

Утверждено:

Генеральный директор

ООО «Магия вкуса»

 М.Г. Сысова

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ

 МАОУ *Бурлакинская СОШ*
Нузова Р.М.

ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

По организации горячего питания воспитанников с 3-7 лет

Дошкольных учреждений

Тюменского района г. Тюмени

г. Тюмень

ПРИМЕРНОЕ 20 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА: 3-7 ЛЕТ

1 день.

Наименование блюда	Береза, г	Пихта, г	Пихта, г	Химический состав				№ рецептуры
				Береза, г	Жир, г	Угл., г	Экв. ккал	
Завтрак				69,48	9,54	67,21	361,25	
Бутерброд с маслом			10:20	1,70	0,28	23,63	101,40	2-2011
хлеб пшеничный	20,00	20,00						
масло	20,00	20,00						
Каша из овсяной крупы				100	5,69	6,98	28,63	103-2011
крупы овсяной	25,00	25,00						
масло сливочное	56,00	56,00						
молоко питьевое 2,5% жирности	120,00	120,00						
сахар песок	4,00	4,00						
масло сливочное		100,00						
масло сливочное 72,5%	2,00	2,00						
Кофейный напиток				100	3,70	1,28	15,57	692-2004
кофейный напиток	2,50	2,50						
сахар песок	11,00	11,00						
молоко питьевое 2,5% жирности	80,00	80,00						
вода	104,00	104,00						
Второй завтрак				9,53	0,2	11,56	98,75	
Паштет из курицы			150	9,53	0,2	11,56	98,75	388-2011
курица	18,00	18,00						
сахар песка	9,04	9,04						
вода	140,00	140,00						
Паштет из свиной печени				150	0,38	0,88	13,34	
печень свиная	10,00	10,00						
сахар песок	9,00	9,00						
вода	140,00	140,00						
Обед				69,47	20,88	66,70	609,95	
Салат из отварной курицы с кукурузой			50	6,62	2,05	4,37	38,64	47/12-2017
курица до 01.01 - 20%	58,90	40,87						
с 01.01 - 25%	56,54	42,51						
масло сливочное 2,5% жирности		18,00						
картофель отварной	16,50	10,00						
масло растительное	1,98	1,00						
Суп из свинины с овощами				50	0,37	2,84	9,73	20-2011
свинина (сало) жирностью	49,58	49,00						
или свинина - сало жирностью	49,58	49,00						
масло растительное	1,00	1,00						
Рассольник с квашеной капустой и картофелем				100	1,73	1,30	10,50	120-1996
пшеница 1 категории	16,80	16,00						
масло сливочное 2,5%		8,88						
картофель - 01.06 - 31.10 - 25%	53,20	40,00						
01.11 - 31.12 - 10%	37,20	40,00						
01.01 - 29.02 - 15%	61,60	40,00						
03.03 - 48%	66,80	40,00						
крупы пшеничные	5,80	5,00						
картофель - 01.01 - 24%	10,00	8,00						
с 01.01 - 25%	10,64	8,88						
суповый концентрат	7,14	6,00						
суповый концентрат	10,70	10,00						
суповый концентрат	0,01	0,01						
масло сливочное 2,5%	1,50	1,50						
соль поваренная	1,50	1,50						
вода	188,00	188,00						
уксус 15%	5,00	5,00						
Шницель свиной				50	10,47	11,28	159,42	184-2018
фарш свиной	52,02	51,00						
хлеб пшеничный	12,00	12,00						
молоко питьевое 2,5% жирности	6,00	6,00						
картофель	9,52	8,00						
соль	0,70	0,70						
уксус столовый	1,50	1,50						
картофель отварной	5,00	5,00						
масло сливочное		84						
масло растительное	0,70	0,70						
Картофельное пюре	147,63	111,00	130	3,25	4,78	22,01	143,76	332-2011

картофель - 01.09.-31.10.- 29%			198,71	111,00					
01.11.-31.12.-30%			170,94	111,00					
01.01-29.02 - 35%			165,37	111,00					
01.03. - 40%			116,55	111,00					
масло топленое 2,5% жирности			4,89	4,89					
масло сливочное 72,5 %			4,90	4,90					
Каша из яблони + Ванилин С				180	0,88	0,88	13,94	56,23	342-2011
яблони свежие			20,34						
лимонная кислота			0,13						
сахар песок			9,00						
ваниль сухая			170						
Хлеб пшеничный или хлеб высший с содержанием пшеницы в муке не менее				25	1,03	0,35	12,30	55,25	
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием пшеницы в муке не менее				25	1,68	0,30	8,55	50,25	
Поленик					03,24	6,89	31,11	247,72	
Сырники из сыра с твердым маслом 180г.				100/20	10,23	6,89	31,13	206,36	210-2011
Продукты									
творог			70,70						
яйца куриные			5,80						
масло сливочное			3,80						
сахар песок			7,00						
масло растительное			13,00						
масло растительное			1,20						
масло сливочное				100,00					
масло сливочное			20,00						
Итого									
Булочки - пряничного производства				50	3,87	3,75	38,44	163,17	
Чай с сахаром				180	0,01	0,00	0,98	41,26	378-2011
чай черный			0,40						
сахар			180,00						
сахар песок			9,00						
Итого:					40,72	37,51	190,38	1317,67	
2 день									
Поленик	Булочки, г	Чай, г	Витамин, г	Химический состав				Энергетическая ценность	
				Булочки, г	Жир, г	Угле, г	Энерг, ккал		
Завтрак					17,10	16,56	35,34	359,85	
Булочки с сахаром				180	3,67	5,06	10,66	92,85	3-2004
хлеб пшеничный			20,00						
сахар			9,00						
Поленик натуральный				190	0,50	0,30	2,32	131,84	210-2011
яйца куриные			90,80						
масло сливочное 2,5% жирности			57,80						
масло сливочное 2,5% жирности				157,80					
масло сливочное 2,5% жирности			0,50						
масло растительное			1,00						
Чай с маслом и сахаром				180	2,18	1,90	13,61	83,16	685-1064
чай черный			0,50						
сахар песок			9,00						
масло сливочное 2,5% жирности			58,00						
сахар			130,00						
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием пшеницы в муке не менее				30	1,65	0,3	8,55	54,3	
Второй завтрак					0,78	0,88	13,10	86,88	
Поленик из яблони-абрикосовой смеси				150	0,78	0,88	13,10	86,88	344-2011
яблони-абрикосовая смесь			18,00						
сахар песок			10,00						
вода питьевая			140,00						
4.3.6									
Фрукты (исключая продукты питания животного происхождения)				180	0,85	0,38	15,4	99,89	
Обед					17,13	21,35	102,18	593,81	
Пора кабачковая				50	0,36	1,08	2,3	37,9	73-2011
4.3.7									
Салат из овощей				50	0,70	1,04	3,95	33,78	34-2011
картофель до 01.01.-20%			31,25						
картофель с 01.01.-20%			31,25						
яйца куриные									
салат - до 01.01.-20%			28,75						
с 01.01.-20%			30,50						
яйца куриные									
картофель до 01.01.-20%			20,02						
картофель с 01.01.-20%			1,00						
Щи из свеклы с капустой и сметаной				200	3,89	5,01	8,64	87,30	185-2011
картофель - 01.09.-31.10.- 29%			28,60						
01.11.-31.12.-30%			28,60						
01.01-29.02 - 35%			30,80						
01.03. - 40%			33,40						
картофель до 01.01.-20%			12,50						
картофель с 01.01.-20%			13,30						

хлеб ржаной	11,90	10,00						
масло сливочное	37,50	30,00						
сахарный песок	0,01	0,01						
масло растительное	1,20	1,20						
уксус 10%	5,00	5,00						
булочки сдобные	188,00	188,00						
Куря шпеченная в масле и специях			80	5,40	9,50	3,30	126,90	494-2004
треска курочка	181,35	75,00						
масло растительное	2,00	2,00						
масло сливочное		40,00						
масло сливочное (997-1004)		40,00						
молоко питьевое	33,00	33,00						
масло сливочное 72,5 %	2,00	2,00						
соль йодированная	0,20	0,20						
масло	15,00	15,00						
молоко питьевое	2,50	2,50						
Макаронные изделия			120	3,50	4,4	52,00	187,30	500-2011
макаронные изделия	45,50	45,50						
масло сливочное 72,5 %	4,00	4,00						
Напитки из сливок и сахара			180	8,10	0,00	15,10	56,60	357-2002
сметана 10%	15,00	15,00						
масло сливочное 72,5 %	15,00	15,00						
сахарный песок	10,00	10,00						
молоко питьевое	162,80	162,80						
Итого								
Кисломолочные продукты			180	0,02	0,08	13,44	86,68	342-2011
сметана 10%	15,00	15,00						
сметана 10%	10,00	10,00						
масло сливочное	160,00	160,00						
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием отрубей и макарон			20	1,65	0,3	8,25	54,30	
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием отрубей и макарон			20	2,01	0,25	12,30	58,40	
Подливки				5,80	14,62	45,30	275,00	
Мясные продукты			40	3,08	9,63	35,70	167,00	6-2004
сметана 1,5%	27,50	27,50						
масло сливочное	12,00	12,00						
сметана 10%	14,00	14,00						
масло сливочное 72,5%	4,00	4,00						
сметана 10%	0,15	0,15						
сметана 10%	0,05	0,05						
масло сливочное 72,5%	15,00	15,00						
сметана 10%	7,40	7,40						
масло сливочное		78,9						
сметана 10%	1,00	1,00						
масло сливочное	0,70	0,70						
Итого								
Мучные изделия промышленного производства			60	4,08	1,20	30,10	178,57	
Масло сливочное натуральное			180	5,88	5,00	9,60	108,00	
Итого:				45,88	52,53	198,72	1315,54	
3 день								
Виды сырья (наименование)	Цены, г	Цены, г	Выход, г	Характеристики сырья				
				Витамин, г	Жир, г	Угле, г	Соль, г	
Закупка:				11,28	14,74	83,41	388,52	
Бутерброды с маслом			200	1,83	5,86	10,96	202,80	3-1004
хлеб пшеничный	20,00	20,00						
масло сливочное 72,5 %	6,00	6,00						
Каша пшеничная молотая пшеница			100	6,38	6,00	37,41	190,08	201-2011
пшеница пшеница 1,5% жирности	120,00	120,00						
масло	50,00	50,00						
пшеница	30,00	30,00						
сахарный песок	4,00	4,00						
соль йодированная	0,60	0,60						
масло сливочное 72,5 %	2,00	2,00						
Каша с маслом			100	3,07	3,68	15,04	96,48	582-2011
крупы-пшеница	1,40	1,40						
сметана 10%	10,00	10,00						
масло	100,00	100,00						
масло сливочное 1,5% жирности	80,00	80,00						
Второй закупка:				6,12	6,12	14,88	111,20	
Напитки из сливок + Витамин С			180	6,12	6,12	14,88	111,20	348-2011
молоко сливочное	23,00	23,00						
сметана 10%	10,00	10,00						
масло	125,00	125,00						
Итого								
Фрукты (исключая свежие овощи и фрукты - яблоки, груши, бананы)			180	0,55	0,20	15,6	90,80	

Обед				14,51	19,19	94,65	477,4		
Нарезка из отпаренной свеклы				80	6,44	9,67	4,82	25,29	44-1996
свекла - до 01.01 - 20%				81,75		65,40			
свекла - от 01.01 - 25%				80,98		65,40			
масло сливочное						10,00			
масло растительное				0,10		0,30			
Итого									
Салат из свеклы, картофеля и огурцов				50	6,39	3,46	1,48	29,68	24-2011
огурцы свежие грунтовые				29,30		25,00			
или огурцы свежие парниковые				36,31		25,00			
огурцы свежие грунтовые				24,13		23,00			
или огурцы свежие парниковые				23,46		23,00			
масло растительное				2,80		2,80			
Суп картофельный с мясом св. сытным				200	8,25	3,85	13,25	138,20	81-2011
картофель 1 сорт				14,88		14,00			
мясо откармленного мясного						5,00			
картофель до 01.01 - 20%				13,90		10,00			
с 01.01 - 25%				13,30		10,00			
масло растительное				9,32		8,00			
масло растительное				2,00		2,00			
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%				60,59		50,00			
01.11 - 31.12 - 30%				71,84		60,00			
01.01-29.02 - 35%				77,89		60,00			
03.03 - 40%				83,38		60,00			
картофель 1 сорт				0,01		0,01			
картофель 1 сорт				5,00		5,00			
масло растительное				108,00		108,00			
Тыфлин мясной				70	9,66	8,68	11,00	139,49	423-1996
фарш говяжий				3,19		5,00			
фарш куриный				47,63		46,50			
масло растительное				11,62		9,68			
картофель 1 сорт				6,58		6,58			
картофель 1 сорт				1,88		1,88			
картофель 1 сорт				3,00		5,00			
масло растительное						82,69			
масло растительное				8,70		9,70			
Капустная тушеная				130	3,60	3,30	11,78	90,29	482-1996
капуста бешеная				172,50		138,83			
картофель до 01.01 - 20%				18,75		19,00			
с 01.01 - 25%				19,95		19,00			
томатная паста (без консервантов и красителей)				2,58		2,58			
масло растительное				11,90		10,00			
масло растительное				1,00		1,00			
масло растительное				3,00		3,00			
Компот из яблок-абрикосов с мятой				180	6,78	0,90	13,68	55,88	346-2011
яблоко-абрикосовый сок				18,80		18,80			
сахар белый				10,00		10,00			
вода питьевая				180,00		180,00			
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с добавлением отрубей и минералов				50	4,34	0,50	24,40	136,38	
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с добавлением отрубей и минералов				20	3,24	0,4	17,1	112	
Подливки					8,85	8,78	46,89	250,60	
Булочки дрож. Пропитанные				70	6,64	16,68	45,47	250,60	
Итого									
Курятина запеченная				60	2,88	6,76	36,52	178,97	456-2011
фарш куриный				3,20		3,20			
картофель				7,40		7,40			
масло сливочное 82%				34,52		34,52			
масло сливочное				6,10		6,10			
картофель 1 сорт				6,02		6,02			
масло				0,05		0,05			
масло сливочное 72,5%				18,84		18,80			
картофель				0,01		0,01			
масло сливочное 72,5%						68			
масло растительное				0,90		0,90			
Чай с сахаром и лимоном				180/2	0,01	0,03	8,38	38,98	378-2011
чай черный				0,40		0,40			
лимон-сладкий				2,35		2,80			
вода				180,00		180,00			
сахар белый				10,00		10,00			
Итого:					42,56	42,79	194,56	1447,35	
4 день									
Завтрак				Химический состав					
Энергетическая ценность		Белки, г	Жиры, г	Углеб., г	Калории, к	Жирн., г	Угл., г	Щел. экв.	
Завтрак				10,24	13,39	44,45	343,46		
Бутерброд с маслом и сыром				20/5/9	3,48	6,11	88,73	113,05	3-2011
масло сливочное 72,5 %				1,00		5,00			
сыр				9,09		9,00			
хлеб пшеничный				20,00		20,00			
Суп мясной уваром с маком				100	3,97	5,00	38,15	127,26	162-1996

масло растительное 2,5% жирности	150,00	150,00					
яйца	44,00	44,00					
крупа рис круглый	16,00	16,00					
сметан жирная	1,20	1,20					
соль йодированная	0,57	0,57					
масло сливочное 72,5 %	2,00	2,00					
Кофейный напиток			180	2,79	2,18	15,57	92,85
кофейный напиток	2,58	2,58					
сметан жирная	11,00	11,00					
масло растительное 2,5% жирности	88,00	80,00					
яйца	100,00	100,00					
Второй завтрак				0,71	0,15	11,55	67,56
Отвар из овощей			150	0,51	0,21	12,2	92,68
овощи замороженные	17,00	17,00					
сметан жирная	9,00	9,00					
яйца	150,00	150,00					
Ужин							
Фрукт (исключая цитрусовые, ягоды, ананасы - яблоко, груша, банан)			180	9,95	8,10	15,4	90,94
Обед				27,36	16,49	72,68	583,43
Яйца отварные			40	5,15	4,60	6,30	63,50
яйца куриные	40,00	40,00					
Салат " Цыпкой "			50	6,66	1,59	2,40	37,00
морковь до 01.01	35,00	20,00					
морковь с 01.01 - 25%	24,64	20,00					
масло растительное		1,68					
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	53,23	25,00					
01.11 - 31.12 - 30%	85,75	25,00					
01.01 - 30.02 - 35%	66,20	25,00					
01.03 - 40%	41,73	25,00					
масло растительное		22,00					
соль йодированная	20,84	12,80					
масло растительное	3,00	3,00					
Ужин							
Нарезка из овощей замороженных с маслом растительным			50	0,64	2,61	1,20	36,40
овощи замороженные	50,00	48,00					
масло растительное	50,00	48,00					
масло растительное	2,90	2,00					
Вареное мясо и сметаной			200	4,51	8,81	12,80	122,39
говядина 1 категория	16,80	10,00					
масло растительное		18,66					
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	56,60	20,00					
01.11 - 31.12 - 30%	28,60	20,00					
01.01 - 30.02 - 35%	30,86	20,00					
01.03 - 40%	33,40	20,00					
масло растительное	18,79	15,00					
сметан - до 01.01 - 20%	37,50	38,00					
с 01.01 - 25%	39,90	38,00					
морковь до 01.01 - 20%	13,75	11,00					
с 01.01 - 25%	14,83	11,00					
томатный соус (без консервантов и крахмала)	3,00	3,00					
картофель	0,01	0,01					
масло растительное	10,71	9,00					
масло растительное	2,00	2,00					
сметан 15%	5,00	5,00					
сметан жирная	1,50	1,50					
соль йодированная	1,26	1,26					
яйца	190,00	190,00					
Рыба копченая			70	15,04	3,68	8,24	82,89
карпачо с/м с/у	119,28	84,00					
яйца вареные с/м с/у	112,40	84,00					
соль йодированная	0,70	0,70					
масло растительное	1,20	1,20					
Ужин							
Рыба, запеченная в масле			70	17,73	4,62	2,92	133,33
карпачо с/м с/у	72,99	50,00					
яйца вареные с/м с/у		50,00					
масло растительное	3,20	3,20					
яйца	25,93	25,93					
масло растительное	10,90	10,90					
масло растительное	1,00	1,00					
Картофельные пюре			130	3,35	4,78	22,81	143,76
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	147,63	111,00					
01.11 - 31.12 - 30%	158,73	111,00					
01.01 - 30.02 - 35%	170,84	111,00					
01.03 - 40%	185,37	111,00					
масло растительное 2,5% жирности	4,00	4,00					
масло сливочное 72,5 %	4,00	4,00					
Компот из фруктов			180	6,16	0,84	14,10	58,28
фрукты	14,08	14,08					
яйца	175,00	175,00					
сметан жирная	9,00	9,00					

Хлеб ржаной или хлеб ржаной с добавлением отрубей и жмыха			28	1,05	0,3	8,99	54,3	
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с добавлением отрубей и жмыха			28	1,02	0,25	11,30	58,40	
Подсчитано				5,42	12,16	44,40	345,34	
Сметана с изюмом			40	3,32	8,34	41,20	292,38	408-2011
молоко сгущенное, жирность 10%			10,00	10,00				
молоко			15,00	15,00				
яйца куриные			9,10	9,10				
масло подсолнечное				75,00				
масло сливочное 82%			8,80	8,80				
масло растительное			6,60	6,60				
Итого: в сметане			180	6,12	6,12	15,08	85,08	342-2011
молоко			13,00	13,00				
сметана			9,00	9,00				
яйца			13,00	13,00				
Кисломолочный напиток			180	3,18	3,99	3,38	56,00	098-2004
Итого:				43,67	43,50	173,00	1342,69	
5 день								
Наименование товара	Единица	Цена, руб.	Выход, г	Химический состав				
				Белок, г	Жиры, г	Углеб., г	Экв. ккал	
Завтрак				13,71	14,21	49,5	367,3	
Каша гречневая молочная с фруктами			218	6,57	7,35	25,18	193,4	185-2011
гречка перемол.			25,00	25,00				
молоко			50,00	50,00				
сахар-песок 2,5% жирности			128,00	128,00				
яйца куриные			4,00	4,00				
масло сливочное				200,00				
масло сливочное 72,5%			2,00	2,00				
Бутерброд с сыром			207	3,67	5,06	19,64	92,85	3-2004
хлеб пшеничный			24,00	24,00				
сыр			9,00	9,00				
Чай с лимоном и сахаром			180	3,28	1,80	13,61	81,16	685-2004
чай черный			0,40	0,40				
сахар-песок			9,00	9,00				
лимонный сок 2,5% жирности			50,00	50,00				
вода			110,00	110,00				
Второй завтрак				0,12	0,12	13,99	73,33	
Напиток из фруктов			150	0,12	0,12	13,99	73,33	342-2011
фрукты			18,00	18,00				
сахар-песок			9,00	9,00				
вода			135,00	135,00				
Итого								
Напиток из яблок-абрикосовый сок			150	0,39	0,40	13,63	85,80	344-2011
яблоки-абрикосовый сок			14,00	14,00				
или яблок-абрикосовый сок "Рибана"			14,00	14,00				
сахар-песок			7,00	7,00				
вода питьевая			140,00	140,00				
Обед				25,80	19,53	74,79	680,35	
Нарезка из отварной моркови с яблоками и сахаром			50	0,50	0,00	3,80	15,70	11-2004
морковь до 01.01.-20%			54,93	43,84				
с 01.01.-20%			72,48	54,55				
масло сливочное				20,00				
сахар-песок			33,40	19,50				
Итого								
Нарезка из яблок и груш с маслом растительным			50	0,60	4,24	1,0	48,08	24-1996
яблоки свежие и груши			28,40	48,00				
или яблоки свежие и груши			28,40	48,00				
масло растительное			2,00	2,00				
Итого								
Нарезка из зеленых огурцов			50	0,4	0,1	0,2	12,8	2011
огурцы свежие			25,4	20,8				
Итого								
Рыбный суп			200	5,95	4,87	9,94	115,80	45-2011
карбонат с/м 0%			43,50	10,00				
или карбонат с/м 0%			43,50	10,00				
или карбонат с/м 0%			40,20	10,00				
или карбонат с/м 0%				25,00				
карбонат - 01.05-31.08 - 20%			51,30	40,00				
01.11-31.12 - 30%			57,30	40,00				
01.01-29.02 - 35%			61,60	40,00				
01.03 - 40%			66,80	40,00				
карбонат с/м 0%			8,00	8,00				
карбонат до 01.01.-20%			10,00	8,00				
карбонат с 01.01.-35%			10,64	8,00				
или карбонат с/м 0%			7,14	8,00				
масло растительное			2,00	2,00				
карбонат с/м 0%			8,01	8,01				
или			183,08	183,08				
или карбонат с/м 0%			1,20	1,20				

Сум. липидов с функциональными ингредиентами			200	7,75	7,66	21,4	154,36	38-2004
молочный порошок (жирный)			8,80	8,80				
жирный до 01.01 - 25%			12,50	10,00				
с 01.01 - 25%			13,30	10,00				
жир растительный			9,52	8,90				
масло растительное			3,00	3,00				
картофель - 01.09-31.10 - 25%			55,22	49,00				
01.11-31.12 - 30%			57,20	40,50				
01.01-29.02 - 35%			61,80	40,50				
01.03 - 40%			66,80	40,90				
соль йодированная			1,20	1,10				
вода			180,00	180,00				
функциональные								
фрукт натуральный			17,85	17,50				
фрукт натуральный			17,85	17,50				
жир растительный			3,21	3,30				
эфирное масло			1,30	1,80				
соль йодированная			0,30	0,30				
масло рафинированное				20,60				
			0,00					
Основное сырье с маслом			180	15,80	11,80	14,50	338,36	136-2008
фрукт натуральный			55,80	58,73				
или фрукт натуральный			41,31	40,50				
масло растительное			30,00	30,00				
картофель - 01.06-31.10 - 25%			70,80	60,00				
01.11-31.12 - 30%			85,80	60,00				
01.01-29.02 - 35%			92,40	60,00				
01.03 - 40%			100,30	60,00				
картофель до 01.01 - 30%			31,25	25,00				
с 01.01 - 25%			33,25	25,00				
масло растительное			87,50	70,00				
жир растительный			14,28	12,00				
эфирное масло			0,01	0,01				
появление масла			2,00	3,00				
соль йодированная			1,50	1,50				
масло рафинированное			3,00	3,00				
Камчатка из яблок + Витамин С			180	0,88	8,08	13,94	87,28	341-2011
яблоко свежее			28,14	18,00				
сироп натуральный			10,00	10,00				
вода питьевая			180,00	180,00				
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с добавлением витаминов и минералов			20	1,85	8,3	8,55	54,3	
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с добавлением витаминов и минералов			35	2,02	0,25	12,20	58,40	
Получили				8,11	2,36	28,67	259,98	
Кефирный творожок с маслом сливочным			100,00	8,10	1,36	28,68	330,00	102-2018
творог 9%			71,51	70,80				
масло сливочное 82%			5,60	6,60				
соль поваренная			8,00	8,00				
сироп натуральный			5,00	3,00				
эфирное масло			12,50	13,50				
масло рафинированное			100,00	100,00				
масло растительное			0,80	0,80				
масло сливочное			20,00	20,00				
Творожный творог			60	7,35	0,87	16,11	101,73	44-2017
творог 9%			24,34	24,30				
масло сливочное 82% жирности			13,38	13,38				
эфирное масло			6,00	6,00				
сироп натуральный			8,00	8,00				
масло сливочное 72,5%			3,00	3,00				
соль поваренная			13,30	13,30				
соль йодированная			8,20	8,20				
сироп натуральный			8,10	8,10				
эфирное масло			0,10	0,10				
масло сливочное			1,00	1,00				
масло растительное			0,80	0,80				
масло рафинированное				72				
сироп натуральный			0,60	0,60				
Чай с сахаром			180	0,81	0,80	9,58	39,08	376-2011
чай натуральный			0,40	0,40				
вода			180,00	180,00				
сироп натуральный			10,80	10,80				
Итого:				43,50	44,00	190,00	1381,51	
6 день								
Получили: белок	Целлюлоза	Пшеница	Витамин, г	Химический состав				
				Белок, г	Жиры, г	Углеб., г	Вит. мин.	
Экстракт				11,27	16,10	84,9	394,2	

Внеобороты с маслом			20%	1,23	5,06	10,56	102,00	3-2004
карб. гелиевый	20,00	20,00						
масло сливочное 72,5 %	6,90	6,90						
Копы жирные мясные и птицы			20012	6,03	6,95	27,2	185,6	102-2011
круп. животные	25,00	25,00						
всп.	26,00	26,00						
масло гелиевое 2,5% жирности	120,66	120,66						
сахар песок	4,86	4,86						
масло слив.		280,89						
масло сливочное 72,5 %	2,00	2,00						
Какао с маслом			180	3,42	4,09	16,78	107,15	382-2011
какао-порошок	1,40	1,40						
сахар песок	10,80	10,80						
масло	106,00	106,00						
масло гелиевое 2,5% жирности	80,06	80,06						
Второй завтрак				6,53	6,21	12,25	98,24	
Отвар из овощей			180	6,53	6,21	12,25	98,24	180-2011
овощи замороженные	18,88	18,88						
сахар песок	9,88	9,88						
вода	150,00	150,00						
Обед				23,24	24,15	84,34	453,64	
Пюре картофельное			80	0,26	1,88	1,3	27,6	73-2011
Салат из отварной свеклы с морковью с маслом растительным			60	0,62	3,08	4,76	57,84	210-2011
морковь до 01.01 - 20%	11,25	25,00						
с 01.01 - 25%	33,25	25,00						
масло растительное рафинированное		23,00						
свекла до 01.01 - 20%	46,38	57,10						
свекла с 01.01 - 25%	40,34	57,10						
масло растительное рафинированное		34,6						
соль йодированная	0,20	0,20						
масло растительное	1,00	1,00						
Салат из свежих помидоров и огурцов			80	0,55	3,69	2,21	44,51	84-2006
пomidоры свежие грунтовые	10,68	16,00						
пomidоры свежие парниковые	27,30	26,00						
огурцы свежие грунтовые	23,10	22,00						
огурцы свежие парниковые	21,45	22,00						
масло растительное	2,00	2,00						
Суп гороховый с мясом в жаренном			20010	4,94	5,68	15,30	180,10	102-2011
говядина 1 категория	18,80	18,00						
масло сливочное несоленое		5,68						
картофель - 01.09 - 21.10 - 25%	33,30	40,84						
01.11 - 31.12 - 30%	57,32	40,84						
01.01 - 20.02 - 35%	61,68	40,84						
01.03 - 40%	65,80	40,84						
горох грунтовый	15,00	15,00						
масло растительное	2,90	2,90						
лук репчатый	8,33	7,90						
морковь до 01.01 - 20%	15,00	12,00						
с 01.01 - 25%	13,96	12,00						
соль йодированная	1,33	1,33						
вода	178,90	178,90						
карб. пищевочный	16,00	10,00						
Суповое пюре			70	10,74	12,51	13,88	147,27	112-2011
фарш куриный	17,34	17,00						
или фарш говяжий	48,96	48,00						
масло гелиевое 2,5% жирности	33,0	22,00						
шам. куриный	3,50	3,50						
масло растительное	1,50	1,50						
морковь до 01.01 - 20%	13,90	10,80						
морковь с 01.01 - 25%	16,35	10,80						
лук репчатый	12,83	10,80						
масло растительное	1,00	1,00						
масло сливочное несоленое		12,00						
масло сливочное несоленое	1,20	1,20						
масло сливочное несоленое	1,20	1,20						
масло сливочное несоленое	1,20	1,20						
Сливочный супчик картофельный пюре с капустой тушеной			180					
Картофельное пюре			100	1,20	3,00	14,68	65,84	312-2011
картофель - 01.09 - 21.10 - 25%	113,58	85,40						
01.11 - 31.12 - 30%	122,12	85,40						
01.01 - 20.02 - 35%	131,52	85,40						
01.03 - 40%	142,82	85,40						
масло гелиевое 2,5% жирности	15,75	15,00						
масло сливочное 72,5 %	3,00	3,50						
Капуста тушеная			80	1,33	0,80	3,38	33,36	482-1996
капуста бочковая	32,30	30,00						
морковь до 01.01 - 20%	6,25	5,00						
с 01.01 - 25%	6,65	5,00						
лук репчатый	6,30	6,00						
масло сливочное несоленое	1,30	1,30						
соль йодированная	0,25	0,25						

масло растительное	1,89	1,89						
Каша из овсяной муки			188	4,18	8,66	15,18	50,68	357-2002
сморозин с/м	16,00	16,00						
масло сливочное 72,5 %	18,00	18,00						
сахар	12,00	12,00						
ванилин	8,90	8,90						
масло подсолнечное	162,00	162,00						
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с добавлением изюмина и маисового			28	2,02	6,25	12,20	58,48	
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с добавлением изюмина и маисового			28	1,68	0,3	8,58	54,3	
Валерьяна				7,98	5,04	48,17	148,58	
Пирог Шарлотт			76	9,17	11,70	33,88	228,68	45-2017
масло сливочное 72,5 %	9,00	9,90						
мука пшеничная в/с	24,68	24,68						
сахар	0,17	0,17						
лимонная кислота	0,00	0,00						
масло растительное	0,17	0,17						
сладкая паста	9,00	9,00						
яйца куриные	9,00	9,00						
ягоды 9%	28,00	28,00						
сахар песок	8,00	8,00						
ягоды замороженные		33,00						
масло растительное для смазки листа	0,68	8,68						
Ватрушка с творогом			89	7,98	8,84	18,19	105,60	118-2011
Мука пшеничная в/с		29,50						
сахар песок		8,68						
масло растительное		8,60						
соль пищевая		4,30						
дрожжи		8,18						
молоко питьевое 2,5% жирности		3,68						
яйца куриные		8,43						
ванилин								
творог	23,06	23,06						
яйца куриные	2,90	2,90						
сахар песок	4,10	4,10						
мука пшеничная в/с	2,90	2,90						
масло растительное	0,70	0,70						
масло подсолнечное		84,68						
Чай с сахаром и лимоном			180	8,01	6,00	9,98	39,98	178-2011
чай черный	0,40	0,40						
сахар	180,00	180,00						
лимон лимонный	2,28	2,00						
сахар песок	9,00	9,00						
Итого:				43,13	45,80	199,61	1391,63	

7 день

Наименование блюда	Цель, г	Полта, г	Выход, г	Химический состав				
				Вода, г	Жиры, г	Угл., г	ЗЕ, ккал	
Завтрак				12,49	18,42	61,15	376,85	
Бутерброд с повидлом			20/15	1,60	0,24	23,98	98,30	2-2011
хлеб пшеничный	20,00	20,00						
повидло	15,00	15,00						
Каша овсяная молочная заправка			108/2	8,10	7,80	23,60	105,00	311-2004
каша овсяная	25,00	25,00						
молоко	56,88	56,88						
молоко питьевое 2,5% жирности	120,00	120,00						
сахар песок	4,00	4,00						
яйца куриные		208,00						
масло сливочное 72,5 %	2,00	2,00						
			188	2,78	2,28	15,57	92,85	492-2004
кофейный напиток	2,36	2,36						
сахар песок	11,00	11,00						
молоко питьевое 2,5% жирности	88,00	88,00						
вода	100,00	100,00						
Второй завтрак				0,87	0,28	15,40	59,00	
Фрукт (яблокины средних размеров количество - яблоки, груши, бананы)			69	0,95	0,29	15,4	59,00	
Обед				28,97	18,64	78,67	581,75	
Салат из свежих овощей			89	6,27	2,04	0,73	21,58	20-2011
огурцы свежие нарезанные	49,98	49,98						
или огурцы - свежие целые	49,98	49,98						
масло растительное	1,00	1,00						
Полд								
Салат из белокочанной капусты			89	0,7	2,54	4,32	42,45	79-2006
капуста белокочанная	50,90	49,90						
морковь до 81,00 - 20%	7,50	9,00						
с 01,01 - 33%	7,98	9,00						
капуста брокколи	8,15	8,12						
вода	2,93	2,93						
сахар песок	2,00	2,00						

кислот растительное		2,00	2,00						
всего									
Салат из смеси овощей с маслом растительным			50	0,85	3,65	4,50	47,50	1962	
овощи - до 01.01 - 20%		65,40	52,32						
овощи - от 01.01 - 25%		69,59	52,32						
сметана сливочная			20,00						
масло растительное		1,50	1,50						
вода столовая		0,57	0,58						
Суп Селедочный суп на курином бульоне			200	7,37	4,45	12,23	119,59	41-2005	
картофель - 01.06-31.10 - 25%		33,20	40,00						
01.11-31.12 - 30%		37,20	40,00						
01.01-30.02 - 35%		41,60	40,00						
01.03 - 40%		46,80	40,00						
морковь до 01.01 - 20%		13,00	12,00						
морковь от 01.01-25%		15,06	12,00						
лук репчатый		11,00	10,00						
картофель вареный		0,01	0,01						
вода		188,00	188,00						
курица филе замороженный		4,00	5,00						
масло растительное		3,00	3,00						
соль йодированная		1,50	1,50						
сметана 15%		5,00	5,00						
Жаркое по-домашнему			100	16,95	7,88	21,8	228,00	436-2004	
говядина куском		67,50	50,00						
картофель вареный			40,00						
картофель - 01.09-31.10 - 25%		138,00	120,00						
01.11-31.12 - 30%		170,60	120,00						
01.01-30.02 - 35%		184,56	120,00						
01.03 - 40%		200,40	120,00						
лук репчатый		11,98	10,00						
морковь до 01.01 - 20%		25,00	20,00						
морковь с 01.01 - 25%		24,60	20,00						
томатная паста		3,00	3,00						
картофель вареный		0,01	0,01						
соль йодированная		1,50	1,50						
масло растительное		3,00	3,00						
Каша из пшена + Витамин С			100	0,12	0,12	15,06	61,28	340-2011	
пшено светлый		15,00	15,00						
сахар песок		9,00	9,00						
вода		180,00	180,00						
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с добавлением витаминов и минералов			20	1,65	6,3	8,55	54,30		
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с добавлением витаминов и минералов			30	3,42	0,25	12,30	78,08		
Поленик				6,51	13,79	38,55	296,19		
Чай с лимоном и сахаром			200	2,28	1,60	13,61	81,16	685-2004	
чай черный		8,50	0,50						
сахар песок		10,00	10,00						
лимон натуральный 2,5% кислоты		75,00	75,00						
вода		125,00	125,00						
Стейк с сахаром			50	4,23	11,89	24,84	185,68	827-2011	
пшеница мягкая европейского происхождения		62,50	62,50						
масло сливочное		0,80	0,80						
соль		0,60	0,60						
масло растительное 10%		0,60	0,60						
масло растительное		0,50	0,50						
Итого:					39,59	43,20	191,09	1313,96	
8 день									
Наименование блюда	Кухня, г	Питие, г	Выход, г	Химический состав					
				Белки, г	Жиры, г	Угле, г	ЭНД, ккал		
Завтрак				8,88	11,56	47,84	330,53		
Горячий бутерброд с сыром			20,9	5,67	5,80	18,66	92,88	3-2004	
хлеб пшеничный		30,00	30,00						
сыр		9,88	9,88						
Каша пшеничная молочная рисовая			200,2	5,29	6,80	27,30	198,80	182-2011	
крупа рисовая		25,00	25,00						
пшено		76,00	76,00						
лимон натуральный 2,5% кислоты		120,00	120,00						
сахар песок		4,00	4,00						
масло сливочное			230,04						
масло растительное 72,5 %		2,00	2,00						
Чай с сахаром			200	0,81	0,80	9,95	36,98	378-2011	
чай черный		8,50	0,50						
вода		200,00	200,00						
сахар песок		10,00	10,00						
Второй завтрак				8,79	0,60	13,10	86,8		
Поленик из ягодно-абрикотовый смеси			100	8,79	0,60	13,10	86,80	344-2011	
ягодно-абрикотовый соус		18,00	18,00						

смет пшено	10,00	10,00						
вода питьевая	140,00	140,00						
масло растительное	140,00	140,00						
Обед			18,71	21,84	99,78	632,1		
Ассортимент овощей			89	1,78	8,10	11,88	56,80	14-1995
огурцы свежие (грузинские)	35,70	34,00						
или огурцы свежие тараканские	35,70	34,00						
перец сладкий консервированный	16,96	14,00						
или перец свежий	31,02	24,00						
масло растительное	2,90	2,90						
Смет из сметаны с огурцами			58	0,76	3,00	3,08	42,08	21-1004
сметана	51,78	41,42						
сметана	65,24	49,08						
масло сливочное		38,08						
огурцы свежие	16,70	10,00						
или огурцы свежие грузинские	10,50	10,00						
или огурцы свежие тараканские	10,50	10,00						
соль йодированная	0,58	0,58						
масло растительное	2,90	2,90						
Смет из сметаны			58	0,80	2,52	4,88	44,08	25-1004
морковь до 01.01-20%	27,35	21,88						
морковь от 01.01-25%	21,35	16,33						
морковь консервированная		15,00						
картофель - 01.08-31.10 - 25%	38,36	28,84						
01.11-31.12 - 30%	41,28	28,84						
01.01-29.02 - 35%	66,41	28,84						
01.03 - 40%	10,56	20,69						
масло сливочное карманный		23,08						
картофель консервированный	16,50	10,00						
масло растительное	2,00	2,00						
Суп картофельный с рыбой			200	6,10	3,20	17,00	121,00	156-2011
картофель - 01.08-31.10 - 25%	38,36	28,84						
01.11-31.12 - 30%	21,38	30,00						
01.01-29.02 - 35%	77,04	30,00						
01.03 - 40%	83,50	50,00						
морковь до 01.01-20%	15,00	12,00						
морковь от 01.01-25%	15,96	12,00						
рыба речная	8,32	8,00						
масло растительное	3,00	3,00						
вода	180,08	180,08						
лавровый лист	0,20	8,00						
соль йодированная	1,58	1,58						
уксусный эссен	19,08	21,52						
или горчица эссен	17,48	25,84						
масло сливочное		28,08						
соль йодированная	1,50	1,50						
Каша из пшеницы с соусом сметанно-томатным			78,08	6,02	39,32	6,98	106,87	417-1996
фасоль вареная	23,70	31,00						
фасоль вареная	18,36	18,00						
картофель - 01.08-31.10 - 25%	22,94	18,00						
01.11-31.12 - 30%	25,74	18,00						
01.01-29.02 - 35%	27,68	18,00						
01.03 - 40%	10,00	18,00						
соль йодированная	0,8	0,88						
рыба речная	8,33	7,08						
апельсин	2,94	2,08						
уксусный эссен	5,00	5,08						
масло сливочное		14,08						
масло сливочное - топленый	0,70	0,70						
соль йодированная		20,08						
сметана 15%	10,58	10,00						
томатная паста	1,00	1,00						
вода	10,88	18,08						
соль йодированная	0,20	0,20						
масло сливочное эссен	1,50	1,50						
Гречка рассыпчатая с мякотью			130	4,34	5,28	28,62	187,08	183-2018
гречка вареная	35,80	35,00						
морковь до 01.01-20%	18,75	15,00						
морковь от 01.01-25%	19,95	15,00						
рыба речная	8,33	7,08						
вода питьевая	106,50	86,00						
масло сливочное 72,5 %	1,00	3,08						
соль йодированная	1,50	1,50						
Каша перловая рассыпчатая с мякотью			130	3,08	5,28	28,62	192,00	1996
гречка вареная	34,86	34,08						
морковь до 01.01-20%	18,75	15,00						
морковь от 01.01-25%	19,95	15,00						
рыба речная	8,33	7,08						
вода питьевая	106,50	86,00						
масло сливочное 72,5 %	1,00	3,08						

сах. бездрожжевая	1,50	1,50						
Концент. из яблок + Витамин С			186	0,872	0,872	12,54	51,85	343-2011
яблоко сырое	20,34	18,00						
сахар песок	10,00	10,00						
вода питьевая	170	170						
Хлеб заквасочный или хлеб заквасочный с добавлением витаминов и минералов			25	3,01	0,25	12,18	55,40	
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с добавлением витаминов и минералов			25	1,65	4,3	8,55	58,40	
Подливки				16,85	13,44	50,15	218,28	
Сырники из творога со стручковым горошком Пром. Производство			100/20	11,02	8,44	20,58	218,28	219-2011
творог	90,90	90,90						
крупа манная	6,00	6,00						
яйца куриные	4,00	4,00						
сахар песок	7,00	7,00						
масло сливочное и/с	10,00	10,00						
масло растительное	1,20	1,20						
молоко ультрапастеризованное		117,00						
масло сливочное	20,00	20,00						
Итого								
Булочки - притянутые к прилавку			90	3,87	3,75	18,44	163,17	
Мороженое сливочное ватрушечное	180	180	180	5,80	5,80	9,68	188,84	385-2011
Итого:				45,22	47,34	181,77	1368,06	
9 день								
Полученные блюда	Цены, р	Витам. С	Витам. Е	Хлебобулочный отдел				
				Батоны, г	Халва, г	Угги, г	ТОЛ 6043	
Закупки								
Булочки с маком			202	1,83	5,06	30,56	102,08	3-2004
хлеб заквасочный	20,00	20,00						
масло сливочное 72,5 %	5,00	5,00						
Каша Дружба			200/2	5,10	5,90	27,30	180,00	182-2011
макало ватрушечное 2,5% жирности	120,00	120,00						
вода	36,00	36,00						
крупа манная	16,00	16,00						
крупа ржаная	15,00	15,00						
сахар песок	4,00	4,00						
сах. бездрожжевая	0,90	0,90						
масло сливочное 72,5 %	2,00	2,00						
Каша с яблоками			188	3,42	4,89	16,72	187,18	382-2011
каша-пюре	1,40	1,40						
сахар песок	10,00	10,00						
вода	90,00	90,00						
макало ватрушечное 2,5% жирности	91,00	90,00						
Второй завтрак					8,73	6,10	11,56	98,75
Напиток из курицы			150	6,63	0,2	11,56	98,75	388-2011
курица	18,00	18,00						
сахар песок	9,00	9,00						
вода	140,00	140,00						
Итого								
Печенье из шоколада			180	0,51	0,21	11,2	69,28	388-2011
печенье сливочное	12,00	12,00						
сахар песок	6,80	6,80						
вода	150,00	150,00						
Обед					38,76	24,68	78,20	700,68
Салат из овощей заправленный маслом			58	1,03	3,80	4,18	48,00	43-2004
капуста белокочанная	47,50	18,00						
картофель до 01.01 - 20%	12,50	10,00						
с 01.01 - 25%	13,30	10,00						
сахар песок	8,60	8,60						
масло растительное	2,00	2,00						
Итого								
Салат из отварной моркови с петрушкой			50	8,93	3,08	6,56	57,85	47/12-2017
морковь до 01.01 - 20%	49,73	39,75						
с 01.01 - 25%	52,61	39,75						
петрушка листовая		66,30						
петрушка консервированная	18,88	12,00						
масло растительное	1,50	1,50						
Итого								
Салат из овощей, помидоров и огурцов			48	6,88	3,60	3,23	44,52	54-2006
помидоры свежие стручатые	28,10	23,00						
огурцы свежие стручатые	28,73	25,00						
огурцы свежие стручатые	24,13	23,00						
огурцы свежие стручатые	23,46	23,00						
масло растительное	3,00	2,98						
Итого								
Ша из свежих овощей из свежих фруктов со сметаной			200	5,76	4,76	7,41	91,89	108-2011
картофель - 01.09-31.10 - 25%	28,60	28,00						
01.11-31.12 - 30%	38,60	28,00						

01.01-29.02 - 35%	30,80	20,00						
01.03 - 40%	31,40	20,00						
марина до 01.01-20%	12,50	10,00						
марина с 01.01-25%	12,30	10,00						
сук ратисый	11,00	10,00						
ягнство бичающая	27,30	10,00						
лировый лист	0,01	0,01						
масло растительное	1,20	1,30						
сметана 15%	3,00	3,00						
молотый бекон	170,00	170,00						
соль йодированная	1,50	1,50						
Гуляш из мяса			80	13,60	12,09	2,30	184,00	260-2011
говядина 1 категории	67,20	60,00						
Мяса тушеного мяса		40,00						
тушеная капуста (без консервантов и красителей)	2,00	2,00						
сук ратисый	7,34	6,00						
сук картофельная а/в	2,50	2,50						
масло растительное	3,00	3,00						
вода питьевая	25,00	25,00						
Магараки атырамы			120	5,81	4,19	27,00	111,15	300-2011
магараки атырамы	45,50	45,50						
масло сливочное 72,5 %	3,00	3,00						
Компот из яблок-абрикосовой смеси			100	8,78	6,00	13,68	55,55	144-2011
яблоко-абрикосовая смесь	10,00	10,00						
для яблок-абрикосов смеси "Рабана"	16,00	16,00						
вода	102,00	100,00						
сахар песок	9,00	8,00						
Чай								
Компот из Брусники			100	0,15	0,08	16,35	61,50	342-2011
брусника	17,00	17,00						
вода	180,00	180,00						
сахар песок	9,00	9,00						
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			25	1,65	8,3	8,55	55,25	
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			25	2,02	0,25	12,20	78,40	
Подлики				9,60	6,23	42,05	309,98	
Булочки пром. промышленности			60	5,60	18,04	45,47	240,90	
Чай								
Курение чайный			90	4,01	6,23	32,47	270,00	250-2011
чай черный	3,50	3,50						
сахар песок	3,40	7,40						
молоко питьевое а/в	12,50	10,50						
сахар песок	8,10	8,10						
лимонная кислота	0,02	0,02						
вода	0,05	0,05						
масло сливочное 72,5 %	15,00	13,00						
ванилин	0,01	0,01						
лимонная кислота		10						
масло растительное	1,20	1,20						
Чай с сахаром и лимоном			100/2	0,01	0,03	9,38	30,96	370-2011
чай черный	0,40	0,40						
вода	200,00	200,00						
лимон сок	3,36	3,00						
сахар песок	10,00	10,00						
Итого:				39,00	46,16	187,09	1385,00	
10 день								
Полученные блюда	Врута, г	Вита, г	Витам, г	Химический состав				
				Белок, г	Жир, г	Угл., г	ЭН, ккал	
Завтрак				15,06	17,31	26,64	335,75	
Бутерброд с маслом и сыром			200/9	3,45	8,11	10,73	113,85	3-2011
масло сливочное 72,5 %	3,00	3,00						
сыр	9,00	9,00						
хлеб пшеничный	20,00	20,00						
Омлет натуральный			100	9,50	9,30	3,33	131,84	210-2011
яйца куриные	60,00	60,00						
молоко питьевое 2,5% жирности	37,00	37,00						
масло сливочное		187,80						
соль йодированная	0,50	0,50						
масло растительное	1,00	1,00						
Чай с молоком и сахаром			100	3,28	1,90	11,61	81,16	685-2014
чай черный	0,40	0,40						
сахар песок	9,00	9,00						
молоко питьевое 2,5% жирности	50,00	50,00						
вода	130,00	130,00						
Второй завтрак				3,05	6,23	13,65	100,00	
Фрукт (исчислено среднее значение пищевой ценности - яблоко, груша, банан)			200	3,05	6,23	17,11	100,00	
Обед				22,42	22,08	74,37	614,43	
Паренка из спелых журавей			50	6,4	0,1	0,3	12,5	2011
журавей спелый	95,0	94,0						

Нарезка из свежих огурцов			90	0,42	8,68	3,14	4,78	1996 -04
огурцы свежие грунтовые	52,5	50,0						
огурцы свежие парниковые	52,5	50,0						
соль йодированная	0,30	0,30						
Итого			180	0,73	1,49	4,89	45,80	7-2011
Салат "Вегетарианский"								
капуста до 01.01 - 20%	18,75	15,00						
капуста с 01.01 - 25%	19,95	15,00						
огурцы свежие	20,00	14,00						
сладкий перец	1,00	1,00						
капуста белокочанная	25,25	20,00						
масло растительное	2,00	2,00						
Итого			100	0,84	3,68	4,90	67,94	1996
Салат из свежих овощей с маслом растительным								
капуста - до 01.01 - 20%	65,48	52,32						
капуста - с 01.01 - 25%	69,59	52,32						
сладкий перец		40,00						
масло растительное	1,50	1,50						
соль, орегано	6,57	8,18						
Суп картофельный с курятиной			200	4,70	5,20	17,44	187,00	98-2011
картофель - 01.08 - 11.10 - 25%	26,6	20,00						
01.11 - 11.12 - 30%	28,80	20,00						
01.01 - 29.02 - 35%	34,80	20,00						
10.03 - 40%	32,80	20,00						
капуста б/к	25,00	20,00						
капуста до 01.01 - 20%	19,00	12,00						
с 01.01 - 25%	12,06	12,00						
хлеб ржаной	8,53	8,00						
курица целая или курица паровая	8,00	8,00						
масло растительное	4,00	4,00						
соль	183,06	180,00						
соль йодированная	1,50	1,50						
Картофельная запеканка с фаршем			180	13,11	11,00	19,64	203,69	97-2011
фарш говяжий	57,12	50,00						
или фарш куриный	51,04	52,00						
картофель	40	40						
картофель - 01.08 - 31.10 - 25%	195,32	144,00						
01.11 - 31.12 - 30%	209,02	144,00						
01.01 - 29.02 - 35%	231,76	144,00						
01.03 - 40%	240,48	144,00						
фарш куриный	4,00	4,00						
соль йодированная	1,50	1,50						
масло сливочное 72,5 %	2,20	2,20						
сметана 20%	3,93	3,90						
масло растительное	2,00	2,00						
Каша из овсян - Вегетарианская			180	0,08	0,08	11,84	57,28	342-2011
овсянка быстрого приготовления	20,34	18,00						
сладкий перец	9,89	9,89						
соль йодированная	179	170						
Хлеб ржаной или хлеб пшеничный с добавлением витаминов и минералов			25	1,85	0,3	8,65	55,25	
Хлеб пшеничный или хлеб овсяноперловый с добавлением витаминов и минералов			25	3,82	0,35	12,20	58,40	
Вода питьевая				3,42	4,18	37,00	294,58	
Бульон куриный, Провансальский			70	8,64	16,04	45,47	259,08	
Лепешки слоеные			70	3,45	8,10	37,00	255,00	183-2011
лепешки слоеные ой	48,93	48,00						
дрожжи инф. момент	0,05	0,05						
сладкий перец	6,00	6,00						
соль йодированная	6,50	6,50						
масло сливочное 72,5 %	7,00	7,00						
или масло растительное	7,00	7,00						
сметана	6,00	6,00						
соль йодированная или соль поваренная	13,06	13,06						
фарш куриный	1,30	1,30						
масло подсолнечное	87,82	87,82						
масло растительное	1,20	1,20						
Чай с сахаром			180	0,01	0,00	9,98	39,58	378-2011
чай черный	0,42	0,40						
соль	200,00	200,00						
сладкий перец	9,03	9,03						
Итого:				42,18	44,00	191,50	1335,16	

II день

Наименование блюда	Весовое	Порций	Всего, г	Химический состав			
				Белки, г	Жиры, г	Углеб., г	Энерг. ккал

Завтрак			13,33	14,59	51,42	379,26		
Бутерброд с сыром			28/9	3,67	5,86	10,66	91,28	3-2004
хлеб пшеничный	25,00	25,00						
сыр	9,00	9,00						
Чаша жидкая молочная эквивалентная			280/3	6,77	7,28	25,19	193,8	182-2011
крупчатая овсяная	25,00	25,00						
молоко	50,00	50,00						
масло подсолнечное 2,5% жирности	120,00	120,00						
сахар песок	4,00	4,00						
ваниль сухая		200,00						
масло сливочное 72,5 %	2,00	2,00						
Кофейный напиток			180	3,79	1,28	15,57	91,28	692-2004
кофейный напиток	2,50	2,50						
сахар песок	11,00	11,00						
молоко питьевое 2,5% жирности	80,00	80,00						
вода	100,00	100,00						
Второй завтрак				6,12	6,12	15,06	59,28	
Напиток из яблок + витамин С			120	6,12	6,12	15,06	59,28	348-2011
яблочный сок	15,00	15,00						
сахар песок	7,00	7,00						
вода	135,00	135,00						
Обед								
Фарш (посчитано среднее значение стоимости - яблоко, груша, банан)			180	0,95	0,38	15,4	90,90	
Обед				15,65	22,45	83,57	689,54	
Пюре из свеклы пюре			50	0,90	0,18	2,36	11,00	24-1996
пюре из свеклы пюре	53,50	50,00						
пюре из свеклы пюре	32,50	30,00						
соль йодированная	0,50	0,50						
Чай								
Пюре из свеклы пюре с маслом растительным			80	0,7	0,9	5,0	62,0	100-2011
пюре до 01.01.-20%	73,03	58,50						
с 01.01.-20%	77,81	58,50						
соль йодированная	0,50	0,50						
масло растительное	1,7	1,7						
Яблоко отварное с зеленым горошком								
ябло отварное	20,00	20,00	28/28	3,16	2,34	1,44	39,40	21-2011
горошек зеленый консервированный	10,00	20,00						
Суп с макаронами мясным и картофелем со сметаной			280	4,76	9,35	67,87	131,87	113-2011
говядина 1 категория	8,40	8,00						
масло сливочное		9,00						
картофель	7,00	7,00						
картофель до 01.01.-20%	10,00	8,00						
с 01.01.-20%	10,04	8,00						
картофель - 01.01.-31.10.-20%	66,5	50,00						
01.11.-31.12.-30%	71,50	50,00						
01.01.-29.02.-30%	77,50	50,00						
01.03.-40%	83,50	50,00						
картофель	9,50	8,00						
картофель	9,01	0,01						
масло растительное	4,00	4,00						
соль	1,20	1,20						
вода	190,00	190,00						
сметана	5,00	5,00						
Витаминный напиток со сметаной и сыром			70	11,00	10,26	8,53	158,81	285-2011
фарш говяжий	15,70	15,00						
фарш куриный	12,30	12,00						
хлеб пшеничный	10,00	10,00						
молоко питьевое 2,5% жирности	5,80	5,80						
ябло отварное	2,50	2,50						
картофель	8,33	7,00						
соль йодированная	0,80	0,80						
масло сливочное		7,43						
сметана 15%	5,00	5,00						
сыр сушеный	5,00	5,00						
масло сливочное		64,00						
масло растительное		1,00						
Свежий салат картофельное пюре, капуста тушеная			150					
Картофельное пюре			100	2,20	3,00	14,68	95,84	312-2011
картофель - 01.01.-31.10.-20%	113,58	85,40						
01.11.-31.12.-30%	122,12	85,40						
01.01.-29.02.-30%	131,52	85,40						
01.03.-40%	142,62	85,40						
молоко питьевое 2,5% жирности	15,25	15,00						
масло сливочное 72,5 %	5,00	5,00						
Капуста тушеная			50	1,33	0,98	3,30	33,30	482-1996
капуста белокочанная	62,50	50,00						
картофель до 01.01.-20%	6,25	5,00						

с 91,81 - 25%	6,45	5,00						
сахар растительн	4,35	4,00						
масло растительное	1,20	1,20						
соль йодированная	0,25	0,25						
масло растительное	1,00	1,00						
Всего из готовых объектов сметы			180	4,78	4,00	13,68	85,88	344-2011
изделия-объекты сметы	18,00	18,00						
сахар растительн	10,00	10,00						
масло растительное	18,00	18,00						
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с добавлением отрубей и отрубей			25	5,25	0,40	19,52	93,44	
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с добавлением отрубей и отрубей			30	1,65	0,2	8,25	81,8	
Получено				5,30	7,64	28,20	161,29	
Молоко			70	4,38	11,33	41,66	195,89	9-2004
сахар 2,5%	21,50	21,50						
сахар растительн	15,50	15,50						
сахар растительн	14,00	14,00						
масло растительное 72,5%	4,80	4,80						
соль йодированная	0,15	0,15						
масло растительное	0,25	0,25						
масло растительное	11,00	11,00						
сахар растительн	7,40	7,40						
масло растительное		79,4						
сахар растительн	1,00	1,00						
масло растительное	0,70	0,70						
Всего								
Всего из готовых объектов сметы			89	1,30	1,74	35,46	205,2	424-2011
масло растительное	45,00	45,00						
сахар растительн	1,10	1,10						
масло растительное	0,90	0,90						
соль йодированная	0,50	0,50						
сахар растительн	0,45	0,45						
масло растительное	15,85	15,85						
масло растительное 2,5% жирности	5,60	5,60						
соль йодированная	0,70	0,70						
сахар растительн		69,88						
сахар растительн	3,06	3,06						
масло растительное	0,66	0,66						
сахар растительн	1,40	1,40						
масло растительное	1,20	1,20						
масло растительное		72,30						
Чай с молоком и сахаром			189	2,28	1,90	13,91	81,66	485-2004
чай растительн	0,40	0,40						
сахар растительн	8,00	8,00						
масло растительное 2,5% жирности	90,00	90,00						
сахар растительн	130,89	130,89						
Всего								
Молоко растительное			189	3,16	3,56	3,70	66,89	608-2004
Итого:				44,08	44,89	188,85	1385,44	
12 день								
Получено из сметы	Битум, г	Пит, г	Всего, г	Химический состав				
				Белок, г	Жир, г	Угл., г	Экв. кал.	
Завтрак				9,00	13,31	44,08	325,24	
Бутерброд с маслом				1,80	5,06	18,56	102,80	3-2004
хлеб пшеничный			28,00	28,00				
масло растительное 72,5 %			5,89	5,89				
Каши из смеси злаковых культур			289	6,77	7,25	26,19	192,8	182-2011
соль растительн			28,00	28,00				
сахар растительн			56,00	56,00				
масло растительное 2,5% жирности			120,89	120,89				
сахар растительн			4,08	4,08				
сахар растительн				290,89				
масло растительное 72,5 %			1,06	1,06				
Всего								
Суп молочный с добавлением отрубей			289	4,64	4,14	17,30	126,89	781-2011
масло растительное 2,5% жирности			180,00	180,00				
сахар растительн			44,00	44,00				
сахар растительн			16,00	16,00				
сахар растительн			1,20	1,20				
сахар растительн			8,57	8,57				
масло растительное 72,5 %			2,00	2,00				
Всего с молоком			189	3,42	4,89	16,72	187,15	382-2011
сахар растительн			1,40	1,40				
сахар растительн			10,40	10,40				
сахар растительн			90,80	90,80				

масса картофеля 2,5% влажности	90,00	90,00						
Второй завтрак				8,78	8,00	13,18	86,88	
Напиток из ягодно-блочной смеси			158	8,78	8,00	13,18	86,88	344-2011
ягодно-блочная смесь	18,00	18,00						
сироп глюкоз	10,00	10,00						
вода питьевая	140,00	140,00						
Обед				20,63	16,85	95,13	665,33	
Осужен салаты	58,0	58,0	58	0,4	0,1	0,2	11,5	
Ужин								
Кукуруза консервированная	82,5	58,0	50	2,32	0,50	14,00	78,80	
Салат из свежих овощей с морковью								
Салат из свежих овощей с морковью			50	1,18	4,00	3,10	48,88	45-2004
яблоко бланшированное	43,75	35,00						
морковь до 01.01 - 30%	13,00	12,00						
с 01.01 - 25%	19,95	19,00						
сироп глюкоз	0,80	0,80						
масло растительное	3,90	3,90						
Салат из отварной свеклы с морковью с маслом растительным								
Салат из отварной свеклы с морковью с маслом растительным			50	0,88	3,5	4,78	88,6	21/1-2011
морковь до 01.01 - 30%	21,54	20,97						
с 01.01 - 25%	26,09	19,62						
яблоко бланшированное		25,00						
сироп до 01.01 - 30%	48,33	17,06						
сироп с 01.01 - 25%	43,48	32,70						
масло сливочное		30,89						
соль йодированная	0,30	0,30						
масло растительное	2,00	2,00						
Ужин								
Салат из свежих помидоров и огурцов			50	0,58	3,89	2,13	88,51	54-2008
помидоры свежие трютовое	38,68	28,00						
огурцы свежие трютовое	27,38	28,00						
огурцы свежие трютовое	23,18	22,00						
огурцы свежие трютовое	23,44	22,00						
масло растительное	2,00	2,00						
Суп картофельный с рыбными фрикадельками								
Суп картофельный с рыбными фрикадельками			200	4,18	3,20	17,60	121,00	148-2006
картофель - 01.09-11.10 - 25%	66,50	50,00						
01.11-11.12 - 30%	71,50	50,00						
01.01-30.02 - 35%	77,00	50,00						
01.03 - 40%	83,50	50,00						
морковь до 01.01 - 30%	12,50	10,00						
морковь с 01.01 - 25%	13,50	10,00						
лук репчатый	9,50	8,00						
масло растительное	2,00	2,00						
соль	160,00	160,00						
соль йодированная	1,20	1,20						
фрикадельки рыбные								
пшеница с/м 60	28,35	21,88						
картофель с/м 60	30,45	21,88						
лук репчатый	4,17	3,50						
айда куриное	1,30	1,50						
соль йодированная	0,30	0,30						
масло растительное		26,00						
Супчик говяжий с картофелем								
Супчик говяжий с картофелем			80	16,30	6,50	5,00	113,80	593-2006
Супчик говяжий с картофелем	63,22	58,00						
масло сливочное 72,5%		40,00						
морковь до 01.01 - 30%	6	1						
с 01.01 - 25%	7	1						
лук репчатый	5,95	1						
картофель		40,00						
сметана	10,88	18,00						
бульон мясной	1,80	1,80						
соль йодированная	40,88	30,00						
томатная паста (без вкусовых добавок, ароматизаторов, красителей и консервантов)	1,30	1,00						
Мясная котлета								
Мясная котлета			138	2,85	6,40	37,68	212,15	389-2011
мясо говяжье 72,5%	45,50	45,50						
масло сливочное 72,5%	1,00	3,00						
Ужин								
Картофель отварной								
Картофель отварной			120	3,3	4,78	22,81	143,78	312-2011
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	181,55	136,50						
01.11 - 31.12 - 30%	195,30	136,50						
01.01 - 29.02 - 35%	210,21	136,50						
01.03 - 40%	227,96	136,50						
масло сливочное 72,5%	4,00	6,00						

Ошкар из айтканчы			189	0,51	0,21	12,2	45,50	399-2011				
а) вода питьевая	16,00	16,00										
сладкий сахар	10,00	10,00										
вода	184,00	184,00										
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с добавлением витаминов и минералов			39	1,45	0,3	8,95	83,4					
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с добавлением витаминов и минералов			25	1,01	0,25	12,26	58,46					
Подшипник				13,86	8,44	48,17	245,58					
Витрутин с сахаром			70	8,97	5,84	38,19	205,64	140-2011				
тесто дрожжевое	53,50	53,50										
творог	23,90	23,90										
яйца куриные	2,50	2,50										
сахар песок	4,10	4,10										
масло сливочное 82%	2,50	2,50										
масло растительное	0,70	0,70										
масло подсолнечное		84,00										
или												
Сырники из творога со сметанным мясным соусом			100/20	13,85	8,44	20,53	116,28	118-2011				
Продукты:												
творог	40,00	40,00										
яйца куриные	6,00	6,00										
яйца куриные	4,00	4,00										
сахар песок	7,00	7,00										
масло сливочное 82%	10,00	10,00										
масло растительное	1,20	1,20										
масло подсолнечное		117,00										
масло сливочное	20,00	20,00										
Чай с сахаром и лимоном			200/2	0,81	0,88	9,38	50,38	378-2011				
чай черный	9,54	9,54										
лимон свежий	2,28	2,28										
вода	290,64	290,64										
сахар песок	12,00	12,00										
Итого:				45,40	38,69	201,38	1338,89					
13 день												
Итого: (всего)	Купит, г	Платит, г	Выход, г	Химический состав				Экв, ккал				
				Белок, г	Жир, г	Угл., г						
Запрос:				11,97	13,91	55,44		370,05				
Витрутин с сахаром				20/5	1,67	8,90		92,88	3-2004			
хлеб пшеничный	20,00	20,00										
сахар	0,09	0,09										
Пюре из свиного жира и курочки			200	6,02	6,95		186,1	182-2011				
крупы пшеница	22,00	22,00										
масло	86,00	86,00										
масло сливочное 82% жирности	120,00	120,00										
сахар песок	4,00	4,00										
масло сливочное		200,00										
масло сливочное 72,5%	3,00	3,00										
Чай с лимоном и сахаром			180	2,24	1,89		81,56	485-2004				
чай черный	8,40	8,40										
сахар песок	8,00	8,00										
масло сливочное 82% жирности	50,00	50,00										
вода	130,80	130,80										
Второй завтрак:					8,40	8,20		15,40	90,00			
Фрукт (расчетная средняя питательная ценность - яблоко, груша, банан)			180	8,98	6,30		18,4	93,00				
Обед:					25,10	17,40		72,64	637,74			
Вареники из свиного фарша и курочки			50	2,75	6,13		23,13	71-2006				
пюре свиное тушеное	35,75	35,75										
или пюре свиное тушеное	25,70	25,70										
пюре свиное	18,75	18,75										
или												
Вареники из свиного фарша			50	0,40	0,03		1,38	37,00	30-2011			
фарш свиной тушеный	22,50	22,50										
или фарш свиной тушеный	22,50	22,50										
или												
Пюре из картофельной муки			90	0,50	3,89		3,89	49,00	11-2004			
картофель до 01.01 - 20%	81,63	65,30										
до 01.01 - 25%	86,85	68,30										
картофель до 01.01	94,00	65,30										
или картофельная мука		38,00										
или												
Салат из свиной печени с жареным			50	1,18	3,68		4,10	42,80	42-2004			
печень свин.	45,00	36,00										
картофель до 01.01 - 20%	15,90	12,00										
до 01.01 - 25%	15,96	12,00										
сахар песок	0,00	0,00										

[illegible]

Наименование сырья	Брутто, г	Чисто, г	Выход, г	Химический состав				
				Белок, г	Жир, г	Угл., г	ЭН, ккал	
Закупки				11,22	13,44	65,77	436,30	
Берберис с маслом и сахаром			200/20	1,76	3,91	15,01	149,05	2-2011
слабо окрашенный	20,00	20,00						
масло сливочное 72,5 %	5,00	5,00						
сахар	20,00	20,00						
Желе из яблок с малиной и корицей			200	6,77	7,25	15,19	193,8	182-2011
груша пахтачная	22,00	22,00						
яблоко	56,00	56,00						
масло сливочное 72,5% коровье	120,00	120,00						
сахар песок	4,00	4,00						
масло сливочное		200,00						
масло сливочное 72,5 %	3,00	3,00						
Кофейный напиток			180	2,79	2,28	15,57	92,85	682-2004
кофейный напиток	2,50	2,50						
сахар песок	11,00	11,00						
масло сливочное 72,5% коровье	80,00	80,00						
вода	100,00	100,00						
Второй завтрак				6,78	0,00	13,10	86,88	
Напиток из яблок-облепихи с сахаром			150	6,78	0,00	13,10	86,88	344-2011
яблоко облепиха замороженное	18,00	18,00						
сахар песок	10,00	10,00						
вода питьевая	140,00	140,00						
Обед				20,08	20,06	78,82	559,12	
Фрукт (исключены продукты животного происхождения - яблоко, груша, банан)			100-200	0,35	0,20	15,4	85,00	
Обед				20,08	20,06	78,82	559,12	
Напиток из яблок-облепихи			50	0,24	1,88	2,3	25,9	73-2011
Ужин				0,76	2,31	4,91	42,84	треб 4712-2017
Салат из отварной моркови с кукурузой			50	0,76	2,31	4,91	42,84	
морковь до 01.01 - 20%	44,80	55,97						
с 01.01 - 25%	47,84	55,97						
масло сливочное коровье		22,00						
кукуруза консервированная	24,75	15,30						
масло растительное	3,00	3,00						
Ужин				0,27	2,04	0,73	21,55	29-2011
Салат из свеклы с курицей			40	0,27	2,04	0,73	21,55	
свекла отварная очищенная	34,78	34,80						
порошок свеклы гранулированный	38,56	38,68						
масло растительное	1,00	1,00						
Ужин				0,51	5,63	4,72	49,14	48-2011
Салат из моркови с яблоками			50	0,51	5,63	4,72	49,14	
морковь до 01.01 - 20%	37,50	30,00						
с 01.01 - 25%	39,00	30,00						
с 01.03 - 25%	40,5	30,00						
яблоко без кожуры и семян	33,75	19,00						
масло растительное	1,00	1,00						
Салат из свеклы с кукурузой и яблоками			300	2,30	3,30	12,50	95,00	55-2011
свекла отварная	108,00	108,00						
картофель - 01.09.31.10 - 25%	19,90	10,00						
01.11-31.12 - 30%	42,90	10,00						
01.01-29.02 - 35%	46,30	10,00						
01.03 - 40%	50,10	10,00						
яблоко - до 01.01 - 20%	54,50	40,90						
с 01.01 - 25%	57,30	40,90						
порошок свеклы до 01.01 - 20%	12,50	10,90						
картофель с 01.01-25%	13,30	10,90						
лук репчатый	8,52	8,00						
масло растительное	3,00	3,00						
соль йодированная	1,50	1,50						
уксусная кислота	3,00	3,00						
сахар 10%	1,00	3,00						
Плов с мясом			180	14,27	15,35	25,68	264,00	403-1996
грудинка свиная	67,50	50,00						
порошок свеклы 1 категория	67,24	64,90						
масло сливочное коровье		40,00						
картофель пропаренный	47,84	47,84						
вода питьевая	69,88	69,88						
соль йодированная	1,50	1,50						
морковь до 01.01 - 20%	28,13	22,50						
с 01.01 - 25%	29,53	22,50						
лук репчатый	8,35	7,00						
уксусная кислота без консервантов и красителей	4,50	4,50						
масло растительное	3,00	3,00						
Компот из яблок + Ванилин С			180	0,08	0,08	11,04	57,28	342-2011

всего сырья	28,14	18,00					
сирок пшени	8,00	8,00					
молк пшеница	178	178					
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов	25	2,82	8,25	12,28	58,40		
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов	25	1,65	8,3	8,55	56,6		
Подпитки				5,08	5,64	49,21	286,52
Вулкан. Дамаски	88	3,18	3,74	35,68	207,36	434-2011	
молк пшеница об	45,00	45,00					
сирок пшени	1,00	1,18					
молк растительный	0,90	0,98					
соль йодированная	0,50	0,50					
дрожжи сух. момент	0,45	0,45					
молк пшеница	15,88	15,08					
молко пшеница 2,5% жирности	5,60	5,60					
яйца курица	0,70	0,70					
молк дрожжевой		49,80					
сирок пшени	4,00	4,00					
молко растительное	1,20	1,20					
яйца курица	1,80	1,80					
молк пшеница об	3,20	1,20					
молко пшеница об		72,30					
Чай с молоком и сахаром	188	2,38	1,90	13,61	81,39	685-2004	
чай черный	0,40	0,40					
сирок пшени	9,58	9,58					
молко пшеница 2,5% жирности	10,00	10,00					
молк	170,00	170,00					
Итого:			38,90	43,50	193,60	1370,85	
15 день							
Питательная среда	Белок, г	Жиры, г	Витамин, г	Химический состав			
				Белок, г	Жиры, г	Угле, г	ЖЕ, ккал
Завтрак							
Булочка с маслом			20,5	66,85	18,24	26,87	329,98
хлеб пшеничный	20,00	20,00		1,81	5,06	10,96	102,00
молко пшеница 72,5 %	5,00	5,00					
Обед натуральный				128	9,28	9,10	1,32
яйца курица	50,00	50,00					
молко пшеница 2,5% жирности	37,00	37,00					
молко пшеница об		57,80					
соль йодированная	0,50	0,50					
молко растительное	1,80	1,80					
Ужин с мясом				180	3,87	3,84	15,84
мясо-курочка	1,40	1,40					
сирок пшени	10,08	10,08					
молк	100,00	100,00					
молко пшеница 2,5% жирности	80,00	80,00					
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов	25	1,65	8,3	8,55	56,6		
Второй завтрак				6,23	0,2	11,26	58,75
Полдник из курицы	150	8,53	0,2	11,26	58,75	388-2011	
курица	18,00	18,00					
сирок пшени	9,00	9,00					
молк	143,00	140,00					
Итого							
Питательная Витаминизированый "Витамин"	280	12,04	5,26	1,36	88,80		
Смесь сухая с витаминами, минералами и пребиотиками	20,00	20,00					
молк пшеница	180,00	180,00					
Обед				18,55	11,99	80,56	554,58
Полдник из овощей и фруктов	50	0,48	0,83	1,38	37,00	10-2011	
овощи-фрукты-ягоды	32,50	30,00					
молк пшеница об	32,50	50,00					
Итого							
Витаминизированный	58	0,9	3,02	8,77	88,12	71-2004	
картофель - 01.09-31.10 - 21%	26,95	18,54					
01.11-31.12 - 30%	26,51	18,54					
01.01-29.02 - 33%	28,55	18,54					
01.03 - 40%	31,89	18,54					
молко пшеница об	18,00						
сирок - до 01.01 - 28%	20,98	23,98					
с 01.01 - 25%	31,89	23,98					
сирок - с 01.03	34,77	23,98					
молко пшеница об		22,89					
сирок - сирок	18,70	8,50					
молко растительное	1,90	1,90					
Итого							

Салат из свежей помидор с мясным фаршем			50	1,18	0,88	5,31	26,09	34-2010
мясо - до 01.01 - 20%			68,13	50,00				
с 01.01 - 25%			72,49	50,00				
с 01.01			61,43	50,00				
листья свежей капусты				40,00				
перец болгарский консервированный			13,13	8,00				
масло растительное			2,00	2,00				
Суп гороховый из мясного бульона с грибами			100/10	1,31	0,21	12,30	250,25	101-2011
картофель - 01.09-31.10 - 25%			48,55	35,00				
01.11-31.12 - 30%			50,05	35,00				
01.01-29.02 - 35%			43,00	35,00				
01.03 - 40%			58,45	35,00				
горох сушеный			12,00	12,00				
масло растительное			2,00	2,00				
закваска			7,14	6,00				
картон до 01.01 - 20%			13,75	11,00				
с 01.01 - 25%			14,83	11,00				
соль консервационная			1,00	1,00				
вода			108,00	108,00				
хлеб пшеничный			18,00	15,00				
Каша гречневая с мясом			100	0,25	0,11	18,30	168,23	34-2005
фарш говяжий			59,16	38,00				
картофель консервированный			67,20	64,00				
листья петрушки - лист				40,00				
капуста белокочанная			125,00	140,00				
картон до 01.01 - 20%			13,00	12,00				
с 01.01 - 25%			15,96	12,00				
закваска			8,52	7,00				
пшеница пшеница			3,00	3,00				
заваренный рис			8,01	8,00				
масло растительное			2,00	2,00				
соль консервационная			1,50	1,50				
Каша из пшена с Витамином С			100	0,12	0,12	15,86	62,28	348-2011
пшено сырое			16,00	16,00				
картон пшено			10,00	10,00				
вода			180,00	180,00				
Итого								
Каша из пшена			100	0,16	0,04	14,16	58,28	348-2011
пшено			16,00	16,00				
картон пшено			10,00	10,00				
вода			180,00	180,00				
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием отрубей и пшеницы			10	1,65	0,3	8,55	54,1	
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием отрубей и пшеницы			10	1,42	0,25	12,30	59,40	
Пшеница				0,87	14,61	45,30	251,88	
Булочки дрож. Простокваша			60	5,34	11,30	48,83	314,74	
Итого								
Машина			60	4,87	0,42	35,70	175,68	4-2004
кофе 1,3%			27,50	27,50				
картон пшено			15,50	15,50				
картон пшено			18,00	18,00				
масло сливочное 72,5%			4,00	4,00				
соль пшеница			0,15	0,15				
картон пшено			0,05	0,05				
картон пшено в/с			11,00	11,00				
картон пшено			7,48	7,48				
картон пшено				87,4				
картон пшено			1,00	2,00				
масло растительное			0,70	0,70				
Машина изюмное пшено			100	5,00	5,00	9,60	108,00	345-2011
Итого:				43,09	45,15	174,29	1266,31	
16 день								
Получено в Апп.	Витамин С	Витамин С	Витамин С	Химический состав				
				Витамин С	Жир, г	Угле, г	ЖЛ, ккал	
Завтрак				0,02	11,56	41,41	301,87	
Булочки с сыром				3,67	5,04	18,66	92,85	3-2004
хлеб пшеничный				20,00	20,00			
сыр				0,09	0,09			
Суп мясной с картошкой с мясом				200	5,97	5,04	18,18	161-1996
картон пшено 1,3% жареное				130,00	130,00			
картон пшено				64,00	64,00			
картон пшено				16,00	16,00			
картон пшено				2,00	2,00			
соль консервационная				0,57	0,57			
масло сливочное 72,5%				2,00	2,00			

1349/03

01 308 054,20

Чай и мате и сахар			180	2,38	5 190	13,61	81,38	685-2004
чай черный	8,40	9,40						
сахар белый	8,00	9,00						
матео мате с 2,5% жирности	50,00	50,00						
матео	110,00	120,00						
Второй завтрак				8,12	8,12	15,86	55,00	
Напиток из молока + Йогурт С			170	8,12	8,12	15,86	55,00	348-2010
молоко стерилиз.	14,00	14,00						
сахар белый	7,00	7,00						
йогурт	133,00	133,00						
Обед				24,82	26,29	88,93	709,83	
Овощи свежие								
овощи замороженные	95,0	90,0	50	9,4	9,3	9,2	12,5	2011
Мясо								
Нарезка из свежих овощей с мясом растительным			80	0,64	2,61	3,20	36,49	58-2006
пюре из свинины жаренной	50,00	48,00						
или пюре из свинины тушеной	50,00	48,00						
масло растительное	2,00	2,00						
Мясо								
Нарезка из свиного мяса и курицы			60	2,75	9,33	2,75	23,13	71-2006
пюре из свинины жаренной	42,00	40,00						
или пюре из свинины тушеной	40,00	40,00						
фарш свиной	25,00	20,00						
Мясо								
Салат Закусочный			80	1,06	3,06	4,99	58,55	34-2011
картофель до 01.01 - 20%	11,25	25,00						
картофель с 01.01 - 25%	11,25	25,00						
масло сливочное маргарин		22,94						
сметана до 01.01 - 20%	11,36	25,00						
с 01.01 - 25%	11,69	23,98						
масло подсолнечное		23,66						
пюре из картофеля замороженного	20,00	13,00						
масло растительное	1,50	1,50						
Борщ из мяса и картофеля			299	2,89	6,88	12,80	146,23	62-2011
пюре из картофеля	16,80	16,00						
масло сливочное маргарин		2,00						
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	26,60	28,00						
01.11 - 31.12 - 30%	28,80	33,00						
01.01 - 28.02 - 35%	30,80	38,00						
01.03 - 40%	33,40	40,00						
картофель замороженный	18,75	15,00						
сметана - до 01.01 - 20%	17,50	30,00						
с 01.01 - 25%	19,90	30,00						
картофель - до 01.01 - 20%	13,75	11,00						
с 01.01 - 25%	16,60	11,00						
томатная паста (без консервантов и красителей)	3,00	3,00						
картофель вареный	0,01	0,01						
лук репчатый	10,71	9,00						
масло растительное	2,80	3,00						
сметана 15%	5,00	3,00						
сахар белый	1,80	1,50						
соль йодированная	1,30	1,28						
матео	190,00	190,00						
Котлеты из курицы			70	12,78	8,94	9,97	100,20	58-2011
картофель с 01.01	82,25	85,00						
фарш куриный	10,28	18,00						
соль йодированная	0,70	0,70						
лук репчатый	7,14	6,00						
картофель	3,00	3,00						
сахар йодированный	8,00	6,00						
масло сливочное маргарин		96,00						
масло растительное	1,00	1,00						
Сливочный гарнир картофельное пюре допустим тушеное			188					
Картофельное пюре			50	1,39	1,58	7,34	67,91	312-2011
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	18,12	43,70						
01.11 - 31.12 - 30%	62,45	43,70						
01.01 - 28.02 - 35%	67,10	43,70						
01.03 - 40%	72,98	43,70						
масло сливочное 2,5% жирности	2,88	3,50						
масло сливочное 72,5%	3,00	3,00						
Котлеты тушеные			78	3,66	1,58	9,98	61,36	402-1996
картофель замороженный	87,80	70,00						
картофель до 01.01 - 20%	10,00	8,00						
с 01.01 - 25%	10,64	8,00						

[illegible]

01.01-20.02 - 37%	35,49	25,00						
01.03 - 40%	41,79	25,00						
масло рафинированное		20,00						
солнечный свет	24,04	12,00						
масло растительное	3,00	3,00						
Итого								
Салат из овощей и фруктов			50	8,48	3,26	1,10	33,35	20-2011
огурцы свежие парниковые	48,96	48,00						
помидоры свежие парниковые	48,96	48,00						
масло растительное	1,50	1,50						
Итого								
Салат из овощей и фруктов			50	6,70	3,00	3,30	42,00	21-2004
салат	47,89	38,15						
огурцы	65,24	49,65						
масло растительное		25,00						
огурцы свежие	21,71	15,00						
помидоры свежие парниковые	15,65	13,00						
огурцы свежие парниковые	13,65	13,00						
соль йодированная	0,50	0,50						
масло растительное	2,00	2,00						
Итого								
Нарезка из отварной моркови			50	0,90	3,00	3,80	49,00	11-2004
морковь до 01.01 - 20%	67,50	54,00						
с 01.01 - 25%	75,82	54,00						
морковь с 01.03	78,28	54,00						
масло растительное		20,00						
Итого								
Салат Лезвий			50	8,71	4,11	1,83	51,18	54-2006
Помидоры свежие парниковые	15,75	13,00						
огурцы свежие парниковые	15,75	13,00						
Огурцы свежие парниковые	15,20	14,00						
огурцы свежие парниковые	14,20	14,00						
Масло растительное	2,90	2,00						
соль йодированная	0,50	0,50						
растительное	8,16	8,00						
Зелень	1,15	1,00						
Итого								
Щи из свеклы и капусты на мясном бульоне со сметаной			100	4,08	3,87	8,64	83,12	035-2011
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	23,94	18,00						
01.11 - 31.12 - 30%	35,74	18,00						
01.01-24.02 - 35%	23,72	18,00						
01.03 - 40%	30,06	18,00						
морковь до 01.01 - 20%	10,00	8,00						
морковь с 01.01 - 25%	10,84	8,00						
огурцы свежие	9,55	8,00						
капуста белокочанная	11,25	25,00						
картофель	0,01	0,01						
масло растительное	1,20	1,20						
сметана 15%	5,00	3,00						
сметана 20%	188,06	188,00						
Итого								
Каша из риса			70	9,37	8,18	11,09	126,23	193-2011
рис белый	15,70	15,00						
рис белый	20,40	20,00						
масло растительное	12,00	12,00						
масло растительное 2,5% йодированное	9,00	9,00						
соль йодированная	0,00	0,00						
соль йодированная	5,00	5,00						
масло растительное	44							
Итого								
Ау			80	10,42	7,65	3,40	136,28	402-2006
говядина 1 категории	50,48	48,00						
масло растительное		30,00						
говядина 1 категория (без костей и жира)	3,00	3,00						
огурцы свежие	3,95	3,00						
огурцы свежие	25,35	15,00						
масло растительное	1,60	1,60						
масло растительное	1,00	1,00						
масло растительное	35,00	35,00						
Итого								
Макаронные изделия			120	5,80	4,48	43,33	191,78	309-2011
макаронные изделия	52,50	52,50						
масло растительное 72,5 %	2,00	2,00						
Итого								
Каша из овсяной муки			100	0,30	0,08	15,10	56,08	387-2002
овсяная мука	18,00	18,00						
овсяная мука	18,00	18,00						
овсяная мука (без костей и жира)	18,00	18,00						
овсяная мука	12,00	12,00						
овсяная мука	8,00	8,00						
овсяная мука	162,00	162,00						

Хлеб ржаной или хлеб ржаной с добавлением отрубей и минералов			30	1,05	0,3	8,55	54,3	
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с добавлением отрубей и минералов			25	3,07	0,25	12,20	58,40	
Полдник				0,33	15,70	28,34	249,65	
Супчик с сахаром			50	4,23	11,00	24,54	193,85	825-2011
масло сливочное размягченного			62,50	62,50				
сахар песок			2,00	2,00				
вода			0,00	0,00				
мука пшеничная в/с			0,60	0,60				
масло растительное			0,50	0,50				
Всего:			180	2,10	3,90	3,20	56,00	
18.09								
Чай с молоком и сахаром			180	2,24	1,90	12,61	81,16	685-2004
чай черный			8,40	8,40				
сахар песок			9,00	9,00				
молоко пастериз. 2,5% жирности			50,00	50,00				
вода			130,00	130,00				
Итого:				40,00	44,74	205,54	1318,02	
18 день								
Полноценное питание	Завтрак	Ланч	Вечер	Химический состав				
				Белок, г	Жир, г	Угл., г	ЭН, ккал	
Завтрак				10,45	16,85	54,88	407,15	
Бутерброд с маслом			205	1,83	5,00	20,58	102,00	3-2004
хлеб пшеничный			20,00	20,00				
масло сливочное 72,5 %			5,00	5,00				
Какао-Дрожжи			200	5,20	6,90	17,30	198,00	102-2011
масло			10,00	10,00				
крупя разовая			15,00	15,00				
вода питьевая			50,00	50,00				
молоко пастериз. 2,5% жирности			120,00	120,00				
сахар песок			4,00	4,00				
масло слив.				200,00				
масло сливочное 72,5 %			3,00	3,00				
Какао с молоком			180	3,42	4,69	16,72	107,15	352-2011
какао-порошок			1,00	1,00				
сахар песок			10,00	10,00				
молоко			90,00	90,00				
молоко пастериз. 2,5% жирности			90,00	90,00				
Второй завтрак				8,21	8,11	12,28	89,89	
Омлет из яиц			150	8,51	8,11	12,2	85,59	388-2011
яйца куриные			15,00	15,00				
сахар песок			0,00	0,00				
молоко			135,00	135,00				
11.01								
Паштет из курицы			150	6,51	6,21	12,2	89,89	388-2011
курица			10,00	10,00				
сахар песок			10,00	10,00				
вода			140,00	140,00				
Обед				15,49	16,22	79,03	576,38	
Салат витаминный			50	0,70	3,00	5,59	52,08	21-2006
капуста белокочанная			47,5	48,5				
огурцы свежие (без соли и специй)			14,3	10,0				
картофель до 01.01 - 20%			12,50	10,00				
01.01 - 25%			13,30	10,00				
сахар песок			2,00	2,00				
масло растительное			3,00	3,00				
10.09								
Пюре из свеклы с курицей			50	0,83	0,83	1,30	11,00	24-1996
огурцы свежие нарезанные			51,00	50,00				
огурцы свежие грунтовые			51,00	50,00				
10.09								
Суп из свеклы с курицей			60	0,78	3,00	3,10	42,00	21-2004
свекла			61,31	49,85				
свекла			65,24	40,05				
молоко стварной свеклы				45,88				
огурцы свежие			31,71	13,00				
огурцы свежие грунтовые			33,85	13,00				
огурцы свежие грунтовые			33,85	13,00				
огур. Пестряковская			0,50	0,50				
масло растительное			2,00	2,00				
Суп овощной из курицы без кожи - с сметаной			200	2	6,30	18,38	139,00	102-2005
капуста белокочанная			25,00	20,00				
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%			33,20	41,00				
01.11 - 31.12 - 30%			57,20	40,00				
01.01-29.02 - 35%			61,60	40,00				

01.01 - 30%	66,80	43,08						
марочный до 01.01 - 20%	18,75	15,48						
с 01.01 - 25%	19,95	19,00						
сук. растительный	9,32	8,00						
соль	1,28	1,28						
горючее консервированный	13,36	8,88						
сметана 15%	5,90	5,90						
масло растительное	4,00	4,00						
булочки суррогат	188,00	188,00						
Жирное по-американски			188	8,22	8,22	23,62	228,48	436-2004
грубого помола	50,05	37,50						
мелко измельченный		38,00						
картофель - 01.09 - 11.10 - 25%	146,30	110,08						
01.11 - 11.12 - 30%	157,30	110,08						
01.01 - 29.02 - 35%	169,18	110,08						
01.03 - 40%	181,70	110,00						
сук. растительный	15,47	12,00						
марочный до 01.01 - 20%	28,75	23,58						
марочный с 01.01 - 25%	25,27	19,66						
повышенная часть	2,00	2,00						
заправочный лист	0,01	0,01						
соль-бикарбонат	1,40	1,40						
масло растительное	2,00	2,00						
Комплект из хлеба + Витамин С			150	0,32	0,32	15,36	62,28	348-2011
масло сливочное	18,08	18,08						
сладкий сахар	0,30	0,30						
соль	180,00	180,00						
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			30	1,05	0,3	8,58	54,3	
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			25	2,02	0,25	12,20	58,48	
Подпитка				13,65	8,44	36,51	256,51	
Сырники из творога со специями и сахаром, пром.			100/20	13,85	8,44	29,53	116,28	118-2011
Продукты								
масло	90,92	90,92						
сладкий сахар	6,00	6,00						
масло сливочное	4,00	4,00						
сладкий сахар	7,00	7,00						
масло сливочное в/с	10,00	10,00						
масло растительное	1,28	1,28						
масло сливочное/растительное		177,00						
масло сливочное	20,00	20,00						
Булочки пром. Продукты			60	5,16	11,36	48,83	316,96	
Чай с сахаром и лимон			180/2	0,91	0,80	8,88	48,23	378-2011
чай черный	0,40	0,40						
лимон (сладкий)	2,26	2,00						
вода	180,00	180,00						
сладкий сахар	13,38	13,38						
Итого:				39,50	40,92	176,62	1329,64	
19 день								
Полноценный завтрак	Питание, г	Питание, г	Выход, г	Химический состав				
				Белок, г	Жир, г	Угл., г	ЭН, ккал	
Завтрак				12,08	15,16	63,74	392,31	
Бутерброд с маслом и сыром			380/9	3,48	8,11	10,73	153,85	3-2011
масло сливочное 72,5 %	5,00	5,00						
сыр	9,89	9,89						
хлеб пшеничный	20,08	20,08						
Каша жидкая молочная рисовая			280	5,20	6,88	27,20	198,80	181-2011
крупа рисовая	15,00	22,00						
вода	55,00	56,00						
молоко пастеризованное 2,5% жирности	120,00	120,00						
сладкий сахар	4,00	4,00						
масло сливочное		206,00						
масло сливочное 72,5 %	3,00	3,00						
Чай с лимоном и сахаром			180	2,28	1,96	13,61	81,25	685-2004
чай черный	0,40	0,40						
сладкий сахар	9,00	9,00						
молоко пастеризованное 2,5% жирности	50,00	50,00						
вода	110,00	110,00						
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			25	2,82	0,25	12,20	58,48	
Второй завтрак				0,55	0,28	15,40	56,00	
Фрукты (исключая фрукты с высоким содержанием сахара, груши, бананы)			180	0,95	0,28	15,4	56,00	
Обед				23,98	33,42	181,85	915,97	
Ассорти из овощей и фруктов			88	1,70	0,08	11,60	64,68	24-1996
овощи свежие грунтовые	31,30	30,00						

пшеница озимая: семеновое	21,30	38,00						
пшеница озимая: кормовое	27,72	18,00						
для (зерн) овес	23,94	18,00						
овес: растительное	2,80	2,80						
Итого								
Сквозь от семян: пшеница и овес			50	0,54	3,69	3,33	46,52	24-2011
пшеница: семеновое	34,22	29,80						
пшеница: кормовое	30,45	29,80						
овес: семеновое	30,45	29,80						
овес: растительное	24,58	29,80						
овес: растительное	2,00	2,00						
Итого								
Сквозь от семян: кормовые			50	1,72	3,70	4,80	88,58	
кормовые: кормовые	75,00	46,00						
кормовые: семеновое	1,80	1,80						
кормовые: растительное	3,80	3,80						
Итого								
Пшеница от семян: овес			50	0,54	0,18	5,18	35,20	44-2010
пшеница: до 01.01 - 20%	81,75	65,80						
пшеница: от 01.01 - 25%	80,98	65,80						
пшеница: семеновое	50,00							
пшеница: растительное	0,70	0,70						
Итого								
Пшеница от семян: кормовые			50	0,54	3,02	3,5	41,8	73-2011
Итого								
Пшеница от семян: овес			50	0,7	4,9	5	62	103-2011
пшеница: до 01.01 - 20%	79,03	63,22						
пшеница: от 01.01 - 25%	84,08	63,22						
пшеница: семеновое	38,00							
пшеница: растительное	0,30	0,30						
пшеница: растительное	2,00	2,00						
Итого								
Сух с мякотью: фруктоза			100	3,89	4,20	16,4	115,20	137-2004
пшеница: до 01.01 - 20%	11,75	11,00						
пшеница: от 01.01 - 25%	14,63	11,00						
пшеница: семеновое	8,33	7,00						
пшеница: растительное	4,00	4,00						
пшеница: от 01.01 - 25%	59,85	45,00						
пшеница: от 01.01 - 25%	64,35	45,00						
пшеница: от 01.01 - 25%	69,30	45,00						
пшеница: от 01.01 - 25%	75,15	45,00						
пшеница: растительное	1,20	1,20						
пшеница: семеновое	0,01	0,01						
пшеница: семеновое	188,00	188,00						
пшеница: семеновое	18,20	18,00						
пшеница: семеновое	18,20	18,00						
пшеница: семеновое	4,36	4,36						
пшеница: семеновое	1,38	1,38						
пшеница: семеновое	25,89							
Итого								
Рыба: сельдь			70	15,84	3,60	0,54	82,89	377-2004
сельдь: с/м с/м	87,00	60,00						
сельдь: с/м с/м	81,00	60,00						
сельдь: семеновое	0,70	0,70						
сельдь: растительное	1,20	1,20						
сельдь: семеновое	30,00							
сельдь: семеновое	10,00	10,00						
сельдь: семеновое	1,00	1,00						
сельдь: семеновое	10,00	10,00						
сельдь: семеновое	8,20	8,20						
сельдь: семеновое	1,50	1,50						
Итого								
Белая рыба: сельдь			10,00	10,2	17,60	9,56	139,23	388-2004
сельдь: с/м с/м (сельдь: с/м с/м)	27,00	20,00						
сельдь: с/м с/м	28,00	20,00						
сельдь: семеновое	15,00	15,00						
сельдь: семеновое	8,00	8,00						
сельдь: семеновое	11,50	10,00						
сельдь: семеновое	4,00	4,00						
сельдь: семеновое	1,30	1,30						
сельдь: семеновое	6,00	6,00						
сельдь: семеновое	8,80							
сельдь: семеновое	28,80							
сельдь: семеновое	10,00	10,00						
сельдь: семеновое	3,00	3,00						
сельдь: семеновое	10,00	10,00						
Итого								
Рыба: сельдь			1,00	1,60	5,37	36,69	167,76	385-2011

курица курятина	45,50	45,50						
масло сливочное 72,5 %	3,00	3,00						
Компот из яблок-абрикосовый			180	0,78	0,08	13,45	55,58	344-2011
яблоко-абрикосовый	17,00	17,00						
яблоко	180,00	180,00						
сахар песок	10,00	10,00						
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			20	1,45	0,3	8,55	54,3	
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			25	2,42	0,25	12,23	58,40	
Итого:				11,20	11,00	40,69	273,68	
Легенда сметана			70	8,80	4,18	37,03	195,68	183-2011
молоко сливочное 4%	48,00	48,00						
дрожжи сухие момент	0,45	0,45						
сахар песок	6,00	6,00						
соль поваренная	0,50	0,50						
масло сливочное 72,5 %	8,00	8,00						
или масло растительное	8,00	8,00						
сметана	9,00	9,00						
молоко топленое или молоко питьевое	15,00	15,00						
яйца куриные	1,38	1,38						
масло сливочное	87,92	87,92						
масло растительное	1,38	1,38						
Масло сливочное питьевое	180	180	180	5,80	5,80	9,60	75,80	385-2011
Итого:				49,13	57,88	127,62	1371,18	
20 день								
Питание/Блюда	Итого, г	Дети, г	Взросл, г	Химический состав				
				Белок, г	Жир, г	Угл., г	Экв. ккал	
Завтрак				10,86	11,54	56,31	370,75	
Бутерброд с сыром			209	3,67	5,06	18,66	92,55	3-2014
хлеб пшеничный	20,00	20,00						
сыр	9,00	9,00						
Каша молочная кукурузная с маслом			180	4,73	6,18	27,13	183,60	171-2011
курица кукурузная	25,00	25,00						
вода	56,00	56,00						
молоко питьевое 2,5% жирности	120,80	120,80						
или молоко топленое	0,54	0,54						
сахар песок	4,24	4,24						
или молоко сливочное 72,5 %	3,54	3,54						
Чай с сахаром			180	0,81	0,88	9,98	39,98	378-2011
чай черный	0,40	0,40						
вода	180,00	180,00						
сахар песок	9,00	9,00						
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			20	1,45	0,3	8,55	54,3	
Второй завтрак				12,20	5,60	19,66	175,80	
Питание Вегетарианский "Вегетариан"			180	12,84	5,50	1,35	88,80	
Смесь супов с картофелем, капустой и грибами	20,00	20,00						
или картофель	180,00	180,00						
Обед								
Питание из овощей			280	8,16	8,04	34,18	87,88	348-2011
картофель	15,00	15,00						
капуста	185,88	185,88						
сахар песок	10,00	10,00						
Обед				18,67	19,23	88,81	638,62	
Яйца отварные с зеленым горошком			20,28	3,19	2,34	1,44	99,40	3/1-2011
яйца куриные	20,00	20,00						
горошек зеленый консервированный	30,80	20,00						
Ужин								
Яйца отварные	40,00	40,00	40	5,29	4,89	4,58	62,90	190-2011
Итого								
Пирожки из теста с начинкой			58	0,68	0,80	2,38	11,00	24-1996
пирожки с начинкой (картофель)	32,54	30,00						
или пирожки с начинкой (картофель)	32,54	30,00						
Итого								
Курица консервированная (или термически обработанная)	82,50	80,0	80,8	3,08	8,10	6,3	41,0	сбор-дичи 2011
Рыбный суп			280	5,86	4,87	9,94	116,00	48-2011
картофель или свекла	43,50	30,00						
или морковь или свекла	40,50	30,00						
или свекла или свекла	49,20	30,00						
или морковь или свекла	38,00	30,00						
картофель - 01.06-31.10 - 25%	33,30	40,00						
01.11-31.12 - 30%	37,28	40,00						
01.01-29.02 - 35%	41,88	40,00						
01.03 - 40%	46,88	40,00						
картофель или свекла	5,00	5,00						
картофель, до 01.01-30%	10,00	8,00						

морковь от 01.01 - 25%	10,64	8,00						
лук репчатый	8,33	7,00						
масло растительное	3,00	3,00						
картофель сорт	0,01	0,01						
итого	186,00	180,00						
соль йодированная	1,20	1,20						
всего								
Сум. затрат на закупку с НДС			188/18	4,40	5,78	14,42	151,46	106-2018
картофель 01.01-31.12	119,30	75,00						
картофель 01.11-31.12	124,30	75,00						
картофель 01.01-28.02	138,60	75,00						
картофель - 01.03	150,30	75,00						
масло подсолнечное 2,5% жирности	30,00	33,00						
лук репчатый	14,28	7,00						
морковь до 01.01	25,00	12,00						
морковь с 01.02	26,60	12,00						
масло сливочное 72,3 %	4,00	3,00						
булочки от картофеля	104,00	90,00						
соль йодированная	1,20	1,20						
Грибы								
хлеб пшеничный	10,00	10,00						
Баклажки			34	7,46	10,34	5,34	151,80	423-1994
фарш говяжий	40,80	40,80						
фарш куриный	17,85	15,00						
лук репчатый	8,00	8,00						
айда куриное	7,00	7,00						
крупа рис пропаренная	8,00	8,00						
яича	0,80	0,80						
картофельное		94,40						
масло растительное	1,00	1,00						
масло растительное (для смазки жиста)								
Капусту тушеную	172,50	138,00	136	3,68	3,36	11,74	91,84	482-1996
капуста белокочанная	18,75	15,00						
морковь до 01.01 - 30%	19,95	15,00						
с 01.01 - 25%	3,44	3,44						
томатная паста (для консервации и жарки)	11,90	10,00						
лук репчатый	3,44	3,44						
картофельное	1,89	1,58						
соль йодированная	4,08	4,08						
масло растительное								
итого								
Картофельное пюре	147,63	111,00	136	3,25	4,70	23,61	136,26	312-2013
картофель - 01.01 - 31.10 - 25%	128,79	111,00						
01.11 - 31.12 - 30%	170,94	111,00						
01.01-28.02 - 35%	183,17	111,00						
01.03 - 40%	116,53	111,00						
масло подсолнечное 2,5% жирности	4,00	4,00						
масло сливочное 72,3 %	2,00	2,00						
Отвар из петрушки			180	6,51	0,21	13,2	65,50	388-2011
петрушка кочанная	16,00	16,00						
соль повар	8,00	8,00						
итого	184,00	184,00						
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием пшеницы и отрубей			25	1,85	6,3	8,88	84,3	
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием пшеницы и отрубей			35	2,82	9,25	12,20	98,49	
Валюшки			60	8,33	8,94	39,39	273,68	
Булочки дрожжевые			70	8,87	5,64	28,39	285,68	140-2011
итого								
Ватрушки с творогом			80	6,88	5,64	36,39	213,26	140-2011
тесто дрожжевое	58,50	58,50		8,57				
творог	30,00	30,00						
яича куриное	3,00	3,00						
соль повар	6,70	6,00						
картофельное	2,60	2,00						
масло растительное	1,80	1,80						
масло подсолнечное		84,00						
Чай с малиной и сахаром			188	2,28	1,06	13,81	81,19	685-2004
чай черный	6,40	6,40						
сахар повар	9,00	9,00						
масло подсолнечное 2,5% жирности	50,80	50,80						
итого	130,80	130,80						
всего								
Кисломолочный напиток			108	2,33	1,06	3,30	62,22	
Итого:				41,26	45,90	199,08	1450,73	
Соль йодированная в расчете на 1 день	4,28	4,28						

Итого в среднем за 20 лет	547,33	7892,43	3835,65	27128,44	
Потребность в пищевых веществах и энергии для детей с 3 до 7 лет (75% от суточной потребности)	42,37	64,62	291,78	1356,42	
*Приложение 10, Таблица 1 "Потребность в пищевых веществах, энергии "СанПиН 2.3.2.4.3596-20" Санитарно-гигиенические требования к организации общественного питания населения"					

Рекомендуемая масса порций блюд (в граммах) для детей двух возрастных групп

Название блюд	Масса порций в граммах для двух возрастных групп	
	с 1 до 3 лет	с 3 до 7 лет
Каша, овощное, яичное, творожное, мясное блюдо	130-150	150-200
Третье блюдо (компот, кисель, чай, напиток, напиток из шиповника)	150-180	180-200
Закуска (салат, овощи т.п)	30-40	50-60
Первое блюдо	150-180	180-200
Второе блюдо (мясное, рыбное, блюдо из мяса птицы)	50-60	70-80
Гарнир	110-120	130-150
Фрукты	95	100

В соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания". Приложение 9. Таблица 1 "Масса порций для детей в зависимости от возраста (в граммах)

НАКОПИТЕЛЬНАЯ ВЕДОМОСТЬ
к примерному 20-ти дневному меню для питания детей с 3-7 лет с 8-10 ч пребыванием,
в дошкольном образовательном учреждении.

№	Продукты	Норма продукта в 1 мл, на 1 ребенка/сутки Согласно 230.4.3590- 08	Процент	Норма в днем, г	Баланс питания по дням, г*																				на 20 дней, г	Факт в днем, г	% выполнения	
					Дни																							
					1.0	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20				
1	Хлеб пшеничный *	80	75	60	69,0	67,5	70,0	45,0	45,0	69,0	60,0	66,0	45,0	45,0	45,0	45,0	45,0	45,0	65,0	107,5	45,0	138,0	57,0	1164	58	97		
2	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)*	50	75	38	45,0	20,0	50,0	20,0	28,0	20,0	82,5	30,0	80,0	25,0	30,0	30,0	90,0	25,0	45,0	20,0	72,5	20,0	20,0	36,0	789	39	105	
3	Мука пшеничная	28	75	22	15,0	0,0	34,5	4,0	6,6	9,0	0,6	92	2,5		46,2	2,5	0,8		17,5	23	61,7	10,0	3,0	7	335	17	77	
4	Крупы (злаки), бобовые	43	75	32	30,0		36,5	18,0	33,0	40,0	31,0	60,0	25,0	5,0	25,0	25,0	30,0	69,0	12,0	17	30,0	31,0	67,5	32,8	619	31	96	
5	Макаронные изделия	12	75	9		48,0			12,0				48,0		7,0						48				163	8,2	94	
6	Картофель	140	75	105	151,0	20,0	50,0	131,0	100,0	40,0	160,0	68,0	20,0	164,0	135,4	186,5	151,0	60,0	80,0	63,7	18,0	150,0	45	206	2019	991	95	
7	Овощи, зелень	220	75	166	101,9	100,0	320,8	121,5	100,0	162,1	111,6	101,4	122,5	110,5	125,0	103,8	125,0	151,8	287,6	219,0	173,2	156,1	179,0	202,4	3075	154	93	
8	Фрукты (плоды) свежие*****	100	75	75	92,8	33,0	18,0	31,0	34,0	15,0	160,0	38,3	92,0	164,0	18,0	18,0	180,0	150,0	70,0	30,0	33,0	0,0	100,0	120,0	1326	70	94	
9	Витаминизированные напитки	50	75	36			180,0	180,0	160,0		150,0				140,0										780	39	104	
10	Фрукты (плоды) сухие	11	75	8	10,0		23	15		14	16				15	16			16	14		18		0	166	8	99	
11	Сахар	30	75	23	15,0	30,0	20,0	21,2	38,0	32,0	21,0	90,0	15,0	23,0	16,0	16,0	25,0	13,0	12,0	20,0	23,0	22,0	15,0	16,0	473	24	105	
12	Кондитерские изделия*	20	75	15	40,0			75,0	20		15					20		35,0			20	20			245	12	84	
13	Какао-порошок	0,5	75	0,5			1,4			1,4			1,5			1,50			1,40			1,4			8	0	96	
14	Кофейный напиток	1,2	75	0,5	2,5			2,5			2,5		3		2,5			2,5			2,5				18	1	101	
15	Чай, фиточай	0,5	75	0,5	0,5	0,5	0,5		0,5	0,4	0,5	0,5	1	1,0		0,8	0,8	0,5		0,5	0,5	0,4	0,5	0,5	10	0,48	95	
16	Масло 1 категории 8%	55	75	41	68,3	0,0	21,9	19,0	59,2	89		36,7	64,0	88	63	89,0			67,2	37	68,0		22,0	0,0	758	38	92	
17	Масло 1 категории	24	75	18	0,0	75,0	46,5		17,5	17	50	13,6			15,0			90		10		45,0	10,0	25	375	19	104	
18	Субпродукты (свиная, говяжья, куриная)	25	75	19																								
19	Рыба (филе)	37	75	27				84,0				85,0				58,0	68		68	69			60	30	522	26	35	
20	Молоко и кисломолочные продукты (маслозастой 2,5%)	450	75	337	210,0	337,9	300,0	513,0	230,0	200,0	275,0	380,0	210,0	122,9	398,0	250,0	270,0	361,0	317,9	432,5	678,0	310,0	366,0	360,0	6403	320	96	
21	Творог (жирность 6%)	40	75	30	70				24,3	28		117,0		100		90		69				90		25	614	31	104	
22	Сметана (маслозастой 10%)	11	75	8	7,0	7	7,0	7,0	7		7,0	20	1,5	20,0	5,0	0,0	15,0	5,0	10	6,0	5,0	5,0	10,0	5	150	7	95	
23	Сыр**	6,00	75	4,5		9,1		9,0	9,0					9,0	9,0		9,0			10,0	3,5		9,0	9,0	65	4	95	
24	Масло сливочное	21	75	16	6,0	6,0	26,0	9,0	7,0	20,0	12,0	12,0	26,0	7,2	10,0	9,0	27,0	8,0	12,4	8,0	12,0	10,0	16,0	21,0	268	13	92	
25	Масло растительное	11	75	8	5,0	7,0	8,5	5,0	7,0	5,5	6,0	7,0	10,2	7,5	9,0	4,7	7,5	8,2	10,4	8,0	10,0	9,5	9,5	10,8	156	8	95	
26	Яйца куриные столовые (шт)	1	75	1	4,5	151,0	5,0	45,0	22,4	16,1	0,6	13,0	8,0	15,3	2,1	34,0	18,6	23,8	151,0	15,0	9,0	14,0	2,3	78	627	31	104	
27	Дорожки хлебобулочные	0,5	75	0	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	7	0	95	
28	Соль	5	75	4	4,5	4,5	4,1	2,0	3,5	4,5	4,5	4,5	4,0	4,0	3,0	4,0	4,0	3,0	4,0	3,0	4,5	4,5	4,5	4,5	79	4	105	

* всего сырое - это количество в норме потребления хлеба пшеничного и хлеба ржаного в 7,13,14,17 дне, а 4 дне в кондитерских изделиях

** сыр посчитан в норме потребления молока, поэтому таблица заново в 8 дне