	0,00	20,30	14,30	10,40	2,86	361,40	2,60	0,00	0,01	338	2017
БАТОН НАРЕЗНОИ МОДИРОВАННЧИИ	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	9,50	32,50	6,50	0,50	48,00	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	590	21,26	16,31	96,78	617,87	13,41	0,16	0,37	0,07	0,16	277,30	292,53	54,46	4,83	719,78	8,21	0,02	0,06		
Обед																				
БОУЛ С КАПУСТОИ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОИ	250/5	1,83	5,74	11,97	109,66	7,79	0,04	0,05	0,21	0,00	49,18	46,45	22,88	1,13	325,94	5,70	0,00	0,02	82	2017
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	100	11,50	5,59	14,94	160,33	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	11,79	43,25	11,72	0,91	49,73	0,00	0,00	0,00	234	2017
КАРТОФЕЛЬНЕ ПЮРЕ	180	3,82	6,52	23,56	177,19	12,46	0,19	0,13	0,04	0,09	53,79	102,96	36,37	1,46	917,05	10,25	0,00	0,04	148	2017
ЧАИ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/15/7	0,26	0,91	15,13	82,77	1,16	0,00	0,01	0,00	0,00	14,70	6,80	6,37	0,80	37,21	0,00	0,00	0,00	377	2017
ХЛЕБ РУЖНОИ	40	2,65	0,35	16,96	91,56	0,00	0,07	0,03	0,00	0,00	7,20	34,80	7,60	1,60	54,46	2,24	0,00	0,00	ГОСТ	
БАТОН НАРЕЗНОИ МОДИРОВАННЧИИ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	5,70	18,50	3,90	0,30	27,60	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	827	22,31	19,48	100,16	679,13	21,40	0,33	0,25	0,26	0,09	142,33	255,76	89,84	6,20	1411,94	16,19	0,00	0,06		
Всего за день:		43,67	34,79	196,89	1268,00	34,81	0,49	0,62	0,32	0,26	419,63	549,29	143,33	11,03	2131,72	26,40	0,02	0,11		



## ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины								Минеральные вещества							
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг	F, мг			
Итого за весь период	486,76	618,99	2134,80	16025,39	302,67	8,41	6,18	6,39	5,78	3488,10	7034,38	2175,25	120,60	20681,67	317,91	0,21	1,82			
Среднее значение за период	48,68	61,90	213,48	1602,54	30,27	0,84	0,62	0,64	0,58	348,81	703,44	217,53	12,06	2068,17	31,79	0,02	0,18			
Содержание Белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	11,9	34,8	53,3																	

## СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	Обед
12-18 лет	576	814

13

## Нормативная документация:

1. СанПин 2.3./2.4.3590.20
2. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях "Дети плюс" 2017г. Москва по редакцией М.П.Могильно
3. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" 200
4. Меню разработано с применением программного обеспечения ООО "Вижен-Софт": Питание детей в школе 2023г. версия 1.2.9 г. Санкт-Петербург
5. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях "Дети плюс" 2011г. Москва по редакцией М.П.Могильно
6. Приказ № 315 от 26.12.86 Министерства торговли СССР.
7. МР 2.4.0179-20 "Методические рекомендации по организации питания обучающихся образовательных учреждений".

Директор ООО "Максимум"



Е.Н.Осиневская