

Второй день первая неделя

Принятая пища, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины											Минеральные вещества											№ рецептур	Сборник рецептур
		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, мг	Na, мг	Сl, мг	Ca, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мг	Na, мг	Сl, мг			
Завтрак																													
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНИНОЙ КРУПЫ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	250/5	10,51	9,52	55,96	391,45	0,65	0,23	0,76	0,04	0,08	151,67	222,90	61,66	1,84	315,72	14,06	0,00	0,02	173	2017									
КОРЕЙСКИЙ НАПИТОК НА ОХЛАЖДЕННОМ МОЛОКЕ	200	2,10	2,47	16,12	95,45	0,12	0,01	0,10	0,01	0,02	90,29	52,13	10,86	0,05	110,10	2,10	0,00	0,01	ТК 9	2017									
КОФЕ С САХАРОМ	100	2,40	1,20	14,40	80,00	0,03	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	2013									
БАТОН НАРЕЗНОЙ КОДИРОВАННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,01	0,00	0,00	0,00	3,90	13,00	2,60	0,20	18,40	0,00	0,00	0,00	ГОСТ										
Итого за принятую пищу:	576	16,51	13,77	96,81	679,30	0,77	0,26	0,27	0,06	0,10	286,96	295,03	75,26	2,09	442,22	16,16	0,00	0,03											
Обед																													
СУП КАРТОВЕЛЬНЫЙ С ПОРОХОМ ПУШЕНЫМ	250	5,80	5,39	19,22	146,59	4,60	0,18	0,05	0,20	0,00	41,23	80,08	33,52	1,97	484,55	4,46	0,00	0,03	102	2017									
КОТЛЕТЫ РУБЕНЫЕ С БЕЛОКОУЧНОЙ КАПУСТОЙ	90	11,31	27,87	11,80	343,84	5,63	0,25	0,10	0,01	0,04	41,11	132,39	26,50	1,82	290,40	6,30	0,00	0,04	455	2006									
КАРТОВЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,42	4,86	23,33	151,48	11,36	0,13	0,11	0,03	0,07	46,18	92,27	32,66	1,33	633,59	9,19	0,00	0,04	128	2017									
Чай с сахаром	200/15	0,19	0,08	14,93	69,46	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									
ХЛЕБ РУБЦОВЫЙ	25	1,86	0,22	10,60	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	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	3,90	13,00	2,60	0,20	18,40	0,00	0,00	0,00	ГОСТ										
Итого за принятую пищу:	750	23,98	38,95	90,16	806,12	21,63	0,63	0,31	0,24	0,11	149,00	346,91	105,89	7,05	1886,74	21,34	0,00	0,11											
Всего за день:		40,39	52,72	186,67	1387,42	22,96	0,86	0,58	0,29	0,21	395,46	641,94	181,41	9,15	2130,96	37,50	0,00	0,14											

Третий день первая неделя

Принятая пища, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины											Минеральные вещества											№ рецептур	Сборник рецептур
		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, мг	Na, мг	Сl, мг	Ca, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мг	Na, мг	Сl, мг			
Завтрак																													
КОТЛЕТЫ РУБЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	14,08	17,01	14,44	287,00	0,47	0,07	0,10	0,05	0,00	20,94	139,93	22,19	1,84	173,87	3,33	0,01	0,06	284	2017									
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,63	4,86	35,94	214,29	0,00	0,00	0,00	0,02	0,08	20,36	2,32	3,20	0,07	1,91	0,00	0,00	0,00	232	2017									
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	20	0,16	0,02	0,49	2,72	0,80	0,00	0,01	0,00	0,00	4,14	7,56	2,62	0,18	28,20	0,60	0,00	0,00	71	2017									
Чай с шиповником	200/15	0,29	0,04	16,53	68,72	0,00	0,02	0,00	0,02	0,00	14,91	7,89	6,28	0,82	27,36	0,00	0,00	0,00	ТК 21	2017									
БАТОН НАРЕЗНОЙ КОДИРОВАННЫЙ	40	20,96	3,00	1,16	104,80	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	7,80	26,00	5,20	0,40	98,80	0,00	0,00	0,00	ГОСТ										
Итого за принятую пищу:	525	23,19	23,09	87,76	657,53	14,51	0,11	0,14	0,09	0,08	67,97	183,59	39,37	3,31	279,14	4,53	0,01	0,06											
Обед																													
СУП ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОВЕЛЕМ 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	0,98	316,50	4,34	0,00	0,02	88	2017									
ПЮРЕ	200	14,15	31,67	38,70	497,00	1,25	0,29	0,10	0,24	0,00	27,66	150,33	44,44	1,81	332,80	6,74	0,01	0,07	285	2017									
КОМПЛОТ ИЗ КОМПЛЮТНОЙ СМЕСИ СМ	200	0,00	0,00	19,36	77,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,25	0,00	1,53	0,00	1,11	0,00	0,00	0,00	ТК 12	2017									
ХЛЕБ РУБЦОВЫЙ	25	1,66	0,22	16,60	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	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	2,60	0,20	18,40	0,00	0,00	0,00	ГОСТ										
Итого за принятую пищу:	708	19,20	38,24	87,79	776,77	13,44	0,41	0,18	0,45	0,00	82,64	259,19	74,34	3,88	701,51	12,48	0,01	0,08											
Всего за день:		42,36	61,33	175,55	1433,30	27,95	0,52	0,32	0,54	0,08	150,31	442,89	113,71	7,30	971,95	17,01	0,02	0,17											

Четвертый день первая неделя

Приним пища, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витаминны											Минеральные вещества											№ рецеп-тур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, 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	Ф, мг	№ рецеп-тур	Сборник рецептур									
Завтрак																													
АЗУ	90	7,98	21,47	1,36	230,89	0,55	0,19	0,06	0,00	0,00	0,30	79,45	12,73	0,87	187,52	3,96	0,00	0,03	280	2008									
КАЛА ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,48	6,42	38,35	244,74	0,00	0,22	0,12	0,02	0,08	22,14	187,32	125,73	4,41	284,08	2,28	0,00	0,01	171	2017									
КАЛА - НАПИТОК "ВЛИОЛ" НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	200	1,95	1,55	12,58	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	ТК 14	2018									
БАТОН НАРЕЗНОЙ КОДИРОВАННЫЙ	80	3,75	1,45	25,70	131,00	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	8,50	32,50	6,50	0,50	46,00	0,00	0,00	0,00	ГОСТ										
Итого за прием пищи:	500	22,18	30,90	77,99	678,13	0,55	0,47	0,20	0,02	0,08	37,04	288,27	144,98	5,79	487,70	6,24	0,00	0,04											
Обед																													
СОЛЯНКА ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	250/55	3,21	5,40	14,69	124,49	7,97	0,11	0,07	0,02	0,00	35,96	70,01	26,25	1,20	560,08	5,72	0,00	0,00	158	2004									
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	250	11,01	12,92	38,18	447,11	18,93	0,21	0,14	0,20	0,00	41,97	132,92	53,54	2,33	1332,96	12,27	0,00	0,07	259	2017									
НАПИТОК ИЗ СМЕТИ СХОДРУКТОВ	200	0,00	0,00	19,38	77,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,40	0,00	1,90	0,00	1,20	0,00	0,00	0,00	ТК 27	2017									
ХЛЕБ РУЖАНОК	25	1,66	0,22	10,60	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	0,00	ГОСТ										
Итого за прием пищи:	735	16,89	18,54	83,10	700,00	26,90	0,37	0,23	0,22	0,00	90,89	224,68	86,34	4,53	1918,24	19,39	0,00	0,10											
Всего за день:		39,04	49,43	161,09	1378,13	27,45	0,84	0,43	0,24	0,08	128,93	522,95	231,30	10,31	2415,94	25,63	0,00	0,14											

Пятый день первая неделя

Приним пища, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витаминны											Минеральные вещества											№ рецеп-тур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, 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	Ф, мг	№ рецеп-тур	Сборник рецептур									
Завтрак																													
ОМЛЕТ НА ДУРАЛЬНИИ	200	15,29	16,96	2,74	229,27	0,22	0,06	0,40	0,23	2,51	101,94	207,54	18,07	2,36	222,94	20,73	0,03	0,05	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	5,82	0,74	25,80	0,00	0,00	0,00	376	2017									
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	80	6,14	6,48	10,28	126,20	0,14	0,03	0,07	0,06	0,00	178,80	113,00	9,60	0,40	36,00	0,00	0,00	0,01	3	2017									
БАТОН НАРЕЗНОЙ КОДИРОВАННЫЙ	40	2,63	1,02	17,99	91,70	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	6,85	22,75	4,55	0,35	32,20	0,00	0,00	0,00	ГОСТ										
Итого за прием пищи:	615	24,29	24,49	45,94	502,63	0,40	0,13	0,48	0,29	2,51	308,57	350,71	35,84	3,85	316,94	26,79	0,03	0,06											
Обед																													
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/5	1,83	5,74	11,97	109,86	7,78	0,04	0,05	0,21	0,00	48,18	46,48	22,88	1,13	328,05	5,70	0,00	0,02	82	2017									
САЛАТТИ	100	10,78	2,90	2,80	288,95	1,06	0,26	0,08	0,01	0,00	13,52	100,82	18,06	1,22	283,28	5,55	0,00	0,05	260	2017									
ПОМИДОР СЕВЕРНИИ	150	5,46	4,84	34,85	208,92	0,00	0,00	0,00	0,02	0,08	12,52	2,48	1,32	0,07	1,29	0,00	0,00	0,00	202	2017									
ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ	30	0,33	0,05	1,14	7,20	7,50	0,02	0,01	0,05	0,00	4,20	7,80	6,00	0,30	87,00	0,50	0,00	0,00	71	2017									
ХЛЕБ С ШИПОВНИКОМ	200/15	0,29	0,04	16,33	68,72	13,24	0,00	0,02	0,02	0,00	14,61	7,88	5,25	0,82	27,36	0,00	0,00	0,00	ТК 21	2017									
ХЛЕБ РУЖАНОК	40	2,56	0,35	18,98	81,58	0,00	0,07	0,03	0,00	0,00	7,20	34,80	7,50	1,60	54,40	2,24	0,00	0,00	ГОСТ										
БАТОН НАРЕЗНОЙ КОДИРОВАННЫЙ	20	1,50	0,28	10,28	82,40	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	22,94	37,53	94,36	817,14	29,58	0,41	0,20	0,31	0,08	108,03	219,24	64,72	5,34	777,68	14,09	0,00	0,07											
Всего за день:		47,09	62,06	140,30	1319,77	29,98	0,54	0,69	0,50	2,59	408,60	569,94	100,56	9,19	1094,62	40,82	0,03	0,13											

Первый день второй недели

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины											№ рецептур	Сборник рецептур		
		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	l, мг			Ва, мг	С, мг
Завтрак																				
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	10,99	10,48	41,41	308,04	0,08	0,01	0,08	0,08	0,08	174,78	82,78	9,47	0,25	19,71	0,00	0,00	0,01	204	2017
БУТЕРБРОД С МЯСНЫМИ ГАРНИРОВАТЕЛЬНЫМИ ПРОДУКТАМИ	80	5,98	2,30	22,10	138,06	0,00	0,05	0,01	0,00	0,00	8,17	27,96	5,58	0,43	38,56	0,00	0,00	0,00	5	2006
КАША - НАПИТОК "ВИТОНА"	200	1,85	1,55	12,58	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	ТРК 14	2018
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИДИРОВАННЫЙ	40	3,00	1,18	20,55	104,80	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	7,60	28,00	5,20	0,40	38,50	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за первую пищу:	500	21,80	18,10	86,55	628,28	0,08	0,10	0,07	0,08	0,08	190,55	138,74	20,26	1,08	88,07	0,00	0,00	0,01		
Обед																				
ЦЫПЛЕНОК КУРИЦЫ С КУРТОБЕГЕМ СО СМЕТАНОМ	250,5	1,98	5,77	8,53	87,87	12,18	0,06	0,05	0,21	0,00	49,43	44,11	2,10	0,98	315,50	4,34	0,00	0,02	88	2017
ВИТОНЕК "РЕПЕЛЫТ"	100	11,83	12,78	13,37	215,33	1,29	0,04	0,04	0,01	0,16	22,05	62,80	14,24	1,16	104,28	2,40	0,00	0,01	ТРК 55	2017
РИС ОТВАРНОЙ	150	3,70	5,99	38,81	223,04	0,00	0,03	0,02	0,03	0,10	12,19	74,73	25,54	0,53	55,38	0,78	0,01	0,02	304	2017
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	18,35	77,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,46	0,00	1,90	0,00	1,20	0,00	0,00	0,00	ТРК 27	2017
ХЛЕБ РЖАНОМ	20	1,32	0,18	8,48	40,78	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	17,40	3,90	0,80	0,27	23,23	1,12	0,00	0,00	ГОСТ	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИДИРОВАННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00	0,07	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 первую пищу:	748	20,04	25,20	86,15	706,94	13,45	0,18	0,14	0,25	0,26	96,53	211,64	68,81	3,89	321,98	8,82	0,01	0,05		
Всего за день:		41,84	41,30	185,60	1333,23	13,51	0,28	0,21	0,31	0,34	290,08	248,58	89,07	4,77	618,03	8,82	0,01	0,08		

Второй день вторая неделя

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины											№ рецептур	Сборник рецептур		
		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	l, мг			Ва, мг	С, мг
Завтрак																				
КАША "ПРЯЖКА" С МАКРОМ СЫВОЧНЫМ	250,10	7,40	12,80	41,80	311,95	0,63	0,12	0,15	0,06	0,15	143,05	185,82	40,71	0,94	252,23	12,56	0,00	0,01	180	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200,15	0,19	0,00	14,53	80,46	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
БЛИНЧИКИ С ЯБЛОКОМ	140	0,00	1,94	0,00	278,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИДИРОВАННЫЙ	40	3,00	1,18	20,58	104,80	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	7,60	28,00	5,20	0,40	38,80	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за первую пищу:	665	10,59	15,78	77,31	758,21	0,68	0,16	0,17	0,06	0,15	182,83	199,06	51,53	2,08	314,83	12,56	0,00	0,01		
Обед																				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРХОМ ТУШЕНЫМ	250	5,90	5,38	19,22	148,95	4,90	0,18	0,08	0,20	0,00	41,23	80,08	33,52	1,97	494,55	4,45	0,00	0,03	102	2017
БЕЖИКИ КУРИЦЫ С СМЕТАНО-ТОМАТНОМ СОУСЕ	100	6,53	7,90	8,40	219,37	0,50	0,02	0,02	0,02	0,00	14,41	20,24	5,05	0,21	48,05	1,56	0,00	0,01	ТРК 41	2017
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ	150	3,42	4,98	23,53	151,40	11,36	0,13	0,11	0,03	0,07	48,18	82,27	32,86	1,33	833,98	8,18	0,00	0,04	128	2017
КОМПОТ СВЕЖИ	40	0,44	0,08	1,52	9,80	10,00	0,02	0,02	0,07	0,00	5,80	10,40	8,00	0,40	118,00	0,80	0,00	0,00	71	2017
КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,00	0,00	19,35	77,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,33	0,00	1,55	0,00	1,12	0,00	0,00	0,00	342	2017
ХЛЕБ РЖАНОМ	20	1,32	0,18	8,48	40,78	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	3,80	17,40	3,80	0,90	27,20	1,12	0,00	0,00	ГОСТ	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИДИРОВАННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00	0,07	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 первую пищу:	780	18,01	19,02	80,87	790,00	28,68	0,41	0,24	0,32	0,07	122,15	203,38	87,38	4,81	1528,91	17,12	0,00	0,08		
Всего за день:		29,80	34,80	168,18	1488,21	27,35	0,57	0,41	0,38	0,22	284,98	432,47	138,91	8,89	1644,74	29,68	0,00	0,08		

Третий день второй недели

Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины											№ рецептур	Оборудование рецептур			
		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	Л, мг			Se, мг	F, мг	
Завтрак																					
ЖАРКОЕ ПО-ДОМШАНЕМУ	270	10,88	14,47	40,09	307,43	20,12	0,29	0,20	0,20	0,01	0,02	80,89	59,13	10,88	0,05	110,10	2,10	0,00	0,01	259	2017
КОРЕЙСКИЙ НАЛИТОК НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	200	2,10	2,47	16,15	95,45	0,12	0,01	0,10	0,01	0,00	0,02	4,16	7,50	2,52	0,16	28,20	0,60	0,00	0,00	71	2017
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	20	0,16	0,02	0,49	2,72	0,00	0,00	0,01	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 КОДИРОВАННЫЙ	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	0,00	7,60	26,00	5,20	0,40	36,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:	530	16,14	18,12	77,29	510,40	21,04	0,28	0,32	0,21	0,02	150,57	291,01	81,46	3,87	1 694,37	15,71	0,00	0,00	0,00		
Обед																					
СУП КАРТОВЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	4,19	6,39	19,25	151,72	9,67	0,31	0,09	0,20	0,00	27,51	70,12	29,25	1,99	678,97	6,43	0,00	0,04	18	2017	
ТЕФЕЛЯ ОСОБАЯ В СОУСЕ	100	9,06	17,47	11,67	242,79	1,74	0,13	0,07	0,07	0,00	21,81	95,45	16,97	1,16	200,98	4,22	0,01	0,05	TK-82	2017	
МАЛЮКОВЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,63	4,96	35,94	214,29	0,00	0,00	0,02	0,02	0,08	20,38	2,32	3,20	0,07	1,91	0,00	0,00	0,00	202	2017	
НАЛИТОК ИЗ СМЕСИ СХОДОРУХТОВ	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	0,00	1,20	0,00	0,00	0,00	TK-27	2017	
КЛЕБ РЖАНОМ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	3,60	17,40	3,90	0,90	27,20	1,12	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ КОДИРОВАННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	62,40	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	0,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:	740	22,29	29,48	104,98	779,40	11,41	0,28	0,19	0,29	0,08	65,96	198,29	56,62	3,92	926,96	11,77	0,01	0,09	TK-82	2017	
Всего за день:		38,43	44,60	182,27	1 289,80	32,45	0,56	0,51	0,50	0,10	296,13	489,30	138,08	7,79	2 621,03	27,48	0,01	0,14			

Четвертый день второй недели

Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины											№ рецептур	Оборудование рецептур			
		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	Л, мг			Se, мг	F, мг	
Завтрак																					
УПАЦЕЛЬ	90	11,57	27,20	13,45	344,97	0,00	0,26	0,08	0,00	0,00	11,50	125,71	23,14	1,70	234,48	4,40	0,00	0,04	288	2017	
РИС ОТВАРНОЙ	150	3,70	5,89	38,81	223,04	0,00	0,03	0,02	0,03	0,10	12,19	74,73	25,35	0,53	65,36	0,76	0,01	0,02	304	2017	
КОМБИКОР СВЕЖИЙ	20	0,22	0,04	0,76	4,80	0,01	0,01	0,03	0,03	0,00	2,80	5,20	0,20	0,20	58,00	0,40	0,00	0,00	71	2017	
ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ	200/15	0,29	0,04	16,33	68,72	13,24	0,00	0,02	0,02	0,00	14,81	7,80	6,26	0,82	27,36	0,00	0,00	0,00	TK-21	2017	
БАТОН НАРЕЗНОЙ КОДИРОВАННЫЙ	45	3,38	1,31	23,13	117,90	0,00	0,05	0,01	0,00	0,00	8,55	29,25	5,85	0,45	41,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕЧЕНЬЕ	24	1,80	2,35	17,88	100,06	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	TK-82	2017	
Итого за прием пищи:	544	20,96	36,83	110,34	859,51	18,24	0,39	0,14	0,08	0,10	49,85	242,77	64,80	3,70	416,62	5,59	0,01	0,06	TK-82	2017	
Обед																					
РАСОСЛЫВКИ ПЕНИНГ РАДЖИКИ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	250/915	3,33	8,23	16,61	156,75	6,73	0,11	0,07	0,21	0,03	38,23	77,88	27,11	1,14	512,27	5,32	0,00	0,03	96	2017	
РАДУ ИЗ ШТАЦЫ	90	9,80	19,47	3,19	146,85	1,28	0,02	0,02	0,31	0,03	16,39	17,84	8,75	0,34	78,35	1,41	0,00	0,01	289	2017	
КОША ПЕЧЕНАВАЯ РАСОСЛЫВКАТА	150	8,48	6,42	36,36	344,74	0,00	0,22	0,12	0,02	0,08	22,14	187,33	128,73	4,41	264,06	2,28	0,00	0,01	171	2017	
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,93	60,45	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	6,82	0,74	25,80	0,30	0,00	0,00	376	2017	
КЛЕБ РЖАНОМ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	3,60	17,40	3,80	0,80	27,20	1,12	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ КОДИРОВАННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	62,40	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	0,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:	755	24,62	25,80	51,84	751,79	8,05	0,41	0,25	0,54	0,09	93,34	320,84	173,61	7,83	924,11	10,13	0,00	0,00	TK-82	2017	
Всего за день:		45,98	62,71	202,18	1 681,30	28,29	0,78	0,39	0,62	0,18	142,99	583,41	236,21	11,33	1 340,73	15,69	0,01	0,11			

Полное наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	Витаминный состав										№ рецеп-тура	Оборудование		
		Белок, г	Жиры, г	Углеводи., г	Соль		B1, мг	B2, мг	A, мг	D, мг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	Li, мг			Na, мг	F, мг
Пудинг творожный "Сладкий" с ягодным соусом	110,00	15,16	11,26	29,86	285,77	0,27	0,09	0,23	0,06	0,14	185,75	188,04	24,32	0,88	195,33	3,88	0,02	0,03	114,18	2017
Чай с сахаром	200,15	0,19	0,00	14,82	60,40	0,04	0,04	0,03	0,06	0,00	12,19	7,82	5,62	0,74	25,80	0,00	0,00	0,00	376	2017
Рисotto	150	0,92	0,82	12,74	61,10	13,00	0,04	0,03	0,01	0,00	20,80	14,30	2,86	2,86	261,40	2,60	0,00	0,01	336	2017
Ватон навареной индейки	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	9,50	37,50	6,50	0,50	46,00	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	425	19,42	12,53	63,32	634,23	13,31	0,19	0,29	0,06	0,14	309,25	243,26	46,64	4,78	628,53	6,48	0,02	0,04		
Завтрак																				
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250,05	1,83	5,74	11,87	109,00	7,76	0,04	0,06	0,21	0,00	48,16	48,45	22,86	1,13	329,95	5,70	0,00	0,00	82	2017
Котлета рыбная	100	11,50	5,96	14,94	160,33	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	11,76	43,23	11,72	0,91	49,73	0,00	0,00	0,00	254	2017
Картофельное пюре	150	3,42	4,89	23,33	151,48	11,96	0,13	0,11	0,03	0,07	48,18	62,27	32,86	1,33	633,59	9,16	0,00	0,04	158	2017
Чай с сахаром и лимоном	200,07	0,28	0,01	15,13	62,77	1,66	0,00	0,01	0,00	0,00	14,70	8,80	6,37	0,80	37,21	0,00	0,00	0,00	377	2017
Хлеб ржаной	40	2,65	0,25	16,86	81,58	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	5,40	28,10	5,70	1,20	40,80	1,86	0,00	0,00	ГОСТ	
Ватон навареной индейки	30	2,25	0,87	15,42	76,80	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:	797	21,91	17,65	67,75	706,42	20,30	0,20	0,22	0,24	0,07	131,02	229,87	82,13	5,57	1305,88	18,66	0,00	0,06		
Всего за день:	61,53	21,10	181,06	1242,75	33,61	0,40	0,51	0,30	0,21	358,26	474,13	128,97	10,35	184,21	23,02	0,02	0,10			

ООО "МАКСИМУМ"

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витаминный состав										Минеральные вещества				
	Белок, г	Жиры, г	Углеводи., г		B1, мг	B2, мг	A, мг	D, мг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	Li, мг	Na, мг	F, мг			
Итого за весь период	410,36	503,50	1777,70	13306,18	244,26	6,08	4,43	4,00	4,19	2311,15	5074,44	1578,69	67,80	15804,73	249,07	0,74	1,27		
Среднее значение за период	41,04	50,35	177,77	1330,62	24,43	0,61	0,44	0,41	0,42	231,12	507,44	157,87	6,78	1580,47	24,91	0,07	0,13		
Содержание белка, жира, углеводов в меню за период в % от калорийности	12,3	83,9	53,8																

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	Обед
7-11 лет	540	798

Нормативная документация:

- СанПиН 2.3.2.4.3590-20
- Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях "Дети плюс" 2017г. Москва по редакции М.П. Могильного и В.А. Тугельяна.
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Учебпродинформ" 2008г. Под редакцией Т.В. Давыдовой
- Меню разработано с применением программного обеспечения ООО "Вижн-Софт". Питание детей в школе 2023г версия 1.2.9 г. Санкт-Петербург
- Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях "Дети плюс" 2011г. Москва по редакции М.П. Могильного и В.А. Тугельяна.
- Приказ № 315 от 26.12.86 Министерства торговли СССР
- МР 2.4.0179-20 "Методические рекомендации по организации питания обучающихся образовательных учреждений"

Директор ООО "Максимум"

Велик Е.Н.
Е.Н. Дончева