

[illegible]

мука пшеничная	3,6	3,6													
Макаронные изделия отварные (р.516-2004)			150	2,9	2,5	33,8	169	0,00	0,05	0,10	0,81	18,26	48,58	6,85	0,71
макаронные изделия	51	51													
масло сливочное	3,5	3,5													
Напиток из шиповника №519-2013, Пермь			200	0,5	0,2	20,8	87	53,30	0,01	0,00	0,00	10,00	1,80	1,90	1,10
шиповник	20	20													
сахар	10	10													
Хлеб пшеничный			40	3,0	0,3	19,7	94	0,00	0,04	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44
или Хлеб пшеничный витаминизированный			40												
Хлеб ржаной			20	1,3	0,2	6,7	35	0,00	0,04	0,00	0,28	7,00	31,60	9,40	0,78

2 день

[illegible]

[illegible]

01.11.-31.12. -30%	29	20													
01.01-29.02 - 35%	31	20													
01.03 - 40%	33	20													
масса отварного картофеля		18													
морковь - до 01.01 - 20%	18	14													
с 01.01 - 25%	19	14													
масса отварной моркови		12													
свекла - до 01.01 - 20%	29	23													
с 01.01 - 25%	31	23													
масса отварной свеклы		20													
огурцы соленые	29	16													
лук репчатый	14	12													
масло растительное	3	3													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,0	1,5													
Кура запеченная (№494-2004)			80	13,2	13,1	1,0	175	0,15	0,02	0,02	1,20	18,44	80,20	10,00	1,04
кура потрошённая 1 категории	120	107													
или окорочок куриные	120	107													
сметана	10	10													
чеснок свежий	1,1	1													
масло растительное	4	4													
Гречка вязкая отварная (р.510-2004)			150	2,6	4,5	24,5	149	0,00	0,14	0,20	0,50	9,93	140,56	21,37	1,41

крупa гречневая	37,5	37,5													
вода питьевая	120	120													
масло сливочное	5	5													
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
Фрукты в ассортименте			170	0,1	0,0	11,0	44	19,32	1,16	0,00	0,00	53,32	78,82	27,05	1,47
Хлеб пшеничный			40	3,0	0,3	19,7	94	0,00	0,04	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44
или Хлеб пшеничный витаминизированный			40												
Хлеб ржаной			20	1,3	0,2	6,7	35	0,00	0,04	0,00	0,28	7,00	31,60	9,40	0,78

4 день

[illegible]

морковь до 01.01.-20%	19	15													
с 01.01 - 25%	20	15													
лук репчатый	8	7													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	2	2													
масло растительное	1,5	1,5													
сахар	0,3	0,3													
Картофельное пюре (р.520-2004)			180	3,9	5,9	26,7	176	13,87	0,12	0,07	0,20	43,08	84,60	15,00	1,20
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	205	154													
01.11.-31.12. -30%	220	154													
01.01-29.02 - 35%	237	154													
01.03 - 40%	257	154													
молоко питьевое	29	29													
масло сливочное	7	7													
Компот из свежих яблок + Витамин "С" (р.631-2004)			200	0,2	0,2	17,2	71,4	4,30	0,02	0,00	0,20	22,00	16,00	14,00	1,10
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	45,6	40													
сахар	15	15													
Хлеб пшеничный			30	2,3	0,2	14,8	71	0,00	0,03	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
или Хлеб пшеничный витаминизированный			30												
Хлеб ржаной			20	1,3	0,2	6,7	35	0,00	0,04	0,00	0,28	7,00	31,60	9,40	0,78

5 день

[illegible]

Йогурт питьевой в ассортименте (№516-2013, Пермь)	150	150	150	3,9	1,8	11,0	76	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			20	1,3	0,2	6,7	35	0,00	0,04	0,00	0,28	7,00	31,60	9,40	0,78

6 день

[illegible]

морковь - до 01.01 - 20%	50	40													
с 01.01 - 25%	53	40													
лук репчатый	24	20													
масло растительное	8	8													
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
Фрукты в ассортименте			220	0,1	0,0	21,0	84	25,00	1,50	0,00	0,00	69,00	102,00	35,00	1,90
Хлеб пшеничный			40	3,0	0,3	19,7	94	0,00	0,04	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44
или Хлеб пшеничный витаминизированный			40												
Хлеб ржаной			20	1,3	0,2	6,7	35	0,00	0,04	0,00	0,28	7,00	31,60	9,40	0,78

7 день

[illegible]

масса отварной моркови		30													
лук репчатый	12	10													
или лук зеленый	12,5	10													
огурцы соленые	27	15													
масло растительное	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
Колбасные изделия отварные с маслом (р.413-2004)			80/5	7,9	8,3	0,3	108	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	2,9	2,5	33,8	169	0,00	0,05	0,10	0,81	18,26	48,58	6,85	0,71
макаронные изделия	51	51													
масло сливочное	3,5	3,5													
Компот из кураги + Витамин "С" (р.638-2004)			200	0,8	0,1	20,1	85	0,23	0,00	0,00	0,00	23,00	16,71	2,37	0,45
курага	15	15													
сахар	10	10													
Хлеб пшеничный			40	3,0	0,3	19,7	94	0,00	0,04	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44
или Хлеб пшеничный витаминизированный			40												
Хлеб ржаной			20	1,3	0,2	6,7	35	0,00	0,04	0,00	0,28	7,00	31,60	9,40	0,78

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				27,1	21,8	77,0	614	1,4	0,1	67,5	1,1	541,6	510,2	56,8	2,1
Бутерброд с маслом и с сыром (№1,3-2004)			20/5/10	5,2	7,9	9,8	131	0,00	0,03	0,58	0,27	148,50	100,56	10,00	0,22
хлеб пшеничный	20	20													
масло сливочное	5	5													
сыр	11	10													
Ватрушка "Царская"с молоком сгущенным (творожное блюдо) (ТТК)			200	14,5	10,0	32,5	278	0,2	0,1	66,9	0,6	150,4	201,2	26,1	0,8
творог	131	130													
крупа манная	6	6													
яйцо куриное	18	18													
сахар	12	12													
крошка		30													
сахар	6	6													
мука пшеничная	12,4	12,4													
масло сливочное	13	13													
масло сливочное для смазки листа	3	3													
Масса готовой ватрушки		180													
молоко сгущенное с сахаром	20	20													
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 питьевой в ассортименте (№516-2013, Пермь)	150	150	150	3,9	1,8	11,0	76	0,80	0,00	0,00	0,00	155,00	120,00	7,50	0,14
Хлеб ржаной			20	1,3	0,2	6,7	35	0,00	0,04	0,00	0,28	7,00	31,60	9,40	0,78

9 день

[illegible]

масло растительное	3	3													
масса тушеного мяса		50													
крупа рисовая	54	54													
морковь - до 01.01 - 20%	19	15													
с 01.01 - 25%	20	15													
лук репчатый	12	10													
масло растительное	8	8													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	12	12													
или томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5	5													
Компот из сухофруктов + Витамин "С" (р.639-2004)			200	0,5	0,0	25,0	102	0,13	0,00	0,00	0,00	20,00	15,10	2,12	0,32
сухофрукты	15	15													
сахар	15	15													
Хлеб пшеничный			30	2,3	0,2	14,8	71	0,00	0,03	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
или Хлеб пшеничный витаминизированный			30												
Хлеб ржаной			20	1,3	0,2	6,7	35	0,00	0,04	0,00	0,28	7,00	31,60	9,40	0,78
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

[illegible]

молоко питьевое	29	29													
масло сливочное	7	7													
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													
Кондитерское изделие промышленного производства обогащенное витаминами и минералами (посчитана средняя пищевая ценность - печенье затяжное или сахарное или др.)			25	1,0	1,5	13,8	73	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Хлеб пшеничный			20	1,5	0,2	9,8	47	0,00	0,02	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
или Хлеб пшеничный витаминизированный			20												
Хлеб ржаной			20	1,3	0,2	6,7	35	0,00	0,04	0,00	0,28	7,00	31,60	9,40	0,78
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД				218	202	815	5954	221	5	69	31	2694	4285	752	44
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД, г				22	20	82	595	22	1	7	3	269	429	75	4
<i>Потребность в пищевых веществах для детей с 7 до 10 лет по нормативу (100 % от суточных норм)*</i>				77	79	335	2350	60	1,2	0,7	10	1100	1650	250	12
<i>Потребность в пищевых веществах для детей с 7 до 10 лет по нормативу (25 % от суточных норм)*</i>				19	20	84	588	15	0,3	0,2	2,5	275	413	63	3
<i>Допустимые отклонения, -5%</i>				18	19	80	558								
<i>Допустимые отклонения, +5%</i>				20	21	88	617								

*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

пшен	100	7,6	0,8	49,2	235	0,00	0,11	0,00	1,10	20,00	65,00	14,00	1,10
ржан	100	6,6	1,2	33,4	174	0,00	0,18	0,00	1,40	35,00	158,00	47,00	3,90

2,0 0,4 10,0 52,2 0,0 0,1 0,0 0,4 10,5 47,4 14,1 1,2











#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

3

0





#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

3

0

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

3

0





#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!

#ССЫЛКА!













яблоки в салате



















