

И.Е. ОСИНЕВСКАЯ



 202__ года

Первый день первая неделя

Примен пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины								Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Объем рецептур
		Белки, г	Жиры, г		Углевода, г	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мкг	F, мг				
Завтрак																						
УЛИШ	100	13,65	4,82	2,93	1,48	0,05	0,10	0,06	0,00	19,30	110,64	14,74	1,18	180,08	4,70	0,01	0,08	260	2017			
СТАВЕТТИ	180	6,55	5,81	41,84	250,78	0,00	0,00	0,01	0,03	0,09	15,03	2,99	1,58	0,09	1,55	0,00	0,00	202	2017			
КОФЕЛЬНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СЛУСЕННЫМ	200	2,04	2,47	16,30	96,03	0,12	0,02	0,06	0,02	0,02	90,99	55,13	10,98	0,05	110,10	2,10	0,00	0,01	ТТК-98	2024		
ВКУША ДОМАШНЯЯ С САХАРОМ	502	4,38	4,63	23,53	177,16	0,00	0,00	0,04	0,01	0,08	10,32	38,10	5,35	0,45	56,47	1,26	0,01	0,01	424	2017		
БАТОН НАРЗЕНОИ ИДИЛОВАНДЫИ	20	1,50	0,58	10,28	53,00	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,40	17,00	5,60	0,40	28,20	0,72	0,00	0,00	ГОСТ			
Итого за прием пищи:	552	28,12	18,41	100,58	697,16	1,60	0,16	0,25	0,12	0,19	140,04	227,88	40,25	2,17	374,40	8,78	0,02	0,10				
Обед																						
СОЛНЬКА ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	250/515	3,24	5,00	16,00	119,81	7,97	0,12	0,07	0,02	0,00	35,86	70,02	26,26	1,21	229,19	5,72	0,00	0,04	158	2004		
КОТЛЕТА МОСКОВСКАЯ	100	11,53	22,96	12,69	302,53	0,05	0,25	0,06	0,00	0,00	16,88	117,46	23,41	1,94	223,14	5,03	0,00	0,04	270	2017		
КАШКА ГРЕЧЕВАЯ РАСОЛЧУКАТАЯ	180	10,18	7,70	42,02	255,68	0,00	0,27	0,15	0,03	0,09	25,57	224,79	150,86	5,29	316,89	2,74	0,00	0,02	171	2017		
НЕКТАР ФРУКТОВЫИ	200	0,00	0,00	11,25	44,62	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	389	2017			
ХЛЕБ РАКОНАИ	60	3,97	0,53	25,43	122,38	0,00	0,11	0,05	0,00	0,00	10,60	52,20	11,40	2,40	81,60	3,36	0,00	0,00	ГОСТ			
Итого за прием пищи:	800	28,92	36,21	110,35	883,02	8,02	0,75	0,35	0,06	0,09	89,23	464,47	211,96	10,54	1177,71	16,85	0,00	0,10				
Всего за день:		57,04	54,62	211,27	1570,18	9,52	0,91	0,60	0,17	0,28	229,27	692,33	262,20	12,71	1552,11	26,53	0,02	0,20				

Второй день первая неделя

Второй день передовых работ										Минеральные вещества										№		Сборник											
Пищевые вещества										Битаминны										Минеральные вещества										рецензир		туры	
Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Битаминны										Минеральные вещества										рецензир		туры							
	Белки, г	Жиры, г		Углевода, г	С, мг	В1, мг	В2, мг	A, мкг	D, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг	рецензир	туры														
Завтрак																				173	2017												
КАША БЛЫНЧАЯ ИЗ ПШЕНИНОЙ КРУПЫ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	250/5	10,52	9,53	55,69	351,45	0,55	0,23	0,17	0,04	0,08	151,66	222,91	61,65	1,85	315,73	14,06	0,00	0,02	173	2017													
Чай с сахаром и лимонном	200/157	0,25	0,01	14,79	61,83	1,16	0,00	0,01	0,00	0,00	14,70	6,91	6,39	0,80	37,21	0,00	0,00	377	2017														
БАТОН НАРЕЗНОЙ МОДОРОВАНЫИ	20	1,50	0,56	19,26	53,06	0,03	0,03	0,01	0,00	0,00	4,40	17,00	6,60	0,40	26,20	0,12	0,00	0,00	ГОСТ	2017													
МАЛОДУГА*	100	8,00	0,20	7,50	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00															
Итого за прием пищи:	597	13,07	10,32	84,26	504,28	1,81	0,26	0,19	0,04	0,08	170,78	246,12	74,67	3,05	379,14	14,78	0,00	0,02															
Обед																				102	2017												
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ПУЩЕННЫИ	250	5,81	5,39	19,23	148,95	4,80	0,19	0,07	0,20	0,00	41,24	80,09	33,53	1,99	484,56	4,46	0,00	0,04	102	2017													
ЖАРЕНАЯ КОРИАНДА	100	8,12	19,02	11,58	252,75	1,40	0,16	0,06	0,03	0,11	27,85	101,17	20,52	1,59	214,38	5,45	0,00	0,03	274	2017													
ЖАРЕНАЯ КОРИАНДА	180	3,82	6,52	25,68	177,19	12,46	0,15	0,13	0,05	0,09	53,80	102,95	36,37	1,47	517,04	10,26	0,00	0,05	128	2017													
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	19,36	71,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,45	0,00	0,00	1,20	0,00	0,00	0,00	0,00	ТРГ-27	2024													
ХЛЕБ РЖАНОИ	70	3,97	0,53	25,43	122,38	0,11	0,05	0,00	0,00	0,00	10,80	52,20	11,40	2,40	81,60	3,36	0,00	0,00	ГОСТ														
Итого за прием пищи:	800	21,72	31,46	101,28	778,70	18,66	0,61	0,33	0,26	0,20	142,15	336,42	103,62	7,36	1.699,78	23,53	0,00	0,14															
Всего за день:		34,79	41,78	189,54	1.282,98	20,47	0,87	0,52	0,32	0,28	312,93	586,14	178,29	10,41	2.077,92	38,31	0,00	0,14															

Третий день первая неделя

[illegible]

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витаминный состав										Минеральный состав					№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мкг	Д, мкг	С2, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг	F, мг				
Завтрак																					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫМ	185	18,87	20,98	3,38	277,99	0,28	0,08	0,48	0,29	3,10	125,66	256,10	19,81	2,91	275,07	32,99	0,03	0,05	210	2017	
Чай с шиповником	220/15	0,29	0,04	16,00	67,76	13,24	0,00	0,02	0,02	0,00	14,61	7,88	6,28	0,82	27,36	0,00	0,00	0,00	116,11	2024	
Крендель сахарный	100	8,37	8,77	56,09	332,37	0,00	0,10	0,06	0,02	0,13	19,33	72,45	12,11	0,84	107,60	2,34	0,02	0,02	415	2017	
Батон нарезной изюнированный	50	3,75	1,45	25,70	132,50	0,00	0,08	0,03	0,00	0,00	11,00	42,50	16,50	1,00	65,50	1,80	0,00	0,03	ГОСТ		
Итого за прием пищи:	550	31,28	31,24	109,17	610,64	13,52	0,26	0,60	0,33	3,23	170,60	378,93	54,68	5,57	475,53	37,13	0,05	0,08			
Обед																					
Суп с макаронными изделиями с мясом	250/5	3,01	5,86	15,31	387,60	0,71	0,04	0,02	0,20	0,00	26,33	27,47	10,32	0,60	68,22	1,15	0,01	0,01	111	2017	
Жульен по-домашнему	300	12,37	14,91	45,78	367,60	22,73	0,27	0,17	0,23	0,00	50,27	159,48	64,23	2,80	159,60	14,73	0,00	0,05	259	2017	
Чай с сахаром	200/15	0,19	0,00	14,59	59,52	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,00	0,00	376	2017	
Хлеб ржаной	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00	0,06	0,03	0,00	0,00	6,30	30,46	6,65	1,40	47,60	1,96	0,00	0,00	ГОСТ		
Итого за прием пищи:	805	17,89	21,06	90,52	624,61	23,48	0,37	0,23	0,43	0,00	95,08	224,83	86,82	5,54	1741,22	17,84	0,01	0,10			
Всего за день:		49,17	52,32	190,69	1435,25	37,00	0,63	0,83	0,76	3,23	265,68	603,76	141,50	11,11	2216,75	54,97	0,06	0,18			

Продукты питания, наименование Единица	Масса продукта	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества								№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мг	Se, мг	С, мг							
Завтрак																								
БУЛКАХ МЯСНЫЕ	100	7,21	14,12	11,45	200,32	1,42	0,14	0,06	0,02	0,08	23,29	84,28	18,18	1,00	189,42	4,18	0,00	0,04	64	2010				
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	3,82	6,52	25,68	177,19	12,46	0,15	0,13	0,06	0,09	53,90	102,96	36,37	1,47	917,04	10,25	0,00	0,05	128	2017				
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,18	0,00	14,59	59,52	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,00	0,00	376	2017				
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПОДПОВАРИШ	55	4,13	1,60	29,27	145,75	0,00	0,09	0,03	0,00	0,00	12,10	46,78	18,15	1,10	72,05	1,98	0,00	0,00	ГОСТ					
Итого за прием пищи:	550	15,35	22,24	79,99	582,78	13,92	0,38	0,23	0,07	0,17	101,37	241,41	78,32	4,31	1 504,31	16,42	0,00	0,09						
Обед																								
БОУЛ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/5	1,83	5,76	11,98	109,18	1,78	0,06	0,06	0,22	0,00	48,19	46,47	22,85	1,14	325,56	5,71	0,00	0,03	82	2017				
ГРЯНУШ БОЛОНЬЕЗЕ	100	10,39	23,96	8,37	281,25	3,73	0,25	0,10	0,38	0,00	23,03	111,27	27,18	1,51	371,90	6,59	0,00	0,05	ТТК	2024				
ГРУДКА ПТИЦЫ	180	6,55	5,51	41,64	250,78	0,00	0,00	0,01	0,03	0,09	15,03	2,99	1,58	0,55	0,00	0,00	0,00	0,00	202	2017				
ЧАЙ С ЛИМОННИКОМ	200/15	0,29	0,04	16,00	67,78	13,24	0,00	0,02	0,02	0,00	14,51	7,88	6,26	0,82	21,35	0,00	0,00	0,00	ТТК 11	2024				
ХЛЕБ ПИКАШ	50	3,31	0,44	21,20	101,96	0,00	0,09	0,04	0,00	0,00	9,00	43,50	9,50	2,00	66,00	2,00	0,00	0,00	ГОСТ					
Итого за прием пищи:	800	22,37	36,03	99,39	616,97	24,75	0,40	0,23	0,65	0,09	110,56	212,11	67,40	6,56	800,77	15,40	0,00	0,08						
Всего за день:		37,12	58,27	179,38	1 399,75	38,67	0,78	0,46	0,72	0,26	212,23	453,52	145,72	9,87	2 005,08	31,52	0,00	0,17						

Первый день второй недели

Приним пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белок, г	Жиры, г		Углевод, г	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мкг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг								
Завтрак																										
КАША ВРЕЗКА МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	250/5	7,28	8,42	52,48	315,72	0,65	0,06	0,16	0,04	0,08	143,68	166,70	39,98	0,67	238,95	12,02	0,01	0,03	174	2017						
БЛАНШЕД С МЯСНЫМИ ГИСТОПРОИМЕСИМИ ПРОДУКТАМИ	60	5,87	2,90	22,10	133,34	0,00	0,07	0,02	0,00	0,00	9,46	36,55	14,19	0,86	56,33	1,55	0,00	0,00	5	2008						
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,59	59,52	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,82	0,74	26,80	0,00	0,00	0,00	376	2017						
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПОДПРИВАТЫЙ	40	3,00	1,16	20,56	106,00	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	8,80	34,00	13,20	0,80	52,40	1,44	0,00	0,00	ТОСТ							
Итого за прием пищи:	570	16,34	12,48	109,74	620,58	0,69	0,19	0,21	0,04	0,08	174,12	244,67	72,99	3,07	373,48	15,01	0,01	0,03								
Обед																										
СУП ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/5	1,89	5,78	8,85	97,79	12,19	0,07	0,06	0,21	0,00	49,44	44,11	21,02	0,96	316,50	4,34	0,00	0,03	86	2017						
ТУШЕН	100	13,65	4,82	2,93	110,19	1,48	0,05	0,10	0,06	0,00	19,30	110,64	14,74	1,18	180,08	4,70	0,01	0,08	280	2017						
КАША ПРЯЖЕВАЯ РАССОЛЕНАЯ	180	10,18	7,70	46,02	283,69	0,00	0,27	0,15	0,03	0,09	26,57	224,79	150,89	5,29	316,88	2,74	0,00	0,02	171	2017						
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПОДОВ	200	0,00	0,00	19,36	77,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,33	0,00	1,55	0,00	1,12	0,00	0,00	0,00	342	2017						
ХЛЕБ РЖАНОМ	50	3,31	0,44	21,20	101,99	0,00	0,09	0,04	0,00	0,00	9,00	43,50	9,50	2,00	68,00	2,80	0,00	0,00	ТОСТ							
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПОДПРИВАТЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	53,00	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,40	17,00	6,60	0,40	26,20	0,72	0,00	0,00	ТОСТ							
Итого за прием пищи:	805	30,53	19,42	108,64	724,05	13,67	0,51	0,36	0,30	0,09	116,04	440,04	204,29	9,85	907,78	15,30	0,01	0,13								
Всего за день:		46,87	31,90	218,38	1354,63	14,36	0,70	0,57	0,34	0,17	290,16	694,71	277,26	12,92	1281,26	30,31	0,02	0,16								

Второй день второй недели

Принем пищу, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевода, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мкг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Л, мг	Na, мг	F, мг									
Завтрак																											
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	240	13.95	15.65	47.45	356.74	0.09	0.01	0.06	0.10	0.12	268.66	131.59	13.40	0.37	30.93	0.00	0.01	0.01	204	2017							
МОУРТ БЭЖИ	100	2.40	1.20	14.40	80.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	ТОСТ	2017							
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0.19	0.00	14.59	59.52	0.04	0.00	0.01	0.00	0.00	12.18	7.42	5.92	0.74	25.80	0.00	0.00	0.00	376	2017							
КРЕПЕДИЛЬ САХАРНЫЙ	50	4.20	4.40	27.59	166.40	0.00	0.06	0.03	0.01	0.06	9.66	36.29	6.07	0.43	53.82	1.17	0.01	0.01	415	2017							
Итого за прием пищи:	605	20.74	21.25	104.02	692.66	0.13	0.07	0.12	0.11	0.18	290.70	175.30	25.09	1.54	110.55	1.17	0.02	0.02									
Обед																											
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ПУДЕННЫМ	250	5.81	5.39	19.23	149.96	4.80	0.19	0.07	0.20	0.00	41.24	80.09	33.53	1.99	484.56	4.46	0.00	0.04	102	2017							
КОПЛЕТА МОСКОВСКАЯ	100	11.53	22.98	12.69	302.53	0.05	0.25	0.08	0.00	0.00	15.88	117.46	23.41	1.64	229.14	5.03	0.00	0.04	270	2017							
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	3.82	6.52	25.69	177.19	12.46	0.15	0.13	0.05	0.09	53.80	102.96	36.37	1.47	917.04	10.26	0.00	0.05	128	2017							
НАПТОК ИЗ СМЕСИ СУХОПРЯТОС	200	0.00	0.00	19.36	77.41	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.46	0.00	1.80	0.00	1.20	0.00	0.00	0.00	ТТК-27	2024							
ХЛЕБ РЖАНОМ	50	3.31	0.44	21.20	101.98	0.00	0.09	0.04	0.00	0.00	9.00	43.50	9.50	2.00	68.00	2.80	0.00	0.00	ТОСТ								
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПОДПРИВАТЫЙ	20	1.50	0.58	10.28	53.00	0.00	0.03	0.01	0.00	0.00	4.40	17.00	6.60	0.40	26.20	0.72	0.00	0.00	ТОСТ								
Итого за прием пищи:	800	25.97	35.91	108.44	861.07	17.31	0.71	0.33	0.25	0.09	132.78	361.01	111.21	7.50	1726.14	23.27	0.00	0.13									
Всего за день:		46.71	57.16	212.46	1553.73	17.44	0.78	0.45	0.36	0.27	423.48	536.31	136.30	9.04	1836.69	24.44	0.02	0.15									

Третий день вторая неделя

Группы пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины								Минеральные вещества						№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г		Углевод. Са, г	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Л, мкг	Se, мг	Ф, мг		
Телятина соевая в соусе	120	6,23	9,40	10,17	149,43	1,66	0,08	0,02	0,06	0,00	16,00	40,26	11,25	0,66	131,66	2,25	0,00	0,01	ТК 82	2024
Рыб отварной	180	4,44	7,03	46,57	267,35	0,00	0,04	0,04	0,04	0,12	14,49	59,13	30,41	0,65	66,45	0,91	0,01	0,03	304	2017
Кисломолочный напиток на стерилизованном молоке	200	1,95	1,55	12,58	72,50	0,12	0,02	0,09	0,02	0,02	91,70	88,35	11,07	0,05	110,63	2,10	0,00	0,01	ТК 14	2018
Батон мясной поджаренный	50	3,75	1,45	25,70	132,50	0,00	0,08	0,03	0,00	0,00	11,00	42,50	16,50	1,00	65,50	1,80	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	550	16,37	19,43	95,02	621,78	1,78	0,22	0,18	0,14	0,14	133,19	231,54	69,23	2,36	374,14	7,05	0,01	0,05		
Обед																				
Суп картофельный с рыбными консервами	250	4,76	5,21	19,26	142,17	9,66	0,13	0,10	0,20	0,00	27,52	70,13	29,26	1,70	676,97	6,43	0,00	0,04	18	2017
Котлет. запеченная в ябл.	100	18,57	18,87	6,21	256,79	0,53	0,07	0,17	0,10	0,59	27,92	158,73	16,03	1,71	191,84	9,82	0,03	0,10	ТК	2024
Салат из капусты	180	6,55	5,81	41,84	265,76	0,00	0,00	0,01	0,03	0,09	15,03	2,89	1,86	0,09	1,55	0,00	0,00	0,00	202	2017
Компот из компотной смеси см	200	0,00	0,00	19,36	77,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,25	6,00	1,53	0,00	1,11	0,00	0,00	0,00	ТК 12	2024
Хлеб ржаной	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00	0,09	0,04	0,00	0,00	9,00	43,50	9,50	0,00	68,00	2,80	0,00	0,00	ГОСТ	
Батон мясной поджаренный	20	1,50	0,58	10,28	53,00	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,40	17,00	6,00	0,40	26,20	0,72	0,00	0,02	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	800	34,69	30,91	116,15	895,13	10,19	0,32	0,33	0,33	0,66	91,12	292,55	64,50	5,50	956,67	19,87	0,03	0,14		
Всего за день:		51,06	60,34	213,17	1 516,91	11,97	0,54	0,51	0,47	0,82	224,31	623,89	133,73	8,28	1 359,81	26,33	0,04	0,19		

Четвертый день вторая неделя

Препарат, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества							№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Л, мг	So, мг	F, мг						
Завтрак																							
УПАКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ	300	12,37	14,91	45,76	367,60	22,73	0,27	0,17	0,23	0,00	50,27	159,49	64,23	2,80	1 599,60	14,73	0,00	0,09	269	2017			
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/157	0,26	0,01	14,79	61,83	1,16	0,00	0,31	0,00	0,00	14,70	6,81	6,38	0,80	37,21	0,00	0,00	0,00	377	2017			
БАТОН НАРЕЗНОЙ РОДЯВЧАТЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	79,50	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	6,60	25,50	9,90	0,60	33,30	1,06	0,00	0,00	ГОСТ				
Итого за прием пищи:	552	14,87	15,79	75,96	508,93	23,89	0,32	0,20	0,23	0,00	71,57	193,80	80,51	4,20	1 676,11	15,81	0,00	0,09					
Обед																							
РАСОЛЬНИК ЛЕНА-ГРАДСКИЙ С МЯСОМ СО СМЕТАНОМ	250/6/5	3,41	7,82	16,61	152,86	6,73	0,12	0,07	0,21	0,00	35,24	77,66	27,12	1,16	512,27	5,32	0,00	0,04	96	2017			
БАЛОНЕК АППЕЛИТНЫЙ	100	13,79	15,37	15,10	254,15	0,41	0,11	0,06	0,03	0,00	19,93	136,32	25,42	1,87	193,53	4,49	0,01	0,05	ТН-83	2024			
РАУГУС ОВОЩЕЙ	180	3,30	6,73	19,35	173,59	14,27	0,12	0,09	0,56	0,00	54,30	80,58	35,07	1,56	617,45	7,80	0,00	0,03	143	2017			
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,59	59,52	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,00	0,00	376	2017			
ХЛЕБ РЖАНОМ	45	2,88	0,40	19,08	91,78	0,00	0,06	0,04	0,00	0,00	8,10	39,15	8,55	1,80	61,20	2,52	0,00	0,00	ГОСТ				
Итого за прием пищи:	800	23,67	32,32	84,73	731,96	21,45	0,43	0,30	0,80	0,00	128,75	341,13	101,78	7,23	1 410,25	20,13	0,01	0,13					
Всего за день:		38,54	48,11	160,72	1 240,83	45,34	0,75	0,50	1,03	0,00	201,32	594,93	182,29	11,43	3 086,36	35,94	0,01	0,22					

Пятый день вторая неделя

Примен. пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Св, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Л, мкг	Са, мг	Ф, мг									
Завтрак																											
Суп-пюре с морковью и сельдереем	160,30	23,37	18,53	39,56	425,82	0,43	0,09	0,36	0,13	0,22	280,48	305,41	35,96	0,78	304,41	7,06	0,03	0,04	0,04	0,04	67	2018					
Чай с сахаром	200,15	0,19	0,00	14,59	59,52	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,00	0,00	0,00	376	2017						
Рисовый суп	130	0,52	0,52	12,74	61,10	0,04	0,04	0,03	0,01	0,00	20,80	14,30	10,40	2,86	361,40	2,60	0,00	0,00	0,01	338	2017						
Булочка домашняя с сахаром	50,2	4,38	4,63	29,53	177,16	0,00	0,06	0,04	0,01	0,08	10,32	38,10	6,35	0,45	58,47	1,26	0,01	0,01	0,01	424	2017						
Итого за прием пищи:	587	28,46	23,68	95,44	723,70	0,48	0,19	0,44	0,15	0,30	323,78	365,23	58,33	4,83	748,08	10,92	0,04	0,05	0,05								
Обед																											
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250,9	1,83	5,76	11,98	109,18	7,72	0,06	0,06	0,22	0,00	49,18	46,47	22,88	1,14	325,96	5,71	0,00	0,00	0,00	82	2017						
Котлета рыбная	100	11,56	5,99	14,94	161,48	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	12,24	46,45	14,96	1,07	56,75	0,65	0,00	0,00	0,00	234	2017						
Картофельное пюре	180	3,82	6,52	25,66	177,19	12,46	0,15	0,13	0,05	0,09	53,80	102,96	36,37	1,47	917,04	10,26	0,00	0,00	0,05	128	2017						
Чай с сахаром и лимоном	200,157	0,25	0,01	14,79	61,13	1,16	0,00	0,01	0,00	0,00	14,70	8,81	6,35	0,80	37,21	0,00	0,00	0,00	0,00	377	2017						
Хлеб ржаной	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	9,00	43,50	9,50	2,00	68,00	2,80	0,00	0,00	ГОСТ								
Итого за прием пищи:	807	20,77	18,72	88,59	611,66	21,40	0,34	0,26	0,27	0,09	138,93	248,23	90,09	6,48	1404,96	19,42	0,00	0,00	0,08								
Всего за день:		48,23	42,40	185,03	1335,36	34,92	0,53	0,70	0,42	0,39	462,71	613,46	148,42	11,31	2155,04	30,34	0,04	0,04	0,14								
ООО "ТАКОСИМУЛ"																											

Итого по примерному меню

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества									
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мг	С, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Л, мг	Са, мг	Ф, мг	Na, мг	Cl, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Л, мг	Са, мг	Ф, мг
Итого за весь период	466,47	505,45	1981,78	14380,21	285,98	8,72	6,59	6,28	6,33	3274,77	6980,99	2159,19	130,44	22077,25	373,83	0,27	2,09							
Среднее значение за период	46,65	50,55	198,18	1438,02	28,59	0,73	0,59	0,52	0,53	272,90	579,25	179,93	10,87	1836,77	31,15	0,02	0,17							
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период, в % от калорийности	12,9	31,7	55,4																					

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	Обед
12-18 лет	567	803

Нормативная документация:

- СанПиН 2.3.2.4.3590-20
- Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях "Дети плюс" 2017г. Москва по редакции М.П.Могильного и В.А.Гутельяна.
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебодолинформ" 2008г. Под редакцией Т.В.Давыдовой
- Меню разработано с применением программного обеспечения ООО "Вижн-Софт": Питание детей в школе 2023г версия 1.2.9 г Санкт-Петербург
- Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях "Дети плюс" 2011г. Москва по редакции М.П.Могильного и В.А.Гутельяна.
- Приказ № 315 от 26.12.86 Министерства торговли СССР.
- МР 2.4.01.79-20 "Методические рекомендации по организации питания обучающихся образовательных учреждений".

Директор ООО "Максимум"

Сид

П.Е. Осипенская