



МИНИСТЕРСТВО СОЦИАЛЬНОГО  
РАЗВИТИЯ, ОПЕКИ И ПОПЕЧИТЕЛЬСТВА  
ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ  
ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ  
КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ  
«ЦЕНТР СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ  
СЕМЬЕ И ДЕТЯМ ТАЙШЕТСКОГО  
РАЙОНА»

665006, Иркутская область, г. Тайшет,  
ул. Первомайская, д. 59  
тел. (39563) 2-50-99, тел./факс 2-67-46  
E-mail: [centr-semia@mail.ru](mailto:centr-semia@mail.ru)  
<http://\cpdtaishet.ru>

28.03.2025 № 52  
на № от

Территориальный отдел  
Управления Роспотребнадзора  
по Иркутской области в  
Тайшетском и Чунском  
районах

665003, Иркутская область, г.  
Тайшет, ул. Автозаводская, д. 3

[taishet@38.rospotrebnadzor.ru](mailto:taishet@38.rospotrebnadzor.ru)

#### О направлении информации

Сообщаем, что предписание от 10.02.2025 года № 1 выполнено частично, проведены следующие мероприятия:

1. Технологические карты приведены в соответствие с требованиями п. 2.3.3. СП 2.4.3648-20, п. 2.8. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания», названия блюд в меню соответствуют технологическим картам.

2. Организован контроль за качеством и безопасностью приготовленных блюд, с отбором суточной пробы от каждого готового блюда.

3. Организовано проведение генеральных уборок помещений пищеблока не реже одного раза в месяц (в смену) с применением моющих и дезинфицирующих средств.

4. Обеспечено поступление молочной продукции при наличии маркировки, документов, подтверждающих ее качество и безопасность.

5. В целях обеспечения параметров микроклимата (относительной влажности воздуха) в помещениях игровых младшей, средней, старшей групп и спальни мальчиков в соответствии гигиеническими нормативами, проведения замеров параметров микроклимата в филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Иркутской области в Тайшетском и Чунском районах» направлена заявка.

6. Примерное 14-дневное меню для детей 7-11 лет частично приведено в соответствие с СанПиН 2.3/2.4.3590-20 п. 8.1.2 приложения № 7 таблице № 3, п. 8.1.2 приложению № 9 таблице № 1 и таблице № 3, п. 8.1.2 приложению № 10 таблице № 1.

Оценить содержание витаминов А, В1, В2, С, Д, и минеральных веществ калия, йода, селена, фтора не представляется возможным, так как справочник, используемый для составления технологических карт (Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для детских

садов, школ, школ-интернатов, детских домов, оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений под ред. ООО «Уральский региональный центр питания» ФГБОУ ВО «Пермский государственный медицинский университет им. ак. Е.А. Вагнера» Минздрава России), не содержит данную информацию.

Приложение: примерное 14-дневное меню.

Директор



В.И. Жемчугов

исп. Кухарь С.М.  
(39563)2-47-38

Утверждаю: Директор ОГКУ СО  
"Центр социальной помощи семье и детям  
Гайнетовского района



В.И. Жембугов  
Тайпировано  
2024г.

# ПРИМЕРНОЕ 14-ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Дети 7-11 лет

Разработано медицинской сестрой диетической  
Яныгиной К.Р.

Согласовано с фельдшером  
Короленко М.В.

Перспективное меню разработано на основе Единого сборника технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, школ – интернагов, детских домов, оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно – профилактических учреждений под редакцией ООО «Уральский региональный центр питания» ФГБОУ ВО «Пермский государственный медицинский университет им.Е.А.Вагнера» Минздрава России

Утверждаю директор ОГКУ СО  
"Центр социальной помощи семье и детям"  
Тайшетского района  
В.И. Жемчугов

День: Понедельник  
Неделя: Первая  
Сезон :осенне-летний  
Возрастная категория :  
7-11 лет

№ рецептур	Наименование блюд	Масса порций(гр)	Пищевая ценность(г)		Ккал	Витамины (мг)					Минеральные вещества(мг)			
			Белки	Жиры		Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
234	Завтрак Каша рисовая молочная жидкая	200	5,232	11,1	18,096	279,7	0,05	1,23	34,08	0,144	118	122	25,328	0,136
460	Чай с молоком	200	1,6	1,3	21,5	64	0,02	0,3	9,5	0	59,1	45,9	10,5	0,87
69	Бутерброд с маслом(батон пшеничный) П/П	95	1,6	11	10	146	0,02	0	60	0,4	7,6	17,5	2,8	0,25
267	Яйцо вареное	40	15,1	4,6	3	105	0,03	0	100,6	0,2	122,1	77,3	7,8	0,08
	Итого		<b>23,532</b>	<b>28,004</b>	<b>52,596</b>	<b>594,7</b>	<b>0,12</b>	<b>1,53</b>	<b>204,18</b>	<b>0,744</b>	<b>306,8</b>	<b>262,7</b>	<b>46,428</b>	<b>1,336</b>
	Обед													
47	Винегрет овощной	80	2,1672	2,386	6,6528	61,49	0,25	14,6	54,793	4,637	98,62	42,24	18,144	0,79632
119	Суп крестьянский с крупой	250	4,0255	4,98	10,2588	271,6	0,09	10,2	98,082	2,465	143,3	153,9	17,44	0,996
377	Пюре картофельное	180	6,39	3,6	5,49	138,6	0,07	2,25	21,6	0,09	22,95	46,35	14,76	0,522
327	Гуляш из говядины	100	15,708	14,28	3,528	247,8	0,03	2,94	72,24	0,588	98,2	131	9,74	0,2428
495	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	20,1	84	0,01	0,2	22	0,4	20,1	19,2	14,4	0,69
575	Хлеб пшеничный (Промышленное производство)	150	2,3025	0,803	15,6975	80,41	0	0	0	0	0	0	0	0
	Итого		<b>28,891</b>	<b>28,874</b>	<b>46,0296</b>	<b>803,5</b>	<b>0,45</b>	<b>30,2</b>	<b>268,72</b>	<b>8,18</b>	<b>383,1</b>	<b>392,6</b>	<b>74,484</b>	<b>3,24712</b>
	Полдник													
523	Блинчики	130	13,28	14,08	85,28	151,2	0,36	3,2	96,08	2,72	172	161,4	64,96	0,016
466	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,5	13,6	88	0,03	0,7	19	0	108,3	76,5	12,6	0,12
82	Фрукты свежие	100	1,2	1,2	29,4	132	0,09	2,1	17	0,6	48,3	33	27	6,63
	Итого		<b>17,28</b>	<b>17,78</b>	<b>128,28</b>	<b>371,2</b>	<b>0,48</b>	<b>24,9</b>	<b>132,08</b>	<b>3,32</b>	<b>328,6</b>	<b>270,9</b>	<b>104,56</b>	<b>6,766</b>
	Ужин													
522	Вареники с фаршем	250	5,8724	2,88	40,3712	386,4	0,04	0	101,14	0,896	102,2	138,9	8,6652	0,27608
459	Чай с лимоном	10/200	0,3	0,1	9,5	40	0	1	0	0,02	7,9	9,1	5	0,87
573	Печенье (Промышленное производство)	40	2,48	7,24	26,36	88	0,11	0,2	2	0,104	14,8	55,2	13,2	0,02
575	Хлеб пшеничный (Промышленное производство)	130	0,258	0,086	8,17	34,4	0	0,86	0	0,017	6,794	7,826	4,3	0,7482
	Итого		<b>8,9104</b>	<b>10,306</b>	<b>84,4012</b>	<b>548,8</b>	<b>0,15</b>	<b>2,06</b>	<b>103,14</b>	<b>1,038</b>	<b>131,7</b>	<b>211,1</b>	<b>31,165</b>	<b>1,91428</b>
	Пужжин													
501	Сок (Промышленное производство)	200	0,5	0,1	10,1	43	0,01	2	42	0,1	7	7	4	1,4
	Итого		<b>12,148</b>	<b>17,732</b>	<b>129,0312</b>	<b>714,2</b>	<b>0,26</b>	<b>5,12</b>	<b>147,14</b>	<b>1,259</b>	<b>160,3</b>	<b>7</b>	<b>4</b>	<b>1,4</b>
	Итого за день		<b>90,762</b>	<b>102,7</b>	<b>440,338</b>	<b>3032</b>	<b>1,47</b>	<b>63,8</b>	<b>855,26</b>		<b>1311</b>	<b>1144</b>	<b>260,64</b>	<b>14,6634</b>
	П/П - промышленное производство										<b>14,54</b>			

День: Вторник  
Неделя: Первая  
Сезон :весенне-летний  
Возрастная категория : 7-11 лет

Утверждаю директор ОГКУСО  
"Центр социальной помощи семье и детям"  
Тайшетского района  
В.И. Жемчугов

№ рецептур	Наименование блюд	Масса порций(гр)	Пищевая ценность(г)		Кквал	Витамины (мг)			Минеральные вещества(мг)				
			Белки	Жиры		Углеводы	B1	C	A	E	Ca	P	Mg
268	Омлет натуральный	180	14,616	16,44	313,6	0,08	0,52	194,67	0,783	134,2	254	21,141	0,7405
69	Бутерброд с маслом (батон пшеничный) П/П	120	1,6	11	189	0,02	0	60	0,4	7,6	17,5	2,8	0,25
466	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,5	88	0,03	0,7	19	0	108,3	76,5	12,6	0,12
	Итого		<b>19,016</b>	<b>29,943</b>	<b>590,6</b>	<b>0,13</b>	<b>1,22</b>	<b>273,67</b>	<b>1,183</b>	<b>250,1</b>	<b>348</b>	<b>36,541</b>	<b>1,1105</b>
	Обед												
33	Салат из свеклы с сыром и чесноком	100	4,76	7,49	98,7	0,01	6,02	67,9	3,15	256,6	77,35	43,4	0,735
116	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,6964	2,596	188,4	0,11	14,2	20,16	1,386	31,2	67,01	18,52	0,012
325	Азу	200	19,38	16,36	401,4	0,16	7,48	73,25	4,386	23,71	53,85	12,063	0,005
501	Сок (Промышленное производство)	200	0,5	0,1	43	0,01	2	42	0,1	7	7	4	1,4
575	Хлеб пшеничный (П/П)	150	2,3025	0,803	80,41	0	0	0	0	0	0	0	0
	Итого		<b>29,639</b>	<b>27,351</b>	<b>811,8</b>	<b>0,29</b>	<b>29,7</b>	<b>203,31</b>	<b>9,022</b>	<b>318,5</b>	<b>205,2</b>	<b>77,982</b>	<b>2,152</b>
	Полдник												
531	Ватрушки с творожным фаршем	60	3,4	1,4	134	0,04	0	85	0,5	7,1	25,2	4,8	0,36
462	Какао с молоком	200	3,3	2,9	94	0,03	0,7	19	0,01	111,3	91,1	22,3	0,65
82	Фрукт свежий	100	1,2	1,2	132	0,09	21	0	0,6	48,3	33	27	6,63
	Итого		<b>7,9</b>	<b>5,5</b>	<b>360</b>	<b>0,16</b>	<b>21,7</b>	<b>104</b>	<b>1,11</b>	<b>166,7</b>	<b>149,3</b>	<b>54,1</b>	<b>7,64</b>
	Ужин												
385	Рис отварной	180	3,518	4,734	204,5	0,34	4,72	25,2	0,378	5,274	78,34	26,928	0,234
457	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	38	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82
575	Хлеб пшеничный (Промышленное производство)	130	0,172	0,086	32,68	0	0	0	0	4,386	6,622	3,612	0,7052
408	Соус сметанный	50	0,74	4,67	49,85	0,01	0,05	28,5	0,105	22,05	14,66	2,325	0,0755
307	Котлеты или биточки рыбные	100	10,2	2,4	142	0,11	1,3	29	0,6	49,6	124,3	20,1	0,72
	Итого		<b>14,83</b>	<b>13,2</b>	<b>467</b>	<b>0,46</b>	<b>6,07</b>	<b>82,7</b>	<b>1,083</b>	<b>86,41</b>	<b>231,6</b>	<b>57,165</b>	<b>2,5547</b>
	Паужин												
470	Йогурт 3,5% (Промышленное производство)	200	5,8	5	140	0,08	1,4	40,1	0	340	180,6	28,1	0,2
	Итого		<b>5,8</b>	<b>5</b>	<b>140</b>	<b>0,08</b>	<b>1,4</b>	<b>40,1</b>	<b>0</b>	<b>340</b>	<b>180,6</b>	<b>28,1</b>	<b>0,2</b>
	Итого за день		<b>77,185</b>	<b>80,994</b>	<b>2369</b>	<b>1,12</b>	<b>60,1</b>	<b>703,78</b>	<b>12,4</b>	<b>1162</b>	<b>1115</b>	<b>253,89</b>	<b>13,6572</b>



Утверждаю директор ОГКУ СО  
"Центр социальной помощи семье и детям"  
Тайшетского района  
В.И. Жемчугов

День: Четверг  
Неделя: Первая  
Сезон весенне-летний  
Возрастная категория : 7-11 лет

№ рецептур	Наименование блюда	Масса порций(гр)	Пищевая ценность(г)		Ккал	Витамины (мг)			Минеральные вещества(мг)							
			Белки	Жиры		Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
141	Завтрак Суп молочный с крупой	200	4,8	5	376,4	0,06	0,92	35,6	0,06	161,3	138,3	23,3	0,18			
69	Бутерброд с маслом (багон пшеничный) П/П	100	1,6	11	146	0,02	0	60	0,4	7,6	17,5	2,8	0,25			
457	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	38	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82			
	Итого		<b>6,6</b>	<b>16,1</b>	<b>560,4</b>	<b>0,08</b>	<b>0,92</b>	<b>95,6</b>	<b>0,46</b>	<b>174</b>	<b>163,5</b>	<b>30,3</b>	<b>1,25</b>			
	Обед															
129	Суп-лапша домашняя	250	6,9048	6,376	209,6	0,15	0,5	167,16	0,806	104,8	87,13	6,4176	0,136			
202	Каша гречневая рассыпчатая	200	9,5	7,68	211,4	0,28	8	62	0,56	128,8	179,1	68,28	1,008			
353	Печень по-строгановски	100	4,6	9,3	162	0,14	0	63	0,4	123	175,2	15,9	0,06			
43	Салат картофельный с огурцами	100	1,7	6,3	112	0,06	19,9	16	4,5	10,9	42,8	16,5	0,09			
486	Компот из свежих плодов и ягод	75/200	0,1	0,1	46	0,01	0,6	0	0,04	3,4	2,1	1,7	0,46			
575	Хлеб пшеничный (Промышленное производство)	150	2,3025	0,803	80,41	0	0	0	0	0	0	0	0			
	Итого		<b>25,107</b>	<b>30,558</b>	<b>821,4</b>	<b>0,64</b>	<b>29</b>	<b>308,16</b>	<b>6,306</b>	<b>371</b>	<b>486,3</b>	<b>108,8</b>	<b>1,754</b>			
	Полдник															
286	Сырники из творога запеченные	120	16,88	5,84	124,5	0,12	0,24	127,2	0,4	151	36	9,84	0,084			
462	Какао с молоком	200	3,3	2,9	94	0,03	0,7	19	0,01	111,3	91,1	22,3	0,65			
82	Фрукт свежий	100	1,2	1,2	132	0,09	21	0	0,6	48,3	33	27	6,63			
	Итого		<b>21,38</b>	<b>9,94</b>	<b>350,5</b>	<b>0,24</b>	<b>21,9</b>	<b>146,2</b>	<b>1,01</b>	<b>310,6</b>	<b>160,1</b>	<b>59,14</b>	<b>7,364</b>			
	Ужин															
303	Суфле рыбное	100	12,2	12,8	249	0,15	3,5	87,9	0,8	14,3	152	14,2	0,81			
377	Пюре картофельное	200	7,1	4	154	0,08	2,5	24	0,1	25,5	51,5	16,4	0,38			
459	Чай с лимоном	10/200	0,3	0,1	40	0	1	0	0,02	7,9	9,1	5	0,67			
573	Пряник (Промышленное производство)	40	2,48	7,24	88	0,11	0,2	2	0,104	14,8	55,2	13,2	0,02			
575	Хлеб пшеничный (Промышленное производство)	130	0,258	0,086	34,4	0	0,86	0	0,017	6,794	7,826	4,3	0,5762			
	Итого		<b>22,338</b>	<b>24,226</b>	<b>565,4</b>	<b>0,34</b>	<b>8,06</b>	<b>113,9</b>	<b>1,041</b>	<b>69,29</b>	<b>275,6</b>	<b>53,1</b>	<b>2,4562</b>			
	Паузин															
501	Сок (Промышленное производство)	200	0,5	0,1	43	0,01	2	42	0,1	7	7	4	1,4			
	Итого		<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>43</b>	<b>0,01</b>	<b>2</b>	<b>42</b>	<b>0,204</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>4</b>	<b>1,4</b>			
	Итого за день		<b>75,925</b>	<b>80,924</b>	<b>2341</b>	<b>1,31</b>	<b>61,9</b>	<b>705,86</b>	<b>9,022</b>	<b>931,9</b>	<b>1092</b>	<b>255,34</b>	<b>14,2242</b>			



Утверждаю директор ОГКУСО  
"Центр социальной помощи семье и детям"  
Тайшетского района  
В.И. Жемчугов

День: Суббота  
Неделя: Первая  
Сезон :весенне-летний  
Возрастная категория :  
7-11 лет

№ рецептур	Наименование блюда	Масса порций(гр)	Пищевая ценность(г)		Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества(мг)								
			Белки	Жиры		Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe				
	Завтрак																	
268	Омлет натуральный	200	14,616	16,44	3,654	274,8	0,08	0,52	274,67	0,783	134,2	254	21,141	1,2405	0			
575	Батон пшеничный (П/П)	90	1,0745	0,375	7,3255	124,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
86	Повидло (порция) (Промышленное производство)	35	0,14	0	22,75	118,7	0	0,18	64	0	4,9	3,15	2,45	0,455	0,87			
460	Чай с молоком	200	1,6	1,3	21,5	64	0,02	0,3	9,5	0	59,1	45,9	10,5	0,87				
	Итого		<b>17,431</b>	<b>18,118</b>	<b>55,2295</b>	<b>582</b>	<b>0,1</b>	<b>1</b>	<b>348,17</b>	<b>0,783</b>	<b>198,2</b>	<b>303</b>	<b>34,091</b>	<b>2,5655</b>				
	Обед																	
520	Пельмени мясные отварные	250	26,982	17,41	20,42964	212,4	0,17	0,61	50,16	1,594	122,6	264,4	35,32	1,6330672				
385	Рис отварной	180	4,518	4,734	35,874	238,8	0,34	4,72	25,2	0,378	14,27	78,34	26,928	0,234				
367	Курица в соусе с томатом	120	6,1	18,3	3,8	276,3	0,04	1,3	169	0,7	193,4	33	38,85	1,52				
148/149	Овощи свежие/консервированные порциями (консервант лимонная кислота)	100	0,7	0,1	1,9	11	0,03	3,5	0	0,1	17,8	30,03	14,1	0,51				
575	Хлеб пшеничный (Промышленное производство)	150	2,3025	0,803	15,6975	80,41	0	0	0	0	0	0	0	0				
495	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	20,1	84	0,01	0,2	22	0,4	20,1	19,2	14,4	0,69				
	Итого		<b>40,603</b>	<b>41,351</b>	<b>77,70114</b>	<b>818,9</b>	<b>0,58</b>	<b>10,1</b>	<b>244,36</b>	<b>3,172</b>	<b>348,1</b>	<b>405,8</b>	<b>115,2</b>	<b>3,8970672</b>				
	Подник																	
573	Печенье (Промышленное производство)	45	2,79	8,145	29,655	208,8	0,12	0,23	2,25	0,113	16,65	62,1	14,85	0,0225				
462	Какао с молоком	200	3,3	2,9	28	94	0,03	0,7	19	0,01	111,3	91,1	22,3	0,65				
82	Фрукт свежий	100	0,4	0,4	10,8	44	0,03	7	0	0,2	161,1	11	9	2,21				
	Итого		<b>6,49</b>	<b>11,445</b>	<b>68,455</b>	<b>346,8</b>	<b>0,18</b>	<b>7,93</b>	<b>21,25</b>	<b>0,323</b>	<b>289,1</b>	<b>164,2</b>	<b>46,15</b>	<b>2,8825</b>				
	Ужин																	
311	Рыба, запеченная в сметанном соусе с картофелем	100/180	12,96	7,68	62,76	364,8	0,3	40	88,6	1,44	244	176	47,384	0,812				
457	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82				
575	Хлеб пшеничный (Промышленное производство)	130	0,172	0,086	7,998	42,68	0	0	0	0	4,386	6,622	3,612	0,7052				
	Итого		<b>13,332</b>	<b>7,866</b>	<b>80,058</b>	<b>445,5</b>	<b>0,3</b>	<b>40</b>	<b>88,6</b>	<b>1,44</b>	<b>253,5</b>	<b>190,3</b>	<b>55,196</b>	<b>2,3372</b>				
	Паужин																	
493	Компот консервированный (П/П)	200	0,3	0,3	37,1	125	0,02	0	0	0	10	4,8	2,4	0,56				
	Итого		<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>37,1</b>	<b>125</b>	<b>0,02</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>4,8</b>	<b>2,4</b>	<b>0,56</b>				
	Итого за день		<b>78,155</b>	<b>79,08</b>	<b>318,54364</b>	<b>2318</b>	<b>1,19</b>	<b>59,1</b>	<b>702,38</b>	<b>5,718</b>	<b>1099</b>	<b>1068</b>	<b>253,04</b>	<b>12,2422672</b>				

Утверждаю директор ОГКУСО  
"Центр социальной помощи семье и детям"  
Тайшетского района  
В.И. Жемчугов

День: Воскресенье  
Неделя: Первая  
Сезон :весенне-летний  
Возрастная категория :  
7-11 лет

№ рецептур	Наименование блюд	Масса порций(гр)	Пищевая ценность(г)			Ккал	Витамины (мг)			Минеральные вещества(мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
227	Завтрак Каша манная молочная жидкая	200	9,22	6,58	31,24	366,8	0,08	1,38	40,2	0,52	176,9	162,4	20,4	0,462
69	Бутерброд с маслом( батон пшеничный) П/П	105	2,8	13	11	168	0,02	0	60	0,4	7,6	17,5	2,8	0,25
457	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82
	Итого		<b>12,22</b>	<b>19,68</b>	<b>51,54</b>	<b>572,8</b>	<b>0,1</b>	<b>1,38</b>	<b>100,2</b>	<b>0,92</b>	<b>189,6</b>	<b>187,6</b>	<b>27,4</b>	<b>1,532</b>
	Обед													
316	Сельдь с луком ( Сельдь П/П)	80	10,009	10,23	4,653	122,7	0,03	2,97	9,999	7,821	62,37	168,4	25,542	0,3712
120	Суп картофельный с рыбой	250	12,164	4,956	17,39052	171,8	0,17	12,2	82,538	0,731	81,99	182	44,327	0,43892
152	Картофель отварной с маслом	200	4	10,8	22,2	202	0,22	29	0	4,6	23,92	157,2	40,8	0,62
350	Тефтели из говядины с рисом - ежик	100	11,4	8,1	9,9	193	0,05	1,4	116	0,4	39,6	119,8	17,5	0,4
486	Компот из свежих плодов и ягод	75/200	0,1	0,1	11,1	46	0,01	0,6	43	0,04	3,4	2,1	1,7	0,46
575	Хлеб пшеничный (П/П)	150	2,3025	0,803	15,6975	80,41	0	0	0	0	0	0	0	0
	Итого		<b>39,975</b>	<b>34,989</b>	<b>80,94102</b>	<b>815,9</b>	<b>0,48</b>	<b>46,1</b>	<b>251,54</b>	<b>13,59</b>	<b>211,3</b>	<b>629,5</b>	<b>129,87</b>	<b>2,29012</b>
	Полдник													
537	Пицца школьная	80	8,52	5,72	37,32	228,8	0,13	2,8	124,08	0,64	252,4	54,8	16,48	1,208
466	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,5	13,6	88	0,03	0,7	19	0	108,3	76,5	12,6	0,12
82	Фрукт свежий	100	0,4	0,4	10,8	44	0,03	7	0	0,2	161,1	11	9	2,21
	Итого		<b>11,72</b>	<b>8,62</b>	<b>61,72</b>	<b>360,8</b>	<b>0,19</b>	<b>10,5</b>	<b>143,08</b>	<b>0,84</b>	<b>521,8</b>	<b>142,3</b>	<b>38,08</b>	<b>3,538</b>
	Ужин													
176	Рагу из овощей (1-й вариант)	200	6,6	12,6	95,2	374,5	0,35	1,4	95,664	3,9	103,2	81,2	40,9	0,49
575	Хлеб пшеничный (П/П)	130	0,172	0,086	7,998	42,68	0	0	0	0	4,386	6,622	3,612	0,7052
573	Вафли (П/П)	40	2,2	2,6	13,96	74,36	0,1	0,6	80	1,1	26,36	33,56	4,84	0,28
457	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82
	Итого		<b>9,172</b>	<b>15,386</b>	<b>126,458</b>	<b>529,6</b>	<b>0,45</b>	<b>2</b>	<b>175,66</b>	<b>5</b>	<b>139</b>	<b>129,1</b>	<b>53,552</b>	<b>2,2952</b>
	Павужин													
501	Сок (П/П)	200	0,5	0,1	10,1	43	0,01	2	42	0,1	7	7	4	1,4
	Итого		<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43</b>	<b>0,01</b>	<b>2</b>	<b>42</b>	<b>1,2</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>4</b>	<b>1,4</b>
	Итого за день		<b>73,587</b>	<b>78,775</b>	<b>330,75902</b>	<b>2322</b>	<b>1,23</b>	<b>62</b>	<b>712,48</b>	<b>21,55</b>	<b>1069</b>	<b>1095</b>	<b>252,9</b>	<b>11,05532</b>

Утверждаю директор ОГКУСО  
"Центр социальной помощи семье и детям"  
Тайшетского района  
В.И. Жемчугов

День: Понедельник  
Неделя: Вторая  
Сезон : весенне-летний  
Возрастная категория : 7-11 лет

№ рецептур	Наименование блюд	Масса порций(гр)	Пищевая ценность(г)			Ккал	Витамины (мг)						Минеральные вещества(мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
	Завтрак																
140	Суп молочный с макаронными изделиями	180	5,148	4,554	17,956	132,8	0,14	0,81	43,648	0,234	45,58	123,5	18,288	0,432			
63	Бутерброд с сыром и маслом (батон)	100	19,32	25,48	27,72	355,2	0,08	0,28	164,44	0,84	179	379,4	38,92	1,036			
462	Какао с молоком	200	3,3	2,9	28	94	0,03	0,7	19	0,01	111,3	91,1	22,3	0,65			
	Итого		<b>27,768</b>	<b>32,934</b>	<b>73,676</b>	<b>582</b>	<b>0,26</b>	<b>1,79</b>	<b>227,09</b>	<b>1,084</b>	<b>335,9</b>	<b>594</b>	<b>79,508</b>	<b>2,118</b>			
	Обед																
1	Салат из капусты белокачанной	100	1,632	6,222	9,874	97,92	0,03	20,1	86,25	2,856	46,51	31,72	15,646	1,428			
131	Суп фасолевый	250	12,331	5,225	22,0252	263,1	0,39	9,41	65,247	2,47	35,48	29,61	17,706	0,26088			
330	Плов из отварной говядины	200	13,4	9,88	53,4	326,4	0,05	8,96	116,7	4,08	33,84	74,55	42,32	1,56			
501	Сок (П/П)	200	0,5	0,1	10,1	43	0,01	2	42	0,1	7	7	4	1,4			
575	Хлеб пшеничный (П/П)	150	2,3025	0,803	15,6975	80,41	0	0	0	0	0	0	0	0			
	Итого		<b>30,166</b>	<b>22,229</b>	<b>111,0967</b>	<b>810,8</b>	<b>0,48</b>	<b>40,5</b>	<b>310,19</b>	<b>9,506</b>	<b>122,8</b>	<b>142,9</b>	<b>79,672</b>	<b>4,64888</b>			
	Полдник																
585	Пончики с творогом (Запечёные)	80	2,408	6,589	18,46688	237	0,2	1,34	65,544	0,408	46,56	23,02	22,696	0,8			
460	Чай с молоком	200	1,6	1,3	21,5	64	0,02	0,3	9,5	0	59,1	45,9	10,5	0,87			
82	Фрукт свежий	100	0,4	0,4	10,8	44	0,03	7	0	0,2	161,1	11	9	2,21			
	Итого		<b>4,408</b>	<b>8,2888</b>	<b>50,76688</b>	<b>345</b>	<b>0,25</b>	<b>8,64</b>	<b>75,044</b>	<b>0,608</b>	<b>266,8</b>	<b>79,92</b>	<b>42,196</b>	<b>3,88</b>			
	Ужин																
328	Жаркое по-домашнему	250	12,984	13,79	65,486	379,3	0,21	4,42	54,6	4,196	30,84	152,3	34,319	0,225			
459	Чай с лимоном	200	0,3	0,1	9,5	40	0	1	0	0,02	7,9	9,1	5	0,87			
575	Хлеб пшеничный (П/П)	130	0,258	0,086	8,17	34,4	0	0,86	0	0,017	6,794	7,826	4,3	0,7482			
	Итого		<b>13,542</b>	<b>13,977</b>	<b>83,156</b>	<b>453,7</b>	<b>0,21</b>	<b>6,28</b>	<b>54,6</b>	<b>4,233</b>	<b>45,54</b>	<b>169,2</b>	<b>43,619</b>	<b>1,8432</b>			
	Паужин																
470	Йогурт 3,5% (П/П)	200	5,8	5	10	135	0,08	1,4	40,1	0	340	180,6	28,1	0,2			
	Итого		<b>5,8</b>	<b>5</b>	<b>10</b>	<b>135</b>	<b>0,08</b>	<b>1,4</b>	<b>40,1</b>	<b>0</b>	<b>340</b>	<b>180,6</b>	<b>28,1</b>	<b>0,2</b>			
	Итого за день		<b>81,684</b>	<b>82,429</b>	<b>328,69558</b>	<b>2327</b>	<b>1,28</b>	<b>58,6</b>	<b>707,03</b>	<b>15,43</b>	<b>1111</b>	<b>1167</b>	<b>273,09</b>	<b>12,69008</b>			

Утверждаю директор ОГКУСО  
"Центр социальной помощи семье и детям"  
Тайшетского района  
В.И. Жемчугов

День: Вторник  
Неделя: Вторая  
Сезон :весенне-летний  
Возрастная категория :  
7-11 лет

№ рецептур	Наименование блюда	Масса порций(гр)	Пищевая ценность(г)		Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества(мг)								
			Белки	Жиры		Углеводы	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe				
	Завтрак																	
232	Каша «геркулес» жидкая	200	5,168	3,496	20,512				0,02	1,23	34,08	0,368	158,1	243,8	14,8			0,848
69	Бутерброд с маслом (батон пшеничный) П/П	105	1,7	12	11				0,03	0	62	0,5	7,8	17,6	2,9			0,26
573	Конфеты (П/П)	40	4,96	17,31	13,67				0,48	1,4	55	2,61	114	132,8	38,7			0,58
466	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,5	13,6				0,03	0,7	19	0	108,3	76,5	12,6			0,12
	Итого		<b>14,628</b>	<b>35,306</b>	<b>58,782</b>				<b>0,56</b>	<b>3,33</b>	<b>170,08</b>	<b>3,478</b>	<b>388,2</b>	<b>470,7</b>	<b>69</b>			<b>1,808</b>
	Обед																	
46	Рубленные яйца с маслом и луком	80	9,8	6,7	28,8				0,08	1,2	188,1	4,9	147	98	11,2			1,01
104	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,5876	2,536	10,7412				0,05	1,15	80,6	2,369	37,35	46,02	8,0624			0,78624
377	Пюре картофельное	200	7,1	4	6,1				0,08	2,5	24	0,1	25,5	51,5	16,4			0,58
298	Рыба, тушеная в томате с овощами	80	14,405	5,03	31,62				0,11	2,64	100,98	1,53	66,64	87,98	33,32			0,598
496	Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	18,3				0,01	25	0	0,8	11,9	3,2	3,2			0,61
575	Хлеб пшеничный (П/П)	150	2,3025	0,803	15,6975				0	0	0	0	0	0	0			0
	Итого		<b>35,895</b>	<b>19,369</b>	<b>111,2587</b>				<b>0,34</b>	<b>32,5</b>	<b>393,68</b>	<b>9,699</b>	<b>288,4</b>	<b>286,7</b>	<b>72,182</b>			<b>3,58424</b>
	Полдник																	
543	Булочка дорожная	60	8,3	8	28,8				0,25	2,2	69,5	0,7	11,25	31,9	6			0,05
462	Какао с молоком	200	3,3	2,9	28				0,03	0,7	19	0,01	111,3	91,1	22,3			0,65
82	Фрукт свежий	100	0,4	0,4	10,8				0,03	7	0	0,2	161,1	11	9			2,21
	Итого		<b>12</b>	<b>11,3</b>	<b>67,6</b>				<b>0,31</b>	<b>9,9</b>	<b>88,5</b>	<b>0,91</b>	<b>283,7</b>	<b>134</b>	<b>37,3</b>			<b>2,91</b>
	Ужин																	
202	Каша гречневая рассыпчатая	180	6,75	4,912	15,79				0,05	10,8	55,8	0,504	88,94	161,2	50,452			1,1072
77	Сосиски отварные	80	6,6	6,48	30,64				0,18	0	0	0,32	75,36	44,8	12,56			0,088
457	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3				0	0	0	0	5,1	7,7	4,2			0,82
575	Хлеб пшеничный (П/П)	130	0,172	0,086	7,998				0	0	0	0	4,386	6,622	3,612			0,7052
	Итого		<b>13,722</b>	<b>11,578</b>	<b>63,728</b>				<b>0,23</b>	<b>10,8</b>	<b>55,8</b>	<b>0,824</b>	<b>173,8</b>	<b>220,3</b>	<b>70,824</b>			<b>2,7204</b>
	Паужин																	
493	Компот консервированный (П/П)	200	0,3	0,3	37,1				0,02	0	0	0	10	4,8	2,4			0,56
	Итого		<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>37,1</b>				<b>0,02</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>4,8</b>	<b>2,4</b>			<b>0,56</b>
	Итого за день		<b>76,545</b>	<b>77,853</b>	<b>338,4687</b>				<b>1,45</b>	<b>56,5</b>	<b>708,06</b>	<b>14,91</b>	<b>1144</b>	<b>1117</b>	<b>251,71</b>			<b>11,58264</b>

Утверждаю директор ОГКУСО  
"Центр социальной помощи семье и детям"  
Тайшетского района  
В.И. Жемчугов

День: Среда  
Неделя: Вторая  
Сезон :весенне-летний  
Возрастная категория : 7-11 лет

№ рецептур	Наименование блюда	Масса порций(гр)	Пищевая ценность(г)			Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества(мг)							
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe				
	Завтрак																	
275	Омлет с сыром	180	12,215	10,18	12,325	379,8	0,1	0,51	254,4	0,765	480,2	450,3	40,29	2,907				
69	Бутерброд с маслом (батон пшеничный) П/П	120	1,8	13	12	148	0,04	0	70	0,6	7,8	17,9	2,9	0,3				
460	Чай с молоком	200	1,6	1,3	21,5	64	0,02	0,3	9,5	0	59,1	45,9	10,5	0,87				
	Итого		<b>15,615</b>	<b>24,48</b>	<b>45,825</b>	<b>591,8</b>	<b>0,2</b>	<b>0,8</b>	<b>333,9</b>	<b>1,37</b>	<b>547</b>	<b>514</b>	<b>53,69</b>	<b>4,077</b>				
	Обед																	
18	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	1	6,2	3,5	94	0,05	13,4	0	3,9	17,5	30,6	16,3	0,72				
110	Солянка сборная мясная	200	5,7036	7,081	26,372	169,1	0,05	5,81	20,16	0,381	47,96	91,27	14,202	0,023				
329	Бигус	250	21,875	7	26,54	415	0,1	19,3	0	4,5	139	156	52	0,236				
494	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,3	0,01	17,5	72	0	0,1	0	0,1	16,4	10,7	4,3	0,9				
575	Хлеб пшеничный (П/П)	150	2,3025	0,803	15,6975	80,41	0	0	0	0	0	0	0	0				
	Итого		<b>31,181</b>	<b>21,09</b>	<b>89,6095</b>	<b>830,5</b>	<b>0,2</b>	<b>39</b>	<b>20,16</b>	<b>8,88</b>	<b>220</b>	<b>289</b>	<b>86,802</b>	<b>1,879</b>				
	Полдник																	
286	Сырники из творога запеченные	120	14,88	5,84	25,52	244,5	0,12	0,24	107,2	0,4	71,04	36	8,84	0,184				
457	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82				
82	Фрукт свежий	100	0,4	0,4	10,8	44	0,03	7	0	0,2	161,1	11	9	2,21				
	Итого		<b>15,48</b>	<b>6,34</b>	<b>45,62</b>	<b>326,5</b>	<b>0,2</b>	<b>7,2</b>	<b>107,2</b>	<b>0,6</b>	<b>237</b>	<b>54,7</b>	<b>22,04</b>	<b>3,214</b>				
	Ужин																	
372	Котлеты, биточки или шницели из курицы припущенные	70	7,8	11,9	49,2	108	0,18	4,8	150,9	0,4	77,7	28,8	65,2	0,08				
408	Соус сметанный	50	0,74	4,67	1,21	49,85	0,01	0,05	28,5	0,105	22,05	14,66	2,325	0,0755				
385	Рис отварной	180	2,518	4,734	35,874	124,5	0,34	4,72	25,2	0,378	5,274	78,34	9,928	0,234				
575	Хлеб пшеничный (П/П)	100	2,9918	3,135	23,755763	135,4	0,23	3,12	16,687	0,25	3,492	51,87	17,832	0,1549548				
573	Пряник (П/П)	30	1,4592	0,851	20,6208	87,64	0,06	0	0	0	6,84	31,16	0	0,456				
457	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82				
	Итого		<b>15,709</b>	<b>26,6</b>	<b>139,9606</b>	<b>543,4</b>	<b>0,8</b>	<b>13</b>	<b>221,3</b>	<b>1,13</b>	<b>120</b>	<b>213</b>	<b>99,485</b>	<b>1,8204548</b>				
	Пажитин																	
501	Сок ( П/П)	200	0,5	0,1	10,1	43	0,01	2	42	0,1	7	7	4	1,4				
	Итого		<b>17,868</b>	<b>27,65</b>	<b>179,9814</b>	<b>712</b>	<b>0,9</b>	<b>15</b>	<b>263,3</b>	<b>1,23</b>	<b>139</b>	<b>258</b>	<b>107,68</b>	<b>4,4964548</b>				
	Итого за день		<b>95,853</b>	<b>106,2</b>	<b>500,9964</b>	<b>3004</b>	<b>2,2</b>	<b>74</b>	<b>945,8</b>	<b>13,2</b>	<b>1265</b>	<b>1328</b>	<b>369,7</b>	<b>15,4869096</b>				

Утверждаю директор ОГКУСО  
"Центр социальной помощи семье и детям"  
Тайшетского района  
В.И. Жемчугов

День: Четверг  
Неделя: Вторая  
Сезон :весенне-летний  
Возрастная категория :  
7-11 лет

№ рецептур	Наименование блюд	Масса порций(гр)	Пищевая ценность(г)			Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества(мг)						
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
	Завтрак																
141	Суп молочный с крупой	200	4,8	5	16,44	356,4	0,06	0,92	35,6	0,06	150,9	138,3			23,3		0,18
69	Бутерброд с маслом (батон пшеничный) П/П	100	1,6	11	10	146	0,02	0	60	0,4	7,6	17,5			2,8		0,25
462	Какао с молоком	200	3,3	2,9	28	94	0,03	0,7	19	0,01	111,3	91,1			22,3		0,65
	Итого		<b>9,7</b>	<b>18,9</b>	<b>54,44</b>	<b>596,4</b>	<b>0,1</b>	<b>1,6</b>	<b>114,6</b>	<b>0,47</b>	<b>270</b>	<b>247</b>			<b>48,4</b>		<b>1,08</b>
	Обед																
21	Салат из моркови	100	2,2	6,1	11,2	104	0,19	3,1	125,8	3,9	24,4	49,5			34		0,64
109	Суп-харчо	200	8,0472	4,788	18,5556	250,6	0,13	13,2	158,29	1,31	23,1	60,13			15,422		0,82152
328	Жаркое по-домашнему	200	15,608	11,22	52,88	328,4	0,12	19,8	0	3,404	11,44	83,52			28,068		2,8064
501	Сок (П/П)	200	0,5	0,1	10,1	43	0,01	2	42	0,1	7	7			4		1,4
575	Хлеб пшеничный (П/П)	150	2,3025	0,803	15,6975	80,41	0	0	0	0	0	0			0		0
	Итого		<b>28,658</b>	<b>23,01</b>	<b>108,4331</b>	<b>806,4</b>	<b>0,5</b>	<b>38</b>	<b>326,1</b>	<b>8,71</b>	<b>65,9</b>	<b>200</b>			<b>81,49</b>		<b>5,66792</b>
	Полдник																
590	Расстегай с рыбой	60	11,476	6,156	58,71	230,3	0,3	5,17	166,14	0,38	43,62	19,84			18,696		0,368
460	Чай с молоком	200	1,6	1,3	21,5	64	0,02	0,3	9,5	0	59,1	45,9			10,5		0,87
82	Фрукт свежий	100	0,4	0,4	10,8	44	0,03	7	0	0,2	161,1	11			9		2,21
	Итого		<b>13,476</b>	<b>7,856</b>	<b>91,01</b>	<b>338,3</b>	<b>0,4</b>	<b>12</b>	<b>175,6</b>	<b>0,58</b>	<b>264</b>	<b>76,7</b>			<b>38,196</b>		<b>3,448</b>
	Ужин																
520	Пельмени мясные отварные	220	23,745	15,33	17,978083	301,7	0,15	0,54	34,141	1,403	107,9	232,7			31,082		1,197099136
150	Икра кабачковая (П/П)	80	1,52	7,12	6,16	94,4	0,02	5,6	0	2,48	32,8	29,6			12		0,56
457	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	0	0	0	0	5,1	7,7			4,2		0,82
575	Хлеб пшеничный (П/П)	130	0,172	0,086	7,998	32,68	0	0	0	0	4,386	6,622			3,612		0,7052
	Итого		<b>25,637</b>	<b>22,63</b>	<b>41,43608</b>	<b>466,8</b>	<b>0,2</b>	<b>6,1</b>	<b>34,14</b>	<b>3,88</b>	<b>150</b>	<b>277</b>			<b>50,894</b>		<b>3,28229914</b>
	Пажуин																
470	Йогурт 3,5% (П/П)	200	5,8	5	10	160	0,08	1,4	40,1	0	340	180,6			28,1		0,2
	Итого		<b>5,8</b>	<b>5</b>	<b>10</b>	<b>160</b>	<b>0,08</b>	<b>1,4</b>	<b>40,1</b>	<b>0</b>	<b>340</b>	<b>180,6</b>			<b>28,1</b>		<b>0,2</b>
	Итого за день		<b>83,27</b>	<b>77,4</b>	<b>305,3192</b>	<b>2368</b>	<b>1,2</b>	<b>60</b>	<b>690,6</b>	<b>13,6</b>	<b>1090</b>	<b>981</b>			<b>247,08</b>		<b>13,6782191</b>

Утверждаю директор ОГКУСО  
"Центр социальной помощи семье и детям"  
Тайшетского района  
В.И. Жемчугов

День: Пятница  
Неделя: Вторая  
Сезон :весенне-летний  
Возрастная категория : 7-11 лет

№ рецептур	Наименование блюд	Масса порций(гр)	Пищевая ценность(г)		Ккал	Витамины (мг)			Минеральные вещества(мг)					
			Белки	Жиры		Углеводы	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
226	Каша "Дружба"	200	5,6985	3,339	30,03675	248	0,1	1,44	22,848	0,152	158,9	152,3	33,343	0,57942
69	Бутерброд с маслом (батон пшеничный) П/П	95	1,6	11	10	146	0,02	0	60	0,4	7,6	17,5	2,8	0,25
86	Повидло (порциями) (П/П)	35	0,14	0	22,75	118,7	0	0,18	64	0	4,9	3,15	2,45	0,455
466	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,5	13,6	88	0,03	0,7	19	0	108,3	76,5	12,6	0,12
	Итого		<b>10,239</b>	<b>16,84</b>	<b>76,38675</b>	<b>600,7</b>	<b>0,1</b>	<b>2,3</b>	<b>165,8</b>	<b>0,55</b>	<b>280</b>	<b>249</b>	<b>51,193</b>	<b>1,40442</b>
33	Салат картофельный с зеленым горошком	100	2	6,3	8,3	98	0,08	12,8	0	4,5	14,5	51,4	17,7	0,7
123	Суп с рыбными консервами	250	20	9,08	29,12	125,3	0,29	25,4	78	0,72	180	100	13,12	0,04
326	Бефстроганов из отварной говядины	80	10,35	3,5	43,56	176,2	0,04	4,3	35,6	0,7	46,7	114	15,4	0,68
206	Каша пшениная рассыпчатая	200	8,95	8,43	14,75	314,8	0,29	0	40	0,4	134,2	224,6	78,9	1,6222
486	Компот из свежих плодов и ягод	75/200	0,1	0,1	11,1	46	0,01	0,6	43	0,04	3,4	2,1	1,7	0,46
575	Хлеб пшеничный (П/П)	150	2,3025	0,803	15,6975	80,41	0	0	0	0	0	0	0	0
	Итого		<b>43,703</b>	<b>28,21</b>	<b>122,5275</b>	<b>840,7</b>	<b>0,7</b>	<b>43</b>	<b>196,6</b>	<b>6,36</b>	<b>379</b>	<b>492</b>	<b>126,82</b>	<b>3,5022</b>
536	Колбасные изделия, запеченные в тесте	100	4,9	4,1	32,6	268	0,1	3,5	48,8	0,9	38,4	94,5	8,4	0,26
460	Чай с молоком	200	1,6	1,3	21,5	64	0,02	0,3	9,5	0	59,1	45,9	10,5	0,87
82	Фрукт свежий	200	0,4	0,4	10,8	44	0,03	7	0	0,2	161,1	11	9	2,21
	Итого		<b>6,9</b>	<b>5,8</b>	<b>64,9</b>	<b>376</b>	<b>0,2</b>	<b>11</b>	<b>58,3</b>	<b>1,1</b>	<b>259</b>	<b>151</b>	<b>27,9</b>	<b>3,34</b>
377	Пюре картофельное	200	7,1	4	6,1	154	0,08	2,5	24	0,1	25,5	51,5	16,4	0,58
339	Котлеты из говядины	80	5,72	8,84	24,88	130,4	0,13	0,24	3,68	1,12	123,3	145,4	6,8	0,035
422	Соус красный основной	50	1	1,355	3,095	98,15	0,01	1,34	135,7	0,14	7,25	16,34	7,375	0,3345
457	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82
573	Вафли (П/П)	30	1,672	1,976	10,6096	56,51	0,08	0,46	60,8	0,836	20,03	25,51	3,6784	0,2128
575	Хлеб пшеничный (П/П)	130	0,172	0,086	7,998	32,68	0	0	0	0	4,386	6,622	3,612	0,7052
	Итого		<b>15,864</b>	<b>28,84</b>	<b>61,9826</b>	<b>509,7</b>	<b>0,3</b>	<b>4,5</b>	<b>224,2</b>	<b>2,2</b>	<b>186</b>	<b>253</b>	<b>42,065</b>	<b>2,6875</b>
501	Сок (П/П)	200	0,5	0,1	10,1	43	0,01	2	42	0,1	7	7	4	1,4
	Итого		<b>2,172</b>	<b>2,076</b>	<b>20,7096</b>	<b>99,51</b>	<b>0,09</b>	<b>2,46</b>	<b>102,8</b>	<b>0,936</b>	<b>27,03</b>	<b>32,51</b>	<b>7,6784</b>	<b>1,6128</b>
	Итого за день		<b>78,877</b>	<b>81,765</b>	<b>346,50645</b>	<b>2427</b>	<b>1,38</b>	<b>63,2</b>	<b>747,73</b>	<b>11,14</b>	<b>1130</b>	<b>1179</b>	<b>255,66</b>	<b>12,54692</b>

Утверждаю директор ОГКУСО  
"Центр социальной помощи семье и детям"  
Тайшетского района  
В.И. Жемчугов

День: Суббота  
Неделя: Вторая  
Сезон : весенне-летний  
Возрастная категория : 7-11 лет

№ рецептур	Наименование блюда	Масса порций(гр)	Пищевая ценность(г)		Ккал	Витамины (мг)			Минеральные вещества(мг)									
			Белки	Жиры		Углеводы	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe				
	Завтрак																	
140	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,72	5,06	271,8	0,16	0,9	38,72	0,26	162,6	137,2	20,32	0,48					
267	Яйцо вареное	40	15,1	4,6	105	0,03	0	100,6	0,2	122,1	77,3	7,8	0,08					
69	Бутерброд с маслом (багон пшеничный) П/П	95	1,6	11	146	0,02	0	60	0,4	7,6	17,5	2,8	0,25					
460	Чай с молоком	200	1,6	1,3	64	0,02	0,3	9,5	0	59,1	45,9	10,5	0,87					
	Итого		<b>24,02</b>	<b>21,96</b>	<b>586,8</b>	<b>0,2</b>	<b>1,2</b>	<b>208,8</b>	<b>0,86</b>	<b>351</b>	<b>278</b>	<b>41,42</b>	<b>1,68</b>					
	Обед																	
148/149	Овоши свежие/консервированные порциями (консервант лимонная кислота)	100	0,7	0,1	11	0,03	3,5	0	0,1	17,8	30,03	14,1	0,51					
98	Свеклольник	250	2,0664	9,264	208,8	0,25	8,19	15,876	2,419	41,23	150,6	30,265	0,94476					
576	Курица запеченная	120	13,33	16,5	238,5	0,18	0,3	124	0	124	49,3	19,25	0,71					
380	Капуста тушеная	200	3,6	13,2	238,4	0,06	28,4	34,2	0,6	120,2	88,6	45,8	0,56					
486	Компот из свежих плодов и ягод	200	0,1	0,1	46	0,01	0,6	0	0,04	3,4	2,1	1,7	0,46					
575	Хлеб пшеничный (П/П)	150	2,3025	0,803	80,41	0	0	0	0	0	0	0	0					
	Итого		<b>22,099</b>	<b>39,97</b>	<b>823,2</b>	<b>0,5</b>	<b>41</b>	<b>174,1</b>	<b>3,16</b>	<b>306</b>	<b>321</b>	<b>111,12</b>	<b>3,18476</b>					
	Полдник																	
522	Вареники с фаршем	180	6,003	4,263	219,9	0,08	0	27,579	0,783	12,09	42,37	7,569	0,9746					
462	Какао с молоком	200	3,3	2,9	94	0,03	0,7	19	0,01	111,3	91,1	22,3	0,65					
82	Фрукт свежий	200	0,4	0,4	44	0,03	7	0	0,2	161,1	11	9	2,21					
	Итого		<b>9,703</b>	<b>7,563</b>	<b>357,9</b>	<b>0,1</b>	<b>7,7</b>	<b>46,58</b>	<b>0,99</b>	<b>284</b>	<b>144</b>	<b>38,869</b>	<b>3,8346</b>					
	Ужин																	
311	Рыба, запеченная в сметанном соусе с картофелем и пюре	280	20,501	8,837	382,5	0,25	6,05	211,53	15,98	137,3	319,7	51,171	0,21616					
459	Чай с лимоном	10/200	0,3	0,1	40	0	1	0	0,02	7,9	9,1	5	0,87					
574	Зефир (П/П)	40	0,32	0,03	95,4	0	0	0	0	0	0	0	0					
575	Хлеб пшеничный (П/П)	130	0,258	0,086	34,4	0	0,86	0	0,017	6,794	7,826	4,3	0,7482					
	Итого		<b>21,379</b>	<b>9,053</b>	<b>552,3</b>	<b>0,2</b>	<b>7,9</b>	<b>211,5</b>	<b>16</b>	<b>152</b>	<b>337</b>	<b>60,471</b>	<b>1,83436</b>					
	Паужин																	
501	Сок (П/П)	200	0,5	0,1	43	0,01	2	42	0,1	7	7	4	1,4					
	Итого		<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>43</b>	<b>0,01</b>	<b>2</b>	<b>42</b>	<b>0,1</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>4</b>	<b>1,4</b>					
	Итого за день		<b>77,701</b>	<b>78,642</b>	<b>2363</b>	<b>1,16</b>	<b>59,8</b>	<b>683,01</b>	<b>21,13</b>	<b>1101</b>	<b>1087</b>	<b>255,88</b>	<b>11,93372</b>					

День: Воскресенье  
Неделя: Вторая  
Сезон: весенне-летний  
Возрастная категория: 7-11 лет

Утверждаю директор ОГКУСО  
"Центр социальной помощи семье и детям"  
Тайшетского района  
В.И. Жемчугов

№ рецептур	Наименование блюд	Масса порций(гр)	Пищевая ценность(г)		Ккал	Витамины (мг)						Минеральные вещества(мг)					
			Белки	Жиры		Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
227	Завтрак	200	4,976	4,264	24,992	0,06	8,19	64,16	0,416	109,5	97,9	16,32	0,3744				
63	Каша манная молочная жидкая	70/15/25															
	Бутерброды с сыром и сливочным маслом (батон пшеничный) П/П		6,9	9,1	9,9	0,03	0,1	62,3	0,3	86,8	135,5	13,9	0,37				
466	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,5	13,6	0,03	0,7	19	0	108,3	76,5	12,6	0,12				
	Итого		<b>14,676</b>	<b>15,86</b>	<b>48,492</b>	<b>0,1</b>	<b>9</b>	<b>145,5</b>	<b>0,72</b>	<b>305</b>	<b>310</b>	<b>42,82</b>	<b>0,8644</b>				
150	Обед	80															
	Икра кабачковая (промышленного производства)		1,9	1,9	7,7	0,02	7	0	3,1	41	37	15	0,7				
128	Суп гороховый	250	7,5348	3,704	21,5376	0,04	0,5	88,16	0,302	147,9	95,56	3,444	0,02648				
202	Каша гречневая рассыпчатая	180	6,75	4,912	25,79	0,25	10	53,8	0,504	88,94	161,2	79,452	2,6072				
337	Кнедли из говядины	90	10,96	7,32	28,64	0,06	0,4	95,12	0,32	43,36	148,6	11,04	1,848				
422	Соус красный основной	50	1	1,355	3,095	0,01	1,34	155,7	0,14	7,25	16,34	7,375	0,3345				
496	Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	18,3	0,01	35	0	0,8	11,9	3,2	3,2	0,61				
575	Хлеб пшеничный (П/П)	150	2,3025	0,803	15,6975	0	0	0	0	0	0	0	0				
	Итого		<b>31,147</b>	<b>24,93</b>	<b>120,7601</b>	<b>0,4</b>	<b>54</b>	<b>392,8</b>	<b>5,17</b>	<b>340</b>	<b>462</b>	<b>119,51</b>	<b>6,12618</b>				
573	Полдник	40	4,96	9,31	13,67												
	Конфеты (П/П)																
462	Какао с молоком	200	3,3	2,9	28	0,48	1,4	55	2,61	114	132,8	38,7	0,58				
82	Фрукт свежий	200	0,4	0,4	10,8	0,03	0,7	19	0,01	111,3	91,1	22,3	0,65				
	Итого		<b>8,66</b>	<b>12,61</b>	<b>52,47</b>	<b>0,5</b>	<b>9,1</b>	<b>74</b>	<b>2,82</b>	<b>386</b>	<b>235</b>	<b>70</b>	<b>3,44</b>				
333	Ужин																
	Голубцы ленивые	100	17,7	9,6	34,2	0,04	0,45	121,4	0,3	89,1	65	9,5	1,1				
408	Соус сметанный	50	0,74	4,67	1,21	49,85	0,01	0,05	28,5	0,105	22,05	14,66	2,325				
152	Картофель отварной с маслом	190	3,6	9,72	21,98	0,2	0,05	0	4,14	21,53	16,7	36,72	0,45				
457	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82				
575	Хлеб пшеничный (П/П)	130	0,172	0,086	7,998	0	0	0	0	4,386	6,622	3,612	0,7052				
	Итого		<b>22,412</b>	<b>25,39</b>	<b>74,688</b>	<b>0,2</b>	<b>0,5</b>	<b>149,9</b>	<b>4,55</b>	<b>142</b>	<b>111</b>	<b>56,357</b>	<b>3,1507</b>				
493	Паужин																
	Компот консервированный (П/П)	200	0,3	0,3	37,1	0,02	0	0	0	10	4,8	2,4	0,56				
	Итого		<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>37,1</b>	<b>0,02</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>4,8</b>	<b>2,4</b>	<b>0,56</b>				
	Итого за день		<b>77,195</b>	<b>79,094</b>	<b>333,5101</b>	<b>1,32</b>	<b>72,9</b>	<b>762,14</b>	<b>13,25</b>	<b>1184</b>	<b>1122</b>	<b>291,09</b>	<b>14,14128</b>				