

УТВЕРЖДЕНО:



УТВЕРЖДЕНО:

Генеральный директор



ООО «Резерв Школьное питание»

Е. В. Ковбаснюк

**ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ
ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ ДЕТЕЙ ОВЗ 7-10 ЛЕТ
ООО «РЕЗЕРВ ШКОЛЬНОЕ ПИТАНИЕ»**

День: 1 Неделя: первая

Дети ОВЗ

Сезон: осенний, зимний, весенний

7-11 лет

№ рецептуры, сборник	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции, г	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Витамины и минеральные вещества										
				белки	жиры	углевод	B1	B2	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe		
97/2004	Горячий завтрак, 7-10 лет	10	30	2,6	2,7	0	0	0,03	0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07		
461/2004	Сыр (порциями)	80	216	10,56	14,48	10,03	0,05	0,07	1,07	0	3,86	13,69	106,5	14,8	1,51		
528/1966	Тeftели из говядины (2)	50	20,15	0,32	0,91	2,57	0,01	0	0,12	80	0,5	3,26	14,63	1,89	0,07		
534/2004	Соус красный основной	150	104	3,2	3,5	13,27	0	0,1	31,3	405,11	0,4	79,8	72,2	32,2	1		
640/2004	Капуста тушеная(3)	200	85	0,2	0,1	20,64	0	0	16	3,4	0,14	9,5	5,74	5	0,3		
ттк 57	Кисель из свежих ягод (8)	20	50,9	1,64	0,4	9,72	0,09	0,05	0	0	0,36	18,1	14	7,12	0,6		
ттк 53	Хлеб ржаной (10)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0	0,54	27,1	21	10,68	0,9		
	Булка Сухоложская Витаминизиров.(1)	510	582,55	20,98	22,73	70,81	0,29	0,35	48,56	512,31	5,84	251,45	284,07	77,19	4,45		
	Итого за прием:																
	Обед 7-10 лет																
ттк 259	Кукуруза консервированная (6)	20	3,6	0,44	0	0,44	0	0	1	66	0,2	8,4	8,2	2,6	0,07		
135/2004	Суп из овощей	250	99	2,2	4,4	12,4	0,1	0,05	8,5	243,6	0,2	23,7	52,7	27	0,7		
ттк 81	Сметана для супа	10	21	0,3	0,2	0	0,1	0,03	0,03	15	0	8,6	6	0,8	0,53		
437/2004	Гуляш из мяса говядины (7)	80	176,8	11,92	12,56	3,76	2,56	0,1	0,1	26,16	0,56	30,24	139,6	27,6	2		
516/2004	Отварные макаронные изделия(5)	150	193	5,3	3,9	32,4	0,1	0	0	23,6	0,8	14,6	41	7,4	0,8		
638/2004	Компот из изюма (9)	200	100	0,3	0	25,6	0	0	0,8	0	0	24	0	0	0,8		
ттк 57	Хлеб ржаной (10)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0	0,54	27,1	21	10,68	0,9		
ттк 53	Булка Сухоложская Витаминизиров.(1)	70	178,5	5,74	1,52	34,02	0,33	0,18	0	0	1,26	63,33	49	24,92	2,1		
	Итого:	810	848,4	28,66	23,22	123,2	3,33	0,46	10,43	374,36	3,56	199,97	317,5	101	7,9		
	Итого за день:	1320	1431	49,64	45,95	194,01	3,62	0,81	58,99	886,67	9,4	451,42	601,6	178,2	12,35		
	Б:Ж:У 1:1:3,9																

1 "Булка Сухоложская витаминизированная" - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

2 Допускается замена на фрикадельки из мяса говядины припущенные 1 (тк 387), тефтели с рисом (тк 336), котлеты, биточки, шницели (тк 307)

3 Допускается замена на капусту тушеную в сметанном соусе (ттк 217), сложный гарнир (тк 218)

4 Допускается замена на икру морковную (тк 140), салат из моркови с яблоками и растительным маслом (ттк 142), овощи отварные порционные (тк 195), огурец свежий (тк 87), помидоры свежие порционные (тк 86), морковь по-уральски (ттк 149)

5 Допускается замена на макаронные изделия отварные с сыром (ттк 202)

6 Допускается замена на горошек зеленый (ттк 245), овощи отварные порционные (тк 195), овощи свежие порционные, салат из отварной свеклы с растительным маслом (ттк 120)

7 Допускается замена на , биштекс рубленый Школьный (тк 314), котлеты, биточки, шницели (тк 307), бефстроганов (тк 318)

8 Допускается замена на кисель из концентрата плодово-ягодного(тк 15)

9 Допускается замена на напиток из замороженных плодов и ягод (ттк 28)

10 Хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

День: 2 Неделя: первая

Возраст 7-11 лет

Сезон: осенний, зимний, весенний

ОВЗ

№ рецептуры, сборник	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Витамины и минеральные вещества											
				белки	жиры	углеводы	В1	В2	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
																Итого за прием:	Обед	Итого за день:
366/2004	Горячий завтрак	150	434	31,8	19	32,5	0,1	0,3	0,3	36,4	0,25	212,7	21,8	2,54	1			
пром	Запеканка из творога (2)	20	57,5	1,35	1,5	10,1	0,01	0,06	0,08	9,4	0,04	54,03	38,11	5,9	0,03			
ткк16	Сгущенное молоко для пудингов и запек	200	106	4,1	3,3	15,63	0	0,2	0,8	0	0	158,7	50	0	0,2			
ткк 57	Кофейный напиток с молоком(3)	20	50,9	1,64	0,4	9,72	0,09	0,05	0	0	0,36	18,1	14	7,12	0,6			
ткк 53	Хлеб ржаной (10)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0	0,54	27,1	21	10,68	0,9			
	Булка Сухоложская Витаминизиров.(1)																	
	Итого за прием:	420	724,9	41,35	24,84	82,53	0,34	0,71	1,18	45,8	1,19	470,63	144,91	26,24	2,73			
	Обед																	
ткк 109	Салат из свежей капусты(4)	60	46,7	0,8	2,7	5	0,01	0,01	7,8	61,3	1,44	19,7	14,5	7,32	0,26			
169/2004	Суп-пюре из тыквы (5)	200	64	1,68	3,28	6,5	0,06	0,06	6,6	132	0,79	47,6	40,5	21	2,02			
551/2004	Гренки	20	73,04	2,38	0,59	13,9	0,1	0,1	0	0	0	27,1	17,8	3,2	0,24			
ткк 405	Рыба под сырной корочкой(7)	80	140,8	17,04	8	0	0,08	0,16	0,32	93,12	1,5	126,56	174	27,4	0,48			
217/2004	Картофель и овощи тушеные в соусе(8)	150	177	2,7	8,7	20,6	0,1	0,1	11	433	1,3	14,7	67,8	33,9	1,1			
685/2004	Чай с сахаром(9)	200	53	0,2	0	13,7	0,04	0,05	0	33,35	0,6	67,2	52,1	44,1	0			
ткк 57	Хлеб ржаной (10)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0	0,54	27,1	21	10,68	0,9			
ткк 53	Булка Сухоложская Витаминизиров.(1)	70	178,5	5,74	1,52	34,02	0,33	0,18	0	0	1,26	63,33	49	24,92	2,1			
	Итого:	870	962,54	37,92	26,73	137,46	1,14	0,92	25,72	752,77	8,51	447,57	478,7	193,9	8,9			
	Итого за день:	1290	1687,44	79,27	51,57	219,99	1,48	1,48	26,9	798,57	9,7	918,2	623,61	220,1	11,63			
	Б:Ж:У 1,4:1:4,1																	

1 "Булка Сухоложская витаминизированная" - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

2 Допускается замена на запеканку из творога с яблоками (тк 247), морковную запеканку с творогом (тк 205), запеканку творожную "Зебра"(тк 258)

3 Допускается замена на чай с молоком (тк 18), какао с молоком (тк 18), кофейный напиток с молоком (тк16)

4 Допускается замена (с горошком зеленым) (тк 109), салат из квашеной капусты (тк 116), овощи отварные (тк 195), овощи свежие порционные

5 Допускается замена на суп-пюре из разных овощей (тк 76)

6 Допускается замена на тефтели рыбные(тк 414), рыбу, тушеную с овощами(тк402), рыбу припущенную (тк 402)

7 Допускается замена на рыбу, припущенную в молоке (тк 426), тефтели рыбные (тк 414), котлеты, биточки рыбные (тк 403)

8 Допускается замена на картофель в молоке(тк 207), картофель запеченный (тк 242), сложный гарнир(тк 218)

9 Допускается замена на чай с лимоном(тк 2), чай с лимон(тк 2)

10 Хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

День: 3 Неделя: первая Возраст 7-11 лет

Сезон: осенний, зимний, весенний ОВЗ

№ рецептуры, сборник	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции, г	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Витамины и минеральные вещества													
				белки	жиры	углевод	B1	B2	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe					
	Горячий завтрак																			
ттк 161	Фрукты(2)	150	70,5	0	0	14,7	0	0	0	15	9	25,34	24	17,28	14,16					3,3
1/13/2015	Бутерброд с маслом	25	82,5	0,8	4,1	4	0	0	0	0	22,5	0,05	4,8	1,31	0					0,2
97/2004	Сыр (порциями)	10	35	2,6	2,7	0	0	0,03	0,07	23,8	0,04	1,3	100	60	5,5					0,07
601/2013	Плов из куриного филе(3)	200	161,6	13,04	12,4	33	0	0,1	1,44	132,4	0,63	35	27,2	10,3	3,4					5,6
686/2004	Чай с лимоном(4)	210	60	0,3	0	15,2	0,05	0,05	13,11	0	0,36	68,8	54,7	46,9	0,95					
ттк 57	Хлеб ржаной (9)	20	50,9	1,64	0,4	9,72	0,09	0,05	0	0	0,54	18,1	14	7,12	0,6					
ттк 53	Булка Сухоложская Витаминизиров.(1)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0	27,1	21	10,68	0,9						
	Итого за прием:	645	537	20,84	20,24	91,2	0,28	0,33	29,62	222,7	28,26	270	178,59	87,76	11,62					
	Обед																			
ттк 113	Салат из свеж помидоров с раст мас (5)	60	67	0,6	6	2,1	0	0	13,7	39,9	0,2	8,7	6,8	11,5	0,5					
110/2004	Борщ с капустой и картофелем	250	121	2,2	5,3	16,2	0,04	0,04	7,5	224,5	0,2	33,5	43,8	19,53	0,9					
ттк 81	Сметана для супа	5	10,5	0,15	0,1	0	0,05	0,02	0,02	7,5	0	4,3	3	0,4	0,27					
ттк 364	Куриный рулет с сыром(6)	80	153,6	22,24	6,88	0,46	0,1	0,1	0,1	0	2,1	85,52	7,3	1,3	0,16					
553/2004	Сложный гарнир(8)	150	115	2,8	3,7	16,2	0,1	0,1	20,8	33	0,22	50,9	80,2	31,1	1,1					
ттк 28	Напиток из клубники (7)	200	102	0,2	0,1	25	0	0	16	3,4	0,14	6,9	5,8	5,4	0,3					
ттк 57	Хлеб ржаной (9)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0	0,54	27,1	21	10,68	0,9					
ттк 53	Булка Сухоложская Витаминизиров.(1)	70	178,5	5,74	1,52	34,02	0,33	0,18	0	0	1,26	63,33	49	24,92	2,1					
	Итого:	845	824,1	36,39	24,24	108,56	0,76	0,54	58,12	308,3	4,66	280,25	216,9	104,8	6,23					
	Итого за день:	1490	1361,1	57,23	44,48	199,76	1,04	1,04	87,74	531	32,92	550,25	395,49	192,6	17,85					

Б:Ж:У 1,2:1:4

"Булка Сухоложская витаминизированная" - хлеб, изготовливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

1 Расчет пищевой ценности блюда - по яблоку

2 Допускается замена на котлеты рубленые из цыплят-бройлеров (филе) (тк 344), курицу тушеную с овощами (ттк 602), мясо кур в соусе (тк 386), гарнир - рис отварной

3 рассыпчатый (тк 214) или рис припущенный с овощами (тк 191)

4 Допускается замена на чай с сахаром (тк 1), чай с лимоном (тк 2)

5 Допускается замена на овощи порционн отварн (тк 195), салат из кваш капусты (тк 116), огурец свежий (тк 87), помидор свежий порционный (тк 86)

6 Допускается замена на рагу из мяса кур (филе) (тк 614), котлеты из цыпленка бройлера (филе)(тк 344)филе куриное запеченн(ттк 349)журицу, тушен с овощами (ттк 602)

7 Допускается замена на напиток из свежемороженых плодов и ягод другого вида(ттк 28)

8 Допускается замена на капусту, тушеную в сметанном соусе (ттк 217)

9 Хлеб ржаной - хлеб, изготовливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

День: 4 Неделя: первая

Возраст 7-11 лет

Сезон: осенний, зимний, весенний

ОВЗ

№ рецептуры, сборник	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции, г	энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества			Витамины и минеральные вещества												
				белки	жиры	углеводы	B1	B2	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe				
	Горячий завтрак																		
97/2004	Сыр (порциями) (2)	10	30	2,6	2,7	0	0	0,03	0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07				
414/2004	Тефтели рыбные(3)	80	144	11,04	8,8	4,85	0,16	0	0,64	501,12	1,3	18,56	133,92	22,64	0,48				
528/1966	Соус красный основной (4)	50	20,15	0,32	0,91	2,57	0,01	0	0,12	80	0,5	3,26	4,63	1,89	0,07				
ттк 233	Овощи припущенн гарнир(5)	30	20,4	0,75	1,05	1,86	0,15	0,15	1,5	13,2	4,5	17,04	60,8	20	2,16				
520/2004	Пюре картофельное(6)	120	151,2	2,7	3,9	16,5	0,08	0,08	8,6	22	0,15	29,7	53,5	20,7	0,9				
ттк 28	Напиток из черной смородины (7)	200	102	0,2	0,1	2,5	0	0	16	3,4	0,14	6,9	5,8	5,4	0,3				
ттк 57	Хлеб ржаной (12)	20	50,9	1,64	0,4	9,72	0,09	0,05	0	0	0,36	18,1	14	7,12	0,6				
ттк 53	Булка Сухоложская Витаминизиров.(1)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0	0,54	27,1	21	10,68	0,9				
	Итого за прием:	540	595,15	21,71	18,5	75,08	0,63	0,41	26,93	643,52	7,53	220,66	353,65	93,93	5,48				
	Обед																		
ттк 149	Морковь по-уральски(8)	60	67,8	0,72	5,34	3,66	0	0,06	1,08	1274,4	0,27	18,36	30,75	20,85	0,36				
131/2004	Рассольник Домашний	200	76,8	1,76	2,8	11	0,1	0,1	8,4	181	0,18	22	46,6	19,4	0,72				
ттк 81	Сметана для супа	5	10,5	0,15	0,1	0	0,05	0,02	0,02	7,5	0	4,3	3	0,4	0,27				
423/2004	Бефстроганов(9)	80	195,2	13,36	14,64	4,72	0,1	0,1	0,8	30	0,4	30,4	122	15,6	1,7				
297/2004	Каша рассыпчатая гречневая(10)	150	242	8,2	5,4	35,9	0,2	0,1	0	353	1	18	223,5	150,7	4,1				
ттк 49	Масло для поливки блюд	5	29,09	0,04	3,19	0,06	0	0	0	22,5	0,05	1,06	1,31	0	0,01				
ттк 5	Компот из свежих яблок(11)	200	61	0,1	0,1	15,41	0	0	8	2	0,08	3,2	3,83	3,13	0,4				
ттк 57	Хлеб ржаной (12)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0	0,54	27,1	21	10,68	0,9				
ттк 53	Булка Сухоложская Витаминизиров.(1)	70	178,5	5,74	1,52	34,02	0,33	0,18	0	0	1,26	63,33	49	24,92	2,1				
	Итого:	800	937,39	32,53	33,73	119,35	0,92	0,66	18,3	1870,4	3,78	187,75	500,99	245,7	10,56				
Итого за день:		1340	1532,54	54,24	52,23	194,43	1,55	1,55	45,23	2513,92	11,31	408,41	854,64	339,6	16,04				
в:ж:у 1,1:1:4																			

1 Булка Сухоложская витаминизированная - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

2 Допускается замена на бутерброд с маслом (тк 1/13/2015)

3 Допускается замена на котлеты рыбные (тк 403), суфле "Рыбка"(тк 401), рыбу, тушеную с овощами (тк402)

4 Допускается замена на соус томатный (тк 32), соус сметанный с томатом(тк 40)

5 Допускается замена на овощи отварные порционные(тк195)

6 Допускается замена на картофель запеченный(ттк242)

7 Допускается замена на напиток из другого вида плодов и ягод (ттк 28)

8 Допускается замена на овощи отварные порционные(тк 195), овощи свежие порционные, салат из моркови с растительным маслом(ттк136)

9 Допускается замена на котлеты, биточки, шницели(тк307), тефтели(тк308), гуляш из мяса говядины(тк303)

10 Допускается замена на кашу гречневую рассыпчатую с овощами(тк249)

11 Допускается замена на компот из изюма(тк13)

12 Хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

День: 5 Неделя: первая

Возраст 7-11 лет

Сезон: осенний, зимний, весенний

ОВЗ

№ рецептуры, сборник	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции, г	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Витамины и минеральные вещества													
				белки	жиры	углевод	B1	B2	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe					
	Горячий завтрак																			
ттк 161	Фрукты(2)	200	94	0	0	19,6	0	0	20	12	33,8	32	23,04	19,5	4,4					
97/2004	Сыр (порциями)(3)	20	60	5,2	5,4	0	0	0,06	0,14	47,6	0,08	200	120	11	0,14					
303/2004	Каша пшенная с тыквой(4)	150	131,25	4,73	2,4	32,3	0,08	317,7	3	22,5	0,05	1,06	1,31	0	0,01					
ттк 49	Масло для поливки блюд	5	29,09	0,04	3,19	0,06	0	0,05	0,05	0,01	163,2	22,8	14,8	0,9						
ттк 18	Какао с молоком(5)	200	119	5	3,8	16,01	0	0,2	0,8	0,12	0,36	18,1	14	7,12	0,6					
ттк 57	Хлеб ржаной (11)	20	50,9	1,64	0,4	9,72	0,09	0,05	0	0	0,54	27,1	21	10,68	0,9					
ттк 53	Булка Сухолюбская Витамилизиров.(1)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0	36,28	554,96	465,55	100	8,525					
	Итого за прием:	655	637,24	21,53	16,47	106,85	0,45	0,59	23,94	399,92	36,28	554,96	465,55	100	8,525					
	Обед																			
ттк 115	Салат из свеж огурцов с раст маслом(6)	60	62	0,4	7	1,4	0	0	5,5	6	0	13,7	22	7,4	0,3					
ттк 101	Суп из бобовых(7)	200	124	7,12	3,04	15,06	0,24	0,08	0,48	224,4	0,31	32,24	96,1	33,8	2,08					
551/2004	Гренки	20	73,04	2,38	0,59	13,9	0,1	0,1	0	0	0	27,1	17,8	3,2	0,24					
49/2003	Зразы "Верх-Исетские"(8)	80	220,8	12,6	18,6	18,5	0,04	0,1	0,4	27,7	4,6	16,7	129	15	1,8					
541/2004	Рагу овощное(9)	150	102	2,3	3,7	13,5	0,08	0,08	12	433,8	1,3	47,1	67,8	34	1,1					
640/2004	Кисель из свежих ягод (10)	200	85	0,2	0,1	20,64	0	0	16	3,4	0,14	9,5	5,74	5	0,3					
ттк 57	Хлеб ржаной (11)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0	0,54	27,1	21	10,68	0,9					
ттк 53	Булка Сухолюбская Витамилизиров.(1)	70	178,5	5,74	1,52	34,02	0,33	0,18	0	0	1,26	63,33	49	24,92	2,1					
	Итого:	810	921,84	33,2	35,19	131,6	0,93	0,64	34,38	695,3	8,15	236,77	408,44	134	8,82					
	Итого за день:	1465	1559,08	54,73	51,66	238,45	1,38	1,38	58,32	1095,22	44,43	791,73	873,99	234	17,35					
	Б:Ж:У 1:1:4																			

1 Булка Сухолюбская витаминизированная - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой , с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

2 Расчет пищевой ценности блюда - по яблоку

3 Допускается замена на бутерброд с маслом (тк 1/13/2015)

4 Допускается замена на другой вид молочной каши

5 Допускается замена на чай с молоком (тк3). Какао с молоком 1(тк18)

6 Допускается замена на салат из свеклы с сыром(тк104), салат из свеклы "Бурячок", овощи свежие порционные, овощи тварные порционные

7 Допускается замена на суп картофельный с бобовыми(тк69)

8 Допускается замена на тефтели с рисом(тк336), фрикадельки из мяса говядины припущенные(тк387), котлеты, биточки, шницели(тк307)

9 Допускается замена на картофель в молоке(тк 207), картофель запеченный (тк 242), сложенный гарнир(тк 218)

10 Допускается замена на кисель из концентрата плодово-ягодного(тк 15)

11 Хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой , с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

День: 6 Неделя: первая

Возраст 7-11 лет

Сезон: осенний, зимний, весенний

ОВЗ

№ рецептуры, сборник	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Витамины и минеральные вещества									
				белки	жиры	углевод	B1	B2	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
ттк 161	Горячий завтрак	200	94	0	0	19,6	0	0	20	12	33,8	32	23,04	19,5	4,4	
1/13/2015	Фрукты(2)	25	82,5	0,8	4,1	4	0	0	0	22,5	0,05	4,8	1,31	0	0,2	
пром	Йогурт 2,5%(4)	150	118,5	4,2	3	16,95	0,05	0,23	1,2	0,03	0	177	144	24	0,15	
ттк 201	Каша молочная геркулесовая(5)	150	146,25	5,78	3,75	21,89	0,08	0,16	0,6	330,4	0,9	131,93	242,4	29,15	1,1	
ттк 49	Масло для поливки блюд	5	29,09	0,04	3,19	0,06	0	0	0	22,5	0,05	1,06	1,31	0	0,01	
ттк 3	Чай с молоком(6)	200	107	4,3	3,3	15,67	0	0,2	0,8	25,5	0,45	158,7	39,15	34	0,2	
ттк 57	Хлеб ржаной (10)	20	50,9	1,64	0,4	9,72	0,09	0,05	0	0	0,36	18,1	14	7,12	0,6	
ттк 53	Булка Сухоложская Витаминизиров.(1)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0	0,54	27,1	21	10,68	0,9	
	Итого за прием:	780	704,74	19,22	18,38	102,47	0,36	0,74	22,6	412,93	36,15	550,69	486,21	124,5	7,56	
	Обед															
ттк109	Салаг из свеж капусты (с кукурузой)(7)	60	49,2	0,84	2,76	5,16	0,01	0,01	7,7	1,32	1,32	21,96	12,4	6,12	0,24	
29/2/2015	Суп-пюре из разных овощей	200	84,8	2,64	3,6	10,35	0,08	0,08	6	266	0,24	51	57,44	17,6	0,56	
551/2004	Гренки	20	73,04	2,38	0,59	13,9	0,1	0,1	0	0	0	27,1	17,8	3,2	0,24	
2/7/2015	Рыба отварная под маринадом(8)	200	351,1	28,67	36	22,67	0,13	0,13	8,23	959	7,75	83	354	73,25	1	
ттк 28	Напиток из ежевики(9)	200	102	0,2	0,1	25	0	0	16	3,4	0,14	6,9	5,8	5,4	0,3	
ттк 57	Хлеб ржаной (10)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0	0,54	27,1	21	10,68	0,9	
ттк 53	Булка Сухоложская Витаминизиров.(1)	70	178,5	5,74	1,52	34,02	0,33	0,18	0	0	1,26	63,33	49	24,92	2,1	
	Итого:	760	1042,64	41,29	44,76	115,96	0,69	0,55	37,93	1229,72	10,89	262,29	503,44	134,1	4,74	
	Итого за день:	1540	1747,38	60,51	63,14	218,43	1,05	1,05	60,53	1642,65	47,04	812,98	989,65	258,5	12,3	
	Б:Ж:У 1:1:4															

1 Булка Сухоложская витаминизированная - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

2 Расчет пищевой ценности блюда - по яблоку

3 Допускается замена на сыр (порциями)(тк89)

4 Допускается замена на сыр (порциями)(тк89)

5 Допускается замена на кашу молочную геркулесову (тк201), другой вид молочной каши.

6 Допускается замена на чай смолоком (тк3)

7 Допускается замена на овощи отварные (тк195), салат из квашеной капусты (тк116), овощи свеж порционн

8 Допускается замена на запеканку картофельную с рыбой(тк556), котлеты, биточки рыбные(тк403)

9 Допускается замена на другой вид свежемороженых плодов и ягод(тк28)

10 Хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

День: 7 Неделя: вторая

Возраст 7-11 лет

Сезон: осенний, зимний, весенний

ОВЗ

№ рецептуры, сборник	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции, г	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Витамины и минеральные вещества																	
				белки	жиры	углевод																		
	Горячий завтрак																							
1/13/2015	Бутерброд с маслом (2)	25	82,5	0,8	4,1	4	0	0	22,5	0,05	4,8	1,31	0	0	0,2									
63/2003	Фрикадельки из мяса говяд припущ(3)	80	179	11,6	12,3	5,3	0,05	0,1	24	3	8,2	141,5	18,75	1,5										
36/2003	Рис припущенный с овощами	150	271,5	3,6	11,58	38	0,01	0,01	110,33	1,08	7,67	8,58	2,8	0,08										
685/2004	Чай с сахаром(4)	200	53	0,2	0	13,7	0,04	0,05	33,35	0,6	67,2	52,1	44,1	0										
ттк 57	Хлеб ржаной (8)	20	50,9	1,64	0,4	9,72	0,09	0,05	0	0,36	18,1	14	7,12	0,6										
ттк 53	Булка Сухоложская Витаминизиров.(1)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0,54	27,1	21	10,68	0,9										
	Итого за прием:	505	713,4	20,3	29,02	85,3	0,33	0,31	190,18	5,63	133,07	238,49	83,45	3,28										
	Обед																							
7/2003	Салаг "Здоровье"(5)	60	70,2	0,72	5,34	4,56	0	0	6,78	1,8	18,9	10,8	5,9	0,3										
111/2004	Борщ "Сибирский"	200	94,4	3,12	3,44	12,8	0,03	0,032	175,76	0,14	26,56	29,84	13,7	0,72										
ттк 81	Сметана для супа	5	10,5	0,15	0,1	0	0,05	0,02	7,5	0	4,3	3	0,4	0,27										
ттк 556	Запеканка картофельная с рыбой(6)	250	400,83	20,33	19,92	32,82	1,67	0,08	178,33	1,87	37,5	174,17	24,5	1,67										
ттк 28	Напиток из ягодной смеси(7)	200	102	0,2	0,1	25	0	0	3,4	0,14	6,9	5,8	5,4	0,3										
ттк 57	Хлеб ржаной (8)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0,54	27,1	21	10,68	0,9										
ттк 53	Булка Сухоложская Витаминизиров.(1)	70	178,5	5,74	1,52	34,02	0,33	0,18	0	1,26	63,33	49	24,92	2,1										
	Итого:	815	932,93	32,72	31,06	123,78	2,22	0,412	366,49	5,75	184,59	293,61	85,5	6,26										
	Итого за день:	1320	1646,33	53,02	60,08	209,08	2,55	2,55	44,66	11,38	317,66	532,1	169	9,54										
	Б:Ж:У 1:1,1:4																							

1 Булка Сухоложская витаминизированная - хлеб, изготовливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

2 Допускается замена на сыр (порциями)(тк89)

3 Допускается замена на котлеты, биточки, шницели (тк 307)

4 Допускается замена на чай с лимоном (тк2)

5 Допускается замена на салат из свежей капусты(ттк109), салат из свежей капусты(с кукурузой) (ттк 109), овощи отварные порционн(тк195), овощи свежие.

6 Допускается замена на котлеты, биточки рыбные(тк403), рыбу под сырной корочкой(тк405) с картофельным пюре(тк187)

7 Допускается замена на напиток из другого вида замороженных плодов и ягод (ттк28)

8 Хлеб ржаной - хлеб, изготовливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

День: 8 Неделя: вторая

Возраст 7-11 лет

Сезон: осенний, зимний, весенний

ОВЗ

№ рецептуры, сборник	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Витамины и минеральные вещества													
				белки	жиры	углевод	B1	B2	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe					
	Горячий завтрак																			
16/5/2015	Запеканка из творога с яблоками (2)	150	339	19,95	17,1	26,4	0	0	1,65	37,4	0,23	165	15,7	34,5	1,05					
ттк 51	Сгущенн молоко для пудинг и запек	10	28,8	0,7	0,8	5,05	0,01	0,03	0,04	4,7	0,02	27,02	19,05	2,95	0,02					
ттк16	Кофейный напиток с молоком(3)	200	106	4,1	3,3	15,63	0	0,2	0,8	0	0	158,7	50	0	0,2					
ттк 57	Хлеб ржаной (4)	20	50,9	1,64	0,4	9,72	0,09	0,05	0	0	0,36	18,1	14	7,12	0,6					
ттк 53	Булка Сухоложская Витаминизиров.(1)	40	102	3,28	0,87	19,44	0,19	0,1	0	0	0,72	36,19	28	14,24	1,2					
	Итого за прием:	420	626,7	29,67	22,47	76,24	0,29	0,38	2,49	42,1	1,33	405,01	126,75	58,81	3,07					
	Обед																			
ттк 113	Салат из свеж помидоров с раст мас (5)	60	67	0,6	6	2,1	0	0	13,7	39,9	0,2	8,7	6,8	11,5	0,5					
124/2004	Щи из свежей капусты и картофеля	200	70,4	1,6	3,44	8	0,04	0,03	9,68	172,72	0,14	28,16	33,38	14,51	0,56					
ттк 81	Сметана для супа	5	10,5	0,15	0,1	0	0,05	0,02	0,02	7,5	0	4,3	3	0,4	0,27					
593/2013	Гуляш "Праздничный"(6)	80	61,6	6,72	2,96	2,72	0,16	0,32	2,4	50,77	1,03	4,56	113,5	10,9	2,72					
ттк 233	Овощи припущенн гарнир(9)	30	20,4	0,75	1,05	1,86	0,15	0,15	1,5	13,2	4,5	17,04	60,8	20	2,16					
44/3/2015	Каша гречневая рассыпч с овощами(7)	120	212,7	6,88	5,44	30,25	0,16	0,16	5,76	282,4	0,8	46,4	178,8	120,5	3,76					
640/2004	Кисель из свежих ягод (8)	200	85	0,2	0,1	20,64	0	0	16	3,4	0,14	9,5	5,74	5	0,3					
ттк 57	Хлеб ржаной (4)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0	0,54	27,1	21	10,68	0,9					
ттк 53	Булка Сухоложская Витаминизиров.(1)	70	178,5	5,74	1,52	34,02	0,33	0,18	0	0	1,26	63,33	49	24,92	2,1					
	Итого:	795	782,6	25,1	21,25	114,17	1,03	0,96	49,06	569,89	8,61	209,09	472,02	218,5	13,27					
	Итого за день:	1215	1409,3	54,77	43,72	190,41	1,32	1,32	51,55	611,99	9,94	614,1	598,77	277,3	16,34					
	Б:Ж:У 1,1:1:4																			

1 Булка Сухоложская витаминизированная - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

2 Допускается замена на запеканку из творога(тк200), запеканку творожную со свежими ягодами(ттк248), пудинг из творога запеченный(тк208)

3 Допускается замена на кофейный напиток с молоком (тк16)

4 Хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

5 Допускается замена на овощи порционные свежие, овощи отварные порционные)

6 Допускается замена на котлеты, биточки, шницели(тк307), зразы Верх-Исетские(тк312), гуляш из мяса говядины(тк303)

7 Допускается замена на кашу рассыпчатую гречневую. (тк 189)

8 Допускается замена на кисель (тк15)

9 Допускается замена на овощи отварные порционные или увелмчение массы каши гречневой рассыпчатой с овощами(тк249)

День: 9 Неделя: вторая

Возраст 7-11 лет

Сезон: осенний, зимний, весенний

ОВЗ

№ рецептуры, сборник	№ приема пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Витамины и минеральные вещества													
				белки	жиры	углевод	B1	B2	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe					
	Горячий завтрак																			
ттк 161	Фрукты(3)	150	70,5	0	0	14,7	0	0	0	15	9	25,34	24	17,28	14,16	3,3				
97/2004	Сыр (порциями)(4)	10	35	2,6	2,7	0	0	0,03	0,07	0,67	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07				
ттк 612	Зразы из цыпленка-бройлера с луком и яйцом(5)	80	125,33	12,53	5,2	6,48	0,1	0,1	0,67	27,7	4,6	13,47	7,3	1,3	0,53					
209/2005	Макароны отварные с овощами(6)	150	175,5	4,95	3,68	28,91	0,1	0	1	28,32	0,96	15,08	49,2	8,9	0,83					
686/2004	Чай с лимоном(7)	210	60	0,3	0	15,2	0,05	0,05	13,11	35	0,63	68,8	54,7	46,9	0,95					
ттк 57	Хлеб ржаной (2)	20	50,9	1,64	0,4	9,72	0,09	0,05	0	0	0	0,36	14	7,12	0,6					
ттк 53	Булка Сухоложская Витаминизиров.(1)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0	0	0,54	21	10,68	0,9					
	Итого за прием:	690	695,73	27,76	13,49	109,03	0,67	0,43	29,85	123,82	33,19	302,74	251,48	108,8	8,38					
	Обед																			
т.24/1996	Огурец свежий(8)	30	4,2	0,24	0	0,7	0	0	1,2	3	0	6,06	11	37	0,18					
133/2004	Суп картофельный с рыбой	250	145	6,9	4,4	18,1	0,2	0,13	18,1	234,2	2,3	97,1	150,5	66,8	2					
3/9/2015	Рагу из мяса кур (филе)(9)	200	260	21,28	22,16	32,6	0,13	0,13	8,24	406,8	0,53	41,76	96,27	42,93	0,96					
ттк 28	Напиток из абрикосов(7)	200	102	0,2	0,1	25	0	0	16	3,4	0,14	6,9	5,8	5,4	0,3					
ттк 57	Хлеб ржаной (2)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0	0	0,54	21	10,68	0,9					
ттк 53	Булка Сухоложская Витаминизиров.(1)	70	178,5	5,74	1,52	34,02	0,33	0,18	0	0	0	1,26	49	24,92	2,1					
	Итого:	780	766,2	36,82	28,82	125	0,8	0,54	43,54	647,4	4,77	242,25	333,57	187,7	6,44					
	Итого за день:	1470	1461,93	64,58	42,31	234,03	1,47	1,47	73,39	771,22	37,96	544,99	585,05	296,5	14,82					
	Б:Ж:У 1,2:1:4,2																			

1 Булка Сухоложская витаминизированная - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

2 Хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

3 Расчет пищевой ценности блюда - по яблоку

4 Допускается замена на бутерброд с маслом (тк 1/13/2015)

5 Допускается замена на фрикадельки из цыпленка бройлера(филе)(тк 317), гуляш из филе курицы (ТТК 603)

6 Допускается замена на отварные макаронные изделия(тк188), макаронные изделия отварные с сыром(ттк202)

7 Допускается замена на напиток из другого вида плодов и ягод(ттк28)

8 Допускается замена на овощи отварные порционные

9 Допускается замена на курицу тушеную с картофелем и овощами(ттк611)

День: 10 Неделя: вторая

Возраст 7-11 лет

Сезон: осенний, зимний, весенний

ОВЗ

№ рецептуры, сборник	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции, г	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Витамины и минеральные вещества										
				белки	жиры	углевод	B1	B2	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe		
Горячий завтрак																	
97/2004	Сыр (порциями)(3)	10	35	2,6	2,7	0	0	0,03	0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07		
43/2006	Суфле "Рыбка"(4)	80	145,6	10,56	10,88	1,12	0,08	0,1	0,5	85,6	0,9	30,6	104,5	14,7	0,33		
28/2003	Картофельное пюре с морковью(5)	150	125	2,9	4,8	17,6	0,1	0,1	9	668,3	0,3	25,7	70,3	31,8	1,4		
685/2004	Чай с сахаром(6)	200	53	0,2	0	13,7	0,04	0,05	0	33,35	0,6	67,2	52,1	44,1	0		
ттк 57	Хлеб ржаной (2)	20	50,9	1,64	0,4	9,72	0,09	0,05	0	0	0,36	18,1	14	7,12	0,6		
ттк 53	Булка Сухоложская Витаминизиров.(1)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0	0,54	27,1	21	10,68	0,9		
	Итого за прием:	490	486	20,36	19,42	56,72	0,45	0,43	9,57	811,05	2,74	268,7	321,9	113,9	3,3		
Обед																	
523/2004	Салат из свеклы "Бурячок"(7)	60	86,1	0,62	8	3,02	0,01	0,01	1,73	1,58	4,01	14,8	16,7	8,7	0,5		
ттк 85	Суп-крем из шпината(8)	200	100,8	2,56	3,52	13,98	0,1	0,1	5,6	125,2	0,26	44	58,6	21,8	0,64		
551/2004	Гренки	20	73,04	2,38	0,59	13,9	0,1	0,1	0	0	0	27,1	17,8	3,2	0,24		
601/2013	Плов из говядины(9)	250	344	14,1	19,9	16,9	0	0,1	0,7	199,52	2,03	19	248,44	5,3	2,1		
ттк 5	Компот из свежих яблок(10)	200	61	0,1	0,1	15,41	0	0	8	2	0,08	3,2	3,83	3,13	0,4		
ттк 57	Хлеб ржаной (2)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0	0,54	27,1	21	10,68	0,9		
ттк 53	Булка Сухоложская Витаминизиров.(1)	70	178,5	5,74	1,52	34,02	0,33	0,18	0	0	1,26	63,33	49	24,92	2,1		
	Итого:	830	919,94	27,96	34,27	111,81	0,68	0,59	16,03	328,3	8,18	198,53	415,37	77,73	6,88		
Итого за день:		1320	1405,94	48,32	53,69	168,53	1,13	1,13	25,6	1139,35	10,92	467,23	737,27	191,6	10,18		
Б:Ж:У 1:1:4																	

1 Булка Сухоложская витаминизированная - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой , с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

2 Хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой , с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

3 Допускается замена на бутерброд с маслом (тк 1/13/2015)

4 Допускается замена на тефтели рыбные (тк414)

5 Допускается замена на картофель и овощи тушеные в соусе (тк190)

6 Допускается замена на чай с лимоном (тк2)

7 Допускается замена на овощи свежие порционные

8 Допускается замена на суп-пюре из разных овощей(тк76)

9 Допускается замена на фрикадельки из мяса говядины припущенные(тк387) и рис отварной рассыпчатый (тк214)

10 Допускается замена на напиток из свежемороженых яблок(тк28)

День: 11 Неделя: вторая

Возраст 7-11 лет

Сезон: осенний, зимний, весенний

ОВЗ

№ рецептуры, сборник	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции, г	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Витамины и минеральные вещества										
				белки	жиры	углевод	В1	В2	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe		
	Горячий завтрак																
ттк 161	Фрукты(3)	200	94	0	0	19,6	0	0	20	12	33,8	32	23,04	19,5	4,4		
ттк 133	Горячий бутерброд(4)	70	102	5	8,3	18,5	0,1	0,6	0,6	5	0,15	55,9	77,4	9,6	0,6		
340/2004	Омлет натуральный(5)	150	298,9	15	17	2,7	0,05	0,4	0,3	329,3	0,76	104,5	192,8	12,1	2,6		
ттк 18	Какао с молоком(6)	200	119	5	3,8	16,01	0	0,2	0,8	0,12	0,01	163,2	22,8	14,8	0,9		
ттк 57	Хлеб ржаной (2)	20	50,9	1,64	0,4	9,72	0,09	0,05	0	0	0,36	18,1	14	7,12	0,6		
ттк 53	Булка Сухоломская Витамиализиров.(1)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0	0,54	27,1	21	10,68	0,9		
	Итого за прием:	670	741,3	29,1	30,14	81,11	0,38	0,85	21,7	346,42	35,62	400,8	351,04	73,8	10		
	Обед																
ттк 245	Горошек зеленый(7)	20	9,8	0,6	0,04	1,28	0,02	0	1,96	5,4	0,06	3,92	13,4	34	0,14		
132/2004	Рассольник Ленинградский	200	108	2,4	3,6	16,08	0,08	0,08	5,36	180,4	0,24	16,8	51,68	18,24	0,72		
ттк 81	Сметана для супа	5	10,5	0,15	0,1	0	0,05	0,02	0,02	7,5	0	4,3	3	0,4	0,27		
971/2004	Рыба припущенная(8)	80	126,9	18,8	5,5	0,43	0,1	0,14	0,13	93,2	1,5	29,12	174	27,4	0,64		
ттк 242	Картофель запеченный(9)	150	162	3,38	3,9	26,55	0,15	0,08	14,25	4,65	0,03	18,6	85,05	34,08	1,425		
638/2004	Компот из изюма(10)	200	100	0,3	0	25,6	0	0	0,8	0	0	24	0	0	0,8		
ттк 57	Хлеб ржаной (2)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0	0,54	27,1	21	10,68	0,9		
ттк 53	Булка Сухоломская Витамиализиров.(1)	70	178,5	5,74	1,52	34,02	0,33	0,18	0	0	1,26	63,33	49	24,92	2,1		
	Итого:	755	772,2	33,83	15,3	118,54	0,87	0,6	22,52	291,15	3,63	187,17	397,13	149,7	6,995		
	Итого за день:	1425	1513,5	62,93	45,44	199,65	1,25	1,25	44,22	637,57	39,25	587,97	748,17	223,5	16,995		

Б:Ж:У 1,3:1:4

Булка Сухоломская витаминизированная - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой , с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

Хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой , с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

Расчет пищевой ценности блюда - по яблоку

Допускается замена на бутерброд с маслом (тк 1/13/2015), сыр (порциями)(ттк89)

Допускается замена на омлет, смешанный с мясными продуктами(ттк199), омлет с сыром(ттк198), омлет с картофелем запеченный(ттк246)

Допускается замена на чай с молоком (тк3). Какао с молоком 1(тк18)

Допускается замена на кукурузу консервированную(ттк259), овощи отварные(ттк195), овощи свежие порционные.

Допускается замена на рыбу, припущенную в молоке(тк426), рыбу, тушеную с овощами(тк402), рыбу под сырной корочкой(ттк405), тефтели рыбные(тк414)

Допускается замена на пюре картофельное(тк187), картофель в молоке(тк207), картофель запеченный со сметаной(ттк230)

Допускается замена на напиток из свежемороженых плодов и ягод(ттк28)

День: 12 Неделя: вторая

Возраст 7-11 лет

Сезон: осенний, зимний, весенний

ОВЗ

№ рецептуры, сборник	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Витамины и минеральные вещества										
				белки	жиры	углевод	B1	B2	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe		
	Горячий завтрак																
ттк 161	Фрукты(3)	200	94	0	0	19,6	0	0	20	12	33,8	32	23,04	19,5	4,4		
1/13/2015	Бутерброд с маслом (3)	25	82,5	0,8	4,1	4	0	0	0	22,5	0,05	4,8	1,31	0	0,2		
пром	Йогурт 2,5%(5)	150	118,5	4,2	3	16,95	0,05	0,23	1,2	0,03	0	177	144	24	0,15		
ттк201	Каша молочная рисовая(6)	150	69	3,08	2,48	9	0	0,15	0,6	14	0,006	121,35	90,15	20,57	0,15		
ттк 3	Чай с молоком(7)	200	107	4,3	3,3	15,67	0	0,2	0,8	25,5	0,45	158,7	39,15	34	0,2		
ттк 57	Хлеб ржаной (2)	20	50,9	1,64	0,4	9,72	0,09	0,05	0	0	0,36	18,1	14	7,12	0,6		
ттк 53	Булка Сухоложская Витаминизиров.(1)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0	0,54	27,1	21	10,68	0,9		
	Итого за прием:	805	674,9	18,94	14,56	104,1	0,42	0,83	22,6	74,03	35,746	566,15	353,65	126,6	7,5		
	Обед																
ттк259	Кукуруза консервированная(8)	20	3,6	0,44	0,08	0,44	0	0	0,96	0,4	0,04	0,4	8,2	2,6	0,07		
171/2004	Суп-пюре из картофеля	200	126,4	3,2	4,88	17,12	0,12	0,09	6,32	100,16	0,21	45,68	46,88	17,44	0,72		
551/2004	Гренки	20	73,04	2,38	0,59	13,9	0,1	0,1	0	0	0	27,1	17,8	3,2	0,24		
ттк388	Голуцы с мясом говядины и рисом ленивые	200	250	17,25	13,25	13,25	0,1	0,1	5,75	8,6	1,7	86,25	163,2	39,5	2,75		
600/2004	Соус сметанный	100	48,8	0,57	3,62	3,34	0,03	0,03	4,5	400	0	31,81	59	6,8	0,45		
ттк28	Напиток из сливы(9)	200	102	0,2	0,1	25	0	0	16	3,4	0,14	6,9	5,8	5,4	0,3		
ттк 57	Хлеб ржаной (2)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0	0,54	27,1	21	10,68	0,9		
ттк 53	Булка Сухоложская Витаминизиров.(1)	70	178,5	5,74	1,52	34,02	0,33	0,18	0	0	1,26	63,33	49	24,92	2,1		
	Итого:	840	858,84	32,24	24,68	121,65	0,82	0,6	33,53	512,56	3,89	288,57	370,88	110,5	7,53		
	Итого за день:	1645	1533,74	51,18	39,24	225,75	1,24	1,24	56,13	586,59	39,636	854,72	724,53	237,1	15,03		

в:Ж:у 1,3:1:4,5

1 Булка Сухоложская витаминизированная - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

2 Хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

3 Расчет пищевой ценности блюда - по яблоку

4 Допускается замена на сыр (порциями)(тк89)

5 Допускается замена на сыр (порциями)(тк89)

6 Допускается замена на кашу молочную рисовую(тк201), на молочную кашу из другого вида крупы

7 Допускается замена на чай с молоком (тк3)

8 Допускается замена на овощи свежие порционные, овощи отварные(тк195)

9 Допускается замена на напиток из другого вида плодов и ягод(тк28)