ПРИМЕРНОЕ 20 -ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

для детей школьного возраста с 7 до 10 лет №1391 от 19.12.2016г. (сезон осень - зима)

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

1 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Витамины, мг				Минералы, мг			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А (мкг рет.экв.)	Е (мг ток.экв.)	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак				***14.8***	***22.5***	***85.7***	***605***	***1.9***	***0.3***	***0.2***	***2.3***	***448.2***	***588.7***	***56.5***	***3.1***
Каша пшеничная жидкая с маслом (р.311-2004)			**200/5**	**7.3**	**7.6**	**25.0**	**198**	**0.90**	**0.10**	**0.10**	**0.00**	**260.10**	**286.60**	**18.00**	**0.85**
крупа пшеничная	30	30													
молоко питьевое	180	180													
сахар	3	3													
соль йодированная	1	1													
масло сливочное	5	5													
или															
Каша кукурузная жидкая с маслом (р.311-2004)			**200/5**	**7.3**	**8.4**	**27.6**	**215**	**0.92**	**0.09**	**0.10**	**0.00**	**265.85**	**316.60**	**21.20**	**0.89**
крупа кукурузная	30	30													
молоко питьевое	180	180													
сахар	3	3													
соль йодированная	1	1													
масло сливочное	5	5													
Бутерброд с маслом (р.1-2004)			**20/10**	**1.6**	**8.7**	**9.9**	**124**	**0.00**	**0.02**	**0.08**	**0.10**	**6.40**	**26.90**	**6.12**	**0.20**

хлеб пшеничный	20	20													
масло сливочное	10	10													
Какао с молоком (р.642-1996)			**200**	**4.1**	**4.0**	**17.6**	**123**	**0.68**	**0.04**	**0.05**	**0.01**	**140.44**	**131.70**	**7.51**	**0.63**
какао - порошок	4	4													
молоко питьевое	100	100													
сахар	15	15													
Мучное изделие промышленного производства (печенье, бублики или т.д.)	40	40	**40**	**1.1**	**1.3**	**27.3**	**125**	**0.30**	**0.09**	**0.00**	**2.00**	**32.00**	**98.00**	**17.60**	**1.04**
или Мучное изделие промышленного производства обогащенное витаминами и минералами			**40**												
Хлеб ржаной			**10**	**0.7**	**0.1**	**3.3**	**17**	**0.00**	**0.02**	**0.00**	**0.16**	**3.50**	**15.50**	**4.10**	**0.29**
Обед				***33.0***	***30.8***	***105.2***	***830***	***9.6***	***0.4***	***0.3***	***4.1***	***119.9***	***507.8***	***88***	***5.2***
Салат из свеклы с маслом растительным (р.56 - 2006, Москва)			**80**	**1.2**	**4.0**	**6.6**	**67**	**1.65**	**0.02**	**0.03**	**1.24**	**32.12**	**70.83**	**9.72**	**1.08**
свекла - до 01.01 -20%	108	86													
с 01.01 - 25%	114	86													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
или															
Нарезка из свеклы отварной (таблица №10-2001, г.Пермь)			**80**	**1.2**	**0.1**	**5.9**	**29**	**1.65**	**0.01**	**0.00**	**0.09**	**27.94**	**32.46**	**16.61**	**1.06**
свекла - до 01.01 -20%	105	84													
с 01.01 - 25%	112	84													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
или															

Нарезка из свежих овощей с маслом растительным (р.14/1; 15/1-2011, Екатеринбург)			**80/4**	**0.8**	**4.1**	**3.1**	**53**	**20.00**	**0.00**	**0.03**	**1.73**	**13.07**	**18.09**	**8.45**	**0.68**
помидоры свежие парниковые	82	80													
или помидоры свежие грунтовые	94	80													
или огурцы свежие парниковые	82	80													
или огурцы свежие грунтовые	84	80													
масло растительное на полив при подаче	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
Рассольник "Домашний" с курицей со сметаной (р.131-2004)			**250/10/5**	**6.9**	**6.3**	**12.6**	**135**	**3.19**	**0.05**	**0.03**	**0.50**	**22.83**	**62.84**	**13.60**	**0.71**
курица потрошеная 1 категории (разделка на мякоть без кожи)	30	26													
или грудка куриная (разделка на мякоть без кожи)	20	19													
капуста свежая белокочанная	25	20													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	86	65													
01.11.-31.12. -30%	93	65													
01.01-29.02 - 35%	100	65													
01.03 - 40%	109	65													
морковь - до 01.01 - 20%	12.5	10													
с 01.01 - 25%	13.3	10													
лук репчатый	12	10													
огурцы соленые без уксуса	27	15													
масло сливочное	4	4													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													

или зелень сушеная	0.1	0.1													
Котлеты из говядины с маслом (р.451-2004)			**80/5**	**15.0**	**15.1**	**12.8**	**247**	**0.71**	**0.03**	**0.00**	**0.23**	**17.60**	**124.72**	**10.36**	**0.71**
говядина 1 категории	80	59													
или говядина полуфабрикат	70	59													
или фарш промышленного производства	59	59													
хлеб пшеничный	15	15													
вода питьевая или молоко питьевое	11	11													
лук репчатый	5	4													
яйцо куриное	4	4													
сухари пшеничные	5	5													
масло растительное	5	5													
масло сливочное	5	5													
Гречка вязкая отварная (р.510-2004)			**150**	**4.6**	**4.5**	**22.4**	**149**	**0.00**	**0.14**	**0.20**	**0.50**	**9.93**	**140.56**	**21.37**	**1.41**
крупа гречневая	37.5	37.5													
вода питьевая	120	120													
масло сливочное	5	5													
Сок в ассортименте	**200**	**200**	**200**	**0.3**	**0.0**	**26.0**	**105**	**4.00**	**0.02**	**0.00**	**0.90**	**18.89**	**27.78**	**12.22**	**0.30**
Хлеб ржаной			**40**	**2.6**	**0.5**	**13.4**	**68**	**0.00**	**0.07**	**0.00**	**0.64**	**14.00**	**62.00**	**16.40**	**0.52**
Хлеб пшеничный			**30**	**2.4**	**0.5**	**11.4**	**59**	**0.00**	**0.03**	**0.00**	**0.05**	**4.49**	**19.11**	**4.11**	**0.47**
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**30**												
ИТОГО:				***48***	***53***	***191***	***1435***	***11***	***1***	***0***	***6***	***568***	***1097***	***144***	***8***

2 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				Витамины, мг				Минералы, мг			

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А (мкг рет.экв.)	Е (мг ток.экв.)	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак				***36.2***	***27.8***	***55.5***	***617***	***1.8***	***0.1***	***0.2***	***0.7***	***704.8***	***662.5***	***54.9***	***1.5***
Запеканка из творога с молоком сгущенным (р.366-2004)			**170**	**24.2**	**18.0**	**22.9**	**351**	**0.47**	**0.07**	**0.09**	**0.53**	**282.96**	**316.12**	**32.15**	**0.60**
творог	144	142													
крупа манная	10	10													
или мука пшеничная	13	13													
сахар	5	5													
яйцо куриное	5	5													
сметана	5	5													
сухари пшеничные	6	6													
масло сливочное для смазки листа	4	4													
масса готовой запеканки		150													
молоко сгущенное с сахаром	20	20													
Бутерброд с сыром (р.3-2004)			**20/15**	**5.0**	**4.7**	**9.1**	**99**	**0.10**	**0.03**	**0.13**	**0.05**	**185.00**	**154.00**	**7.40**	**0.50**
хлеб пшеничный	20	20													
сыр	16	15													
Йогурт в индивидуальной упаковке в ассортименте	125	125	**125**	**4.1**	**3.1**	**3.2**	**57**	**0.80**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**155.00**	**120.00**	**7.50**	**0.14**
Кофейный напиток (р.253-2004, Пермь)			**200**	**2.2**	**1.9**	**17.0**	**94**	**0.39**	**0.02**	**0.03**	**0.01**	**80.69**	**56.90**	**3.75**	**0.13**
кофейный напиток	2.5	2.5													
сахар	15	15													
молоко питьевое	50	50													
Хлеб ржаной			**10**	**0.7**	**0.1**	**3.3**	**17**	**0.00**	**0.01**	**0.00**	**0.16**	**1.12**	**15.50**	**4.10**	**0.12**
Обед				***32.5***	***16.5***	***133.5***	***813***	***32.2***	***0.4***	***0.3***	***2.0***	***112.6***	***322.7***	***132***	***6.7***

Овощи консервированные без уксуса (помидоры) (р.101-2004)	146	80	**80**	**0.7**	**0.1**	**1.2**	**9**	**1.60**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**
или															
Овощи свежие (помидоры) (р.71-2006, Москва)			**80**	**0.6**	**0.1**	**1.5**	**9**	**5.60**	**0.02**	**0.00**	**0.00**	**13.60**	**24.00**	**11.20**	**0.40**
помидоры свежие парниковые	82	80													
или помидоры свежие грунтовые	94	80													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
Суп гороховый с курицей с гренками (р.139-2004)			**250/10/10**	**6.2**	**5.7**	**23.2**	**169**	**1.72**	**0.15**	**0.02**	**0.41**	**32.39**	**64.40**	**13.87**	**0.80**
курица потрошеная 1 категории (разделка на мякоть без кожи)	30	26													
или грудка куриная (разделка на мякоть без кожи)	20	19													
горох	20	20													
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													
морковь - до 01.01 - 20%	16	13													
с 01.01 - 25%	17	13													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное	4	4													
хлеб пшеничный	19	16													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
или зелень сушеная	0.1	0.1													
Жаркое по - домашнему (р.436-2004)			**200**	**16.5**	**9.8**	**21.6**	**241**	**8.60**	**0.11**	**0.00**	**1.22**	**26.76**	**122.72**	**16.50**	**2.92**
говядина 1 категории	85	63													

или говядина полуфабрикат	74	63													
или гуляш полуфабрикат	63	63													
масса готового мяса		40													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	153	115													
01.11.-31.12. -30%	164	115													
01.01-29.02 - 35%	177	115													
01.03 - 40%	192	115													
морковь - до 01.01 - 20%	18	14													
с 01.01 - 25%	19	14													
лук репчатый	18	15													
масло растительное	8	8													
Компот из сухофруктов + Витамин "С" (р.639-2004)			**200**	**0.7**	**0.0**	**23.9**	**98**	**0.23**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**23.00**	**16.71**	**2.37**	**0.45**
сухофрукты	20	20													
сахар	15	15													
Фрукт (банан)			**200**	**3.0**	**0.2**	**38.0**	**166**	**20.00**	**0.08**	**0.24**	**0.00**	**16.00**	**56.00**	**84.00**	**1.20**
Хлеб пшеничный			**50**	**4.0**	**0.5**	**19.0**	**97**	**0.00**	**0.05**	**0.00**	**0.08**	**7.48**	**31.85**	**6.85**	**0.78**
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**50**												
Хлеб ржаной			**20**	**1.4**	**0.2**	**6.6**	**34**	**0.00**	**0.03**	**0.00**	**0.32**	**7.00**	**31.00**	**8.20**	**0.58**
ИТОГО:				***69***	***44***	***189***	***1430***	***34***	***0.5***	***0.5***	***3***	***817***	***985***	***187***	***8***

3 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Витамины, мг				Минералы, мг			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А (мкг рет.экв.)	Е (мг ток.экв.)	Са	Р	Mg	Fe
Завтрак				***25.4***	***28.2***	***64.5***	***614***	***1.6***	***0.3***	***0.1***	***0.9***	***387.6***	***319.8***	***65.2***	***3.8***

Омлет натуральный с маслом, с подгарнировкой (р.340-2004)			**200**	**16.6**	**24.1**	**6.5**	**309**	**0.28**	**0.22**	**0.01**	**0.14**	**214.52**	**170.63**	**33.25**	**2.59**
яйцо куриное	110	110													
молоко питьевое	40	40													
масло сливочное	3	3													
масса готового омлета		140													
масло сливочное на полив при подаче	5	5													
Овощи на подгарнировку		**55**													
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	85	55													
или огурцы свежие парниковые	56	55													
или огурцы свежие грунтовые	58	55													
Бутерброд с джемом или повидлом (р.2-2004)			**20/20**	**1.6**	**0.2**	**23.7**	**103**	**0.48**	**0.02**	**0.02**	**0.60**	**6.40**	**30.6**	**11.5**	**0.30**
хлеб пшеничный	20	20													
джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	20.2	20													
Чай с молоком (р.267-2001,г.Пермь)			**200**	**4.2**	**3.5**	**19.5**	**126**	**0.80**	**0.00**	**0.02**	**0.00**	**158.70**	**84.00**	**12.30**	**0.20**
чай - заварка	0.5	0.5													
молоко питьевое	100	100													
сахар	15	15													
Хлеб пшеничный			**30**	**2.4**	**0.3**	**11.4**	**58**	**0.00**	**0.03**	**0.00**	**0.05**	**4.49**	**19.11**	**4.11**	**0.47**
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**30**												
Хлеб ржаной			**10**	**0.7**	**0.1**	**3.3**	**17**	**0.00**	**0.02**	**0.00**	**0.16**	**3.50**	**15.50**	**4.10**	**0.29**
Обед				***30.3***	***31.7***	***103.1***	***819***	***13.2***	***0.5***	***0.2***	***5.2***	***156.5***	***503.3***	***76.2***	***4.7***
Салат "Степной" из разных овощей (р.25-2004)			**80**	**1.6**	**4.6**	**9.6**	**87**	**4.35**	**0.08**	**0.02**	**2.40**	**20.22**	**49.60**	**19.28**	**0.67**

картофель - 01.09.-31.10.- 25%	36	27													
01.11.-31.12. -30%	39	27													
01.01-29.02 - 35%	42	27													
01.03 - 40%	45	27													
масса отварного картофеля		25													
морковь - до 01.01 - 20%	21	17													
с 01.01 - 25%	23	17													
масса отварной моркови		15													
огурцы соленые без уксуса	27	15													
или огурцы свежие парниковые	15.3	15													
или огурцы свежие грунтовые	16	15													
лук репчатый	10	8													
кукуруза консервированная (после термической обработки)	23	14													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
или															
Винегрет овощной (р.71-2004)			**80**	**1.0**	**4.0**	**5.8**	**63**	**3.12**	**0.03**	**0.02**	**0.78**	**18.44**	**29.16**	**14.26**	**0.64**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	35	26													
01.11.-31.12. -30%	37	26													
01.01-29.02 - 35%	40	26													
01.03 - 40%	43	26													
масса отварного картофеля		24													
свекла - до 01.01 -20%	19	15													

с 01.01 - 25%	20	15													
масса отварной свеклы		12													
морковь - до 01.01 - 20%	16	13													
с 01.01 - 25%	17	13													
масса отварной моркови		12													
огурцы соленые без уксуса	29	16													
или капуста квашеная промышленного производства	18	16													
лук репчатый	14	12													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
Щи из свежей капусты с картофелем с курицей со сметаной (р.124-2004)			**250/10/5**	**7.8**	**6.7**	**8.1**	**124**	**4.80**	**0.10**	**0.02**	**0.37**	**39.30**	**118.47**	**0.80**	**0.98**
курица потрошеная 1 категории (разделка на мякоть без кожи)	30	26													
или грудка куриная (разделка на мякоть без кожи)	20	19													
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													
капуста свежая белокочанная	63	50													
морковь - до 01.01 - 20%	16	13													
с 01.01 - 25%	17	13													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное	4	4													

сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
или зелень сушеная	0.1	0.1													
Колбасные изделия отварные с маслом (р.413-2004)			**80/5**	**7.9**	**15.6**	**0.4**	**173**	**0.08**	**0.08**	**0.08**	**0.02**	**38.75**	**161.39**	**13.69**	**0.59**
сосиски молочные или колбаса вареная, в том числе из мяса птицы	82	80													
масло сливочное	5	5													
Макаронные изделия отварные (р.516-2004)			**150**	**4.8**	**3.7**	**36.7**	**199**	**0.00**	**0.05**	**0.10**	**0.81**	**18.26**	**48.58**	**6.85**	**0.71**
макаронные изделия	51	51													
масло сливочное	4	4													
Сок в ассортименте	**200**	**200**	**200**	**0.7**	**0.0**	**12.2**	**52**	**4.00**	**0.02**	**0.00**	**0.90**	**17.00**	**25.00**	**11.00**	**0.30**
Хлеб пшеничный			**60**	**4.8**	**0.6**	**22.8**	**116**	**0.00**	**0.06**	**0.00**	**0.09**	**8.97**	**38.22**	**8.22**	**0.93**
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**60**												
Хлеб ржаной			**40**	**2.6**	**0.5**	**13.4**	**68**	**0.00**	**0.07**	**0.00**	**0.64**	**14.00**	**62.00**	**16.40**	**0.52**
ИТОГО:				***56***	***60***	***168***	***1432***	***15***	***1***	***0***	***6***	***544***	***823***	***141***	***9***

4 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Витамины, мг				Минералы, мг			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А (мкг рет.экв.)	Е (мг ток.экв.)	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак				***19.2***	***18.8***	***77.9***	***557***	***1.1***	***0.2***	***0.2***	***1.1***	***352.1***	***422.1***	***38.6***	***1.8***
Суп молочный с крупой (р.161-2004)			**200**	**5.3**	**6.2**	**24.6**	**175**	**1.10**	**0.09**	**0.05**	**0.34**	**254.00**	**230.00**	**11.21**	**0.57**
хлопья овсяные "Геркулес" или манная или др.	12	12													
или ячневая или гречневая или пшено	16	16													
молоко питьевое	100	100													
вода питьевая	110	110													

сахар	2.5	2.5													
соль йодированная	0.8	0.8													
масло сливочное	2.5	2.5													
Бутерброд с колбасой вареной (р.8-2006, Москва)			**55**	**10.2**	**12.0**	**20.6**	**231**	**0.03**	**0.06**	**0.13**	**0.21**	**84.62**	**132.87**	**12.30**	**0.03**
хлеб пшеничный	30	30													
колбаса вареная, в том числе из мяса птицы (отварная)	26	25													
Чай с сахаром (р.685-2004)			**200**	**0.1**	**0.0**	**15.1**	**61**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**
чай - заварка	0.5	0.5													
сахар	15	15													
Хлеб пшеничный			**20**	**1.6**	**0.2**	**7.6**	**39**	**0.00**	**0.02**	**0.00**	**0.03**	**2.99**	**12.74**	**2.74**	**0.31**
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**20**												
Хлеб ржаной			**30**	**2.0**	**0.4**	**10.0**	**51**	**0.00**	**0.05**	**0.00**	**0.48**	**10.50**	**46.50**	**12.30**	**0.87**
Обед				***34.1***	***19.4***	***133.6***	***845***	***33.4***	***1.3***	***0.0***	***5.3***	***159.4***	***535.4***	***117***	***5.9***
Овощи консервированные без уксуса (огурцы) (р.101-2004)	146	80	**80**	**0.6**	**0.1**	**1.3**	**8**	**4.00**	**0.02**	**0.00**	**0.00**	**18.40**	**19.20**	**11.20**	**0.48**
или															
Овощи свежие (огурцы) (р.70-2006, Москва)			**80**	**0.6**	**0.1**	**1.5**	**9**	**5.60**	**0.02**	**0.00**	**0.00**	**13.60**	**24.00**	**11.20**	**0.40**
огурцы свежие парниковые	82	80													
или огурцы свежие грунтовые	84	80													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
Суп картофельный с рыбными фрикадельками (р.142-2004)			**250/75**	**12.0**	**5.4**	**18.5**	**171**	**4.02**	**0.11**	**0.02**	**1.20**	**26.38**	**186.35**	**10.50**	**1.22**
фрикадельки:															
горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	122	85													
или горбуша неразделанная (филе с кожей без костей)	146	85													

или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без	115	85													
или треска потрошенная обезглавленная (филе с кожей без костей)	111	85													
или хек потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	115	85													
лук репчатый	18	15													
яйцо куриное	3.8	3.8													
вода питьевая	6	6													
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													
морковь - до 01.01 - 20%	19	15													
с 01.01 - 25%	20	15													
лук репчатый	12	10													
масло растительное	4	4													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и	3	3													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
или зелень сушеная	0.1	0.1													
Плов из птицы (р.492-2004)			**200**	**15.2**	**13.0**	**36.2**	**323**	**1.41**	**0.06**	**0.00**	**2.00**	**20.75**	**132.56**	**33.20**	**1.30**
курица потрошеная 1 категории (разделка на порционные кусочки)	82	73													
или грудка куриная	77	73													
масса готовой курицы		**50**													
масло растительное	8	8													

крупа рисовая	53	53													
морковь - до 01.01 - 20%	15	12													
с 01.01 - 25%	16	12													
лук репчатый	14	12													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и	8	8													
Сок в ассортименте	**200**	**200**	**200**	**0.3**	**0.0**	**26.0**	**105**	**4.00**	**0.02**	**0.00**	**0.90**	**18.89**	**27.78**	**12.22**	**0.30**
Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность яблок, груш, апельсин, бананов)			**200**	**0.1**	**0.0**	**23.0**	**92**	**20.00**	**1.00**	**0.00**	**0.50**	**55.00**	**82.00**	**28.00**	**1.50**
Хлеб пшеничный			**40**	**3.2**	**0.4**	**15.2**	**77**	**0.00**	**0.04**	**0.00**	**0.06**	**5.98**	**25.48**	**5.48**	**0.62**
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**40**												
Хлеб ржаной			**40**	**2.6**	**0.5**	**13.4**	**68**	**0.00**	**0.07**	**0.00**	**0.64**	**14.00**	**62.00**	**16.40**	**0.52**
ИТОГО:				***53***	***38***	***211***	***1402***	***35***	***2***	***0***	***6***	***512***	***957***	***156***	***8***

5 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Витамины, мг				Минералы, мг			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А (мкг рет.экв.)	Е (мг ток.экв.)	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак				***18.4***	***24.9***	***73.7***	***592***	***1.6***	***0.3***	***0.2***	***0.3***	***513.1***	***521.9***	***42.9***	***1.9***
Каша пшенная жидкая с маслом (р.311-2004)			**200/5**	**8.3**	**8.8**	**29.7**	**231**	**0.37**	**0.20**	**0.10**	**0.00**	**265.50**	**296.20**	**20.10**	**1.00**
крупа пшено	30	30													
молоко питьевое	178	178													
сахар	3	3													
соль йодированная	1	1													
масло сливочное	5	5													

Бутерброд с маслом (р.1-2004)			**20/10**	**1.6**	**8.7**	**9.9**	**124**	**0.00**	**0.02**	**0.08**	**0.10**	**6.40**	**26.90**	**6.12**	**0.20**
хлеб пшеничный	20	20													
масло сливочное	10	10													
Кофейный напиток (р.253-2004, Пермь)			**200**	**2.2**	**1.9**	**17.0**	**94**	**0.39**	**0.02**	**0.03**	**0.01**	**80.69**	**56.90**	**3.75**	**0.13**
кофейный напиток	2.5	2.5													
сахар	15	15													
молоко питьевое	50	50													
Батон пшеничный			**10**	**0.8**	**0.4**	**5.3**	**27**	**0.00**	**0.01**	**0.00**	**0.02**	**2.00**	**6.37**	**1.37**	**0.12**
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**10**												
Хлеб ржаной			**10**	**0.7**	**0.1**	**3.3**	**17**	**0.00**	**0.02**	**0.00**	**0.16**	**3.50**	**15.50**	**4.10**	**0.29**
Йогурт в индивидуальной упаковке в ассортименте	125	125	**125**	**4.9**	**5.0**	**8.5**	**99**	**0.80**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**155.00**	**120.00**	**7.50**	**0.14**
Обед				***32.0***	***31.2***	***110.3***	***850***	***13.6***	***0.4***	***0.1***	***4.7***	***136.3***	***483.9***	***86.9***	***6.0***
Салат овощной с маслом растительным (ТТК)			**80**	**1.4**	**4.0**	**11.4**	**88**	**3.84**	**0.08**	**0.00**	**1.84**	**9.58**	**41.02**	**16.83**	**0.66**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	89	67													
01.11.-31.12. -30%	96	67													
01.01-29.02 - 35%	103	67													
01.03 - 40%	112	67													
масса отварного картофеля		65													
огурцы соленые без уксуса	25	14													
огурцы свежие парниковые	14	14													
или огурцы свежие грунтовые	15	14													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													

или															
Овощи консервированные без уксуса (помидоры) (р.101-2004)	146	80	**80**	**0.7**	**0.1**	**1.2**	**9**	**1.60**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной (р.110-2004)			**250/10/5**	**5.9**	**5.7**	**12.0**	**123**	**2.19**	**0.06**	**0.02**	**0.56**	**46.13**	**69.87**	**15.49**	**1.01**
курица потрошеная 1 категории (разделка на мякоть без кожи)	30	26													
или грудка куриная (разделка на мякоть без кожи)	20	19													
свекла - до 01.01 -20%	50	40													
с 01.01 - 25%	53	40													
капуста свежая белокочанная	25	20													
или капуста квашеная промышленного производства	17	15													
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	10													
лук репчатый	12	10													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и	8	8													
масло сливочное	4	4													
сахар	0.5	0.5													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
или зелень сушеная	0.1	0.1													

Котлета по-Волжски (ТТК)			**80/5**	**13.8**	**14.4**	**3.0**	**197**	**0.17**	**0.05**	**0.00**	**0.18**	**19.39**	**172.62**	**8.76**	**1.12**
горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	53	37													
или горбуша неразделанная (филе с кожей без костей)	64	37													
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без	50	37													
или треска потрошенная обезглавленная (филе с кожей без костей)	48	37													
или хек потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	50	37													
говядина 1 категории	64	47													
или говядина полуфабрикат	55	47													
или фарш мясной промышленного производства	47	47													
лук репчатый	8	7													
молоко питьевое	5	5													
яйцо куриное	7	7													
сухари пшеничные	4	4													
масло растительное	5	5													
масло сливочное	5	5													
Картофель отварной с маслом (р.203 - 2004)			**150**	**3.5**	**6.1**	**27.5**	**179**	**7.20**	**0.12**	**0.07**	**1.40**	**16.68**	**89.83**	**20.21**	**1.44**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	200	150													
01.11.-31.12. -30%	215	150													
01.01-29.02 - 35%	231	150													
01.03 - 40%	251	150													
масло сливочное	5	5													
ИЛИ															
Картофельное пюре (р.520-2004)			**150**	**3.5**	**5.3**	**24.0**	**158**	**12.48**	**0.11**	**0.06**	**0.18**	**38.77**	**76.14**	**13.50**	**1.08**

картофель - 01.09.-31.10.- 25%	170	128													
01.11.-31.12. -30%	183	128													
01.01-29.02 - 35%	197	128													
01.03 - 40%	214	128													
молоко питьевое	24	24													
масло сливочное	5	5													
Компот из сухофруктов + Витамин "С" (р.639-2004)			**200**	**0.7**	**0.0**	**23.9**	**98**	**0.23**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**23.00**	**16.71**	**2.37**	**0.45**
сухофрукты	20	20													
сахар	15	15													
Хлеб пшеничный			**50**	**4.0**	**0.5**	**19.0**	**97**	**0.00**	**0.05**	**0.00**	**0.08**	**7.48**	**31.85**	**6.85**	**0.78**
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**50**												
Хлеб ржаной			**40**	**2.6**	**0.5**	**13.4**	**68**	**0.00**	**0.07**	**0.00**	**0.64**	**14.00**	**62.00**	**16.40**	**0.52**
ИТОГО:				***50***	***56***	***184***	***1442***	***15***	***1***	***0***	***5***	***649***	***1006***	***130***	***8***

6 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Витамины, мг				Минералы, мг			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А (мкг рет.экв.)	Е (мг ток.экв.)	Са	Р	Mg	Fe
Завтрак				***27.3***	***20.1***	***69.2***	***567***	***1.4***	***0.1***	***0.2***	***2.4***	***395.3***	***452.8***	***64.7***	***1.7***
Ватрушка царская (творожное блюдо) ТТК			**150**	**20.9**	**15.8**	**24.6**	**324**	**0.20**	**0.00**	**0.08**	**1.65**	**245.00**	**275.00**	**41.59**	**0.50**
творог	103	100													
крупа манная	5	5													
яйцо куриное	20	20													
сахар	10	10													
крошка		**25**													

сахар	5	5													
мука пшеничная	10	10													
масло сливочное	10	10													
масло сливочное для смазки листа	2	2													
Бутерброд с джемом или повидлом (р.2-2004)			**20/20**	**1.6**	**0.2**	**23.7**	**103**	**0.48**	**0.02**	**0.02**	**0.60**	**6.40**	**30.6**	**11.5**	**0.30**
хлеб пшеничный	20	20													
джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, красителей и	20.2	20													
Какао с молоком (р.642-1996)			**200**	**4.1**	**4.0**	**17.6**	**123**	**0.68**	**0.04**	**0.05**	**0.01**	**140.44**	**131.70**	**7.51**	**0.63**
какао - порошок	4	4													
молоко питьевое	100	100													
сахар	15	15													
Хлеб ржаной			**10**	**0.7**	**0.1**	**3.3**	**17**	**0.00**	**0.02**	**0.00**	**0.16**	**3.50**	**15.50**	**4.10**	**0.29**
Обед				***30.6***	***23.9***	***123.1***	***830***	***56.6***	***1.3***	***0.2***	***4.8***	***219.4***	***519.0***	***129***	***7.7***
Салат из отварной моркови с кукурузой (ТТК)			**80**	**1.6**	**4.1**	**5.0**	**63**	**1.39**	**0.01**	**0.02**	**1.03**	**25.27**	**64.17**	**8.33**	**0.81**
кукуруза консервированная (после термической обработки)	20	12													
морковь - до 01.01 - 20%	83	66													
с 01.01 - 25%	88	66													
масса отварной моркови		65													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
или															
Нарезка из моркови отварной с маслом (р.10/1-2011, Екатеринбург)			**80**	**1.4**	**4.0**	**4.8**	**61**	**0.95**	**0.01**	**0.02**	**1.61**	**22.89**	**93.17**	**17.67**	**0.63**

морковь - до 01.01 - 20%	98	78													
с 01.01 - 25%	104	78													
масса отварной моркови		77													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
или															
Нарезка из свежих помидоров и огурцов (р.20-2004)			**80/4**	**0.8**	**4.1**	**3.1**	**53**	**20.00**	**0.00**	**0.03**	**1.73**	**13.07**	**18.09**	**8.45**	**0.68**
помидоры свежие парниковые	41	40													
или помидоры свежие грунтовые	47	40													
огурцы свежие парниковые	41	40													
или огурцы свежие грунтовые	42	40													
масло растительное на полив при подаче	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
Суп "Питательный" со сметаной, с мясом (ТТК)			**250/5/10**	**4.8**	**6.1**	**16.1**	**139**	**4.25**	**0.07**	**0.19**	**0.23**	**18.54**	**76.13**	**20.31**	**1.07**
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
или гуляш полуфабрикат	16	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													
крупа кукурузная	5	5													
морковь - до 01.01 - 20%	12.5	10													

с 01.01 - 25%	13	10													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное	4	4													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
или зелень сушеная	0.1	0.1													
Говядина, тушенная с капустой (р.440-2004)			**200**	**16.4**	**12.3**	**16.8**	**244**	**27.00**	**0.06**	**0.03**	**1.44**	**78.76**	**168.67**	**35.82**	**2.54**
говядина полуфабрикат	74	63													
или говядина 1 категории	86	63													
или гуляш полуфабрикат	63	63													
масса готового мяса		40													
масло растительное	8	8													
капуста свежая белокочанная	216	173													
морковь - до 01.01 - 20%	3.8	3													
с 01.01 - 25%	4	3													
лук репчатый	7	6													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и	9	9													
мука пшеничная	1.8	1.8													
сахар	1.5	1.5													
Сок в ассортименте	**200**	**200**	**200**	**0.3**	**0.0**	**26.0**	**105**	**4.00**	**0.02**	**0.00**	**0.90**	**18.89**	**27.78**	**12.22**	**0.30**
Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность яблок, груш, апельсин, бананов)			**200**	**0.1**	**0.0**	**23.0**	**92**	**20.00**	**1.00**	**0.00**	**0.50**	**55.00**	**82.00**	**28.00**	**1.50**

Хлеб пшеничный			**60**	**4.8**	**0.9**	**22.8**	**119**	**0.00**	**0.06**	**0.00**	**0.09**	**8.97**	**38.22**	**8.22**	**0.93**
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**60**												
Хлеб ржаной			**40**	**2.6**	**0.5**	**13.4**	**68**	**0.00**	**0.07**	**0.00**	**0.64**	**14.00**	**62.00**	**16.40**	**0.52**
ИТОГО:				***58***	***44***	***192***	***1397***	***58***	***1***	***0***	***7***	***615***	***972***	***194***	***9***
7 день															
Наименование блюда	**Брутто, г**	**Нетто, г**	**Химический состав**					**Витамины, мг**				**Минералы, мг**			
			Выход, г	**Белки, г**	**Жиры, г**	**Угл. г**	**ЭЦ, ккал**	**С**	**В1**	**А (мкг рет.экв.)**	**Е (мг ток.экв.)**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**
Завтрак				***15.4***	***14.0***	***97.5***	***577***	***3.3***	***0.3***	***0.2***	***2.3***	***523.9***	***606.1***	***51.7***	***3.1***
Каша "Дружба" с маслом (р.93-2001, Пермь)			**200/5**	**6.9**	**7.6**	**35.0**	**236**	**0.89**	**0.09**	**0.10**	**0.00**	**295.00**	**312.00**	**16.56**	**0.56**
крупа рисовая	15	15													
крупа пшено	11	11													
молоко питьевое	175	175													
сахар	3	3													
соль йодированная	1	1													
масло сливочное	5	5													
Бутерброд с сыром (р.3-2004)			**20/15**	**5.0**	**4.7**	**9.1**	**99**	**0.10**	**0.03**	**0.13**	**0.05**	**185.00**	**154.00**	**7.40**	**0.50**
хлеб пшеничный	20	20													
сыр	16	15													
Чай с лимоном (р.686-2004)			**200**	**0.1**	**0.0**	**15.2**	**61**	**2.00**	**0.00**	**0.00**	**0.01**	**2.39**	**1.10**	**0.60**	**0.07**
чай - заварка	0.5	0.5													
сахар	15	15													
лимон	6	5													

Мучное изделие промышленного производства (печенье, бублики или	40	40	**40**	**1.1**	**1.3**	**27.3**	**125**	**0.30**	**0.09**	**0.00**	**2.00**	**32.00**	**98.00**	**17.60**	**1.04**
или Мучное изделие промышленного производства обогащенное витаминами и минералами			**40**												
Хлеб пшеничный			**20**	**1.6**	**0.3**	**7.6**	**39**	**0.00**	**0.04**	**0.00**	**0.06**	**5.98**	**25.48**	**5.48**	**0.62**
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**20**												
Хлеб ржаной			**10**	**0.7**	**0.1**	**3.3**	**17**	**0.00**	**0.02**	**0.00**	**0.16**	**3.50**	**15.50**	**4.10**	**0.29**
Обед				***34.1***	***25.8***	***102.8***	***780***	***9.9***	***0.3***	***0.1***	***3.2***	***123.0***	***365.0***	***75.6***	***4.5***
Нарезка из свежих помидоров с маслом (р.15/1-2011, Екатеринбург)			**80/4**	**0.8**	**4.0**	**3.1**	**52**	**20.00**	**0.00**	**0.02**	**1.49**	**11.20**	**15.51**	**7.25**	**0.67**
помидоры свежие парниковые	82	80													
или помидоры свежие грунтовые	94	80													
масло растительное на полив при подаче	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
или															
Салат из свеклы с маслом растительным (р.56 - 2006, Москва)			**80**	**1.2**	**4.0**	**6.6**	**67**	**1.65**	**0.02**	**0.03**	**1.24**	**32.12**	**70.83**	**9.72**	**1.08**
свекла - до 01.01 -20%	108	86													
с 01.01 - 25%	114	86													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
или															
Нарезка из свеклы отварной (таблица №10-2001, г.Пермь)			**80**	**1.2**	**0.1**	**5.9**	**29**	**1.65**	**0.01**	**0.00**	**0.09**	**27.94**	**32.46**	**16.61**	**1.06**
свекла - до 01.01 -20%	105	84													
с 01.01 - 25%	112	84													

зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
Суп из овощей с курицей со сметаной (р.135-2004)			**250/10/5**	**7.4**	**6.1**	**10.5**	**127**	**3.50**	**0.10**	**0.03**	**0.45**	**23.70**	**53.17**	**10.31**	**0.70**
курица потрошеная 1 категории (разделка на мякоть без кожи)	30	26													
или грудка куриная (разделка на мякоть без кожи)	20	19													
капуста свежая белокочанная	25	20													
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													
морковь - до 01.01 - 20%	12.5	10													
с 01.01 - 25%	13	10													
лук репчатый	12	10													
горошек зелёный консервированный	12	8													
масло сливочное	4	4													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
или зелень сушеная	0.1	0.1													
Биточки из говядины с маслом (р.451-2004)			**80/5**	**15.0**	**15.1**	**12.8**	**247**	**0.71**	**0.03**	**0.00**	**0.23**	**17.60**	**124.72**	**10.36**	**0.71**
говядина 1 категории	80	59													
или говядина полуфабрикат	70	59													
или фарш промышленного производства	59	59													
хлеб пшеничный	15	15													
вода питьевая или молоко питьевое	11	11													

лук репчатый	5	4													
яйцо куриное	4	4													
сухари пшеничные	5	5													
масло растительное	5	5													
масло сливочное	5	5													
Макаронные изделия отварные (р.516-2004)			**150**	**4.8**	**3.7**	**36.7**	**199**	**0.00**	**0.05**	**0.10**	**0.81**	**18.26**	**48.58**	**6.85**	**0.71**
макаронные изделия	51	51													
масло сливочное	4	4													
Сок в ассортименте	**200**	**200**	**200**	**0.7**	**0.0**	**12.2**	**52**	**4.00**	**0.02**	**0.00**	**0.90**	**17.00**	**25.00**	**11.00**	**0.30**
Хлеб пшеничный			**30**	**2.4**	**0.3**	**11.4**	**58**	**0.00**	**0.03**	**0.00**	**0.05**	**4.49**	**19.11**	**4.11**	**0.47**
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**30**												
Хлеб ржаной			**40**	**2.6**	**0.5**	**13.4**	**68**	**0.00**	**0.07**	**0.00**	**0.64**	**14.00**	**62.00**	**16.40**	**0.52**
ИТОГО:				***50***	***40***	***200***	***1357***	***13***	***1***	***0***	***5***	***647***	***971***	***127***	***8***

8 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Витамины, мг				Минералы, мг			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А (мкг рет.экв.)	Е (мг ток.экв.)	Са	Р	Mg	Fe
Завтрак				***26.0***	***24.4***	***72.6***	***614***	***1.7***	***0.3***	***0.7***	***0.6***	***697.9***	***655.1***	***48.5***	***2.8***
Каша "Геркулесовая" жидкая с маслом (р.311-2004)			**200/5**	**8.4**	**8.2**	**35.0**	**247**	**0.46**	**0.15**	**0.10**	**0.00**	**296.00**	**300.00**	**18.00**	**0.90**
хлопья овсяные "Геркулес"	20	20													
молоко питьевое	190	190													
сахар	3	3													
соль йодированная	1	1													
масло сливочное	5	5													

Яйцо отварное			**40**	**5.1**	**4.6**	**0.3**	**63**	**0.00**	**0.03**	**0.02**	**0.19**	**22.00**	**66.80**	**4.20**	**1.00**
Бутерброд с сыром и маслом (р.р.1, 3-2004)			**20/5/10**	**4.7**	**6.3**	**10.0**	**116**	**0.00**	**0.03**	**0.53**	**0.26**	**139.21**	**89.56**	**9.63**	**0.22**
хлеб пшеничный	20	20													
масло сливочное	5	5													
сыр	11	10													
Кофейный напиток (р.253-2004, Пермь)			**200**	**2.2**	**1.9**	**17.0**	**94**	**0.39**	**0.02**	**0.03**	**0.01**	**80.69**	**56.90**	**3.75**	**0.13**
кофейный напиток	2.5	2.5													
сахар	15	15													
молоко питьевое	50	50													
Йогурт в индивидуальной упаковке в ассортименте	125	125	**125**	**4.1**	**3.1**	**3.2**	**57**	**0.80**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**155.00**	**120.00**	**7.50**	**0.14**
Хлеб пшеничный			**10**	**0.8**	**0.2**	**3.8**	**20**	**0.00**	**0.01**	**0.00**	**0.01**	**1.49**	**6.37**	**1.37**	**0.15**
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**10**												
Хлеб ржаной			**10**	**0.7**	**0.1**	**3.3**	**17**	**0.00**	**0.02**	**0.00**	**0.16**	**3.50**	**15.50**	**4.10**	**0.29**
Обед				***30.7***	***22.4***	***117.8***	***795***	***19.8***	***0.5***	***0.1***	***3.4***	***172.9***	***426.7***	***95.7***	***5.3***
Овощи консервированные без уксуса (огурцы) (р.101-2004)	146	80	**80**	**0.6**	**0.1**	**1.3**	**8**	**4.00**	**0.02**	**0.00**	**0.00**	**18.40**	**19.20**	**11.20**	**0.48**
или															
Овощи свежие (огурцы) (р.70-2006, Москва)			**80**	**0.6**	**0.1**	**1.5**	**9**	**5.60**	**0.02**	**0.00**	**0.00**	**13.60**	**24.00**	**11.20**	**0.40**
огурцы свежие парниковые	82	80													
или огурцы свежие грунтовые	84	80													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
"Бабушкин" суп с мясом со сметаной (ТТК)			**250/10/5**	**4.2**	**4.7**	**13.3**	**112**	**2.04**	**0.06**	**0.00**	**0.59**	**16.83**	**82.23**	**16.28**	**0.74**
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													

или гуляш полуфабрикат	16	16													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	80	60													
01.11.-31.12. -30%	86	60													
01.01-29.02 - 35%	92	60													
01.03 - 40%	100	60													
масло сливочное	5	5													
морковь - до 01.01 - 20%	16	13													
с 01.01 - 25%	17	13													
лук репчатый	14	12													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
или зелень сушеная	0.1	0.1													
Фрикадельки рыбные, запеченные с соусом сметанным с томатом (р.157-2001, Пермь)			**80/50**	**13.5**	**10.8**	**15.8**	**214**	**1.07**	**0.18**	**0.04**	**1.78**	**49.42**	**116.68**	**23.59**	**1.00**
горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	96	64													
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	116	64													
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без	86	64													
или кета неразделанная (филе без кожи и костей)	116	64													
или треска потрошенная обезглавленная (филе с кожей без костей)	84	64													
или хек потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	86	64													
хлеб пшеничный	11	11													
молоко питьевое	16	16													
яйцо куриное	9	9													

масло растительное	5	5													
соус сметанный с томатом (р.601-2004):		**50**													
сметана	10	10													
мука пшеничная	2.5	2.5													
масло сливочное	2.5	2.5													
вода питьевая	40	40													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и	5	5													
Картофельное пюре (р.520-2004)			**150**	**3.5**	**5.3**	**24.0**	**158**	**12.48**	**0.11**	**0.06**	**0.18**	**38.77**	**76.14**	**13.50**	**1.08**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	170	128													
01.11.-31.12. -30%	183	128													
01.01-29.02 - 35%	197	128													
01.03 - 40%	214	128													
молоко питьевое	24	24													
масло сливочное	5	5													
Компот из сухофруктов + Витамин "С" (р.639-2004)			**200**	**0.7**	**0.0**	**23.9**	**98**	**0.23**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**23.00**	**16.71**	**2.37**	**0.45**
сухофрукты	20	20													
сахар	15	15													
Хлеб пшеничный			**60**	**4.8**	**0.9**	**22.8**	**119**	**0.00**	**0.08**	**0.00**	**0.08**	**8.96**	**38.24**	**8.24**	**0.92**
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**60**												
Хлеб ржаной			**50**	**3.3**	**0.6**	**16.7**	**85**	**0.00**	**0.08**	**0.00**	**0.80**	**17.50**	**77.50**	**20.50**	**0.65**
ИТОГО:				***57***	***47***	***190***	***1409***	***21***	***1***	***1***	***4***	***871***	***1082***	***144***	***8***
9 день															

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Витамины, мг				Минералы, мг			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А (мкг рет.экв.)	Е (мг ток.экв.)	Са	Р	Mg	Fe
Завтрак				***15***	***21***	***91***	***614***	***2***	***0***	***0***	***2***	***500***	***555***	***66***	***3***
Каша манная молочная жидкая с маслом (р.311-2004)			**200/5**	**6.9**	**7.1**	**28.0**	**204**	**0.90**	**0.10**	**0.10**	**0.00**	**296.00**	**315.00**	**21.30**	**0.50**
крупа манная	20	20													
молоко питьевое	187	187													
сахар	3	3													
соль йодированная	1	1													
масло сливочное	5	5													
Бутерброд с маслом (р.1-2004)			**20/10**	**1.6**	**8.7**	**9.9**	**124**	**0.00**	**0.02**	**0.08**	**0.10**	**6.40**	**26.90**	**6.12**	**0.20**
хлеб пшеничный	20	20													
масло сливочное	10	10													
Чай с молоком (р.267-2001,г.Пермь)			**200**	**4.2**	**3.5**	**19.5**	**126**	**0.80**	**0.00**	**0.02**	**0.00**	**158.70**	**84.00**	**12.30**	**0.20**
чай - заварка	0.5	0.5													
молоко питьевое	100	100													
сахар	15	15													
Мучное изделие промышленного производства (печенье, бублики или	40	40	**40**	**1.1**	**1.3**	**27.3**	**125**	**0.30**	**0.09**	**0.00**	**2.00**	**32.00**	**98.00**	**17.60**	**1.04**
или Мучное изделие промышленного производства обогащенное витаминами и минералами			**40**												
Хлеб ржаной			**20**	**1.3**	**0.2**	**6.7**	**34**	**0.00**	**0.03**	**0.00**	**0.32**	**7.00**	**31.00**	**8.20**	**0.58**
Обед				***31.0***	***33.0***	***104.1***	***837***	***52.0***	***1.4***	***0.5***	***3.8***	***201.3***	***531.0***	***89.8***	***7.4***
Салат из квашеной капусты с луком (р. 45-2004)			**80**	**1.4**	**4.0**	**5.3**	**63**	**9.60**	**0.01**	**0.00**	**1.59**	**16.19**	**22.97**	**10.39**	**0.41**

капуста белокочанная квашенная промышленного производства	96	68													
лук репчатый	10	8													
или лук зелёный	10	8													
сахар	2	2													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
или															
Нарезка из свежих помидоров и огурцов (р.20-2004)			**80/4**	**0.8**	**4.1**	**3.1**	**53**	**20.00**	**0.00**	**0.03**	**1.73**	**13.07**	**18.09**	**8.45**	**0.68**
помидоры свежие парниковые	41	40													
или помидоры свежие грунтовые	47	40													
огурцы свежие парниковые	41	40													
или огурцы свежие грунтовые	42	40													
масло растительное на полив при подаче	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
Суп "Волна" на мясном бульоне (ТТК)			**250**	**3.2**	**5.2**	**10.3**	**101**	**1.96**	**0.06**	**0.07**	**0.40**	**18.59**	**82.21**	**13.23**	**0.76**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	74	56													
01.11.-31.12. -30%	80	56													
01.01-29.02 - 35%	86	56													
01.03 - 40%	94	56													
морковь - до 01.01 - 20%	19	15													
с 01.01 - 25%	21	15													
лук репчатый	23	19													
масло сливочное	4	4													

яйцо куриное	20	20													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
или зелень сушеная	0.1	0.1													
Бефстроганов из отварной говядины (р.423-2004)			**100**	**17.9**	**18.4**	**6.3**	**262**	**1.50**	**0.06**	**0.21**	**0.15**	**30.61**	**132.72**	**1.40**	**1.23**
говядина 1 категории	88	65													
или говядина полуфабрикат	77	65													
или бефстроганов полуфабрикат	65	65													
масса готового мяса		40													
лук репчатый	35	29													
масло растительное	6	6													
масса припущенного с маслом лука		20													
масса соуса		60													
мука пшеничная	4.8	4.8													
сметана	10	10													
вода питьевая	50	50													
Гречка вязкая отварная (р.510-2004)			**150**	**4.6**	**4.5**	**22.4**	**149**	**0.00**	**0.14**	**0.20**	**0.50**	**9.93**	**140.56**	**21.37**	**1.41**
крупа гречневая	37.5	37.5													
вода питьевая	120	120													
масло сливочное	5	5													
Компот из кураги + Витамин "С" (р.638-2004)			**200**	**0.8**	**0.1**	**21.5**	**90**	**8.52**	**0.07**	**0.00**	**0.05**	**60.65**	**16.13**	**2.25**	**1.09**
курага	15	15													
сахар	10	10													
Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность яблок, груш, апельсин, бананов)			**200**	**0.1**	**0.0**	**23.0**	**92**	**20.00**	**1.00**	**0.00**	**0.50**	**55.00**	**82.00**	**28.00**	**1.50**

Хлеб пшеничный			**20**	**1.6**	**0.3**	**7.6**	**39**	**0.00**	**0.03**	**0.00**	**0.03**	**2.99**	**12.75**	**2.75**	**0.31**
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**20**												
Хлеб ржаной			**30**	**2.0**	**0.4**	**10.0**	**51**	**0.00**	**0.05**	**0.00**	**0.48**	**10.50**	**46.50**	**12.30**	**0.39**
ИТОГО:				***46***	***54***	***196***	***1451***	***54***	***2***	***1***	***6***	***701***	***1086***	***155***	***10***
10 день															
Наименование блюда	**Брутто, г**	**Нетто, г**	**Химический состав**					**Витамины, мг**				**Минералы, мг**			
			Выход, г	**Белки, г**	**Жиры, г**	**Угл. г**	**ЭЦ, ккал**	**С**	**В1**	**А (мкг рет.экв.)**	**Е (мг ток.экв.)**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**
Завтрак				***30.8***	***23.7***	***68.5***	***611***	***2.7***	***0.2***	***0.2***	***1.6***	***493.5***	***532.1***	***52.4***	***2.0***
Запеканка из творога с молоком сгущенным (р.366-2004)			**170**	**24.2**	**18.0**	**22.9**	**351**	**0.47**	**0.07**	**0.09**	**0.53**	**282.96**	**316.12**	**32.15**	**0.60**
творог	144	142													
крупа манная	10	10													
или мука пшеничная	13	13													
сахар	5	5													
яйцо куриное	5	5													
сметана	5	5													
сухари пшеничные	6	6													
масло сливочное для смазки листа	4	4													
масса готовой запеканки		150													
молоко сгущенное с сахаром	20	20													
Бутерброд с сыром (р.3-2004)			**20/15**	**5.0**	**4.7**	**9.1**	**99**	**0.10**	**0.03**	**0.13**	**0.05**	**185.00**	**154.00**	**7.40**	**0.50**
хлеб пшеничный	20	20													
сыр	16	15													

Чай с лимоном (р.686-2004)			**200**	**0.1**	**0.0**	**15.2**	**61**	**2.00**	**0.00**	**0.00**	**0.01**	**2.39**	**1.10**	**0.60**	**0.07**
чай - заварка	0.5	0.5													
сахар	15	15													
лимон	6	5													
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте (вафельки, печенье)			**20**	**0.8**	**0.9**	**18.0**	**83**	**0.15**	**0.01**	**0.00**	**0.50**	**12.60**	**14.40**	**0.00**	**0.48**
ИЛИ Кондитерское изделие промышленного производства обогащенное витаминами			**20**												
Хлеб ржаной			**10**	**0.7**	**0.1**	**3.3**	**17**	**0.00**	**0.05**	**0.00**	**0.48**	**10.50**	**46.50**	**12.30**	**0.39**
Обед				***30.9***	***23.3***	***131.8***	***861***	***55.0***	***1.5***	***0.3***	***6.9***	***150.7***	***412.8***	***104***	***6.1***
Икра кабачковая промышленного производства (р. 101-2004)	84	80	**80**	**1.8**	**2.5**	**13.0**	**82**	**26.00**	**0.02**	**0.00**	**1.84**	**71.00**	**29.60**	**12.00**	**0.56**
или															
Нарезка из свежих огурцов с маслом растительным (р.14/1-2011, Екатеринбург)			**80/4**	**0.8**	**4.0**	**3.1**	**52**	**20.00**	**0.00**	**0.02**	**1.49**	**11.20**	**15.51**	**7.25**	**0.67**
огурцы свежие парниковые	82	80													
или огурцы свежие грунтовые	84	80													
масло растительное на полив при подаче	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
Суп картофельный с курицей (р.133-2004)			**250/10**	**6.6**	**4.2**	**17.2**	**133**	**10.30**	**0.07**	**0.14**	**0.33**	**13.67**	**50.73**	**19.58**	**0.78**
курица потрошеная 1 категории (разделка на мякоть без кожи)	30	26													
или грудка куриная (разделка на мякоть без кожи)	20	19													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	150	113													

01.11.-31.12. -30%	162	113													
01.01-29.02 - 35%	174	113													
01.03 - 40%	189	113													
морковь - до 01.01 - 20%	12.5	10													
с 01.01 - 25%	13	10													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
или зелень сушеная	0.1	0.1													
Биточки рубленые из птицы запеченные (р.498-2004)			**80**	**13.9**	**10.8**	**14.6**	**211**	**0.72**	**0.05**	**0.06**	**2.25**	**18.54**	**123.05**	**13.70**	**1.25**
курица потрошеная 1 категории (разделка на мякоть с кожей)	97	60													
или филе куриное	82	60													
или фарш куриный промышленного производства	60	60													
хлеб пшеничный	15	15													
молоко питьевое или вода питьевая	13	13													
лук репчатый	6	5													
яйцо куриное	3	3													
сухари пшеничные	3	3													
масло растительное	5	5													
Макаронные изделия отварные (р.516-2004)			**150**	**4.8**	**3.7**	**36.7**	**199**	**0.00**	**0.05**	**0.10**	**0.81**	**18.26**	**48.58**	**6.85**	**0.71**
макаронные изделия	51	51													
масло сливочное	4	4													
Сок в ассортименте	**200**	**200**	**200**	**0.3**	**0.0**	**26.0**	**105**	**4.00**	**0.02**	**0.00**	**0.90**	**18.89**	**27.78**	**12.22**	**0.30**

Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность яблок, апельсин)	**200**	**0.1**	**0.0**	**12.8**	**52**	**20.00**	**1.20**	**0.00**	**0.56**	**55.20**	**81.60**	**28.00**	**1.52**
Хлеб пшеничный	**30**	**2.4**	**0.3**	**11.4**	**58**	**0.00**	**0.03**	**0.00**	**0.05**	**4.49**	**19.11**	**4.11**	**0.47**
или Хлеб пшеничный витаминизированный	**30**												
Хлеб ржаной	**30**	**2.0**	**0.4**	**10.0**	**51**	**0.00**	**0.05**	**0.00**	**0.48**	**10.50**	**46.50**	**12.30**	**0.39**
ИТОГО:		***62***	***47***	***200***	***1471***	***57.7***	***1.6***	***0.5***	***8.4***	***644.2***	***945.0***	***156***	***8.1***

11 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Витамины, мг				Минералы, мг			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А (мкг рет.экв.)	Е (мг ток.экв.)	Са	Р	Mg	Fe
Завтрак				***18.0***	***16.5***	***92.2***	***590***	***2.0***	***0.2***	***0.3***	***0.6***	***516.6***	***532.0***	***39.8***	***2.4***
Каша сборная с маслом (ТТК)			**200/5**	**6.9**	**7.2**	**30.1**	**213**	**0.34**	**0.09**	**0.10**	**0.00**	**264.20**	**305.00**	**16.21**	**0.97**
крупа ячневая	10	10													
крупа пшеничная	10	10													
крупа кукурузная	10	10													
молоко питьевое	168	168													
сахар	4	4													
соль йодированная	1	1													
масло сливочное	5	5													
Бутерброд с маслом, джемом или повидлом (р.1,2-2004)			**30/5/20**	**2.6**	**3.5**	**28.0**	**154**	**0.48**	**0.03**	**0.20**	**0.38**	**9.21**	**21.81**	**5.49**	**0.59**
хлеб пшеничный	30	30													
джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, красителей и	20.2	20													
масло сливочное	5	5													
Кофейный напиток (р.253-2004, Пермь)			**200**	**2.2**	**1.9**	**17.0**	**94**	**0.39**	**0.02**	**0.03**	**0.01**	**80.69**	**56.90**	**3.75**	**0.13**

кофейный напиток	2.5	2.5													
сахар	15	15													
молоко питьевое	50	50													
Йогурт в индивидуальной упаковке в ассортименте	125	125	**125**	**4.1**	**3.1**	**3.2**	**57**	**0.80**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**155.00**	**120.00**	**7.50**	**0.14**
Хлеб ржаной			**10**	**0.7**	**0.1**	**3.3**	**17**	**0.00**	**0.02**	**0.00**	**0.16**	**3.50**	**15.50**	**4.10**	**0.29**
Батон пшеничный			**20**	**1.5**	**0.7**	**10.6**	**55**	**0.00**	**0.02**	**0.00**	**0.03**	**4.00**	**12.74**	**2.74**	**0.24**
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**20**												
Обед				***36.4***	***28.3***	***111.6***	***847***	***45.6***	***1.6***	***0.2***	***7.1***	***197.3***	***633.1***	***144***	***7.6***
Нарезка из отварной моркови и свеклы (таб.№10-2001,Пермь)			**80**	**0.9**	**0.0**	**5.9**	**27**	**6.00**	**0.03**	**0.02**	**1.66**	**24.24**	**96.67**	**18.75**	**0.84**
свекла - до 01.01 -20%	76	61													
с 01.01 - 25%	81	61													
масса отварной свеклы		58													
морковь - до 01.01 - 20%	31	25													
с 01.01 - 25%	33	25													
масса отварной моркови		24													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
или															
Нарезка из отварной моркови и свеклы с маслом (р.21/1-2011, Екатеринбург)			**80**	**1.0**	**4.0**	**5.8**	**63**	**6.00**	**0.03**	**0.02**	**1.66**	**24.24**	**96.67**	**18.75**	**0.84**
свекла - до 01.01 -20%	70	56													
с 01.01 - 25%	74	56													
масса отварной свеклы		53													
морковь - до 01.01 - 20%	31	25													

с 01.01 - 25%	33	25													
масса отварной моркови		24													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
или															
Нарезка из свежих помидоров с маслом (р.15/1-2011, Екатеринбург)			**80/4**	**0.8**	**4.0**	**3.1**	**52**	**20.00**	**0.00**	**0.02**	**1.49**	**11.20**	**15.51**	**7.25**	**0.67**
помидоры свежие парниковые	82	80													
или помидоры свежие грунтовые	94	80													
масло растительное на полив при подаче	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
Уха рыбацкая (р.30/2-2011г., Екатеринбург)			**250/75**	**9.0**	**4.0**	**14.1**	**129**	**0.83**	**0.08**	**0.05**	**1.89**	**22.47**	**149.43**	**21.59**	**0.75**
горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	129	90													
или горбуша неразделанная (филе с кожей без костей)	155	90													
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без	126	93													
или треска потрошенная обезглавленная (филе с кожей без костей)	122	93													
или хек потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	126	93													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	80	60													
01.11.-31.12. -30%	86	60													
01.01-29.02 - 35%	92	60													
01.03 - 40%	100	60													
лук репчатый	19	16													
масло сливочное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													

или зелень сушеная	0.1	0.1													
Мясо тушеное (р.433 - 2004)			**100**	**16.3**	**14.1**	**3.9**	**208**	**2.30**	**0.25**	**0.02**	**1.23**	**19.88**	**116.41**	**29.15**	**2.03**
говядина 1 категории	85	63													
или говядина полуфабрикат	74	63													
или гуляш полуфабрикат	63	63													
масло растительное	5	5													
масса готового мяса		40													
масса соуса		60													
мука пшеничная	3.6	3.6													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и	10	10													
морковь - до 01.01 - 20%	5	4													
с 01.01 - 25%	5.3	4													
лук репчатый	5	4													
вода питьевая	60	60													
Картофельное пюре (р.520-2004)			**150**	**3.5**	**5.3**	**24.0**	**158**	**12.48**	**0.11**	**0.06**	**0.18**	**38.77**	**76.14**	**13.50**	**1.08**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	170	128													
01.11.-31.12. -30%	183	128													
01.01-29.02 - 35%	197	128													
01.03 - 40%	214	128													
молоко питьевое	24	24													
масло сливочное	5	5													
Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность яблок, груш, апельсин, бананов)			**200**	**0.1**	**0.0**	**23.0**	**92**	**20.00**	**1.00**	**0.00**	**0.50**	**55.00**	**82.00**	**28.00**	**1.50**

Сок в ассортименте	**200**	**200**	**200**	**0.7**	**0.0**	**12.2**	**52**	**4.00**	**0.02**	**0.00**	**0.90**	**17.00**	**25.00**	**11.00**	**0.30**
Хлеб пшеничный			**40**	**3.2**	**0.4**	**15.2**	**77**	**0.00**	**0.04**	**0.00**	**0.06**	**5.98**	**25.48**	**5.48**	**0.62**
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**40**												
Хлеб ржаной			**40**	**2.6**	**0.5**	**13.4**	**68**	**0.00**	**0.07**	**0.00**	**0.64**	**14.00**	**62.00**	**16.40**	**0.52**
ИТОГО:				***54***	***45***	***204***	***1437***	***48***	***2***	***0***	***8***	***714***	***1165***	***184***	***10***
12 день															
Наименование блюда	**Брутто, г**	**Нетто, г**	**Химический состав**					**Витамины, мг**				**Минералы, мг**			
			Выход, г	**Белки, г**	**Жиры, г**	**Угл. г**	**ЭЦ, ккал**	**С**	**В1**	**А (мкг рет.экв.)**	**Е (мг ток.экв.)**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**
Завтрак				***20.6***	***22.7***	***77.9***	***598***	***1.4***	***0.3***	***0.2***	***1.1***	***585.8***	***458.2***	***69.1***	***2.5***
Каша пшенная жидкая с маслом (р.311-2004)			**200/5**	**8.3**	**8.8**	**29.7**	**231**	**0.37**	**0.20**	**0.10**	**0.00**	**265.50**	**296.20**	**20.10**	**1.00**
крупа пшено	30	30													
молоко питьевое	178	178													
сахар	3	3													
соль йодированная	1	1													
масло сливочное	5	5													
Бутерброд горячий с сыром (р.10-2004)			**50**	**5.9**	**9.6**	**14.8**	**169**	**0.22**	**0.05**	**0.03**	**0.94**	**154.06**	**49.71**	**29.87**	**0.76**
хлеб пшеничный	30	30													
масло сливочное	5	5													
сыр	16	15													
Чай с молоком (р.267-2001,г.Пермь)			**200**	**4.2**	**3.5**	**19.5**	**126**	**0.80**	**0.00**	**0.02**	**0.00**	**158.70**	**84.00**	**12.30**	**0.20**
чай - заварка	0.5	0.5													
молоко питьевое	100	100													

сахар	15	15													
Батон пшеничный			**20**	**1.5**	**0.7**	**10.6**	**55**	**0.00**	**0.02**	**0.00**	**0.03**	**4.00**	**12.74**	**2.74**	**0.24**
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**20**												
Хлеб ржаной			**10**	**0.7**	**0.1**	**3.3**	**17**	**0.00**	**0.02**	**0.00**	**0.16**	**3.50**	**15.50**	**4.10**	**0.29**
Обед				***33.0***	***30.1***	***115.8***	***866***	***23.8***	***1.7***	***0.2***	***4.3***	***221.2***	***624.2***	***142***	***8.3***
Нарезка из отварных свеклы и картофеля с маслом растительным (ТТК)			**80**	**0.2**	**4.0**	**4.2**	**53**	**1.44**	**0.03**	**0.00**	**1.89**	**24.91**	**38.31**	**18.44**	**0.92**
свекла - до 01.01 -20%	61	49													
с 01.01 - 25%	65	49													
масса отварной свеклы		47													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	43	32													
01.11.-31.12. -30%	46	32													
01.01-29.02 - 35%	49	32													
01.03 - 40%	53	32													
масса отварной картофеля		31													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
масло растительное на полив при подаче	4	4													
или															
Нарезка из отварных свеклы и картофеля (табл. №10-2001г., Пермь)			**80**	**0.9**	**0.1**	**4.2**	**21**	**1.46**	**0.04**	**0.00**	**0.09**	**20.33**	**38.03**	**17.38**	**0.93**
свекла - до 01.01 -20%	61	49													
с 01.01 - 25%	65	49													
масса отварной свеклы		47													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	47	35													
01.11.-31.12. -30%	50	35													

01.01-29.02 - 35%	54	35													
01.03 - 40%	58	35													
масса отварной картофеля		34													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
или															
Нарезка из свежих помидоров и огурцов (р.20-2004)			**80/4**	**0.8**	**4.1**	**3.1**	**53**	**20.00**	**0.00**	**0.03**	**1.73**	**13.07**	**18.09**	**8.45**	**0.68**
помидоры свежие парниковые	41	40													
или помидоры свежие грунтовые	47	40													
огурцы свежие парниковые	41	40													
или огурцы свежие грунтовые	42	40													
масло растительное на полив при подаче	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
Суп - пюре из гороха с гренками с курицей (р.170-2004)			**250/10/10**	**7.5**	**6.7**	**21.3**	**176**	**0.65**	**0.22**	**0.02**	**0.30**	**77.59**	**160.91**	**36.75**	**2.18**
курица потрошеная 1 категории (разделка на мякоть без кожи)	30	26													
или грудка куриная (разделка на мякоть без кожи)	20	19													
горох	26	25													
морковь - до 01.01 - 20%	10	8													
с 01.01 - 25%	11	8													
лук репчатый	12	10													
молоко питьевое	38	38													
масло сливочное	4	4													
хлеб пшеничный	19	16													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													

или зелень сушеная	0.1	0.1													
Котлеты мясо-картофельные по-хлыновски с соусом сметанным с томатом (р.454-2004)			**80/50**	**15.6**	**14.2**	**9.8**	**229**	**1.50**	**0.05**	**0.00**	**0.50**	**15.60**	**120.50**	**18.87**	**1.00**
говядина 1 категории	89	66													
или говядина полуфабрикат	78	66													
или фарш промышленного производства	66	66													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	21	16													
01.11.-31.12. -30%	23	16													
01.01-29.02 - 35%	25	16													
01.03 - 40%	27	16													
лук репчатый	12	10													
яйцо куриное	6	6													
сухари пшеничные	6	6													
масло растительное	5	5													
соус сметанный с томатом (р.601-2004):		**50**													
сметана	15	15													
мука пшеничная	2.5	2.5													
масло сливочное	2.5	2.5													
вода питьевая	35	35													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и	5	5													
Гречка вязкая отварная (р.510-2004)			**150**	**4.6**	**4.5**	**22.4**	**149**	**0.00**	**0.14**	**0.20**	**0.50**	**9.93**	**140.56**	**21.37**	**1.41**
крупа гречневая	37.5	37.5													

вода питьевая	120	120													
масло сливочное	5	5													
Компот из сухофруктов + Витамин "С" (р.639-2004)			**200**	**0.7**	**0.0**	**23.9**	**98**	**0.23**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**23.00**	**16.71**	**2.37**	**0.45**
сухофрукты	20	20													
сахар	15	15													
Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность яблок, апельсин)			**200**	**0.1**	**0.0**	**12.8**	**52**	**20.00**	**1.20**	**0.00**	**0.56**	**55.20**	**81.60**	**28.00**	**1.52**
Хлеб пшеничный			**30**	**2.4**	**0.3**	**11.4**	**58**	**0.00**	**0.03**	**0.00**	**0.05**	**4.49**	**19.11**	**4.11**	**0.47**
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**30**												
Хлеб ржаной			**30**	**2.0**	**0.4**	**10.0**	**51**	**0.00**	**0.05**	**0.00**	**0.48**	**10.50**	**46.50**	**12.30**	**0.39**
ИТОГО:				***54***	***53***	***194***	***1464***	***25***	***2***	***0***	***5***	***807***	***1082***	***211***	***11***

13 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Витамины, мг				Минералы, мг			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А (мкг рет.экв.)	Е (мг ток.экв.)	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак				***13.4***	***19.6***	***99.7***	***613***	***3.4***	***0.4***	***0.2***	***2.9***	***322.3***	***439.5***	***44.3***	***3.4***
Каша гречневая жидкая молочная с маслом (ТТК)			**200/5**	**8.3**	**9.0**	**33.2**	**231**	**0.90**	**0.20**	**0.10**	**0.00**	**263.50**	**286.50**	**24.10**	**1.00**
крупа гречневая	35	35													
вода питьевая	38	38													
молоко питьевое	140	140													
сахар	3	3													
соль йодированная	1	1													
масло сливочное	5	5													
Бутерброд с маслом (р.1-2004)			**20/10**	**1.6**	**8.7**	**9.9**	**124**	**0.00**	**0.02**	**0.08**	**0.10**	**6.40**	**26.90**	**6.12**	**0.20**
хлеб пшеничный	20	20													

масло сливочное	10	10													
Чай с лимоном (р.686-2004)			**200**	**0.1**	**0.0**	**15.2**	**61**	**2.00**	**0.00**	**0.00**	**0.01**	**2.39**	**1.10**	**0.60**	**0.07**
чай - заварка	0.5	0.5													
сахар	15	15													
лимон	6	5													
Мучное изделие промышленного производства (булочка или коржик или лепешка или др.)			**60**	**2.0**	**1.7**	**34.7**	**162**	**0.50**	**0.11**	**0.00**	**2.50**	**43.00**	**94.00**	**5.25**	**1.50**
или Мучное изделие промышленного производства обогащенное витаминами и минералами			**60**												
Хлеб ржаной			**20**	**1.3**	**0.2**	**6.7**	**34**	**0.00**	**0.03**	**0.00**	**0.32**	**7.00**	**31.00**	**8.20**	**0.58**
Обед				***30.3***	***26.2***	***109.7***	***796***	***22.5***	***0.5***	***0.1***	***4.4***	***182.2***	***488.3***	***89.5***	***5.7***
Овощи консервированные без уксуса (огурцы) (р.101-2004)	146	80	**80**	**0.6**	**0.1**	**1.3**	**8**	**4.00**	**0.02**	**0.00**	**0.00**	**18.40**	**19.20**	**11.20**	**0.48**
или															
Овощи свежие (огурцы) (р.70-2006, Москва)			**80**	**0.6**	**0.1**	**1.5**	**9**	**5.60**	**0.02**	**0.00**	**0.00**	**13.60**	**24.00**	**11.20**	**0.40**
огурцы свежие парниковые	82	80													
или огурцы свежие грунтовые	84	80													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
Суп-харчо с мясом (р.150-2004)			**250/10**	**4.2**	**4.1**	**12.8**	**105**	**0.41**	**0.02**	**0.03**	**0.40**	**12.98**	**76.12**	**9.91**	**0.72**
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
или гуляш полуфабрикат	16	16													
крупа рисовая	16	16													
лук репчатый	24	20													

масло сливочное	4	4													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и	3	3													
чеснок	0.4	0.3													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
или зелень сушеная	0.1	0.1													
или															
Суп с крупой с мясом (р.149-2004)			**250/10**	**4.7**	**4.6**	**14.2**	**117**	**0.46**	**0.02**	**0.03**	**0.34**	**14.42**	**69.16**	**10.28**	**0.80**
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
или гуляш полуфабрикат	16	16													
крупа перловая	20	20													
или овсяная, ячневая, пшеничная, пшено	25	25													
морковь - до 01.01 - 20%	12.5	10													
с 01.01 - 25%	13	10													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
или зелень сушеная	0.1	0.1													
Котлета рыбная с маслом (р.388-2004)			**100/5**	**15.3**	**14.7**	**17.3**	**263**	**0.75**	**0.13**	**0.03**	**1.99**	**60.33**	**203.86**	**26.78**	**0.88**
горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	119	79													
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	144	79													
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без	107	79													

или треска потрошенная обезглавленная (филе с кожей без костей)	103	79													
или хек потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	107	79													
хлеб пшеничный	15	15													
молоко питьевое или вода питьевая	6	6													
лук репчатый	8.3	7													
яйцо куриное	6	6													
сухари	10	10													
масло растительное	8	8													
масло сливочное	5	5													
Картофель отварной с маслом (р.203 - 2004)			**150**	**3.5**	**6.1**	**27.5**	**179**	**7.20**	**0.12**	**0.07**	**1.40**	**16.68**	**89.83**	**20.21**	**1.44**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	200	150													
01.11.-31.12. -30%	215	150													
01.01-29.02 - 35%	231	150													
01.03 - 40%	251	150													
масло сливочное	5	5													
Компот из кураги + Витамин "С" (р.638-2004)			**200**	**0.8**	**0.1**	**21.5**	**90**	**8.52**	**0.07**	**0.00**	**0.05**	**60.65**	**16.13**	**2.25**	**1.09**
курага	15	15													
сахар	10	10													
Хлеб пшеничный			**50**	**4.0**	**0.8**	**19.0**	**99**	**0.00**	**0.05**	**0.00**	**0.08**	**7.48**	**31.85**	**6.85**	**0.78**
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**50**												
Хлеб ржаной			**30**	**2.0**	**0.4**	**10.0**	**51**	**0.00**	**0.05**	**0.00**	**0.48**	**10.50**	**46.50**	**12.30**	**0.39**
ИТОГО:				***44***	***46***	***209***	***1409***	***26***	***1***	***0***	***7***	***505***	***928***	***134***	***9***
14 день															

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Витамины, мг				Минералы, мг			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А (мкг рет.экв.)	Е (мг ток.экв.)	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак				***26.9***	***21.2***	***64.8***	***558***	***0.7***	***0.1***	***0.2***	***1.1***	***493.3***	***458.8***	***50.1***	***1.8***
Суфле творожное с джемом или повидлом или сгущенным молоком (р.365-2004)			**150**	**18.4**	**14.4**	**32.0**	**331**	**0.17**	**0.03**	**0.04**	**0.71**	**220.62**	**216.92**	**30.77**	**0.62**
творог	85	83													
сметана	11	11													
яйцо куриное	8	8													
сахар	9	9													
мука пшеничная	9	9													
молоко питьевое	16.5	16.5													
масло сливочное для смазки листа	1.1	1.1													
масса готового суфле		130													
молоко сгущенное с сахаром	20	20													
или джем или повидло (без искусственных ароматизаторов,	20.2	20													
Бутерброд с сыром (р.3-2004)			**20/15**	**5.0**	**4.7**	**9.1**	**99**	**0.10**	**0.03**	**0.13**	**0.05**	**185.00**	**154.00**	**7.40**	**0.50**
хлеб пшеничный	20	20													
сыр	16	15													
Кофейный напиток (р.253-2004, Пермь)			**200**	**2.2**	**1.9**	**17.0**	**94**	**0.39**	**0.02**	**0.03**	**0.01**	**80.69**	**56.90**	**3.75**	**0.13**
кофейный напиток	2.5	2.5													
сахар	15	15													
молоко питьевое	50	50													

Хлеб ржаной			**20**	**1.3**	**0.2**	**6.7**	**34**	**0.00**	**0.03**	**0.00**	**0.32**	**7.00**	**31.00**	**8.20**	**0.58**
Обед				***25.2***	***31.7***	***97.9***	***778***	***79.1***	***0.4***	***0.2***	***6.0***	***174.8***	***508.2***	***114***	***5.1***
Салат из моркови с огурцами (ТТК)			**80**	**1.1**	**4.0**	**8.7**	**75**	**0.69**	**0.03**	**0.00**	**1.61**	**19.12**	**64.33**	**13.34**	**0.50**
морковь - до 01.01 - 20%	70	56													
с 01.01 - 25%	74	56													
масса отварной моркови		55													
огурцы соленые без уксуса	40	22													
или огурцы свежие парниковые	22.4	22													
или огурцы свежие грунтовые	23.1	22													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
или															
Нарезка из моркови отварной (таб.№10-2001,Пермь)			**80**	**1.3**	**0.0**	**6.7**	**32**	**0.95**	**0.03**	**0.00**	**0.33**	**19.43**	**39.58**	**27.35**	**0.50**
морковь - до 01.01 - 20%	103	82													
с 01.01 - 25%	109	82													
масса отварной моркови		81													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
Свекольник с мясом, со сметаной (р.34-2004, Пермь)			**250/10/5**	**4.6**	**4.2**	**14.5**	**114**	**6.45**	**0.06**	**0.01**	**0.56**	**34.60**	**76.84**	**21.16**	**1.00**
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
или гуляш полуфабрикат	16	16													
свекла - до 01.01 -20%	80	64													
с 01.01 - 25%	85	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													
масло сливочное	4	4													
сахар	0.5	0.5													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и	3	3													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
или зелень сушеная	0.1	0.1													
Колбасные изделия отварные с маслом (р.413-2004)			**80/5**	**7.9**	**15.6**	**0.4**	**173**	**0.08**	**0.08**	**0.08**	**0.02**	**38.75**	**161.39**	**13.69**	**0.59**
сосиски молочные или колбаса вареная, в том числе из мяса птицы	82	80													
масло сливочное	5	5													
Рагу овощное (р.77-2004, Пермь)			**150**	**2.9**	**6.2**	**14.9**	**127**	**3.83**	**0.08**	**0.16**	**2.38**	**44.69**	**76.31**	**36.71**	**1.21**
капуста свежая белокочанная (припущенная)	67	48													
или фасоль стручковая замороженная (отварная)	61	48													
или кабачки свежие (припущенные)	92	48													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	53	40													
01.11.-31.12. -30%	57	40													

01.01-29.02 - 35%	62	40													
01.03 - 40%	67	40													
морковь - до 01.01 - 20%	44	35													
с 01.01 - 25%	50	35													
лук репчатый	18	15													
масло растительное	8	8													
соус:		**45**													
мука пшеничная	2.3	2.3													
масло сливочное	3	3													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и	3.5	3.5													
морковь - до 01.01 - 20%	8.8	7													
с 01.01 - 25%	10	7													
лук репчатый	5.4	4.5													
сахар	0.3	0.3													
вода питьевая	40	40													
Отвар шиповника (р.705-2004)			**200**	**0.5**	**0.2**	**19.5**	**82**	**68.00**	**0.01**	**0.00**	**0.70**	**13.15**	**22.70**	**2.80**	**0.23**
шиповник	15	15													
сахар	10	10													
Хлеб пшеничный			**70**	**5.6**	**1.1**	**26.6**	**138**	**0.00**	**0.07**	**0.00**	**0.11**	**10.47**	**44.59**	**9.59**	**1.09**
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**70**												
Хлеб ржаной			**40**	**2.6**	**0.5**	**13.4**	**68**	**0.00**	**0.07**	**0.00**	**0.64**	**14.00**	**62.00**	**16.40**	**0.52**
ИТОГО:				***52***	***53***	***163***	***1336***	***80***	***1***	***0***	***7***	***668***	***967***	***164***	***7***

15 день															
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Витамины, мг				Минералы, мг			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А (мкг рет.экв.)	Е (мг ток.экв.)	Са	Р	Mg	Fe
Завтрак				***19.3***	***16.7***	***94.9***	***607***	***2.5***	***0.2***	***0.1***	***0.8***	***586.7***	***549.1***	***53.7***	***2.1***
Каша ячневая жидкая с маслом (р.311-2004)			**200/5**	**6.4**	**7.2**	**29.3**	**208**	**0.46**	**0.15**	**0.10**	**0.00**	**259.08**	**286.30**	**15.60**	**0.90**
крупа ячневая	25	25													
молоко питьевое	182	182													
сахар	4	4													
соль йодированная	1	1													
масло сливочное	5	5													
Бутерброд с джемом или повидлом (р.2-2004)			**20/20**	**1.6**	**0.2**	**23.7**	**103**	**0.48**	**0.02**	**0.02**	**0.60**	**6.40**	**30.6**	**11.5**	**0.30**
хлеб пшеничный	20	20													
джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, красителей и	20.2	20													
Йогурт в индивидуальной упаковке в ассортименте	125	125	**125**	**4.9**	**5.0**	**8.5**	**99**	**0.80**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**155.00**	**120.00**	**7.50**	**0.14**
Чай с молоком (р.267-2001,г.Пермь)			**200**	**4.2**	**3.5**	**19.5**	**126**	**0.80**	**0.00**	**0.02**	**0.00**	**158.70**	**84.00**	**12.30**	**0.20**
чай - заварка	0.5	0.5													
молоко питьевое	100	100													
сахар	15	15													
Хлеб ржаной			**10**	**0.7**	**0.1**	**3.3**	**17**	**0.00**	**0.02**	**0.00**	**0.16**	**3.50**	**15.50**	**4.10**	**0.29**
Батон пшеничный			**20**	**1.5**	**0.7**	**10.6**	**55**	**0.00**	**0.02**	**0.00**	**0.03**	**4.00**	**12.74**	**2.74**	**0.24**
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**20**												
Обед				***27.8***	***24.2***	***118.7***	***804***	***70.3***	***1.9***	***0.1***	***6.4***	***208.5***	***586.0***	***132***	***6.5***

Салат из свеклы с морской капустой (р.623-2002)			**80**	**1.0**	**4.0**	**3.6**	**54**	**2.00**	**0.03**	**0.02**	**0.98**	**28.44**	**56.64**	**7.17**	**2.42**
свекла - до 01.01 -20%	64	51													
с 01.01 - 25%	68	51													
масса отварной свеклы		49													
морская капуста консервированная	30	24													
лук репчатый	4.8	4													
или лук зелёный	5	4													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
или															
Салат из свеклы с огурцами (р.21-2004)			**80**	**1.0**	**4.0**	**4.2**	**56**	**0.06**	**0.01**	**0.02**	**1.04**	**38.23**	**67.57**	**7.98**	**1.28**
свекла - до 01.01 -20%	51	41													
с 01.01 - 25%	55	41													
масса отварной свеклы		39													
огурцы соленые без уксуса	44	24													
или огурцы свежие парниковые	24	24													
или огурцы свежие грунтовые	25	24													
лук репчатый	5	4													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
или															
Нарезка из свежих помидоров с маслом (р.15/1-2011, Екатеринбург)			**80/4**	**0.8**	**4.0**	**3.1**	**52**	**20.00**	**0.00**	**0.02**	**1.49**	**11.20**	**15.51**	**7.25**	**0.67**
помидоры свежие парниковые	82	80													

или помидоры свежие грунтовые	94	80													
масло растительное на полив при подаче	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
Суп с мясными фрикадельками (р.137-2004)			**250/35**	**6.2**	**4.2**	**16.4**	**128**	**8.49**	**0.10**	**0.02**	**0.29**	**17.99**	**102.97**	**26.93**	**1.02**
фрикадельки:		**35**													
говядина 1 категории	54	40													
или говядина полуфабрикат	47	40													
или фарш промышленного производства	40	40													
лук репчатый	6	5													
яйцо куриное	2.8	2.8													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	93	70													
01.11.-31.12. -30%	100	70													
01.01-29.02 - 35%	105	70													
01.03 - 40%	117	70													
морковь - до 01.01 - 20%	19	15													
с 01.01 - 25%	20	15													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
или зелень сушеная	0.1	0.1													
Рыба запечённая с маслом (р. 377-2004)			**100/5**	**12.5**	**9.9**	**11.7**	**186**	**0.36**	**0.10**	**0.04**	**2.32**	**37.64**	**196.02**	**20.55**	**0.71**
горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	170	119													
или горбуша неразделанная (филе с кожей без костей)	205	119													

или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без	153	113													
сухари пшеничные	13	13													
масло растительное	7	7													
масло сливочное	5	5													
Картофельное пюре (р.520-2004)			**150**	**3.5**	**5.3**	**24.0**	**158**	**12.48**	**0.11**	**0.06**	**0.18**	**38.77**	**76.14**	**13.50**	**1.08**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	170	128													
01.11.-31.12. -30%	183	128													
01.01-29.02 - 35%	197	128													
01.03 - 40%	214	128													
молоко питьевое	24	24													
масло сливочное	5	5													
Сок в ассортименте	**200**	**200**	**200**	**0.3**	**0.0**	**26.0**	**105**	**4.00**	**0.02**	**0.00**	**0.90**	**18.89**	**27.78**	**12.22**	**0.30**
Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность яблок, апельсин)			**250**	**0.1**	**0.0**	**16.0**	**64**	**25.00**	**1.50**	**0.00**	**0.70**	**69.00**	**102.00**	**35.00**	**1.90**
Хлеб пшеничный			**30**	**2.4**	**0.5**	**11.4**	**59**	**0.00**	**0.03**	**0.00**	**0.05**	**4.49**	**19.11**	**4.11**	**0.47**
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**30**												
Хлеб ржаной			**30**	**2.0**	**0.4**	**10.0**	**51**	**0.00**	**0.05**	**0.00**	**0.48**	**10.50**	**46.50**	**12.30**	**0.39**
ИТОГО:				***47***	***41***	***214***	***1411***	***73***	***2***	***0***	***7***	***795***	***1135***	***186***	***9***

16 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Витамины, мг				Минералы, мг			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А (мкг рет.экв.)	Е (мг ток.экв.)	Са	Р	Mg	Fe
Завтрак				***20.3***	***22.9***	***71.2***	***572***	***2.8***	***0.2***	***0.1***	***1.5***	***508.0***	***431.9***	***53.4***	***2.6***
Суп молочный с макаронными изделиями (р.160-2004)			**250**	**7.0**	**7.9**	**27.0**	**207**	**0.61**	**0.05**	**0.04**	**0.20**	**322.00**	**286.00**	**11.90**	**0.25**
вода питьевая	90	90													

молоко питьевое	140	140													
макаронные изделия	20	20													
соль йодированная	0.8	0.8													
сахар	2	2													
масло сливочное	2	2													
Яйцо отварное			**40**	**5.1**	**4.6**	**0.3**	**63**	**0.00**	**0.03**	**0.02**	**0.19**	**22.00**	**66.80**	**4.20**	**1.00**
Бутерброд горячий с сыром (р.10-2004)			**50**	**5.9**	**9.6**	**14.8**	**169**	**0.22**	**0.05**	**0.03**	**0.94**	**154.06**	**49.71**	**29.87**	**0.76**
хлеб пшеничный	30	30													
масло сливочное	5	5													
сыр	16	15													
Чай с лимоном (р.686-2004)			**200**	**0.1**	**0.0**	**15.2**	**61**	**2.00**	**0.00**	**0.00**	**0.01**	**2.39**	**1.10**	**0.60**	**0.07**
чай - заварка	0.5	0.5													
сахар	15	15													
лимон	6	5													
Хлеб ржаной			**10**	**0.7**	**0.1**	**3.3**	**17**	**0.00**	**0.02**	**0.00**	**0.16**	**3.50**	**15.50**	**4.10**	**0.29**
Батон пшеничный			**20**	**1.5**	**0.7**	**10.6**	**55**	**0.00**	**0.02**	**0.00**	**0.03**	**4.00**	**12.74**	**2.74**	**0.24**
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**20**												
Обед				***29.8***	***31.0***	***104.2***	***815***	***11.5***	***0.4***	***0.3***	***4.7***	***119.3***	***485.3***	***107***	***5.5***
Винегрет овощной (р.71-2004)			**80**	**1.0**	**4.0**	**5.8**	**63**	**3.12**	**0.03**	**0.02**	**0.78**	**18.44**	**29.16**	**14.26**	**0.64**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	35	26													
01.11.-31.12. -30%	37	26													
01.01-29.02 - 35%	40	26													
01.03 - 40%	43	26													

масса отварного картофеля		25													
свекла - до 01.01 -20%	19	15													
с 01.01 - 25%	20	15													
масса отварной свеклы		14													
морковь - до 01.01 - 20%	16	13													
с 01.01 - 25%	17	13													
масса отварной моркови		12													
огурцы соленые без уксуса	29	16													
или капуста квашеная промышленного производства	18	16													
лук репчатый	14	12													
масло растительное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
или															
Нарезка из свежих огурцов с маслом растительным (р.14/1-2011, Екатеринбург)			**80/4**	**0.8**	**4.0**	**3.1**	**52**	**20.00**	**0.00**	**0.02**	**1.49**	**11.20**	**15.51**	**7.25**	**0.67**
огурцы свежие парниковые	82	80													
или огурцы свежие грунтовые	84	80													
масло растительное на полив при подаче	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
Суп из овощей с курицей со сметаной (р.135-2004)			**250/10/5**	**7.4**	**6.1**	**10.5**	**127**	**3.50**	**0.10**	**0.03**	**0.45**	**23.70**	**53.17**	**10.31**	**0.70**
курица потрошеная 1 категории (разделка на мякоть без кожи)	30	26													
или грудка куриная (разделка на мякоть без кожи)	20	19													
капуста свежая белокочанная	25	20													

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													
морковь - до 01.01 - 20%	12.5	10													
с 01.01 - 25%	13.3	10													
лук репчатый	12	10													
горошек зелёный консервированный	12	8													
масло сливочное	4	4													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
или зелень сушеная	0.1	0.1													
Ежики из говядины с рисом с соусом томатным (р.182-2001, Пермь)			**80/50**	**10.5**	**15.4**	**10.9**	**224**	**0.91**	**0.03**	**0.03**	**1.39**	**28.34**	**147.10**	**26.86**	**1.34**
говядина 1 категории	69	51													
или говядина полуфабрикат	60	51													
или фарш промышленного производства	51	51													
крупа рисовая	7	7													
вода питьевая	8	8													
масса готового рассыпчатого риса		20													
лук репчатый	29	24													
масло растительное	5	5													
масса припущенного с маслом лука		17													
мука пшеничная	6	6													

масло растительное для смазки листа	6	6													
масса готовых ежиков		**80**													
Соус томатный (р.587-2004)		**50**													
масло сливочное	3	3													
мука пшеничная	2.3	2.3													
морковь - до 01.01 - 20%	12.5	10													
с 01.01 - 25%	13	10													
лук репчатый	5	4													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и	5	5													
сахар	0.5	0.5													
вода питьевая	45	45													
Гречка вязкая отварная (р.510-2004)			**150**	**4.6**	**4.5**	**22.4**	**149**	**0.00**	**0.14**	**0.20**	**0.50**	**9.93**	**140.56**	**21.37**	**1.41**
крупа гречневая	37.5	37.5													
вода питьевая	120	120													
масло сливочное	5	5													
Сок в ассортименте	**200**	**200**	**200**	**0.3**	**0.0**	**26.0**	**105**	**4.00**	**0.02**	**0.00**	**0.90**	**18.89**	**27.78**	**12.22**	**0.30**
Хлеб ржаной			**40**	**2.6**	**0.5**	**13.4**	**68**	**0.00**	**0.07**	**0.00**	**0.64**	**14.00**	**62.00**	**16.40**	**0.52**
Хлеб пшеничный			**40**	**3.3**	**0.5**	**15.2**	**79**	**0.00**	**0.04**	**0.00**	**0.06**	**5.99**	**25.48**	**5.48**	**0.63**
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**40**												
ИТОГО:				***50***	***54***	***175***	***1387***	***14***	***1***	***0***	***6***	***627***	***917***	***160***	***8***

17 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Витамины, мг				Минералы, мг			

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А (мкг рет.экв.)	Е (мг ток.экв.)	Са	Р	Mg	Fe
Завтрак				***22.5***	***35.5***	***47.4***	***599***	***0.7***	***0.3***	***0.1***	***0.4***	***309.1***	***282.7***	***50.0***	***3.5***
Омлет натуральный с маслом, с подгарнировкой (р.340-2004)			**200**	**16.6**	**24.1**	**6.5**	**309**	**0.28**	**0.22**	**0.01**	**0.14**	**214.52**	**170.63**	**33.25**	**2.59**
яйцо куриное	110	110													
молоко питьевое	40	40													
масло сливочное	3	3													
масса готового омлета		140													
масло сливочное на полив при подаче	5	5													
Овощи на подгарнировку		**55**													
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	85	55													
или огурцы свежие парниковые	56	55													
или огурцы свежие грунтовые	58	55													
Бутерброд с маслом (р.1-2004)			**20/10**	**1.6**	**8.7**	**9.9**	**124**	**0.00**	**0.02**	**0.08**	**0.10**	**6.40**	**26.90**	**6.12**	**0.20**
хлеб пшеничный	20	20													
масло сливочное	10	10													
Кофейный напиток (р.253-2004, Пермь)			**200**	**2.2**	**1.9**	**17.0**	**94**	**0.39**	**0.02**	**0.03**	**0.01**	**80.69**	**56.90**	**3.75**	**0.13**
кофейный напиток	2.5	2.5													
сахар	15	15													
молоко питьевое	50	50													
Хлеб ржаной			**10**	**0.7**	**0.1**	**3.3**	**17**	**0.00**	**0.02**	**0.00**	**0.16**	**3.50**	**15.50**	**4.10**	**0.29**
Батон пшеничный			**20**	**1.5**	**0.7**	**10.6**	**55**	**0.00**	**0.02**	**0.00**	**0.03**	**4.00**	**12.74**	**2.74**	**0.24**
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**20**												
Обед				***31.9***	***27.4***	***104.4***	***792***	***40.2***	***0.3***	***0.1***	***3.3***	***198.0***	***457.5***	***80***	***4.8***

Икра кабачковая промышленного производства (р. 101-2004)	84	80	**80**	**1.8**	**2.5**	**13.0**	**82**	**26.00**	**0.02**	**0.00**	**1.84**	**71.00**	**29.60**	**12.00**	**0.56**
или															
Овощи свежие (помидоры) (р.71-2006, Москва)			**80**	**0.6**	**0.1**	**1.5**	**9**	**5.60**	**0.02**	**0.00**	**0.00**	**13.60**	**24.00**	**11.20**	**0.40**
помидоры свежие парниковые	82	80													
или помидоры свежие грунтовые	94	80													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
Суп по "Домашнему" с мясом и сметаной (ТТК)		**250/20/5**		**5.3**	**5.1**	**9.7**	**106**	**3.45**	**0.05**	**0.02**	**0.23**	**20.99**	**96.61**	**10.27**	**0.84**
говядина 1 категории	43	32													
или говядина полуфабрикат	38	32													
или гуляш полуфабрикат	32	32													
лук репчатый	18	15													
морковь - до 01.01 - 20%	19	15													
с 01.01 - 25%	20	15													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	86	65													
01.11.-31.12. -30%	93	65													
01.01-29.02 - 35%	100	65													
01.03 - 40%	109	65													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и	3	3													
масло сливочное	4	4													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
или зелень сушеная	0.1	0.1													

Шницель из говядины с маслом (р.451-2004)			**80/5**	**15.0**	**15.1**	**12.8**	**247**	**0.71**	**0.03**	**0.00**	**0.23**	**17.60**	**124.72**	**10.36**	**0.71**
говядина 1 категории	80	59													
или говядина полуфабрикат	70	59													
или фарш промышленного производства	59	59													
хлеб пшеничный	15	15													
вода питьевая или молоко питьевое	11	11													
лук репчатый	5	4													
яйцо куриное	4	4													
сухари пшеничные	5	5													
масло растительное	5	5													
масло сливочное	5	5													
Овощи тушенные в соусе томатном (р.525-2004)			**150**	**2.4**	**3.5**	**12.7**	**92**	**9.78**	**0.12**	**0.03**	**0.26**	**43.89**	**96.05**	**22.12**	**0.93**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	122	92													
01.11.-31.12. -30%	132	92													
01.01-29.02 - 35%	142	92													
01.03 - 40%	154	92													
морковь - до 01.01 - 20%	53	42													
с 01.01 - 25%	56	42													
лук репчатый	20	17													
фасоль консервированная натуральная	28	17													
или горошек зеленый консервированный	26	17													
масло растительное	8	8													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и	1.7	1.7													

мука пшеничная	2.5	2.5													
Компот из сухофруктов + Витамин "С" (р.639-2004)			**200**	**0.7**	**0.0**	**23.9**	**98**	**0.23**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**23.00**	**16.71**	**2.37**	**0.45**
сухофрукты	20	20													
сахар	15	15													
Хлеб пшеничный			**50**	**4.0**	**0.8**	**19.0**	**99**	**0.00**	**0.05**	**0.00**	**0.08**	**7.48**	**31.85**	**6.85**	**0.78**
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**50**												
Хлеб ржаной			**40**	**2.6**	**0.5**	**13.4**	**68**	**0.00**	**0.07**	**0.00**	**0.64**	**14.00**	**62.00**	**16.40**	**0.52**
ИТОГО:				***54***	***63***	***152***	***1391***	***41***	***1***	***0***	***4***	***507***	***740***	***130***	***8***

18 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Витамины, мг				Минералы, мг			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А (мкг рет.экв.)	Е (мг ток.экв.)	Са	Р	Mg	Fe
Завтрак				***28.4***	***25.6***	***60.1***	***585***	***1.0***	***0.1***	***0.6***	***1.2***	***509.2***	***443.3***	***34.9***	***1.7***
Пудинг творожный запеченный с молоком сгущенным (р.135-2001, Пермь)			**150**	**18.9**	**15.2**	**29.2**	**329**	**0.29**	**0.04**	**0.04**	**0.77**	**226.08**	**206.50**	**13.69**	**0.57**
творог	101	100													
крупа манная	10	10													
сахар	5.5	5.5													
яйцо куриное	6	6													
изюм	14.5	14													
масло сливочное	5	5													
ванилин	0.01	0.01													
сухари пшеничные	5	5													
сметана	3	3													

масло растительное для смазки листа	0.4	0.4													
масса готового пудинга		130													
молоко сгущенное с сахаром	20	20													
Бутерброд с сыром и маслом (р.р.1, 3-2004)			**20/5/10**	**4.7**	**6.3**	**10.0**	**116**	**0.00**	**0.03**	**0.53**	**0.26**	**139.21**	**89.56**	**9.63**	**0.22**
хлеб пшеничный	20	20													
сыр	11	10													
масло сливочное	5	5													
Какао с молоком (р.642-1996)			**200**	**4.1**	**4.0**	**17.6**	**123**	**0.68**	**0.04**	**0.05**	**0.01**	**140.44**	**131.70**	**7.51**	**0.63**
какао - порошок	4	4													
молоко питьевое	100	100													
сахар	15	15													
Хлеб ржаной			**10**	**0.7**	**0.1**	**3.3**	**17**	**0.00**	**0.02**	**0.00**	**0.16**	**3.50**	**15.50**	**4.10**	**0.29**
Обед				***34.4***	***27.8***	***101.7***	***795***	***38.1***	***1.7***	***0.2***	***5.3***	***184.7***	***469.8***	***153***	***7.2***
Нарезка овощная (р.11-2004, Пермь)			**80**	**2.2**	**4.3**	**5.0**	**68**	**3.21**	**0.11**	**0.02**	**1.38**	**19.43**	**53.43**	**20.85**	**0.51**
морковь - до 01.01 - 20%	79	63													
с 01.01 - 25%	84	63													
масса отварной моркови		62													
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	25	16													
масло растительное на полив при подаче	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
или															
Нарезка из моркови отварной (таб.№10-2001,Пермь)			**80**	**1.3**	**0.0**	**6.7**	**32**	**0.95**	**0.03**	**0.00**	**0.33**	**19.43**	**39.58**	**27.35**	**0.50**
морковь - до 01.01 - 20%	103	82													

с 01.01 - 25%	109	82													
масса отварной моркови		81													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
или															
Нарезка из свежих помидоров и огурцов (р.20-2004)			**80/4**	**0.8**	**4.1**	**3.1**	**53**	**20.00**	**0.00**	**0.03**	**1.73**	**13.07**	**18.09**	**8.45**	**0.68**
помидоры свежие парниковые	41	40													
или помидоры свежие грунтовые	47	40													
огурцы свежие парниковые	41	40													
или огурцы свежие грунтовые	42	40													
масло растительное на полив при подаче	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
Щи из квашенной капусты с картофелем, с курицей со сметаной (р.129-2004)			**250/10/5**	**6.0**	**5.7**	**4.7**	**94**	**7.96**	**0.02**	**0.05**	**0.32**	**36.40**	**48.90**	**27.90**	**0.53**
курица потрошеная 1 категории (разделка на мякоть без кожи)	30	26													
или грудка куриная (разделка на мякоть без кожи)	20	19													
капуста белокочанная квашенная промышленного производства	71	50													
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													
морковь - до 01.01 - 20%	15	12													
с 01.01 - 25%	16	12													
лук репчатый	12	10													

томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и	2	2													
масло сливочное	4	4													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
или зелень сушеная	0.1	0.1													
или															
Щи из свежей капусты с картофелем с курицей со сметаной (р.124-2004)			**250/10/5**	**7.8**	**6.7**	**8.1**	**124**	**4.80**	**0.10**	**0.02**	**0.37**	**39.30**	**118.47**	**0.80**	**0.98**
курица потрошеная 1 категории (разделка на мякоть без кожи)	30	26													
или грудка куриная (разделка на мякоть без кожи)	20	19													
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													
капуста свежая белокочанная	63	50													
морковь - до 01.01 - 20%	16	13													
с 01.01 - 25%	17	13													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное	4	4													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
или зелень сушеная	0.1	0.1													

Гуляш (р.437-2004)			**100**	**17.0**	**17.6**	**3.5**	**241**	**0.19**	**0.04**	**0.05**	**1.91**	**11.66**	**149.27**	**31.26**	**2.39**
говядина 1 категории	86	63													
или говядина полуфабрикат	74	63													
или гуляш полуфабрикат	63	63													
масса готового мяса		40													
масса соуса		60													
масло растительное	5	5													
лук репчатый	14	12													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и	10	10													
вода питьевая	55	55													
мука пшеничная	3.6	3.6													
Макаронные изделия отварные (р.516-2004)			**150**	**4.8**	**3.7**	**36.7**	**199**	**0.00**	**0.05**	**0.10**	**0.81**	**18.26**	**48.58**	**6.85**	**0.71**
макаронные изделия	51	51													
масло сливочное	4	4													
Сок в ассортименте	**200**	**200**	**200**	**0.7**	**0.0**	**12.2**	**52**	**4.00**	**0.02**	**0.00**	**0.90**	**17.00**	**25.00**	**11.00**	**0.30**
Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность яблок, апельсин)			**250**	**0.1**	**0.0**	**16.0**	**64**	**25.00**	**1.50**	**0.00**	**0.70**	**69.00**	**102.00**	**35.00**	**1.90**
Хлеб пшеничный			**40**	**3.2**	**0.6**	**15.2**	**79**	**0.00**	**0.04**	**0.00**	**0.06**	**5.98**	**25.48**	**5.48**	**0.62**
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**40**												
Хлеб ржаной			**20**	**1.3**	**0.2**	**6.7**	**34**	**0.00**	**0.03**	**0.00**	**0.32**	**7.00**	**31.00**	**8.20**	**0.26**
ИТОГО:				***63***	***53***	***162***	***1379***	***39***	***2***	***1***	***7***	***694***	***913***	***188***	***9***

19 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Витамины, мг				Минералы, мг			

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А (мкг рет.экв.)	Е (мг ток.экв.)	Са	Р	Mg	Fe
Завтрак				***20.0***	***16.3***	***96.6***	***613***	***3.1***	***0.2***	***0.1***	***0.8***	***598.8***	***549.1***	***58.6***	***1.7***
Каша рисовая молочная жидкая с маслом (р.311-2004)			**200/5**	**7.0**	**7.2**	**34.0**	**229**	**1.00**	**0.10**	**0.10**	**0.00**	**272.22**	**286.30**	**20.49**	**0.50**
крупа рисовая	25	25													
молоко питьевое	190	190													
сахар	3	3													
соль йодированная	1	1													
масло сливочное	5	5													
Бутерброд с джемом или повидлом (р.2-2004)			**20/20**	**1.6**	**0.2**	**23.7**	**103**	**0.48**	**0.02**	**0.02**	**0.60**	**6.40**	**30.6**	**11.5**	**0.30**
хлеб пшеничный	20	20													
джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, красителей и	20.2	20													
Чай с молоком (р.267-2001,г.Пермь)			**200**	**4.2**	**3.5**	**19.5**	**126**	**0.80**	**0.00**	**0.02**	**0.00**	**158.70**	**84.00**	**12.30**	**0.20**
чай - заварка	0.5	0.5													
молоко питьевое	100	100													
сахар	15	15													
Йогурт в индивидуальной упаковке в ассортименте	125	125	**125**	**4.9**	**5.0**	**8.5**	**99**	**0.80**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**155.00**	**120.00**	**7.50**	**0.14**
Хлеб пшеничный			**20**	**1.6**	**0.3**	**7.6**	**40**	**0.00**	**0.02**	**0.00**	**0.03**	**2.99**	**12.74**	**2.74**	**0.31**
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**20**												
Хлеб ржаной			**10**	**0.7**	**0.1**	**3.3**	**17**	**0.00**	**0.02**	**0.00**	**0.16**	**3.50**	**15.50**	**4.10**	**0.29**
Обед				***32.2***	***25.5***	***115.2***	***819***	***23.7***	***0.6***	***0.1***	***4.7***	***208.7***	***509.9***	***111***	***6.3***
Овощи консервированные без уксуса (огурцы) (р.101-2004)	146	80	**80**	**0.6**	**0.1**	**1.3**	**8**	**4.00**	**0.02**	**0.00**	**0.00**	**18.40**	**19.20**	**11.20**	**0.48**
или															

Овощи свежие (огурцы) (р.70-2006, Москва)			**80**	**0.6**	**0.1**	**1.5**	**9**	**5.60**	**0.02**	**0.00**	**0.00**	**13.60**	**24.00**	**11.20**	**0.40**
огурцы свежие парниковые	82	80													
или огурцы свежие грунтовые	84	80													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
Рассольник ленинградский с мясом, со сметаной (р.132-2004)			**250/10/5**	**2.9**	**4.2**	**16.3**	**115**	**3.20**	**0.09**	**0.03**	**0.40**	**26.20**	**65.18**	**21.79**	**0.80**
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
или гуляш полуфабрикат	16	16													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	69	52													
01.11.-31.12. -30%	74	52													
01.01-29.02 - 35%	80	52													
01.03 - 40%	87	52													
крупа рисовая или перловая, или пшеничная	5	5													
морковь - до 01.01 - 20%	12.5	10													
с 01.01 - 25%	13.3	10													
лук репчатый	6	5													
огурцы соленые без уксуса	27	15													
масло сливочное	4	4													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
или зелень сушеная	0.1	0.1													
Шницель рыбный натуральный с маслом (р.391-2004)			**100/5**	**16.3**	**13.5**	**9.1**	**223**	**0.75**	**0.13**	**0.03**	**1.99**	**60.33**	**203.86**	**26.78**	**0.88**
горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	138	92													

или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	167	92													
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без	124	92													
или треска потрошенная обезглавленная (филе с кожей без костей)	121	92													
или хек потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	124	92													
лук репчатый	18	15													
вода питьевая или молоко питьевое	8	8													
яйцо куриное	4	4													
сухари пшеничные	12	12													
масло растительное	7	7													
масло сливочное	5	5													
Картофель отварной с маслом (р.203 - 2004)			**150**	**3.5**	**6.1**	**27.5**	**179**	**7.20**	**0.12**	**0.07**	**1.40**	**16.68**	**89.83**	**20.21**	**1.44**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	200	150													
01.11.-31.12. -30%	215	150													
01.01-29.02 - 35%	231	150													
01.03 - 40%	251	150													
масло сливочное	5	5													
Компот из кураги + Витамин "С" (р.638-2004)			**200**	**0.8**	**0.1**	**21.5**	**90**	**8.52**	**0.07**	**0.00**	**0.05**	**60.65**	**16.13**	**2.25**	**1.09**
курага	15	15													
сахар	10	10													
Хлеб пшеничный			**60**	**4.8**	**0.9**	**22.8**	**119**	**0.00**	**0.06**	**0.00**	**0.09**	**8.97**	**38.22**	**8.22**	**0.93**
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**60**												
Хлеб ржаной			**50**	**3.3**	**0.6**	**16.7**	**85**	**0.00**	**0.08**	**0.00**	**0.80**	**17.50**	**77.50**	**20.50**	**0.65**
ИТОГО:				***52***	***42***	***212***	***1432***	***27***	***1***	***0***	***6***	***808***	***1059***	***170***	***8***

20 день																
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Витамины, мг				Минералы, мг			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А (мкг рет.экв.)	Е (мг ток.экв.)	Са	Р	Mg	Fe
Завтрак				***19.0***	***22.0***	***84.1***	***611***	***1.7***	***0.3***	***0.1***	***3.0***	***469.6***	***444.0***	***54.6***	***4.0***
Суп молочный с крупой (р.161-2004)			**200**	**5.3**	**6.2**	**24.6**	**175**	**1.10**	**0.09**	**0.05**	**0.34**	**254.00**	**230.00**	**11.21**	**0.57**
хлопья овсяные "Геркулес" или манная или др.	12	12													
или ячневая или гречневая или пшено	16	16													
молоко питьевое	100	100													
вода питьевая	110	110													
сахар	2.5	2.5													
соль йодированная	0.8	0.8													
масло сливочное	2.5	2.5													
Яйцо отварное			**40**	**5.1**	**4.6**	**0.3**	**63**	**0.00**	**0.03**	**0.02**	**0.19**	**22.00**	**66.80**	**4.20**	**1.00**
Бутерброд горячий с сыром (р.10-2004)			**50**	**5.9**	**9.6**	**14.8**	**169**	**0.22**	**0.05**	**0.03**	**0.94**	**154.06**	**49.71**	**29.87**	**0.76**
хлеб пшеничный	30	30													
масло сливочное	5	5													
сыр	16	15													
Чай с сахаром (р.685-2004)			**200**	**0.1**	**0.0**	**15.1**	**61**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**
чай - заварка	0.5	0.5													
сахар	15	15													
Мучное изделие промышленного производства (булочка)			**50**	**1.9**	**1.5**	**26.0**	**125**	**0.40**	**0.11**	**0.00**	**1.40**	**36.00**	**82.00**	**5.25**	**1.40**
или Мучное изделие промышленного производства обогащенное витаминами и минералами			**50**												

Хлеб ржаной			**10**	**0.7**	**0.1**	**3.3**	**17**	**0.00**	**0.02**	**0.00**	**0.16**	**3.50**	**15.50**	**4.10**	**0.29**
Обед				***32.0***	***28.9***	***111.5***	***834***	***68.8***	***2.2***	***0.1***	***5.4***	***169.5***	***393.6***	***86.6***	***6.5***
Икра кабачковая промышленного производства (р. 101-2004)	84	80	**80**	**1.8**	**2.5**	**13.0**	**82**	**26.00**	**0.02**	**0.00**	**1.84**	**71.00**	**29.60**	**12.00**	**0.56**
или															
Нарезка из свежих помидоров с маслом (р.15/1-2011, Екатеринбург)			**80/4**	**0.8**	**4.0**	**3.1**	**52**	**20.00**	**0.00**	**0.02**	**1.49**	**11.20**	**15.51**	**7.25**	**0.67**
помидоры свежие парниковые	82	80													
или помидоры свежие грунтовые	94	80													
масло растительное на полив при подаче	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													
Суп "Деревенский" с крупой с курицей (ТТК)			**250/10**	**6.5**	**6.3**	**22.6**	**173**	**6.12**	**0.09**	**0.02**	**0.29**	**13.96**	**51.23**	**10.29**	**0.88**
курица потрошеная 1 категории (разделка на мякоть без кожи)	30	26													
или грудка куриная (разделка на мякоть без кожи)	20	19													
крупа перловая или пшеничная, или кукурузная	10	10													
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													
морковь - до 01.01 - 20%	12.5	10													
с 01.01 - 25%	13	10													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное	4	4													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2.7	2													

или зелень сушеная	0.1	0.1													
Курица запеченная (р.494-2004)			**80**	**15.0**	**12.2**	**0.6**	**172**	**0.59**	**0.03**	**0.04**	**2.28**	**14.85**	**110.92**	**11.96**	**1.21**
курица потрошеная 1 категории	136	120													
или грудка куриная	126	120													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и	4	4													
масло растительное	3	3													
Сложный гарнир (картофельное пюре, капуста тушеная)			**100/50**												
Картофельное пюре (р.520-2004)			**100**	**2.2**	**3.3**	**15.0**	**99**	**7.71**	**0.70**	**0.04**	**0.11**	**23.93**	**47.00**	**8.33**	**0.67**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	114	86													
01.11.-31.12. -30%	123	86													
01.01-29.02 - 35%	132	86													
01.03 - 40%	144	86													
молоко питьевое	16	16													
масло сливочное	3.5	3.5													
Капуста тушеная (р.534-2004)			**50**	**1.2**	**2.1**	**3.9**	**39**	**14.33**	**0.02**	**0.00**	**0.12**	**28.53**	**1.17**	**1.06**	**0.42**
капуста свежая белокочанная	73	58													
морковь - до 01.01 - 20%	3.8	3													
с 01.01 - 25%	4	3													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и	1	1													
лук репчатый	2.4	2													
мука пшеничная	1	1													

масло растительное	2	2													
сахар	0.3	0.3													
Компот из изюма + Витамин "С" (р.638-2004)			**200**	**0.2**	**0.0**	**24.5**	**99**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**	**3.89**	**7.83**	**0.52**	**0.00**
изюм	15	15													
сахар	10	10													
Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность яблок, апельсин)			**200**	**0.1**	**0.0**	**12.8**	**52**	**20.00**	**1.20**	**0.00**	**0.56**	**55.20**	**81.60**	**28.00**	**1.52**
Хлеб пшеничный			**50**	**4.0**	**0.7**	**19.0**	**98**	**0.00**	**0.07**	**0.00**	**0.07**	**7.47**	**31.87**	**6.87**	**0.77**
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**50**												
Хлеб ржаной			**30**	**2.0**	**0.4**	**10.0**	**51**	**0.00**	**0.05**	**0.00**	**0.48**	**10.50**	**46.50**	**12.30**	**0.39**
ИТОГО:				***51***	***51***	***196***	***1445***	***70***	***2***	***0***	***8***	***639***	***838***	***141***	***11***
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД				***1069***	***984***	***3802***	***28319***	***757***	***24***	***8***	***123***	***13332***	***19668***	***3203***	***173***
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД, г				***53***	***49***	***201***	***1416***	***38***	***1.2***	***0.4***	***6***	***667***	***983***	***160***	***8.6***
Потребность в пищевых веществах для детей с 7 до 10 лет по нормативу (100 % от суточных				***77***	***79***	***335***	***2350***	***60***	***1.2***	***0.7***	***10***	***1100***	***1650***	***250***	***12***
Потребность в пищевых веществах для детей с 7 до 10 лет по нормативу (60 % от суточных норм)*				***46***	***47***	***201***	***1410***	***36***	***0.7***	***0.4***	***6***	***660***	***990***	***150***	***7.2***

*Таблица 1, "Потребность в пищевых веществах и энергии обучающихся общеобразовательных учреждений в возрасте с 7 до 11 и с 11 лет и старше", СанПиН 2.4.5.2409-08 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования" .

ТТК- Технико-технологическая карта

3

5

яблоки в салате

не собр в супе мол

собрано по нетто

не собр в капусте туш

НАКОПИТЕЛЬНАЯ ВЕДОМОСТЬ к меню № 1391 от 19.12.2016г. для питания школьников с 7 до 10 лет

№	Продукты	Норма питания в г*, мл, нетто на 1 ребенка	Норма, г, мл, в день (75%)	Фактически получено г, мл, **																				за 20 дней, г, мг	Факт в день г, мл,	% выполнения
				Дни																						
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20			
1	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	**80**	**48**	50	30	50	70	50	50	50	60	50	40	50	40	50	90	40	50	50	30	60	40	1000	**50**	**104**
2	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой ***	**150**	**90**	110	92	80	90	84	80	130	101	80	74	90	102	95	90	83	90	110	65	112	80	1838	**92**	**102**
3	Мука пшеничная хлебопекарная****	**15**	**9**	0	13	0	0	0	12	0	3	5	0	4	3	60	11	0	8	3	4	0	50	174	**9**	**97**
4	Крупы, бобовые	**45**	**32**	68	20	0	65	30	10	26	20	58	10	30	93	51	0	25	45	0	10	30	22	611	**31**	**97**
5	Макаронные изделия	**15**	**11**	0	0	51	0	0	0	51	0	0	51	0	0	0	0	0	20	0	51	0	0	224	**11**	**100**
6	Картофель	**188**	**113**	65	165	57	50	170	50	50	188	56	113	188	48	150	83	198	76	157	25	202	50	2141	**107**	**95**
7	Овощи свежие, зелень	**280**	**168**	149	134	186	157	177	293	142	112	143	107	119	86	111	283	103	151	252	179	127	170	3181	**159**	**95**
8	Фрукты (плоды) свежие	**185**	**111**	0	200	0	200	0	200	5	0	200	205	200	200	5	0	250	5	0	250	0	200	2120	**106**	**95**
9	Фрукты(плоды) сухие, в т.ч. шиповник	**15**	**9**	0	20	0	0	20	0	0	20	15	0	0	20	15	15	0	0	20	14	15	15	189	**9**	**105**
10	Соки плодоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. Инстантные	**200**	**100**	200	0	200	200	0	200	200	0	0	200	200	0	0	0	200	200	0	200	0	0	2000	**100**	**100**
11	Сахар	**40**	**25**	18	35	15	18	34	32	18	33	30	20	19	33	28	35	19	18	30	21	28	28	509	**25**	**104**
12	Кондитерские изделия	**10**	**6**	0	0	20	0	0	20	0	0	0	20	20	0	0	0	20	0	0	0	20	0	120	**6**	**100**
13	Какао	**1.2**	**0.6**	4.0	0.0	0.0	0.0	0.0	4.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0	0	0	0	4	0	0	12	**1**	**100**
14	Чай	**0.4**	**0.3**	0.0	0.0	0.5	0.5	0.0	0.0	0.5	0.0	0.5	0.5	0.0	0.5	1	0.0	1	1	0	0	1	1	6	**0.3**	**98**
15	Мясо (говядина 1 категории)	**70**	**42**	59	63	0	0	47	79	59	16	65	0	63	66	16	16	40	51	91	63	16	0	810	**41**	**96**
16	Птица (куры 1 категории потрошенные)	**35**	**25**	26	26	26	73	26	0	26	0	0	86	0	26	0	0	0	26	0	26	0	146	513	**26**	**105**
17	Колбасные изделия	**14.7**	**8.8**	0	0	80	25	0	0	0	0	0	0	0	0	0	80	0	0	0	0	0	0	185	**9**	**105**
18	Рыба -филе	**58**	**29**	0	0	0	85	37	0	0	64	0	0	93	0	79	0	119	0	0	0	92	0	569	**28**	**98**
19	Молоко (массовая доля жира 2,5%, 3,2%)	**300**	**180**	280	70	140	100	233	100	175	280	287	33	242	316	147	87	306	140	101	120	298	100	3555	**178**	**99**
20	Кисломолочные продукты (массовая доля жира 2,5%, 3,2%)	**150**	**38**	0	125	0	0	125	0	0	125	0	0	125	0	0	0	125	0	0	0	125	0	750	**38**	**100**
21	Творог (массовая доля жира не более 9%)	**50**	**30**	0	142	0	0	0	100	0	0	0	142	0	0	0	85	0	0	0	100	0	0	569	**28**	**95**
22	Сметана с м. д. ж. не более 15%	**10**	**6**	5	5	5	0	5	5	5	15	10	5	0	15	0	16	0	5	5	8	5	0	114	**6**	**95**
23	Сыр	**9.8**	**6**	0	15	0	0	0	0	15	10	0	15	0	15	0	15	0	15	0	10	0	15	125	**6**	**104**
24	Масло сливочное	**30**	**18**	29	8	21	3	29	16	18	23	24	12	19	22	29	13	19	19	27	18	19	12	378	**19**	**105**
25	Масло растительное	**15**	**9**	9	8	4	12	5	12	9	5	10	5	5	9	8	12	11	15	13	9	7	5	173	**9**	**96**
26	Яйцо диетическое	**40**	**24**	4	5	110	4	7	20	4	49	20	8	0	6	6	8	3	40	114	6	4	40	457	**23**	**95**
27	Соль пищевая поваренная	**5**	**3**	3.0	3.0	3.0	3.0	3.0	3.0	3.0	3.0	3.0	3.0	3.0	3.0	3.0	3.0	3.0	3.0	3.0	3.0	3.0	3.0	60	**3.0**	**100**
28	Дрожжи хлебопекарные	**1**	**0.6**	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	**0.0**	**0**

* Нормы питания 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 общеобразовательных учреждений"

** Количество потребленных продуктов округлено до целого числа

***Мучное изделие промышленного производства в 1,7,9 дни посчитаны к норме хлеба пшеничного.

****Мучное изделие промышленного производства посчитано к норме муки пшеничной в 13,20 дни

Распределение энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи для детей школьного возраста с 7 до 10 лет

Суточная потребность СаНПиН 2.4.5.2409-08	Завтрак, ккал	% выполнения	Обед, ккал	% выполнения	Итого, ккал	% выполнения
	25% от суточного рациона		35% от суточного рациона		60% от суточного рациона	
	588		**823**		**1410**	
1 день	605	26	830	35	1435	61
2 день	617	26	813	35	1430	61
3 день	614	26	819	35	1432	61
4 день	557	24	845	36	1402	60
5 день	592	25	850	36	1442	61
6 день	567	24	830	35	1397	59
7 день	577	25	780	33	1357	58
8 день	614	26	795	34	1409	60
9 день	614	26	837	36	1451	62
10 день	611	26	861	37	1471	63
11 день	590	25	847	36	1437	61
12 день	598	25	866	37	1464	62
13 день	613	26	796	34	1409	60
14 день	558	24	778	33	1336	57
15 день	607	26	804	34	1411	60
16 день	572	24	815	35	1387	59
17 день	599	26	792	34	1391	59
18 день	585	25	795	34	1379	59
19 день	613	26	819	35	1432	61
20 день	611	26	834	36	1445	61
ИТОГО в среднем за день	**596**	**25**	**820**	**35**	**1416**	**60**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
ЗАВТРАК																			
Каша пшеничная жидкая с маслом (р.311-2004)	Запеканка из творога с молоком сгущенным (р.366-2004)	Омлет натуральный с маслом, с подгарнировкой (р.340-2004)	Суп молочный с крупой (р.161-2004)	Каша пшенная жидкая с маслом (р.311-2004)	Ватрушка царская (творожное блюдо) ТТК	Каша "Дружба" с маслом (р.93-2001, Пермь)	Каша "Геркулесовая" жидкая с маслом (р.311-2004)	Каша манная молочная жидкая с маслом (р.311-2004)	Запеканка из творога с молоком сгущенным (р.366-2004)	Каша сборная с маслом (ТТК)	Каша пшенная жидкая с маслом (р.311-2004)	Каша гречневая жидкая молочная с маслом (ТТК)	Суфле творожное с джемом или повидлом или сгущенным	Каша ячневая жидкая с маслом (р.311-2004)	Суп молочный с макаронными изделиями (р.160-2004)	Омлет натуральный с маслом, с подгарнировкой (р.340-2004)	Пудинг творожный запеченный с молоком сгущенным	Каша рисовая молочная жидкая с маслом (р.311-2004)	Суп молочный с крупой (р.161-2004)
Бутерброд с маслом (р.1-2004)	Бутерброд с сыром (р.3-2004)	Бутерброд с джемом или повидлом (р.2-2004)	Бутерброд с колбасой вареной (р.8-2006, Москва)	Бутерброд с маслом (р.1-2004)	Бутерброд с джемом или повидлом (р.2-2004)	Бутерброд с сыром (р.3-2004)	Бутерброд с сыром и маслом (р.р.1, 3-2004)	Бутерброд с маслом (р.1-2004)	Бутерброд с сыром (р.3-2004)	Бутерброд с маслом, джемом или повидлом (р.1,2-2004)	Бутерброд горячий с сыром (р.10-2004)	Бутерброд с маслом (р.1-2004)	Бутерброд с сыром (р.3-2004)	Бутерброд с джемом или повидлом (р.2-2004)	Бутерброд горячий с сыром (р.10-2004)	Бутерброд с маслом (р.1-2004)	Бутерброд с сыром и маслом (р.р.1, 3-2004)	Бутерброд с джемом или повидлом (р.2-2004)	Бутерброд горячий с сыром (р.10-2004)
Какао с молоком (р.642-1996)	Кофейный напиток (р.253-2004, Пермь)	Чай с молоком (р.267-2001,г.Пермь)	Чай с сахаром (р.685-2004)	Кофейный напиток (р.253-2004, Пермь)	Какао с молоком (р.642-1996)	Чай с лимоном (р.686-2004)	Кофейный напиток (р.253-2004, Пермь)	Чай с молоком (р.267-2001,г.Пермь)	Чай с лимоном (р.686-2004)	Кофейный напиток (р.253-2004, Пермь)	Чай с молоком (р.267-2001,г.Пермь)	Чай с лимоном (р.686-2004)	Кофейный напиток (р.253-2004, Пермь)	Чай с молоком (р.267-2001,г.Пермь)	Чай с лимоном (р.686-2004)	Кофейный напиток (р.253-2004, Пермь)	Какао с молоком (р.642-1996)	Чай с молоком (р.267-2001,г.Пермь)	Чай с сахаром (р.685-2004)
ВТОРОЙ ЗАВТРАК																			
ОБЕД																			
Салат из свеклы с маслом растительным (р.56 - 2006, Москва)	Овощи консервированные без уксуса (помидоры) (р.101-2004)	Салат "Степной" из разных овощей (р.25-2004)	Овощи консервированные без уксуса (огурцы) (р.101-2004)	Салат овощной с маслом растительным (ТТК)	Салат из отварной моркови с кукурузой (ТТК)	Нарезка из свежих помидоров с маслом (р.15/1-2011, Екатеринбург)	Овощи консервированные без уксуса (огурцы) (р.101-2004)	Салат из квашеной капусты с луком (р. 45-2004)	Икра кабачковая промышленного производства (р. 101-2004)	Нарезка из отварной моркови и свеклы (таб.№10-2001,Пермь)	Нарезка из отварных свеклы и картофеля с маслом растительным (ТТК)	Овощи консервированные без уксуса (огурцы) (р.101-2004)	Салат из моркови с огурцами (ТТК)	Салат из свеклы с морской капустой (р.623-2002)	Винегрет овощной (р.71-2004)	Икра кабачковая промышленного производства (р. 101-2004)	Нарезка овощная (р.11-2004, Пермь)	Овощи консервированные без уксуса (огурцы) (р.101-2004)	Икра кабачковая промышленного производства (р. 101-2004)
Рассольник "Домашний" с курицей со сметаной (р.131-2004)	Суп гороховый с курицей с гренками (р.139-2004)	Щи из свежей капусты с картофелем с курицей со сметаной (р.124-	Суп картофельный с рыбными фрикадельками (р.142-2004)	Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной	Суп "Питательный" со сметаной, с мясом (ТТК)	Суп из овощей с курицей со сметаной (р.135-2004)	"Бабушкин" суп с мясом со сметаной (ТТК)	Суп "Волна" на мясном бульоне (ТТК)	Суп картофельный с курицей (р.133-2004)	Уха рыбацкая (р.30/2-2011г., Екатеринбург)	Суп - пюре из гороха с гренками с курицей (р.170-2004)	Суп-харчо с мясом (р.150-2004)	Свекольник с мясом, со сметаной (р.34-2004, Пермь)	Суп с мясными фрикадельками (р.137-2004)	Суп из овощей с курицей со сметаной (р.135-2004)	Суп по "Домашнему" с мясом и сметаной (ТТК)	Щи из квашенной капусты с картофелем, с курицей со	Рассольник ленинградский с мясом, со сметаной (р.132-2004)	Суп "Деревенский" с крупой с курицей (ТТК)
Котлеты из говядины с маслом (р.451-2004)	Жаркое по - домашнему (р.436-2004)	Колбасные изделия отварные с маслом (р.413-2004)	Плов из птицы (р.492-2004)	Котлета по-Волжски (ТТК)	Говядина, тушенная с капустой (р.440-2004)	Биточки из говядины с маслом (р.451-2004)	Фрикадельки рыбные, запеченные с соусом сметанным с	Бефстроганов из отварной говядины (р.423-2004)	Биточки рубленые из птицы запеченные (р.498-2004)	Мясо тушеное (р.433 - 2004)	Котлеты мясо-картофельные по-хлыновски с соусом сметанным с	Котлета рыбная с маслом (р.388-2004)	Колбасные изделия отварные с маслом (р.413-2004)	Рыба запечённая с маслом (р. 377-2004)	Ежики из говядины с рисом с соусом томатным (р.182-2001, Пермь)	Шницель из говядины с маслом (р.451-2004)	Гуляш (р.437-2004)	Шницель рыбный натуральный с маслом (р.391-2004)	Курица запеченная (р.494-2004)
Гречка вязкая отварная (р.510-2004)		Макаронные изделия отварные (р.516-2004)		Картофельное пюре (р.520-2004)		Макаронные изделия отварные (р.516-2004)	Картофельное пюре (р.520-2004)	Гречка вязкая отварная (р.510-2004)	Макаронные изделия отварные (р.516-2004)	Картофельное пюре (р.520-2004)	Гречка вязкая отварная (р.510-2004)	Картофель отварной с маслом (р.203 - 2004)	Рагу овощное (р.77-2004, Пермь)	Картофельное пюре (р.520-2004)	Гречка вязкая отварная (р.510-2004)	Овощи тушенные в соусе томатном (р.525-2004)	Макаронные изделия отварные (р.516-2004)	Картофель отварной с маслом (р.203 - 2004)	Сложный гарнир (картофельное пюре, капуста тушеная)
Сок в ассортименте	Компот из сухофруктов + Витамин "С" (р.639-2004)	Сок в ассортименте	Сок в ассортименте	Компот из сухофруктов + Витамин "С" (р.639-2004)	Сок в ассортименте	Сок в ассортименте	Компот из сухофруктов + Витамин "С" (р.639-2004)	Компот из кураги + Витамин "С" (р.638-2004)	Сок в ассортименте	Сок в ассортименте	Компот из сухофруктов + Витамин "С" (р.639-2004)	Компот из кураги + Витамин "С" (р.638-2004)	Отвар шиповника (р.705-2004)	Сок в ассортименте	Сок в ассортименте	Компот из сухофруктов + Витамин "С" (р.639-2004)	Сок в ассортименте	Компот из кураги + Витамин "С" (р.638-2004)	Компот из изюма + Витамин "С" (р.638-2004)
ПОЛДНИК																			

выделены блюда, которые предлагаются на выбор