Согласовано: Начальник ТО Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по Ямало-Ненецкому автономному округу в Ямальском районе

С.В.Мухлынина _____ «____» _____ 2018 год

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МКОУ « Мыскаменская школа-интернат»

/ Т.Р.Исманов _____

« 02 » сентября 2018 год

ПРИМЕРНОЕ 10 –ТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ

№ 1373 (ЗАВТРАК, ОБЕД. ПОЛДНИК, УЖИН, УЖИН 2)

ДЛЯ ПИТАНИЯ ВОСПИТАННИКОВ ИНТЕРНАТА С 11 ЛЕТ И СТАРШЕ ОСЕННЕ – ЗИМНИЙ СЕЗОН

С РАСЧЕТОМ СОДЕРЖАНИЯ ПИЩЕВОЙ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКОЙ ЦЕННОСТИ

(БЕЛКОВ, ЖИРОВ, УГЛЕВОДОВ, КАЛОРИЙНОСТИ, МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ И ВИТАМИННОВ)

В БЛЮДАХ И КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЯХ

Расчет содержания пищевой и энергетической ценности,

витаминов, минеральных элементов, проведен на программном комплексе:

«Система расчетов для общественного питания» , на модуле

Системы – разработка технологической документации с расчетом

Химического состава, расчетом содержания пищевой и энергетической

Ценности, витаминов, минеральных элементов (продуктов полуфабрикатов,

Кулинарных изделий , с учетом их сохранности на всех стадиях

Технологического процесса) .

Программа разработана Уральским Государственным

Экономическим университетом и одобрена Федеральной службой

П надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека

(свидетельство № 32 от 11.06.2009)

Г.ТЮМЕНЬ, 2018

Примерное 10 ти дневное МЕНЮ № 1372 от «08 » сентября 2018

для питания воспитанников интерната с 11 лет и старше (осенне-зимний сезон)

Меню содержит обязательные вложения - титульный лист, накопительную ведомость, аннотацию, таблицу распределения энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи

1 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	Витамины, мг				Минералы, мг			
								С	В1	А, мкг рет.экв.	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				***21,1***	***22,7***	***71,1***	***572,7***	***1,6***	***0,3***	***0,0***	***1,0***	***466,2***	***509,0***	***85,8***	***3,2***
Бутерброд с мясными гастрономическими продуктами №6-2004			30/20	5,3	8,9	9,3	138	0,0	0,0	0,0	0,4	71,8	64,8	7,0	0,3
колбаса вареная отварная	21	20													
хлеб пшеничный	30	30													
Каша "Геркулесовая" жидкая с маслом №311-2004			200/5	8,4	9,3	22,6	208	0,9	0,2	0,0	0,6	203,9	227,8	56,4	1,0
хлопья овсяные "Геркулес"	30	30													
вода питьевая	70	70													
молоко питьевое	106	106													
или молоко концентрированное	49	49													
или молоко сухое	13	13													
вода кипяченая для концентрированного молока	57	57													
вода кипяченая для сухого молока	93	93													

сахар	4	4													
соль йодированная	0,8	0,8													
масло сливочное	5	5													
Какао с молоком №642-1996			**200**	**4,0**	**3,9**	**19,6**	**130**	**0,7**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**177,0**	**133,7**	**0,0**	**0,1**
какао - порошок	2	2													
сахар	15	15													
молоко питьевое	130	130													
или молоко концентрированное	60	60													
или молоко сухое	16	16													
вода кипяченая для концентрированного молока	70	70													
вода кипяченая для сухого молока	114	114													
Хлеб ржаной	20	20	**20**	**0,9**	**0,2**	**8,7**	**41**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**3,6**	**17,4**	**3,8**	**0,6**
Хлеб пшеничный			**30**	**2,5**	**0,4**	**10,8**	**57**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**9,9**	**65,4**	**18,6**	**1,3**
или хлеб витаминизированный			**30**												
ОБЕД				***29,0***	***24,9***	***133,5***	***874***	***62,4***	***0,6***	***0,6***	***3,7***	***112,1***	***532,0***	***134,7***	***10,0***
Помидор консервированный или свежий №101-2004			**100**	**0,6**	**0,2**	**4,2**	**21**	**7,4**	**0,0**	**0,0**	**0,2**	**4,1**	**7,6**	**0,9**	**0,3**
помидор консервированный без уксуса	182	100													
или помидоры свежие парниковые	102	100													
или помидоры свежие грунтовые	118	100													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													

Суп крестьянский с крупой с мясом со сметаной №134-2004			**250/10/5**	**5,2**	**6,3**	**14,3**	**135**	**15,4**	**0,1**	**0,5**	**0,5**	**31,0**	**125,2**	**25,7**	**1,8**
оленина или говядина 1 категории (мясо на кости)	22	16													
или оленина или говядина полуфабрикат	19	16													
капуста белокочанная свежая	38	30													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	33	25													
01.11.-31.12. -30%	36	25													
01.01-29.02 - 35%	39	25													
01.03 - 40%	42	25													
крупа перловая, ячневая, пшеничная	10	10													
или пшено	5	5													
лук репчатый	12	10													
морковь до 01.01.-20%	13	10													
с 01.01 - 25%	13	10													
масло сливочное	5	5													
сметана	5	5													
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2													
Тефтели с маслом №462-2004 (вариант 2)			**100/5**	**12,7**	**12,7**	**14,3**	**222**	**0,1**	**0,2**	**0,1**	**0,7**	**21,2**	**144,0**	**24,9**	**1,9**
оленина или говядина 1 категории (мясо на кости)	90	66													

или оленина или говядина полуфабрикат	78	66													
или фарш промышленного производства	66	66													
крупа рисовая	8	8													
вода питьевая	10	10													
масса готового рассыпчатого риса		25													
лук репчатый	36	30													
масло сливочное	5	5													
масса припущенного с маслом лука		15													
мука пшеничная	7	7													
масло растительное	3	3													
масло сливочное на полив	5	5													
Рагу из овощей №215-1996			**200**	**3,0**	**4,4**	**21,6**	**138**	**37,9**	**0,1**	**0,0**	**2,3**	**20,3**	**76,8**	**33,0**	**1,2**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	106	80													
01.11.-31.12. -30%	114	80													
01.01-29.02 - 35%	123	80													
01.03 - 40%	134	80													
капуста белокочанная свежая	63	50													
морковь до 01.01.-20%	50	40													
с 01.01 - 25%	53	40													
лук репчатый	24	20													

масло растительное	6	6													
соус томатный (№587-2004)		60													
вода питьевая	54	54													
масло сливочное	3,6	3,6													
мука пшеничная	2,7	2,7													
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	6	6													
морковь до 01.01.-20%	5	4													
с 01.01 - 25%	5,3	4													
сахар	0,6	0,6													
лук репчатый	1,4	1,2													
Компот из свежих плодов + Витамин "С" №585-1996			**200**	**0,2**	**0,0**	**35,6**	**143**	**1,6**	**0,0**	**0,0**	**0,1**	**6,8**	**4,1**	**3,4**	**0,9**
яблоки свежие	45,4	40													
или груши свежие	44	40													
или слива или персик свежие	44	40													
или абрикосы свежие	46	40													
или апельсины свежие	60	40													
или черешня или вишня свежие	42	40													
сахар	20	20													
Хлеб пшеничный	60	60	**60**	**4,9**	**0,8**	**21,7**	**114**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**19,8**	**130,8**	**37,2**	**2,5**
или хлеб витаминизированный			**60**												
Хлеб ржаной	50	50	**50**	**2,4**	**0,5**	**21,9**	**101**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**9,0**	**43,5**	**9,5**	**1,4**

ПОЛДНИК				***12,7***	***7,6***	***77,2***	***428,0***	***4,0***	***0,2***	***0,1***	***0,0***	***69,3***	***166,6***	***12,3***	***0,0***
Расстегай с рыбой №743-2004			**120**	**12,1**	**7,2**	**44,2**	**290**	**0,0**	**0,1**	**0,1**	**0,0**	**29,3**	**112,6**	**12,3**	**0,0**
тесто дрожжевое		**60**													
мука пшеничная	39	39													
мука пшеничная на подпыл	1,8	1,8													
дрожжи прессованные	1,2	1,2													
сахар	2	2													
соль йодированная	0,6	0,6													
яйцо	2	2													
вода питьевая	16	16													
масло сливочное	1,8	1,8													
фарш рыбный №752-2004		**80**													
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	122	90													
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	135	90													
или щекур неразделанный	*	*													
процент отходов щекура следует определять контрольной отработкой потерь при тепловой и холодной обработке и оформлять актом															
лук репчатый	14	12													
масса припущенного с маслом лука		6													
масло сливочное	10	10													
яйцо для смазки изделия	3	3													

масло растительное для смазки листа	1	1													
Сок в ассортименте			200	0,6	0,4	33,0	138	4,0	0,1	0,0	0,0	40,0	54,0	0,0	0,0
УЖИН				***26,4***	***27,1***	***89,3***	***706,5***	***10,8***	***0,4***	***0,2***	***0,9***	***214,4***	***501,7***	***74,9***	***6,8***
Салат из белокочанной капусты №43-2004			100	1,6	5,0	5,9	75	7,2	0,0	0,2	0,3	42,7	33,2	4,8	0,6
капуста белокочанная свежая	160	128													
масса капусты стертой с солью		81													
лук репчатый	18	15													
или лук зеленый	19	15													
масло растительное	5	5													
Курица, запечённая с картофелем в сметанном соусе ТТК			250	16,2	19,0	25,0	336	3,4	0,2	0,1	0,6	52,9	247,5	19,0	2,6
курица потрошенная 1 категории	115	102													
масса запеченной курицы (порционные кусочки)		70													
масло растительное	5	5													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	226	170													
01.11.-31.12. -30%	243	170													
01.01-29.02 - 35%	262	170													
01.03 - 40%	284	170													
масло сливочное	10	10													
соус сметанный №600-2004:		**50**													
сметана	12,5	12,5													
мука пшеничная	2,5	2,5													

вода питьевая	37,5	37,5													
масло сливочное	2,5	2,5													
Чай с молоком №630-1996			**200**	**2,1**	**1,9**	**18,5**	**100**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**93,3**	**68,4**	**10,6**	**0,1**
чай-заварка	0,6	0,6													
сахар	15	15													
молоко питьевое	50	50													
или молоко концентрированное	23	23													
или молоко сухое	6	6													
вода кипяченая для концентрированного молока	27	27													
вода кипяченая для сухого молока	44	44													
Хлеб пшеничный	50	50	**50**	**4,1**	**0,7**	**18,1**	**95**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**16,5**	**109,0**	**31,0**	**2,1**
или хлеб витаминизированный			**50**												
Хлеб ржаной	50	50	**50**	**2,4**	**0,5**	**21,9**	**101**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**9,0**	**43,5**	**9,5**	**1,4**
2 ужин				***3,1***	***0,2***	***34,7***	***152,7***	***20,0***	***0,0***	***0,1***	***0,0***	***16,0***	***56,0***	***84,0***	***1,2***
Фрукт (банан)			**200**	**3,1**	**0,2**	**34,7**	**153**	**20,0**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**16,0**	**56,0**	**84,0**	**1,2**
ИТОГО:				***92,2***	***82,5***	***405,7***	***2734***	***98,8***	***1,5***	***1,1***	***5,7***	***878***	***1765***	***391,7***	***21,2***
Соотношение белков:жиров:углеводов				***1***	***1***	***4***									

2 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Витамины, мг				Минералы, мг			
								С	В1	А, мкг рет.экв.	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				***27,2***	***22,9***	***63,5***	***570***	***1,7***	***0,1***	***0,4***	***0,8***	***397,9***	***428,8***	***56,5***	***1,5***

Бутерброд с маслом №1-2004			**20/10**	**1,6**	**7,4**	**10,0**	**114**	**0,0**	**0,0**	**0,4**	**0,3**	**6,4**	**16,0**	**2,8**	**0,2**
хлеб пшеничный	20	20													
масло сливочное	10	10													
Пудинг из творога с молоком сгущенным или джемом или повидлом №362-2004			**200**	**21,7**	**12,2**	**30,1**	**317**	**0,4**	**0,1**	**0,0**	**0,5**	**271,7**	**315,9**	**38,1**	**0,9**
творог	138	137													
крупа манная	15	15													
сахар	12	12													
яйцо куриное	9	9													
изюм	20,5	20													
масло сливочное	6	6													
ванилин	0,01	0,01													
сухари	6	6													
сметана	6	6													
масло растительное для смазки листа	1	1													
масса готового пудинга		180													
молоко сгущенное с сахаром	21	20													
или джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, консервантов и красителей)	20,2	20													
Кофейный напиток №253-2004, Пермь			**200**	**3,4**	**3,2**	**19,0**	**118**	**1,3**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**118,0**	**88,2**	**13,7**	**0,1**
кофейный напиток	2	2													
сахар	15	15													
молоко питьевое	100	100													

или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
вода кипяченая для сухого молока	88	88													
Хлеб ржаной	10	10	**10**	**0,5**	**0,1**	**4,4**	**20**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**1,8**	**8,7**	**1,9**	**0,3**
ОБЕД	-			***27,9***	***35,9***	***128,5***	***949***	***20,9***	***0,3***	***0,7***	***4,4***	***132,0***	***313,9***	***64,3***	***6,0***
Икра кабачковая промышленного производства №101-2004	**105**	**100**	**100**	**1,5**	**4,4**	**7,3**	**75**	**5,0**	**0,0**	**0,0**	**2,2**	**28,2**	**29,5**	**0,0**	**0,8**
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
ИЛИ															
Лечо промышленного производства №101-2004	**105**	**100**	**100**	**1,4**	**4,2**	**6,9**	**71**	**4,8**	**0,0**	**0,0**	**2,1**	**26,8**	**28,0**	**0,0**	**0,7**
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
Фрукты в ассортименте			**150**	**1,8**	**0,5**	**10,2**	**53**	**8,3**	**0,0**	**0,0**	**0,2**	**13,3**	**9,2**	**0,0**	**0,0**
Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной с мясом №110-2004		**250/5/10**		**4,2**	**5,1**	**12,7**	**114**	**7,6**	**0,1**	**0,0**	**0,3**	**35,7**	**67,7**	**26,1**	**1,3**
оленина или говядина 1 категории (мясо на кости)	22	16													
или оленина или говядина полуфабрикат	19	16													
свекла до 01.01 -20%	50	40													
с 01.01 - 25%	53	40													

капуста белокочанная свежая	25	20													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	27	20													
01.11.-31.12. -30%	29	20													
01.01-29.02 - 35%	31	20													
01.03 - 40%	33	20													
морковь до 01.01.-20%	12,5	10													
с 01.01 - 25%	13,3	10													
лук репчатый	12	10													
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	2,8	2,8													
масло сливочное	5	5													
сметана	5	5													
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2													
Сосиски, сардельки, колбаса отварные с маслом №413-2004			**100**	**9,4**	**17,8**	**0,9**	**201**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,5**	**17,1**	**40,1**	**0,0**	**0,2**
сардельки, или сосиски молочные, или колбаса вареная высшего сорта	92	90													
масло сливочное	10	10													
Макаронные изделия отварные №516-2004			**180**	**5,9**	**7,2**	**45,2**	**269**	**0,0**	**0,1**	**0,2**	**1,2**	**18,3**	**56,1**	**10,1**	**1,0**
макаронные изделия	63	63													
масло сливочное	10	10													
Компот из изюма + Витамин "С" №638-2004			**200**	**0,3**	**0,0**	**19,5**	**79**	**0,0**	**0,0**	**0,5**	**0,0**	**0,5**	**2,5**	**0,0**	**0,1**

изюм	20	20													
сахар	10	10													
Хлеб пшеничный	30	30	30	2,5	0,4	10,8	57	0,0	0,1	0,0	0,0	9,9	65,4	18,6	1,3
или хлеб витаминизированный			30												
Хлеб ржаной	50	50	50	2,4	0,5	21,9	101	0,0	0,0	0,0	0,0	9,0	43,5	9,5	1,4
ПОЛДНИК				***13,0***	***13,6***	***63,4***	***428,0***	***0,0***	***0,0***	***0,2***	***0,0***	***415,7***	***274,6***	***49,8***	***0,0***
Пирожок печенный с яблоками №687-1996			60	4,2	4,1	37,5	204	0,0	0,0	0,0	0,0	33,3	40,4	4,4	0,0
мука пшеничная	28	28													
сахар	2	2													
масло сливочное	3	3													
яйцо куриное	3	3													
соль йодированная	0,3	0,3													
дрожжи прессованные	1	1													
молоко питьевое	7	7													
мука пшеничная на подпыл	1,3	1,3													
яблоки свежие	33	23													
сахар	3	3													
масло растительное	0,2	0,2													
яйцо для смазки изделия	1,2	1,2													
Кондитерское изделие промышленного производства посчитана средняя пищевая ценность - Конфеты шоколадные (с корпусами между слоями вафель, со сбивными корпусами, с желейными корпусами или пр.)			30	4,3	3,3	9,9	87	0,0	0,0	0,2	0,0	130,0	36,0	42,0	0,0
Кисломолочный напиток в ассортименте (р.645-1996)	207	200	200	4,5	6,2	16,0	138	0,0	0,0	0,0	0,0	252,3	198,2	3,4	0,0

УЖИН				23,0	24,4	96,8	698,6	4,3	0,5	0,1	4,1	134,3	523,8	110,1	5,7
Салат из моркови (р.9-2004, Пермь)			**100**	**1,1**	**5,0**	**10,2**	**90**	**2,3**	**0,0**	**0,0**	**2,7**	**22,3**	**39,5**	**15,6**	**1,0**
морковь до 01.01.-20%	118,8	95													
с 01.01 - 25%	126	95													
сахар	3	3													
масло растительное	5	5													
Шницель рыбный натуральный с маслом №391-2004			**120/5**	**12,3**	**14,2**	**5,2**	**198**	**1,2**	**0,2**	**0,1**	**1,0**	**41,9**	**228,0**	**31,2**	**1,3**
минтай потрошенный обезглавленный (филе без кожи и костей)	156	103													
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	155	103													
или щекур неразделанный	*	*													
процент отходов щекура следует определять контрольной отработкой потерь при тепловой и холодной обработке и оформлять актом															
лук репчатый	23	19													
молоко питьевое	10	10													
яйцо куриное	10	10													
сухари	14	14													
масло растительное	8	8													
масло сливочное	5	5													
Рис припущенный №512-2004			**180**	**4,3**	**4,1**	**38,5**	**208**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,3**	**6,6**	**94,7**	**30,9**	**0,6**
крупа рисовая	63	63													
вода питьевая	133	133													

масло сливочное	5	5													
Сок в ассортименте	200	200	200	0,2	0,1	11,0	46	0,7	0,0	0,0	0,1	43,2	39,6	0,0	0,0
Хлеб пшеничный	40	40	40	3,3	0,6	14,4	76	0,0	0,1	0,0	0,0	13,2	87,2	24,8	1,7
или хлеб витаминизированный			40												
Хлеб ржаной	40	40	40	1,9	0,4	17,5	81	0,0	0,0	0,0	0,0	7,2	34,8	7,6	1,1
2 ужин				***7,6***	***7,5***	***22,4***	***187,5***	***1,0***	***0,1***	***0,0***	***0,0***	***211,2***	***214,2***	***24,4***	***0,2***
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	210	200	200	6,4	6,2	12,0	129	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
Мучное изделие промышленного производства (посчитана средняя пищевая ценность - печенье затяжное или галеты или крекер или т.п.)			15	1,2	1,3	10,4	58	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ИТОГО:				***98,7***	***104,3***	***374,6***	***2833***	***28,0***	***1,0***	***1,4***	***9,3***	***1291***	***1755***	***305,0***	***13,5***
Соотношение белков:жиров:углеводов				***1***	***1***	***4***									

3 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
								Витамины, мг				Минералы, мг			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг рет.экв.	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				***16,2***	***19,4***	***80,1***	***559***	***1,3***	***0,2***	***0,0***	***0,6***	***412,1***	***471,0***	***72,9***	***2,9***
Бутерброд горячий с сыром №10-2004			55	4,4	11,0	13,5	171	0,0	0,0	0,0	0,5	78,5	62,5	7,5	0,4
масло сливочное	5	5													
сыр	21	20													
хлеб пшеничный	30	30													
Суп молочный с крупой №162-1996			250	5,4	5,8	23,0	166	0,7	0,0	0,0	0,1	133,6	118,0	11,8	0,3
молоко питьевое	125	125													

или молоко концентрированное	58	58													
или молоко сухое	15	15													
вода кипяченая для концентрированного молока	68	68													
вода кипяченая для сухого молока	110	110													
вода питьевая	138	138													
крупа рисовая, или манная, или кукурузная	15	15													
или ячневая, или гречневая, или пшено	20	20													
масло сливочное	2	2													
сахар	2	2													
Йогурт молочный полужирный в индивидуальной упаковке			**130**	**2,0**	**1,8**	**5,0**	**44**	**0,6**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**183,0**	**186,0**	**25,0**	**0,0**
Чай с сахаром №685-2004			**200**	**0,2**	**0**	**15,4**	**62**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
чай-заварка	0,6	0,6													
сахар	15	15													
Хлеб ржаной	20	20	**20**	**0,9**	**0,2**	**8,7**	**41**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**3,6**	**17,4**	**3,8**	**0,6**
Хлеб пшеничный			**40**	**3,3**	**0,6**	**14,4**	**76**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**13,2**	**87,2**	**24,8**	**1,7**
или хлеб витаминизированный			**40**												
ОБЕД				***33,7***	***29,5***	***129,4***	***917,7***	***110,2***	***0,5***	***0,3***	***7,6***	***162,5***	***381,4***	***160,7***	***10,1***
Винегрет овощной №71-2004			**100**	**1,2**	**5,0**	**8,4**	**83**	**4,2**	**0,0**	**0,0**	**0,9**	**21,9**	**37,2**	**24,2**	**1,2**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	32	24													
01.11.-31.12. -30%	34	24													

01.01-29.02 - 35%	37	24													
01.03 - 40%	40	24													
масса отварного картофеля		22													
морковь до 01.01.-20%	21	17													
с 01.01 - 25%	23	17													
масса отварной моркови		15													
свекла до 01.01 -20%	30	24													
с 01.01 - 25%	32	24													
масса отварной свеклы		22													
огурец соленый без уксуса	27	15													
капуста квашеная	16	15													
лук репчатый	7	6													
масло растительное на полив при подаче	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
Суп картофельный с рыбными консервами 364-2001, Пермь			**250/60**	**8,4**	**8,1**	**17,5**	**177**	**5,5**	**0,1**	**0,3**	**0,4**	**51,5**	**104,4**	**30,1**	**1,7**
консервы рыбные в собственном соку или с добавлением масла	62	60													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	133	100													
01.11.-31.12. -30%	143	100													
01.01-29.02 - 35%	154	100													
01.03 - 40%	167	100													

морковь до 01.01.-20%	13	10													
с 01.01 - 25%	13	10													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное	5	5													
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2													
Рагу из мяса №405-1996			**250**	**16,9**	**14,9**	**38,5**	**356**	**18,5**	**0,3**	**0,0**	**4,9**	**51,5**	**84,2**	**62,7**	**3,5**
оленина или говядина 1 категории (мясо на кости)	107	79													
или оленина или говядина полуфабрикат	93	79													
масло растительное	8	8													
масса тушеного мяса		50													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	133	100													
01.11.-31.12. -30%	143	100													
01.01-29.02 - 35%	154	100													
01.03 - 40%	167	100													
морковь до 01.01.-20%	73	58													
с 01.01 - 25%	77	58													
лук репчатый	18	15													
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	4	4													
или помидоры свежие грунтовые	47	40													
или помидоры свежие парниковые	40,8	40													

мука пшеничная	2,5	2,5													
Отвар из плодов шиповника №705-2004			200	0,7	0,3	25,1	106	82,0	0,0	0,0	1,4	12,1	3,2	3,2	0,3
шиповник	25	25													
сахар	15	15													
Хлеб пшеничный	50	50	50	4,1	0,7	18,1	95	0,0	0,1	0,0	0,0	16,5	109,0	31,0	2,1
или хлеб витаминизированный			50												
Хлеб ржаной	50	50	50	2,4	0,5	21,9	101	0,0	0,0	0,0	0,0	9,0	43,5	9,5	1,4
ПОЛДНИК				*7,7*	*5,9*	*83,7*	*419*	*14,0*	*0,2*	*0,1*	*1,0*	*83,1*	*116,7*	*8,6*	*0,0*
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте			70	5,0	4,9	39,7	223	0,0	0,1	0,1	0,8	27,1	51,7	8,6	0,0
Сок в ассортименте			200	0,6	0,4	33,0	138	4,0	0,1	0,0	0,0	40,0	54,0	0,0	0,0
Фрукты в ассортименте			180	2,1	0,6	11,0	58	10,0	0,0	0,0	0,2	16,0	11,0	0,0	0,0
УЖИН				*30*	*24*	*88*	*687*	*39*	*0*	*1*	*6*	*176*	*436*	*103*	*8*
Яйцо отварное р.337 - 2004			40	5,0	4,6	0,3	63	0,0	0,0	0,6	0,2	19,4	66,8	4,2	0,9
Котлеты из мяса №451-2004			100	14,6	10,0	12,0	196	0,1	0,3	0,0	3,1	39,1	164,3	26,6	2,6
оленина или говядина 1 категории (мясо на кости)	101	74													
или оленина или говядина полуфабрикат	87	74													
или фарш промышленного производства	74	74													
хлеб пшеничный	18	18													
молоко питьевое или вода питьевая	12	12													

чеснок свежий	0,6	0,5													
яйцо куриное	12	12													
сухари	10	10													
масло растительное	4	4													
Капуста тушённая №482-1996			**180**	**4,5**	**8,3**	**19,3**	**170**	**37,6**	**0,1**	**0,0**	**3,1**	**90,3**	**68,1**	**34,7**	**1,3**
капуста белокочанная свежая	258	206													
масло растительное	6	6													
морковь до 01.01.-20%	5	4													
с 01.01 - 25%	5,3	4													
лук репчатый	8	7													
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	4,4	4,4													
мука пшеничная	2,4	2,4													
сахар	0,9	0,9													
Кисель из концентрата + Витамин С, №648-2004			**200**	**0,1**	**0,0**	**20,2**	**81**	**1,2**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**5,5**	**6,3**	**2,9**	**0,2**
концентрат киселя (без искусственных ароматизаторов и красителей)	24	24													
сахар	10	10													
Хлеб пшеничный	40	40	**40**	**3,3**	**0,6**	**14,4**	**76**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**13,2**	**87,2**	**24,8**	**1,7**
или хлеб витаминизированный			**40**												
Хлеб ржаной	50	50	**50**	**2,4**	**0,5**	**21,9**	**101**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**9,0**	**43,5**	**9,5**	**1,4**
2 ужин				***6,7***	***6,9***	***20,4***	***170,5***	***1,0***	***0,1***	***0,0***	***0,0***	***211,2***	***214,2***	***24,4***	***0,2***

Мучное изделие промышленного производства (посчитана средняя пищевая ценность - печенье затяжное или галеты или крекер или т.п.)			15	1,2	1,3	10,4	58	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Молоко питьевое кипяченое 2,5 % №260-2004	210	200	200	5,5	5,6	10,0	112	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
ИЛИ															
Кисломолочный напиток в ассортименте (р.645-1996)	207	200	200	4,5	6,2	16,0	138	0,0	0,0	0,0	0,0	252,3	198,2	3,4	0,0
ИТОГО:				*94,1*	*85,6*	*401,6*	*2753*	*165*	*1,4*	*1,1*	*15,6*	*1045*	*1620*	*369,2*	*21,3*
Соотношение белков:жиров:углеводов				*1*	*1*	*4*									

4 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Витамины, мг				Минералы, мг			
								С	В1	А, мкг рет.экв.	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				*17,1*	*13,5*	*93,8*	*565*	*1,9*	*0,2*	*0,0*	*0,6*	*378,2*	*365,4*	*49,1*	*2,5*
Бутерброд с джемом или повидлом №2-2004			20/30	1,9	0,3	28,2	123	0,8	0,0	0,0	0,6	9,6	24,4	6,9	0,5
хлеб пшеничный	20	20													
джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, консервантов и красителей)	30,2	30													
Каша пшеничная или ячневая жидкая, с маслом №311-2004			200/5	7,8	8,7	26,4	215	0,4	0,0	0,0	0,1	178,1	124,5	19,8	0,2
крупа пшеничная или ячневая	40	40													
сахар	4	4													
вода питьевая	68	68													

молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
вода кипяченая для сухого молока	88	88													
масло сливочное	5	5													
Какао с молоком №642-1996			**200**	**4,0**	**3,9**	**19,6**	**130**	**0,7**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**177,0**	**133,7**	**0,0**	**0,1**
какао - порошок	2	2													
сахар	15	15													
молоко питьевое	130	130													
или молоко концентрированное	60	60													
или молоко сухое	16	16													
вода кипяченая для концентрированного молока	70	70													
вода кипяченая для сухого молока	114	114													
Хлеб пшеничный			**30**	**2,5**	**0,4**	**10,8**	**57**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**9,9**	**65,4**	**18,6**	**1,3**
или хлеб витаминизированный			**30**												
Хлеб ржаной	20	20	**20**	**0,9**	**0,2**	**8,7**	**41**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**3,6**	**17,4**	**3,8**	**0,6**
ОБЕД				***34,3***	***28,0***	***137,8***	***936,3***	***17,7***	***0,6***	***0,1***	***5,6***	***250,0***	***581,1***	***167,5***	***9,6***
Салат из свеклы отварной с чесноком №22-2004, Пермь			**100**	**1,4**	**5,0**	**9,2**	**87**	**1,9**	**0,0**	**0,0**	**2,3**	**32,2**	**37,5**	**9,2**	**1,2**
свекла до 01.01 -20%	125	100													
с 01.01 - 25%	133	100													

масса отварной свеклы		95													
чеснок свежий	0,8	0,6													
масло растительное на полив при подаче	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и сметаной №124-2004			**250/10/5**	**4,2**	**5,1**	**6,8**	**90**	**13,4**	**0,1**	**0,0**	**0,2**	**39,0**	**65,5**	**21,9**	**1,1**
оленина или говядина 1 категории (мясо на кости)	22	16													
или оленина или говядина полуфабрикат	19	16													
капуста белокочанная свежая	66	53													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	40	30													
01.11.-31.12. -30%	43	30													
01.01-29.02 - 35%	46	30													
01.03 - 40%	50	30													
морковь до 01.01.-20%	12,5	10													
с 01.01 - 25%	13,3	10													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное	5	5													
сметана	5	5													
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2													

Плов из птицы №492-2004			**250**	**19,0**	**16,3**	**45,3**	**404**	**2,2**	**0,3**	**0,1**	**2,6**	**127,4**	**246,0**	**64,6**	**2,1**
курица потрошенная 1 категории	115	102													
масло растительное	10	10													
масса готовой курицы (порционные кусочки)		70													
крупа рисовая	55	55													
морковь до 01.01.-20%	63	50													
с 01.01 - 25%	67	50													
лук репчатый	24	20													
Компот из сухофруктов + Витамин "С" №638-2004			**200**	**0,8**	**0,0**	**25,8**	**102**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**0,5**	**16,0**	**14,1**	**12,8**	**0,4**
сухофрукты	22	22													
сахар	15	15													
Хлеб пшеничный	80	80	**80**	**6,6**	**1,1**	**28,9**	**152**	**0,0**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**26,4**	**174,4**	**49,6**	**3,4**
или хлеб витаминизированный			**80**												
Хлеб ржаной	50	50	**50**	**2,4**	**0,5**	**21,9**	**101**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**9,0**	**43,5**	**9,5**	**1,4**
ПОЛДНИК				***8,1***	***19,4***	***45,0***	***387***	***0,1***	***0,0***	***0,0***	***0,0***	***298,0***	***258,7***	***11,6***	***0,5***
Булочка промышленного производства в ассортименте			**60**	**3,2**	**11,9**	**27,0**	**228**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**45,7**	**60,5**	**8,2**	**0,5**
Кисломолочный напиток в ассортименте (р.645-1996)	207	200	**200**	**4,9**	**7,5**	**18,0**	**159**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**252,3**	**198,2**	**3,4**	**0,0**
ИЛИ															
Молоко питьевое кипяченое 2,5 % №260-2004	210	200	**200**	**5,5**	**5,6**	**10,0**	**112**	**1,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**211,2**	**214,2**	**24,4**	**0,2**

УЖИН				*25,0*	*21,2*	*105,2*	*712,6*	*26,6*	*0,6*	*0,1*	*33,8*	*118,3*	*518,8*	*120,3*	*8,2*
Овощи консервированные без уксуса (помидоры, огурцы)	182	100	100	0,6	0,2	2,2	14	14,7	0,0	0,0	0,4	8,2	15,3	11,8	0,5
Запеканка картофельная с мясом №430-1996			243/10	17,8	19,7	34,0	385	9,8	0,4	0,1	33,2	36,6	279,0	68,0	4,2
оленина или говядина 1 категории (мясо на кости)	107	79													
или оленина или говядина полуфабрикат	93	79													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	309	232													
01.11.-31.12. -30%	332	232													
01.01-29.02 - 35%	357	232													
01.03 - 40%	387	232													
лук репчатый	21	18													
масло растительное	5	5													
сухари	5	5													
масло сливочное	10	10													
Сок в ассортименте	200	200	200	0,2	0,1	29,1	118	2,1	0,1	0,0	0,2	48,0	72,0	0,0	0,0
Хлеб пшеничный	50	50	50	4,1	0,7	18,1	95	0,0	0,1	0,0	0,0	16,5	109,0	31,0	2,1
или хлеб витаминизированный			50												
Хлеб ржаной	50	50	50	2,4	0,5	21,9	101	0,0	0,0	0,0	0,0	9,0	43,5	9,5	1,4
2 ужин				*3,1*	*0,2*	*34,7*	*152,7*	*20,0*	*0,0*	*0,1*	*0,0*	*16,0*	*56,0*	*84,0*	*1,2*
Фрукт (банан)			200	3,1	0,2	34,7	153	20,0	0,0	0,1	0,0	16,0	56,0	84,0	1,2
ИТОГО:				*87,6*	*82,3*	*416,5*	*2754*	*66,2*	*1,5*	*0,3*	*40,0*	*1061*	*1780*	*432,4*	*22,1*

Соотношение белков:жиров:углеводов				1	1	5									
5 день															
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
								Витамины, мг				Минералы, мг			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг рет.экв.	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				***19,3***	***16,6***	***72,3***	***516***	***1,6***	***0,2***	***1,0***	***0,9***	***374,5***	***394,7***	***48,6***	***3,5***
Бутерброд с сыром №3-2004	-		30/20	6,8	5,6	10,8	121	0,1	0,0	0,4	0,3	204,0	133,0	13,8	0,4
хлеб пшеничный	30	30													
сыр	21	20													
Суп молочный с макаронными изделиями №161-1996			250	4,0	5,8	26,5	174	0,7	0,1	0,0	0,3	135,5	112,0	7,7	0,4
вода питьевая	65	65													
молоко питьевое	165	165													
или молоко концентрированное	76	76													
или молоко сухое	20	20													
вода кипяченая для концентрированного молока	89	89													
вода кипяченая для сухого молока	145	145													
макаронные изделия	20	20													
масло сливочное	2	2													
сахар	2	2													
Яйцо отварное р.337 - 2004			40	5,0	4,6	0,3	63	0,0	0,0	0,6	0,2	19,4	66,8	4,2	0,9
Чай с лимоном №686-2004			200/5	0,1	0,0	15,2	61	0,8	0,0	0,0	0,0	2,2	0,1	0,5	0,1
чай-заварка	0,6	0,6													

сахар	15	15													
лимон	6	5													
Хлеб пшеничный			**30**	**2,5**	**0,4**	**10,8**	**57**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**9,9**	**65,4**	**18,6**	**1,3**
или хлеб витаминизированный			**30**												
Хлеб ржаной	20	20	**20**	**0,9**	**0,2**	**8,7**	**41**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**3,6**	**17,4**	**3,8**	**0,6**
ОБЕД				***39,8***	***29,4***	***123,0***	***915***	***13,5***	***0,7***	***0,6***	***9,7***	***153,8***	***589,5***	***133,3***	***8,4***
Нарезка из свеклы с зеленым горошком (ТТК)			**100**	**2,3**	**5,0**	**7,1**	**83**	**3,6**	**0,1**	**0,0**	**2,3**	**30,7**	**57,8**	**3,7**	**1,1**
свекла до 01.01 -20%	92,5	74													
с 01.01 - 25%	98	74													
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	39	25													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
масло растительное на полив при подаче	5	5													
Рассольник с мясом, со сметаной №130-2004			**250/10/5**	**4,7**	**5,9**	**15,6**	**134**	**6,4**	**0,1**	**0,0**	**0,2**	**21,8**	**78,0**	**25,6**	**1,2**
оленина или говядина 1 категории (мясо на кости)	22	16													
или оленина или говядина полуфабрикат	19	16													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	100	75													
01.11.-31.12. -30%	107	75													
01.01-29.02 - 35%	116	75													

01.03 - 40%	125	75													
морковь до 01.01.-20%	12,5	10													
с 01.01 - 25%	13,3	10													
лук репчатый	12	10													
огурцы солёные (без уксуса)	27	15													
масло сливочное	5	5													
сметана	5	5													
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2													
Рыба запечённая с маслом №310-1996			**120/5**	**20,3**	**12,4**	**6,2**	**218**	**0,8**	**0,2**	**0,1**	**6,7**	**24,0**	**153,2**	**18,0**	**0,3**
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	184	136													
или горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	204	143													
или щекур неразделанный	*	*													
процент отходов щекура следует определять контрольной отработкой потерь при тепловой и холодной обработке и оформлять актом															
мука пшеничная	10	10													
масло растительное	3	3													
масло сливочное	5	5													
Пюре картофельное №520-2004			**180**	**3,6**	**4,5**	**23,1**	**147**	**2,6**	**0,1**	**0,0**	**0,4**	**42,8**	**93,2**	**31,1**	**1,1**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	203	153													
01.11.-31.12. -30%	219	153													
01.01-29.02 - 35%	236	153													

01.03 - 40%	256	153													
молоко питьевое	28	28													
или молоко концентрированное	13	13													
или молоко сухое	3	3													
вода кипяченая для концентрированного молока	15	15													
вода кипяченая для сухого молока	25	25													
масло сливочное	6	6													
Компот из изюма + Витамин "С" №638-2004			**200**	**0,3**	**0,0**	**19,5**	**79**	**0,0**	**0,0**	**0,5**	**0,0**	**0,5**	**2,5**	**0,0**	**0,1**
изюм	20	20													
сахар	10	10													
Хлеб пшеничный	70	70	**70**	**5,7**	**1,0**	**25,3**	**133**	**0,0**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**23,1**	**152,6**	**43,4**	**2,9**
или хлеб витаминизированный			**70**												
Хлеб ржаной	60	60	**60**	**2,8**	**0,6**	**26,2**	**122**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**10,8**	**52,2**	**11,4**	**1,7**
ПОЛДНИК				***13,6***	***9,8***	***60,6***	***385,0***	***10,3***	***0,1***	***0,3***	***1,1***	***302,5***	***268,7***	***12,8***	***0,5***
Булочное изделие промышленного производства в ассортименте			**60**	**7,0**	**3,0**	**33,6**	**189**	**0,3**	**0,0**	**0,3**	**0,9**	**34,2**	**59,5**	**9,4**	**0,5**
Кисломолочный напиток в ассортименте (р.645-1996)	207	200	**200**	**4,5**	**6,2**	**16,0**	**138**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**252,3**	**198,2**	**3,4**	**0,0**
Фрукты в ассортименте			**180**	**2,1**	**0,6**	**11,0**	**58**	**10,0**	**0,0**	**0,0**	**0,2**	**16,0**	**11,0**	**0,0**	**0,0**
УЖИН				***23,3***	***25,4***	***96,1***	***705,9***	***6,2***	***0,5***	***0,1***	***2,6***	***234,8***	***344,3***	***90,8***	***6,4***
Салат "Мазайка" ТТК			**100**	**1,2**	**4,9**	**5,2**	**70**	**5,4**	**0,0**	**0,0**	**1,1**	**120,0**	**36,5**	**20,6**	**0,7**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	51	38													
01.11.-31.12. -30%	54	38													

01.01-29.02 - 35%	59	38													
01.03 - 40%	63	38													
масса отварного картофеля		35													
морковь до 01.01.-20%	35	28													
с 01.01 - 25%	37	28													
масса отварной моркови		25													
кукуруза консервированная (после термической обработки)	63	38													
масло растительное	5	5													
Тефтели из мяса с соусом №461-2004 (вариант 1)			**100/50**	**12,4**	**12,4**	**12,5**	**211**	**0,1**	**0,2**	**0,1**	**0,5**	**20,1**	**143,1**	**25,8**	**2,4**
оленина или говядина 1 категории (мясо на кости)	90	66													
или оленина или говядина полуфабрикат	78	66													
или фарш промышленного производства	66	66													
Хлеб пшеничный	15	15													
молоко питьевое или вода питьевая	20	20													
лук репчатый	25	21													
масло сливочное	10	10													
масса припущенного с маслом лука		**15**													
мука пшеничная	3	3													
Соус красный основной		**50**													

бульон или вода питьевая	50	50													
масло сливочное	3	3													
мука пшеничная	2	2													
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	3,2	3,2													
морковь до 01.01.-20%	10	8													
с 01.01 - 25%	11	8													
лук репчатый	1,2	1													
сахар	0,2	0,2													
Каша перловая вязкая №510-2004			200	6,0	7,3	42,7	261	0,0	0,1	0,0	0,9	37,7	46,7	24,4	1,3
крупа перловая	45	45													
вода питьевая	164	164													
масло сливочное	10	10													
Сок в ассортименте	200	200	200	0,2	0,1	11,0	46	0,7	0,0	0,0	0,1	43,2	39,6	0,0	0,0
Хлеб пшеничный	20	20	20	1,6	0,3	7,2	38	0,0	0,0	0,0	0,0	6,6	43,6	12,4	0,8
или хлеб витаминизированный			20												
Хлеб ржаной	40	40	40	1,9	0,4	17,5	81	0,0	0,0	0,0	0,0	7,2	34,8	7,6	1,1
2 ужин				***7,6***	***7,5***	***22,4***	***188***	***1,0***	***0,1***	***0,0***	***0,0***	***211,2***	***214,2***	***24,4***	***0,2***
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	210	200	200	6,4	6,2	12,0	129	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
Мучное изделие промышленного производства (посчитана средняя пищевая ценность - печенье затяжное или галеты или крекер или т.п.)			15	1,2	1,3	10,4	58	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ИТОГО:				***103,6***	***88,7***	***374,4***	***2710***	***32,6***	***1,5***	***2,0***	***14,3***	***1277***	***1811***	***309,8***	***18,9***
Соотношение белков:жиров:углеводов				***1***	***1***	***4***									

6 день																
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ								
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Витамины, мг				Минералы, мг				
								С	В1	А, мкг рет.экв.	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				***15,7***	***22,8***	***72,2***	***556***	***2,0***	***0,3***	***0,0***	***0,9***	***367,4***	***372,6***	***73,3***	***2,3***
Бутерброд горячий с мясопродуктами и сыром №11-2004			**70**	**5,1**	**11,9**	**13,5**	**182**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,6**	**89,8**	**81,0**	**8,7**	**0,5**
колбаса вареная, или полукопченая, или ветчина или др.	21	20													
сыр	21	20													
хлеб пшеничный	30	30													
Каша "Дружба" с маслом №84-2001, Пермь			**200/5**	**6,5**	**7,5**	**33,1**	**226**	**0,7**	**0,2**	**0,0**	**0,3**	**156,9**	**190,4**	**48,0**	**1,2**
крупа пшенная	11	11													
крупа рисовая	15	15													
молоко питьевое	172	172													
или молоко концентрированное	79	79													
или молоко сухое	21	21													
вода кипяченая для концентрированного молока	93	93													
вода кипяченая для сухого молока	151	151													
сахар	4	4													
соль йодированная	1	1													
масло сливочное	5	5													

Кофейный напиток №253-2004, Пермь			**200**	**3,4**	**3,2**	**19,0**	**118**	**1,3**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**118,0**	**88,2**	**13,7**	**0,1**
кофейный напиток	2	2													
сахар	15	15													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
вода кипяченая для сухого молока	88	88													
Хлеб ржаной	15	15	**15**	**0,7**	**0,2**	**6,6**	**30**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**2,7**	**13,1**	**2,9**	**0,4**
ОБЕД				***36,8***	***37,2***	***107,6***	***912,2***	***29,7***	***0,6***	***1,0***	***3,0***	***131,1***	***407,6***	***135,4***	***6,9***
Огурцы консервированные или свежие №101-2004			**100**	**0,6**	**0,2**	**4,2**	**21**	**7,4**	**0,0**	**0,0**	**0,2**	**4,1**	**7,6**	**0,9**	**0,3**
огурцы консервированные без уксуса	182	100													
или огурцы свежие парниковые	102	100													
или огурцы свежие грунтовые	105	100													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
Суп картофельный с крупой, с мясом №138-2004			**250/10**	**4,8**	**4,9**	**16,3**	**129**	**2,7**	**0,1**	**0,0**	**0,2**	**15,0**	**81,5**	**23,5**	**1,1**
оленина или говядина 1 категории (мясо на кости)	22	16													
или оленина или говядина полуфабрикат	19	16													

картофель - 01.09.-31.10.- 25%	100	75													
01.11.-31.12. -30%	107	75													
01.01-29.02 - 35%	116	75													
01.03 - 40%	125	75													
крупа (пшено, хлопья овсяные "Геркулес")	5	5													
крупа (перловая, или пшеничная, или овсяная)	10	10													
морковь до 01.01.-20%	12,5	10													
с 01.01 - 25%	13	10													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное	5	5													
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2													
Курица запеченная с маслом №494-2004			**110**	**19,6**	**19,3**	**0,7**	**255**	**0,3**	**0,2**	**0,6**	**1,5**	**22,2**	**81,3**	**28,6**	**0,7**
курица потрошенная 1 категории	167	145													
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	5	5													
сметана	5	5													
чеснок свежий	0,6	0,5													
масло растительное	3	3													
масса запеченной курицы (порционные кусочки)		100													
масло сливочное	10	10													

Овощи тушеные № 225-2004			180	2,4	11,0	18,2	181	9,2	0,1	0,4	0,4	32,3	59,5	29,2	0,9
морковь до 01.01.-20%	75	60													
с 01.01 - 25%	80	60													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	146	110													
01.11.-31.12. -30%	157	110													
01.01-29.02 - 35%	169	110													
01.03 - 40%	184	110													
капуста белокочанная свежая	106	85													
масло растительное	12	12													
вода питьевая	55	55													
Компот из кураги + Витамин "С" №638-2004			200	0,8	0,0	17,3	72	0,2	0,0	0,0	0,5	16,0	14,1	12,8	0,4
курага	20	20													
сахар	10	10													
Фрукты в ассортименте			180	2,1	0,6	11,0	58	10,0	0,0	0,0	0,2	16,0	11,0	0,0	0,0
Хлеб пшеничный	50	50	50	4,1	0,7	18,1	95	0,0	0,1	0,0	0,0	16,5	109,0	31,0	2,1
или хлеб витаминизированный			50												
Хлеб ржаной	50	50	50	2,4	0,5	21,9	101	0,0	0,0	0,0	0,0	9,0	43,5	9,5	1,4
ПОЛДНИК				*20,4*	*12,5*	*58,1*	*426,3*	*12,1*	*0,1*	*0,0*	*0,3*	*262,0*	*384,0*	*7,8*	*0,2*
Запеканка из творога с молоком сгущённым или джемом или повидлом №366-2004			200	20,2	12,4	29,0	308	10,0	0,0	0,0	0,2	214,0	312,0	7,8	0,2
творог	174	173													
крупа манная	14	14													
или мука пшеничная	15	15													

сахар	10	10													
яйцо куриное	5	5													
масло сливочное	7	7													
сухари	7	7													
сметана	7	7													
масса готовой запеканки		180													
молоко сгущенное с сахаром	21	20													
или джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, консервантов и красителей)	20,2	20													
Сок в ассортименте	200	200	**200**	**0,2**	**0,1**	**29,1**	**118**	**2,1**	**0,1**	**0,0**	**0,2**	**48,0**	**72,0**	**0,0**	**0,0**
УЖИН				***24,9***	***22,0***	***101,6***	***703,6***	***16,6***	***0,3***	***0,2***	***4,9***	***74,0***	***402,0***	***88,2***	***11,4***
Салат овощной (р.30/1-2011, Екатеринбург)			**100**	**0,2**	**4,6**	**5,1**	**63**	**16,4**	**0,0**	**0,0**	**1,4**	**24,0**	**45,7**	**27,4**	**5,4**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	27	20													
01.11.-31.12. -30%	29	20													
01.01-29.02 - 35%	31	20													
01.03 - 40%	33	20													
морковь до 01.01.-20%	41	33													
с 01.01 - 25%	44	33													
огурцы солёные (без уксуса)	66	36													
лук репчатый	12	10													
масло растительное	5	5													
Гуляш №152-2004, Пермь			**100**	**13,4**	**9,2**	**4,0**	**152**	**0,2**	**0,1**	**0,1**	**2,3**	**11,1**	**178,3**	**18,3**	**2,1**

оленина или говядина 1 категории (мясо на кости)	107	79													
или оленина или говядина полуфабрикат	93	79													
масло растительное	5	5													
масса тушеного мяса		50													
лук репчатый	12	10													
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	1,6	1,6													
мука пшеничная	2,5	2,5													
Макаронные изделия отварные №516-2004			**180**	**5,9**	**7,2**	**45,2**	**269**	**0,0**	**0,1**	**0,2**	**1,2**	**18,3**	**56,1**	**10,1**	**1,0**
макаронные изделия	63	63													
масло сливочное	10	10													
Чай с сахаром №685-2004			**200**	**0,2**	**0**	**15,4**	**62**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
чай-заварка	0,6	0,6													
сахар	15	15													
Хлеб пшеничный	**40**	**40**	**40**	**3,3**	**0,6**	**14,4**	**76**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**13,2**	**87,2**	**24,8**	**1,7**
или хлеб витаминизированный			**40**												
Хлеб ржаной	**40**	**40**	**40**	**1,9**	**0,4**	**17,5**	**81**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**7,2**	**34,8**	**7,6**	**1,1**
2 ужин				***5,7***	***7,5***	***26,4***	***195,9***	***0,0***	***0,0***	***0,0***	***0,0***	***252,3***	***198,2***	***3,4***	***0,0***
Мучное изделие промышленного производства (посчитана средняя пищевая ценность - печенье затяжное или галеты или крекер или т.п.)			**15**	**1,2**	**1,3**	**10,4**	**58**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**

Кисломолочный напиток в ассортименте (р.645-1996)	207	200	200	4,5	6,2	16,0	138	0,0	0,0	0,0	0,0	252,3	198,2	3,4	0,0
или															
Молоко питьевое кипяченое 2,5 % №260-2004	210	200	200	5,5	5,6	10,0	112	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
ИТОГО:				*103,4*	*101,9*	*365,9*	*2794*	*60,4*	*1,3*	*1,3*	*9,1*	*1087*	*1764*	*308,1*	*20,7*
Соотношение белков:жиров:углеводов				*1*	*1*	*4*									

7 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Витамины, мг				Минералы, мг			
								С	В1	А, мкг рет.экв.	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				*25,3*	*29,3*	*41,5*	*531,2*	*0,4*	*0,2*	*4,0*	*0,0*	*428,1*	*500,8*	*31,8*	*4,3*
Бутерброд с маслом с сыром №1,3-2004			30/10/15	5,1	7,3	11,8	133	0,2	0,0	0,4	0,0	251,4	136,6	0,0	0,0
масло сливочное	10	10													
сыр	16	15													
хлеб пшеничный	30	30													
Омлет натуральный с маслом №340-2004			200	17,2	19,9	2,5	258	0,0	0,1	3,6	0,0	79,8	278,4	17,4	3,6
яйцо куриное	145	145													
молоко питьевое	55	55													
масло сливочное (для смазки)	5	5													
масса готового омлета		190													
масло сливочное	10	10													

Чай с молоком №630-1996			200	2,1	1,9	18,5	100	0,2	0,0	0,0	0,0	93,3	68,4	10,6	0,1
чай-заварка	0,6	0,6													
сахар	15	15													
молоко питьевое	50	50													
или молоко концентрированное	23	23													
или молоко сухое	6	6													
вода кипяченая для концентрированного молока	27	27													
вода кипяченая для сухого молока	44	44													
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
ОБЕД				***37,7***	***28,6***	***130,9***	***927***	***51,0***	***0,5***	***0,1***	***7,5***	***229,0***	***539,9***	***123,4***	***8,6***
Икра кабачковая промышленного производства №101-2004	105	100	100	1,5	4,4	7,3	75	5,0	0,0	0,0	2,2	28,2	29,5	0,0	0,8
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
ИЛИ															
Лечо промышленного производства №101-2004	105	100	100	1,4	4,2	6,9	71	4,8	0,0	0,0	2,1	26,8	28,0	0,0	0,7
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
Суп с рыбными фрикадельками №142-2004			250/50	11,9	6,4	16,3	171	8,0	0,2	0,0	1,0	27,9	139,7	18,2	0,3
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	113	85													
01.11.-31.12. -30%	122	85													
01.01-29.02 - 35%	131	85													

01.03 - 40%	142	85													
лук репчатый	12	10													
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	1,2	1,2													
морковь до 01.01.-20%	12,5	10													
с 01.01 - 25%	13,3	10													
масло сливочное	5	5													
хлеб пшеничный	37	31													
фрикадельки:															
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	65	48													
или горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	69	48													
или щекур неразделанный	*	*													
процент отходов щекура следует определять контрольной отработкой потерь при тепловой и холодной обработке и оформлять актом															
яйцо куриное	2,5	2,5													
вода питьевая	4	4													
лук репчатый	12	10													
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2													
Котлетки "Богатырские" из птицы (ТТК)			**100**	**12,5**	**8,3**	**22,3**	**214**	**0,2**	**0,1**	**0,1**	**0,7**	**41,1**	**136,0**	**17,2**	**2,3**
курица потрошеная 1 категории (разделка на филе без кожи)	151	65													

хлопья овсяные "Геркулес"	30	30													
молоко питьевое	20	20													
яйцо куриное	10	10													
мука пшеничная	12	12													
масло растительное	5	5													
Капуста тушённая №482-1996			**180**	**4,5**	**8,3**	**19,3**	**170**	**37,6**	**0,1**	**0,0**	**3,1**	**90,3**	**68,1**	**34,7**	**1,3**
капуста белокочанная свежая	258	206													
масло растительное	6	6													
морковь до 01.01.-20%	5	4													
с 01.01 - 25%	5,3	4													
лук репчатый	8	7													
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	4,4	4,4													
мука пшеничная	2,4	2,4													
сахар	0,9	0,9													
Компот из сухофруктов + Витамин "С" №638-2004			**200**	**0,8**	**0,0**	**25,8**	**102**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**0,5**	**16,0**	**14,1**	**12,8**	**0,4**
сухофрукты	22	22													
сахар	15	15													
Хлеб пшеничный	50	50	**50**	**4,1**	**0,7**	**18,1**	**95**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**16,5**	**109,0**	**31,0**	**2,1**
или хлеб витаминизированный			**50**												
Хлеб ржаной	50	50	**50**	**2,4**	**0,5**	**21,9**	**101**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**9,0**	**43,5**	**9,5**	**1,4**
ПОЛДНИК				***9,4***	***12,9***	***64,9***	***413,3***	***0,0***	***0,0***	***0,0***	***0,0***	***252,3***	***198,2***	***3,4***	***0,0***

Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			100	4,9	6,7	48,9	276	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Молоко питьевое кипяченое 2,5 % №260-2004	210	200	200	5,5	5,6	10,0	112	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
ИЛИ															
Кисломолочный напиток в ассортименте (р.645-1996)	207	200	200	4,5	6,2	16,0	138	0,0	0,0	0,0	0,0	252,3	198,2	3,4	0,0
УЖИН				*26,9*	*18,3*	*107,9*	*704,7*	*21,8*	*0,5*	*0,0*	*5,2*	*109,5*	*463,3*	*102,7*	*7,3*
Овощи консервированные без уксуса (помидоры, огурцы)	182	100	100	0,6	0,2	2,2	14	14,7	0,0	0,0	0,4	8,2	15,3	11,8	0,5
Жаркое по-домашнему №436-2004			230	19,2	16,7	32,3	356	5,0	0,3	0,0	4,6	26,0	214,8	48,5	3,0
оленина или говядина 1 категории (мясо на кости)	107	79													
или оленина или говядина полуфабрикат	93	79													
масло растительное	10	10													
масса тушеного мяса		50													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	193	145													
01.11.-31.12. -30%	207	145													
01.01-29.02 - 35%	223	145													
01.03 - 40%	242	145													
лук репчатый	20	17													
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	1,2	1,2													

Сок в ассортименте	200	200	200	0,2	0,1	29,1	118	2,1	0,1	0,0	0,2	48,0	72,0	0,0	0,0
Хлеб пшеничный	50	50	50	4,1	0,7	18,1	95	0,0	0,1	0,0	0,0	16,5	109,0	31,0	2,1
или хлеб витаминизированный			50												
Хлеб ржаной	60	60	60	2,8	0,6	26,2	122	0,0	0,0	0,0	0,0	10,8	52,2	11,4	1,7
2 ужин				***3,1***	***0,2***	***34,7***	***152,7***	***20,0***	***0,0***	***0,1***	***0,0***	***16,0***	***56,0***	***84,0***	***1,2***
Фрукт (банан)			200	3,1	0,2	34,7	153	20,0	0,0	0,1	0,0	16,0	56,0	84,0	1,2
ИТОГО:				***102,3***	***89,3***	***379,8***	***2729***	***93,2***	***1,1***	***4,2***	***12,7***	***1035***	***1758***	***345,3***	***21,4***
Соотношение белков:жиров:углеводов				***1***	***1***	***4***									

8 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Витамины, мг				Минералы, мг			
								С	В1	А, мкг рет.экв.	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				***21,3***	***18,9***	***75,1***	***557,0***	***2,0***	***0,1***	***0,6***	***1,0***	***492,4***	***549,6***	***72,4***	***1,5***
Бутерброд с маслом №1-2004			20/10	1,6	7,4	10,0	114	0,0	0,0	0,4	0,3	6,4	16,0	2,8	0,2
хлеб пшеничный	20	20													
масло сливочное	10	10													
Суфле творожное с молоком сгущенным или джемом или повидлом №365-2004			200	16,7	9,5	36,2	297	0,6	0,1	0,2	0,7	297,3	330,2	40,3	0,7
творог	130	128													
сметана	17	17													
яйцо куриное	8	8													
сахар	12	12													
мука пшеничная	13	13													

молоко питьевое	25	25													
масло сливочное	1,2	1,2													
масса готового суфле		180													
молоко сгущенное с сахаром	21	20													
или джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, консервантов и красителей)	20,2	20													
Йогурт молочный полужирный в индивидуальной упаковке			**130**	**2,0**	**1,8**	**5,0**	**44**	**0,6**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**183,0**	**186,0**	**25,0**	**0,0**
Хлеб ржаной	20	20	**20**	**0,9**	**0,2**	**8,7**	**41**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**3,6**	**17,4**	**3,8**	**0,6**
Чай с лимоном №686-2004			**200/5**	**0,1**	**0,0**	**15,2**	**61**	**0,8**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**2,2**	**0,1**	**0,5**	**0,1**
чай-заварка	0,6	0,6													
сахар	15	15													
лимон	6	5													
ОБЕД				***31,6***	***25,1***	***138,2***	***905***	***5,0***	***0,6***	***46,2***	***4,3***	***126,8***	***586,7***	***125,5***	***8,2***
Нарезка из свеклы с огурцом №21-2001, Пермь			**100**	**1,2**	**4,5**	**5,1**	**66**	**1,2**	**0,0**	**0,0**	**2,3**	**27,2**	**30,6**	**6,1**	**1,0**
свекла до 01.01 -20%	90	72													
с 01.01 - 25%	96	72													
огурцы солёные (без уксуса)	55	30													
или огурцы свежие парниковые	31	30													
или огурцы свежие грунтовые	32	30													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													

масло растительное на полив при подаче	5	5													
Суп с макаронными изделиями с курицей №147-2004			**250/10**	**7,5**	**8,2**	**13,5**	**158**	**0,7**	**0,1**	**46,1**	**0,6**	**16,7**	**64,8**	**11,8**	**0,8**
курица потрошеная 1 категории	16	14,3													
макаронные изделия	20	20													
морковь до 01.01.-20%	12,5	10													
с 01.01 - 25%	13,3	10													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное	5	5													
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2													
Рыба тушеная в томате с овощами №374-2004			**120/50**	**11,9**	**7,1**	**5,6**	**134**	**1,5**	**0,2**	**0,1**	**1,0**	**44,1**	**240,0**	**32,9**	**1,4**
минтай потрошенный обезглавленный (филе без кожи и костей)	205	136													
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	215	143													
или щекур неразделанный	*	*													
процент отходов щекура следует определять контрольной отработкой потерь при тепловой и холодной обработке и оформлять актом															
масса готовой рыбы		120													
морковь до 01.01.-20%	25	20													
с 01.01 - 25%	27	20													
лук репчатый	12	10													
масло растительное	5	5													

томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	4	4													
лимонная кислота	0,15	0,2													
сахар	2	2													
Рис припущенный №512-2004			**180**	**4,3**	**4,1**	**38,5**	**208**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,3**	**6,6**	**94,7**	**30,9**	**0,6**
крупа рисовая	63	63													
вода питьевая	133	133													
масло сливочное	5	5													
Компот из свежих плодов + Витамин "С" №585-1996			**200**	**0,2**	**0,0**	**35,6**	**143**	**1,6**	**0,0**	**0,0**	**0,1**	**6,8**	**4,1**	**3,4**	**0,9**
яблоки свежие	45,4	40													
или груши свежие	44	40													
или слива или персик свежие	44	40													
или абрикосы свежие	46	40													
или апельсины свежие	60	40													
или черешня или вишня свежие	42	40													
сахар	20	20													
Хлеб пшеничный	50	50	**50**	**4,1**	**0,7**	**18,1**	**95**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**16,5**	**109,0**	**31,0**	**2,1**
или хлеб витаминизированный			**50**												
Хлеб ржаной	50	50	**50**	**2,4**	**0,5**	**21,9**	**101**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**9,0**	**43,5**	**9,5**	**1,4**
ПОЛДНИК				***13,4***	***9,7***	***61,6***	***387,7***	***9,2***	***0,1***	***0,3***	***1,1***	***300,7***	***267,5***	***12,8***	***0,5***
Булочное изделие промышленного производства в ассортименте			**60**	**7,0**	**3,0**	**33,6**	**189**	**0,3**	**0,0**	**0,3**	**0,9**	**34,2**	**59,5**	**9,4**	**0,5**
Кисломолочный напиток в ассортименте (р.645-1996)	207	200	**200**	**4,5**	**6,2**	**16,0**	**138**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**252,3**	**198,2**	**3,4**	**0,0**

Фрукты в ассортименте			160	1,9	0,5	12,0	60	8,9	0,0	0,0	0,2	14,2	9,8	0,0	0,0
УЖИН				***28,6***	***24,3***	***81,5***	***659,0***	***4,5***	***0,3***	***0,7***	***1,3***	***165,5***	***448,7***	***80,9***	***5,8***
Яйцо отварное №337 - 2004			40	5,0	4,6	0,3	63	0,0	0,0	0,6	0,2	19,4	66,8	4,2	0,9
Фрикадельки в соусе №469-2004			100/5	15,0	14,2	14,4	245	1,2	0,1	0,1	0,5	41,2	140,2	17,5	1,1
оленина или говядина 1 категории (мясо на кости)	95	70													
или оленина или говядина полуфабрикат	83	70													
или свинина мясная	82	70													
или фарш промышленного производства	70	70													
хлеб пшеничный	15	15													
молоко или вода питьевые	11	11													
лук репчатый	10	8													
яйцо куриное	9	9													
мука пшеничная	9	9													
масло растительное	5	5													
соус томатный (№587-2004)		50													
вода питьевая	45	45													
масло сливочное	3	3													
мука пшеничная	2,2	2,2													
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	5	5													
морковь до 01.01.-20%	3,8	3													

с 01.01 - 25%	4	3													
сахар	0,4	0,4													
лук репчатый	1,1	0,9													
Пюре картофельное №520-2004			**180**	**3,6**	**4,5**	**23,1**	**147**	**2,6**	**0,1**	**0,0**	**0,4**	**42,8**	**93,2**	**31,1**	**1,1**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	203	153													
01.11.-31.12. -30%	219	153													
01.01-29.02 - 35%	236	153													
01.03 - 40%	256	153													
молоко питьевое	28	28													
или молоко концентрированное	13	13													
или молоко сухое	3	3													
вода кипяченая для концентрированного молока	15	15													
вода кипяченая для сухого молока	25	25													
масло сливочное	5	5													
Сок в ассортименте	200	200	**200**	**0,2**	**0,1**	**11,0**	**46**	**0,7**	**0,0**	**0,0**	**0,1**	**43,2**	**39,6**	**0,0**	**0,0**
Хлеб пшеничный	30	30	**30**	**2,5**	**0,4**	**10,8**	**57**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**9,9**	**65,4**	**18,6**	**1,3**
или хлеб витаминизированный			**30**												
Хлеб ржаной	50	50	**50**	**2,4**	**0,5**	**21,9**	**101**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**9,0**	**43,5**	**9,5**	**1,4**
2 ужин				***7,6***	***7,5***	***22,4***	***188***	***1,0***	***0,1***	***0,0***	***0,0***	***211,2***	***214,2***	***24,4***	***0,2***
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % №260-2004	210	200	**200**	**6,4**	**6,2**	**12,0**	**129**	**1,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**211,2**	**214,2**	**24,4**	**0,2**
Мучное изделие промышленного производства (посчитана средняя пищевая ценность - печенье затяжное или галеты или крекер или т.п.)			**15**	**1,2**	**1,3**	**10,4**	**58**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**

ИТОГО:				*102,5*	*85,6*	*378,8*	*2696*	*21,7*	*1,2*	*47,8*	*7,6*	*1297*	*2067*	*316,0*	*16,1*
Соотношение белков:жиров:углеводов				*1*	*1*	*4*									
9 день															
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Витамины, мг				Минералы, мг			
								С	В1	А, мкг рет.экв.	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				*19,4*	*18,2*	*79,8*	*560*	*1,7*	*0,4*	*0,4*	*0,6*	*508,0*	*532,2*	*109,4*	*4,5*
Бутерброд с сыром №3-2004			30/20	6,8	5,6	10,8	121	0,1	0,0	0,4	0,3	204,0	133,0	13,8	0,4
хлеб пшеничный	30	30													
сыр	21	20													
Каша пшенная жидкая, с маслом №311-2004			200/5	5,0	8,6	26,8	205	0,4	0,2	0,0	0,3	169,2	206,4	53,3	1,7
крупа пшено	40	40													
сахар	4	4													
вода питьевая	68	68													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
вода кипяченая для сухого молока	88	88													
масло сливочное	5	5													
Кофейный напиток №253-2004, Пермь			200	3,4	3,2	19,0	118	1,3	0,0	0,0	0,0	118,0	88,2	13,7	0,1

кофейный напиток	2	2													
сахар	15	15													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
вода кипяченая для сухого молока	88	88													
Хлеб ржаной	20	20	20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
Хлеб пшеничный			40	3,3	0,6	14,4	76	0,0	0,1	0,0	0,0	13,2	87,2	24,8	1,7
или хлеб витаминизированный			40												
ОБЕД				***31,3***	***21,7***	***125,7***	***822,1***	***9,4***	***0,5***	***0,5***	***5,7***	***131,8***	***303,1***	***110,0***	***8,7***
Салат "Веснушка" ТТК			100	2,2	5,0	14,5	112	35,3	0,0	0,0	0,1	37,6	24,4	2,5	0,5
капуста белокочанная свежая	100	80													
кукуруза консервированная (после термической обработки)	23	18													
масло растительное на полив при подаче	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
ИЛИ															
Свекла отварная нарезка таблица №24-1996			100	1,4	0,1	6,9	33	2,0	0,0	0,0	0,1	32,6	37,9	0,9	1,2
свекла - до 01.01 - 20%	131,3	105													
с 01.01 - 25%	140	105													

зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
Суп гороховый с гренками и мясом №139-2004		**250/20/10**		**9,1**	**4,8**	**30,2**	**200**	**2,1**	**0,2**	**0,0**	**0,6**	**32,8**	**116,8**	**36,2**	**2,1**
оленина или говядина 1 категории (мясо на кости)	22	16													
или оленина или говядина полуфабрикат	19	16													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	67	50													
01.11.-31.12. -30%	72	50													
01.01-29.02 - 35%	77	50													
01.03 - 40%	84	50													
горох лущёный	20	20													
морковь до 01.01.-20%	16,3	13													
с 01.01 - 25%	17,3	13													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное	5	5													
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2													
Колбасные изделия, тушеные с картофелем и овощами ТТК			**270**	**17,2**	**16,1**	**38,5**	**368**	**5,3**	**0,3**	**0,0**	**5,0**	**53,3**	**85,0**	**59,6**	**3,3**
сардельки, или сосиски молочные, или колбаса вареная высшего сорта	72	70													
масло растительное	10	10													
масса колбасных изделий		70													

картофель - 01.09.-31.10.- 25%	133	100													
01.11.-31.12. -30%	143	100													
01.01-29.02 - 35%	154	100													
01.03 - 40%	167	100													
морковь до 01.01.-20%	125	100													
с 01.01 - 25%	133	100													
лук репчатый	24	20													
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	2	2													
или помидоры свежие грунтовые	24	20													
или помидоры свежие парниковые	20,4	20													
сметана	10	10													
бульон или вода питьевая	50	50													
Компот из изюма + Витамин "С" №638-2004			**200**	**0,3**	**0,0**	**19,5**	**79**	**0,0**	**0,0**	**0,5**	**0,0**	**0,5**	**2,5**	**0,0**	**0,1**
изюм	20	20													
сахар	10	10													
Хлеб ржаной	70	70	**70**	**3,3**	**0,7**	**30,6**	**142**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**12,6**	**60,9**	**13,3**	**2,0**
ПОЛДНИК				***5,1***	***6,8***	***78,0***	***393,4***	***2,1***	***0,1***	***0,0***	***0,2***	***48,0***	***72,0***	***0,0***	***0,0***
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			**100**	**4,9**	**6,7**	**48,9**	**276**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
Сок в ассортименте	200	200	**200**	**0,2**	**0,1**	**29,1**	**118**	**2,1**	**0,1**	**0,0**	**0,2**	**48,0**	**72,0**	**0,0**	**0,0**
УЖИН				***33,7***	***26,8***	***83,2***	***708,4***	***15,5***	***0,5***	***0,1***	***9,3***	***300,0***	***484,4***	***73,7***	***3,8***
Салат из моркови с чесноком № 9-2001, Пермь			**100**	**1,1**	**4,9**	**7,3**	**78**	**1,4**	**0,0**	**0,0**	**2,0**	**30,0**	**32,3**	**8,3**	**0,9**

моркови до 01.01 -20%	121	97													
с 01.01 - 25%	129	97													
чеснок свежий	0,8	0,6													
масло растительное на полив при подаче	5	5													
Рыба запечённая с маслом №310-1996			**120/5**	**20,3**	**12,4**	**6,2**	**218**	**0,8**	**0,2**	**0,1**	**6,7**	**24,0**	**153,2**	**18,0**	**0,3**
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	184	136													
или горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	204	143													
или щекур неразделанный	*	*													
процент отходов щекура следует определять контрольной отработкой потерь при тепловой и холодной обработке и оформлять актом															
мука пшеничная	10	10													
масло растительное	3	3													
масло сливочное	5	5													
Пюре картофельное №520-2004			**180**	**3,6**	**4,5**	**23,1**	**147**	**2,6**	**0,1**	**0,0**	**0,4**	**42,8**	**93,2**	**31,1**	**1,1**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	203	153													
01.11.-31.12. -30%	219	153													
01.01-29.02 - 35%	236	153													
01.03 - 40%	256	153													
молоко питьевое	28	28													
или молоко концентрированное	13	13													
или молоко сухое	3	3													

вода кипяченая для концентрированного молока	15	15													
вода кипяченая для сухого молока	25	25													
масло сливочное	6	6													
Фрукты в ассортименте			**180**	**2,1**	**0,6**	**11,0**	**58**	**10,0**	**0,0**	**0,0**	**0,2**	**16,0**	**11,0**	**0,0**	**0,0**
Какао с молоком №642-1996			**200**	**4,0**	**3,9**	**19,6**	**130**	**0,7**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**177,0**	**133,7**	**0,0**	**0,1**
какао - порошок	2	2													
сахар	15	15													
молоко питьевое	130	130													
или молоко концентрированное	60	60													
или молоко сухое	16	16													
вода кипяченая для концентрированного молока	70	70													
вода кипяченая для сухого молока	114	114													
Хлеб пшеничный	20	20	**20**	**1,6**	**0,3**	**7,2**	**38**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**6,6**	**43,6**	**12,4**	**0,8**
или хлеб витаминизированный			**20**												
Хлеб ржаной	20	20	**20**	**0,9**	**0,2**	**8,7**	**41**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**3,6**	**17,4**	**3,8**	**0,6**
2 ужин				***5,7***	***7,5***	***26,4***	***195,9***	***0,0***	***0,0***	***0,0***	***0,0***	***252,3***	***198,2***	***3,4***	***0,0***
Мучное изделие промышленного производства (посчитана средняя пищевая ценность - печенье затяжное или галеты или крекер или т.п.)			**15**	**1,2**	**1,3**	**10,4**	**58**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
Кисломолочный напиток в ассортименте (р.645-1996)	207	200	**200**	**4,5**	**6,2**	**16,0**	**138**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**252,3**	**198,2**	**3,4**	**0,0**
или															

Молоко питьевое кипяченое 2,5 % №260-2004	210	200	200	5,5	5,6	10,0	112	1,0	0,1	0,0	0,0	211,2	214,2	24,4	0,2
ИТОГО:				*95,2*	*80,9*	*393,0*	*2680*	*28,7*	*1,4*	*1,0*	*15,8*	*1240*	*1590*	*296,5*	*16,9*
Соотношение белков:жиров:углеводов				*1*	*1*	*4*									

10 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Витамины, мг				Минералы, мг			
								С	В1	А, мкг рет.экв.	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				*30,1*	*22,8*	*60,6*	*567,8*	*1,2*	*0,1*	*0,7*	*1,2*	*683,4*	*661,5*	*67,2*	*1,5*
Бутерброд с маслом с сыром №1,3-2004			30/10/15	5,1	7,3	11,8	133	0,2	0,0	0,4	0,0	251,4	136,6	0,0	0,0
масло сливочное	10	10													
сыр	16	15													
хлеб пшеничный	30	30													
Запеканка из творога с изюмом с молоком сгущенным или джемом или повидлом №11/5-2011, Екатеринбург			200	22,3	15,3	24,0	323	0,4	0,0	0,3	1,2	247,0	330,2	40,3	1,2
творог	159	157													
крупа манная	13	13													
вода питьевая	24	24													
яйцо куриное	8	8													
сахар	12	12													
изюм	20,5	20													
соль йодированная	0,9	0,9													
сметана	7	7													

масло сливочное (для смазки)	2	2													
масса готовой запеканки		180													
молоко сгущенное с сахаром	21	20													
или джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, консервантов и красителей)	20,2	20													
Йогурт молочный не жирный в индивидуальной упаковке			**130**	**2,0**	**0,1**	**5,0**	**29**	**0,6**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**183,0**	**186,0**	**25,0**	**0,0**
Хлеб ржаной	10	10	**10**	**0,5**	**0,1**	**4,4**	**20**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**1,8**	**8,7**	**1,9**	**0,3**
Чай с сахаром №685-2004			**200**	**0,2**	**0**	**15,4**	**62**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
чай-заварка	0,6	0,6													
сахар	15	15													
ОБЕД				***45,1***	***35,2***	***109,4***	***934***	***11,6***	***0,5***	***0,7***	***2,7***	***130,1***	***560,1***	***178,3***	***10,2***
Горошек с яйцом и луком с луком №85-2004			**100**	**7,5**	**9,5**	**7,3**	**145**	**4,8**	**0,0**	**0,7**	**0,3**	**21,5**	**74,2**	**4,6**	**1,0**
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	77	50													
лук зеленый	10	8													
или лук репчатый	10	8													
Яйцо отварное р.337 - 2004	40	40													
масло растительное	5	5													
Свекольник с мясом и сметаной №35-2001, Пермь			**250/10/5**	**4,2**	**6,3**	**10,1**	**114**	**5,3**	**0,1**	**0,0**	**0,2**	**37,0**	**61,0**	**18,3**	**0,9**
оленина или говядина 1 категории (мясо на кости)	22	16													

или оленина или говядина полуфабрикат	19	16													
свекла до 01.01.-20%	80,0	64													
с 01.01 - 25%	85,1	64													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	57	43													
01.11.-31.12. -30%	61	43													
01.01-29.02 - 35%	66	43													
01.03 - 40%	72	43													
морковь до 01.01.-20%	12,5	10													
с 01.01 - 25%	13,3	10													
лук репчатый	13	11													
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	1,3	1,3													
сахар	1,6	1,6													
масло сливочное	5	5													
сметана	5	5													
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2													
Птица, тушенная в соусе №493-2004			**100**	**19,2**	**12,1**	**0,7**	**189**	**0,3**	**0,2**	**0,0**	**1,5**	**22,2**	**81,3**	**28,6**	**0,7**
курица потрошенная 1 категории	115	102													
масло растительное	6	6													
масса тушеной курицы (порционные кусочки)		70													
соус сметанный с томатом №601-2004:		**50**													

сметана	12,5	12,5													
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	2	2													
мука пшеничная	2,5	2,5													
вода питьевая	37,5	37,5													
масло сливочное	2,5	2,5													
Каша гречневая вязкая №302-2004			**180**	**5,6**	**5,8**	**24,7**	**173**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,8**	**10,2**	**128,1**	**66,6**	**3,0**
крупа гречневая	45	45													
вода питьевая	145	145													
масло сливочное	6	6													
Кисель из концентрата + Витамин С, №648-2004			**200**	**0,1**	**0,0**	**20,2**	**81**	**1,2**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**5,5**	**6,3**	**2,9**	**0,2**
концентрат киселя (без искусственных ароматизаторов и красителей)	24	24													
сахар	10	10													
Хлеб пшеничный	80	80	**80**	**6,6**	**1,1**	**28,9**	**152**	**0,0**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**26,4**	**174,4**	**49,6**	**3,4**
или хлеб витаминизированный			**80**												
Хлеб ржаной	40	40	**40**	**1,9**	**0,4**	**17,5**	**81**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**7,2**	**34,8**	**7,6**	**1,1**
ПОЛДНИК				***9,7***	***14,2***	***55,0***	***386,6***	***0,1***	***0,1***	***0,4***	***0,0***	***278,0***	***246,5***	***11,4***	***0,6***
Булочка российская №775-2004			**60**	**4,8**	**6,7**	**37,0**	**228**	**0,1**	**0,1**	**0,4**	**0,0**	**25,7**	**48,3**	**8,0**	**0,6**
мука пшеничная	34	34													
мука пшеничная на подпыл	1	1													
сахар	10	10													
сахар (для отделки)	2	2													

молоко питьевое	17	17													
масло сливочное	5	5													
яйцо куриное	2	2													
яйцо для смазки изделия	1,5	1,5													
дрожжи прессованные	1	1													
соль йодированная	0,4	0,4													
ванилин	0,02	0,02													
масло растительное	0,2	0,2													
Кисломолочный напиток в ассортименте (р.645-1996)	207	200	**200**	**4,9**	**7,5**	**18,0**	**159**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**252,3**	**198,2**	**3,4**	**0,0**
или															
Молоко питьевое кипяченое 2,5 % №260-2004	210	200	**200**	**5,5**	**5,6**	**10,0**	**112**	**1,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**211,2**	**214,2**	**24,4**	**0,2**
УЖИН				***26,5***	***26,3***	***90,8***	***706***	***1,0***	***0,7***	***0,4***	***3,3***	***345,5***	***462,6***	***63,1***	***6,0***
Шницель из мяса с маслом №451-2004			**100/5**	**14,8**	**13,9**	**12,0**	**232**	**0,1**	**0,2**	**0,0**	**3,2**	**40,7**	**181,8**	**28,6**	**2,7**
оленина или говядина 1 категории (мясо на кости)	101	74													
или оленина или говядина полуфабрикат	87	74													
или фарш промышленного производства	74	74													
хлеб пшеничный	18	18													
молоко питьевое или вода питьевая	12	12													
чеснок свежий	0,6	0,5													

яйцо куриное	12	12													
сухари	10	10													
масло растительное	4	4													
масло сливочное	5	5													
Макароны с сыром №333-2004			**180**	**7,2**	**11,5**	**39,5**	**290**	**0,2**	**0,3**	**0,4**	**0,0**	**244,5**	**141,0**	**8,3**	**0,9**
макаронные изделия	61	61													
масса отварных макаронных изделий	-	170													
сыр	11	10													
масло сливочное	12	12													
Сок в ассортименте	200	200	**200**	**0,2**	**0,1**	**11,0**	**46**	**0,7**	**0,0**	**0,0**	**0,1**	**43,2**	**39,6**	**0,0**	**0,0**
Хлеб пшеничный	30	30	**30**	**2,5**	**0,4**	**10,8**	**57**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**	**9,9**	**65,4**	**18,6**	**1,3**
или хлеб витаминизированный			**30**												
Хлеб ржаной	40	40	**40**	**1,9**	**0,4**	**17,5**	**81**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**7,2**	**34,8**	**7,6**	**1,1**
2 ужин				***3,1***	***0,2***	***34,7***	***152,7***	***20,0***	***0,0***	***0,1***	***0,0***	***16,0***	***56,0***	***84,0***	***1,2***
Фрукт (банан)			**200**	**3,1**	**0,2**	**34,7**	**153**	**20,0**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**16,0**	**56,0**	**84,0**	**1,2**
ИТОГО:				***114,4***	***98,7***	***350,4***	***2748***	***33,9***	***1,4***	***2,3***	***7,2***	***1453***	***1987***	***404,0***	***19,5***
Соотношение белков:жиров:углеводов				***1***	***1***	***4***									

НАКОПИТЕЛЬНАЯ ВЕДОМОСТЬ к меню 1372 «08 » сентября 2018 . (школа-интернат)

№	Продукты	Количество продуктов в г, мл, нетто	Фактически получено, г										за 10 дней, г	Факт в день	% выполнения
			Дни												
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
1	Хлеб ржаной	120	120	100	120	120	120	105	130	120	110	90	1135	114	95
2	Хлеб пшеничный**	200	140	125	203	245	240	142	261	190	205	168	1919	192	96
3	Мука пшеничная	20	53	29	5	0	15	3	14	24	10	38	191	19	95
4	Крупы, бобовые	50	43	78	15	95	45	45	30	63	60	58	532	53	105
5	Макаронные изделия	20	0	63	0	0	20	63	0	0	0	61	207	21	104
6	Картофель	188	275	20	224	262	266	205	230	153	303	43	1981	198	105
7	Овощи, зелень	320	458	304	398	364	235	363	473	175	341	147	3258	326	102
8	Фрукты свежие	185	240	173	180	200	185	180	200	205	180	200	1943	194	105
9	Фрукты сухие	20	0	40	25	22	20	20	22	0	20	20	189	19	95
10	Сахар	45	57	45	43	34	27	54	31	49	44	51	435	43	96
11	Соки	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	2000	200	100
12	Кондитерские изделия	15	0	30	70	30	0	0	0	20	0	0	150	15	100
13	Дрожжи хлебопекарные	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	3	0	32
14	Какао	1,2	2	2	0	2	0	2	0	0	4	0	12	1	100
15	Чай	0,4	0,6	0,0	0,6	0,0	0,6	0,6	0,6	0,6	0,0	0,6	4	0	105
16	Мясо жилованное	78	82	16	153	95	82	95	79	70	16	90	778	78	100
17	Куры 1 категории потрошенные	53	102	0	0	102	0	145	65	14	0	102	530	53	100
18	Колбасные изделия	19,6	20	90	0	0	0	20	0	0	70	0	200	20	102
19	Рыба - филе	77	90	103	60	0	143	0	48	143	143	0	730	73	95
20	Молоко (массовая доля жира 2,5%, 3,2%)	300	286	338	337	230	413	452	125	284	228	237	2930	293	98
21	Кисломолочные продукты (массовая доля жира 2,5 %, 3,2%)	180	0	200	130	200	200	200	200	330	200	130	1790	179	99
22	Творог	60	0	137	0	0	0	173	0	128	0	157	595	60	99
23	Сметана	10	17,5	11,0	0,0	5,0	5,0	12,0	0,0	17,0	10,0	24,5	102	10	100
24	Сыр, сыр плавленный,брынза	11,8	0	0	20	0	20	20	15	0	20	25	120	12	102
25	Масло сливочное	35	48	54	12	20	41	37	30	29	21	48	340	34	97
26	Масло растительное	18	20	15	23	20	13	25	21	15	23	15	189	19	105
27	Яйцо диетическое	40	5	23	52	0	40	5	158	57	0	64	403	40	101
28	Соль	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	70	7	100

* среднесуточные нормы продуктов питания указаны в соответствии с СанПиН 2.4.5.2409-08 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования" приложение 8 "Рекомендуемые среднесуточные наборы пищевых продуктов, в том числе, используемые для приготовления блюд и напитков, для обучающихся образовательных учреждений.

** Мучное и булочное изделие промышленного производства посчитано к норме хлеба пшеничного в 2,3,4,5,6,7,8,9 дни

Распределение энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи для детей в возрасте с 11 лет и старше

Суточная потребность СанПиН 2.4.5.2409-08	Завтрак	%		Обед	%	Полдник	%	Ужин	%		2 Ужин	ИТОГО	% выполнения
	20%			30-35%		15%		25%			5-10%	100%	
	543			814/950		407		678			136/271	2713	
1 день	573	21	105	874	32	428	16	707	26	104	153	2734	101
2 день	570	21	105	949	35	428	16	699	26	103	188	2833	104
3 день	559	21	103	918	34	419	15	687	25	101	171	2753	101
4 день	565	21	104	936	35	387	14	713	26	105	153	2754	102
5 день	516	19	95	915	34	385	14	706	26	104	188	2710	100
6 день	556	21	102	912	34	426	16	704	26	104	196	2794	103
7 день	531	20	98	927	34	413	15	705	26	104	153	2729	101
8 день	557	21	103	905	33	388	14	659	24	97	188	2696	99
9 день	560	21	103	822	30	393	15	708	26	104	196	2680	99
10 день	568	21	105	934	34	387	14	706	26	104	153	2748	101
итого в среднем за день	**556**	**20**		**909**	**34**	**405**	**15**	**699**	**26**		**277**	**2743**	**101**