

Прим. прим. № рецептуры*	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность, ккал	Вытяжки			Минеральные вещества/сут					
			белки	жиры	углеводы		А	В1	В2	С	Кальций	Магний	Фосфор	Железо	
НЕДЕЛЯ: 1 / ДЕНЬ: 1															
Завтрак (25% от суточной потребности потребления пищевых веществ)															
11**	Сыр вареный	15	3,68	6,43	0,13	54,00	39,09	0,005	0,045	0,11	132,03	5,25	75,00	0,15	
10**	Молоко стерилизованное	10	0,08	1,25	0,13	60	49	0,01	0,18	0,15	24	5	77	1	
143**	Мясо говяжье	40	5,1	4,6	0,3	63	100	0,03	0,18	0,58	136,79	52,73	192,92	3,40	
116**	Каша из ячменя вареная с маслом	200	8,12	9,59	41,52	282,00	48,31	0,20	0,15	16,00	15,09	11,00	9,00	1,20	
211**	Молоко обезжиренное	100	0,40	0,40	0,40	47,00	0,00	0,00	0,02	0,00	17,26	17,76	27,88	0,84	
111	Хлеб ржаной-пшеничный	25	1,70	0,30	8,40	42,75	0,00	0,04	0,02	0,00	4,00	5,60	36,90	0,44	
117	Хлеб пшеничный	40	2,96	0,36	21,10	91,78	0,00	0,00	0,02	0,00	1,17	17,00	12,00	0,13	
264**	Копченый мясос с маслом	180	2,84	2,41	14,35	45,00	18,00	0,04	0,14	1,17	173,25	12,00	81,00	0,13	
Итого завтрак															
			24,08	29,14	95,40	601,48	240,91	0,14	0,49	17,41	481,65	103,48	587,19	6,27	
Обед (35% от суточной потребности потребления пищевых веществ)															
18**	Салат овощной помидоры с растительным маслом	100	1,10	6,12	4,57	77,00	0,00	0,05	0,05	18,50	17,78	17,48	31,81	0,83	
66**	Пюре из свежей капусты с картофелем	250	1,77	4,95	7,9	87,5	0	0,05	0,05	15,715	49,25	22,125	99	0,825	
111	Котлеты домашние	100	13,43	19,27	19,74	311,33	62,67	0,18	0,17	0,67	15,96	20,95	140,76	3,60	
208**	Картофель отварной	180	3,44	5,18	20,61	160,25	0,00	0,18	0,11	24,20	17,57	35,19	65,67	1,79	
111	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,04	0,36	10,08	51,24	0,00	0,05	0,05	0,00	13,31	14,12	45,21	1,13	
111	Хлеб пшеничный	50	3,70	0,45	24,16	117,23	0,00	0,00	0,00	0,00	10,00	7,00	52,90	0,56	
270**	Мясо из грудей индейки	250	0,28	0,28	30,75	88,00	0,00	0,02	0,00	109,00	21,54	3,44	5,41	0,64	
111	Запеченное яблоко	30	3,00	0,60	22,50	111,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого обед															
			29,66	27,16	112,53	1074,49	42,67	0,57	0,17	106,14	140,37	120,26	491,41	8,90	

Проект номер	№ проекта*	Наименование бетона	Масса бетона, т	Плотность бетона, г/см ³			Вязкость						Морозостойкость бетона (%)					
				Бетон	жир	углевод	Энергетическая ценность, ккал	Агрегативность	И1, мин	И2, мин	Сустой	Кустой	Мустой	Фустой	Жустой			
ПЕДСТАВ: 1 И ДЕНЬ: 2																		
	Т1	Игра в футбол	100	1,20	4,22	7,70	71,50	0,02	0,02	0,02	0,02	7,20	40,00	15,00	71,90	0,20		
	Т1Х МС	Шоппинг, релакс, прогулки в парке, спорт	190	15,94	11,64	8,48	202,00	19,80	0,12	0,12	6,30	67,08	28,14	203,02	1,20			
	307*	Игра в волейбол	180	2,08	5,00	31,90	184,80	0,01	0,04	0,02	0,00	4,95	21,60	66,09	0,45			
	Т1	Жидкий завтрак	23	1,70	0,30	8,40	42,70	0,00	0,04	0,00	0,00	11,25	11,75	17,88	0,04			
	Т1	Жидкий завтрак	46	2,95	0,35	21,10	95,78	0,00	0,00	0,00	0,00	8,00	5,50	26,50	0,04			
	Т1	Жидкий завтрак	100	0,40	0,30	10,30	47,00	0,00	0,00	0,00	0,02	5,90	19,00	16,00	2,30			
	231**	Аэробные упражнения	200	1,30	0,60	20,00	42,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,00	14,00	8,00	14,00	1,40		
	Т1	Сов. аэробный 0,2 в тренажерном зале																
Итого за проект				745	36,18	22,12	1072,88	698,64	19,82	0,26	0,28	22,80	168,29	172,11	442,88	7,52		
Итого за проект (всего) (всего) — в листе 230(2)																		
Обед 35% от суточной потребности потребления пищевых веществ																		
	22**	Салат из овощей свежих (капуста, помидоры, огурцы)	100	1,03	6,04	1,77	73,00	0,00	0,00	0,00	0,04	13,21	25,42	18,80	35,62	0,66		
	78**	Суп картофельный с морковью	250	5,90	5,28	16,53	147,50	0,00	0,23	0,08	5,83	40,88	74,98	88,10	2,05			
	125**	Суп из овощей с грибами	100	15,15	15,68	2,57	211,00	12,00	0,00	0,00	0,12	1,78	13,91	20,90	128,42	2,30		
	210**	Игра в волейбол	180	2,67	5,76	24,53	103,80	0,00	0,16	0,13	21,80	44,37	33,30	103,91	1,21			
	Т1	Жидкий завтрак	30	2,54	0,36	10,28	51,24	0,00	0,05	0,00	0,00	11,52	14,12	45,21	1,13			
	Т1	Жидкий завтрак	50	3,70	0,45	26,18	117,23	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	10,00	7,80	32,50	0,55		
	Т1	Жидкий завтрак	200	0,60	0,10	32,00	132,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	30,48	17,46	23,68	0,68		
	241**	Кочерыжки свеклы	9,00															
Итого обед				9,00	51,81	33,67	115,85	493,77	22,00	0,53	0,44	41,43	102,17	147,78	487,20	4,97		

Прим. прим.	№ рецептуры*	Наименование блюда	Масса порции, г	Плотная пища, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Микроэлементы, мг/г					
				белок	жир	углевод		А, мг/сут	В1, мг/сут	В2, мг/сут	С, мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо				
ИСПЕЛЕНИЕ: 1 И ДЕНЬ: 3																			
Завтрак (25% от суточной потребности в питательных веществах)																			
23**	Каша из риса с маслом и яблоком		100	2,31	7,38	2,59	86	20,6	0,02	0,1	11,05	36,18	12,44	51,88	1,01				
18**	Финиковый напиток		100	6,61	0,24	8,10	141,00	12,50	0,04	0,07	1,76	26,46	14,9	99,01	1,33				
20**	Мюсли с фруктами		180	5,62	3,42	31,71	201,60	0,00	0,07	0,00	0,00	5,83	25,34	44,60	1,33				
17*	Хлеб ржано-пшеничный		2,5	1,70	0,30	6,40	42,70	0,00	0,04	0,03	0,00	11,26	11,76	37,63	0,94				
17*	Хлеб пшеничный		40	2,96	0,26	21,10	93,76	0,00	0,00	0,02	0,00	8,00	5,60	26,00	0,64				
252**	Сыр с плесенью		180	0,12	0,02	16,20	42,90				2,83	14,20	2,40	4,40	0,26				
*содержит витамин В12																			
ИТОГО ЗАВТРАК																			
			623	22,40	21,72	87,12	637,68	42,16	0,17	0,22	15,61	64,87	72,66	204,18	5,67				
Обед (35% от суточной потребности в питательных веществах)																			
54**	Запеканка сырная		100	1,1	0,2	3,8	22,00	0	0,06	0,04	17,5	14	20	36	0,9				
70**	Суп картофельный с капустной начинкой		250	3,7	2,85	17,45	117,5	0	0,125	0,075	8,25	39,1	27,25	67,575	1,125				
109**	Пюре из картофеля с маслом		250	31,18	13,06	44,67	381,67	24,33	0,13	0,17	7,31	97,08	67,50	219,17	2,47				
17*	Хлеб ржано-пшеничный		30	2,04	0,36	10,08	51,24	0,00	0,05	0,03	0,00	13,52	14,12	40,21	1,13				
17*	Хлеб пшеничный		80	3,70	0,45	26,88	117,24	0,00	0,09	0,03	0,00	7,06	7,06	32,50	0,55				
236**	Компот из фруктов		180	0,14	0,14	23,08	802,60	0,00	0,00	0,00	0,81	12,76	4,60	7,86	0,85				
17*	Молоко 0,2-3,2% (в натуральном/упакованном) виде (содержит витамин В12)		200	6,00	6,40	9,40	120,00	0,00	3	14	2,00	240,00	7,00	18,00	1,00				
ИТОГО ОБЕД																			
			1000	36,80	23,48	136,87	912,24	24,17	3,76	14,36	36,09	177,41	147,57	412,41	8,62				

Прямая пища	№ рецептура ⁴	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность, ккал	Витаминная					Минеральные вещества, мг/г				
				белок	жир	углеводы		А,мг/сут	В1,мг/сут	В2,мг/сут	С,мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо		
ДЕДВЕРЬ 1 И ДЕНЬ 4																	
Завтрак (25% от суточной потребности потребности животных в веществах)																	
11**	Сыр топленый		13	3,48	4,43	54,00	39,00	0,005	0,045	0,11	132,00	5,23	75,00	0,15			
144**	Сметана 20% жирности		200	20,14	10,47	367,26	427,64	0,11	0,69	0,21	149,75	25,20	312,07	5,71			
111	Хлеб ржано-пшеничный		23	1,70	0,30	42,70	0,00	0,04	0,03	0,00	11,26	1,76	37,48	0,04			
113	Хлеб пшеничный		49	3,96	0,38	91,78	0,00	0,00	0,02	0,00	8,00	5,60	20,00	0,44			
264**	Кефирный напиток с сахаром		180	3,84	2,41	163,5	18,30	0,04	0,14	1,17	113,20	12,60	81,00	0,19			
231**	Противокислот		100	0,40	0,40	47,00	0,00	0,00	0,02	10,00	16,00	4,00	11,00	2,30			
ИТОГО ЗАВТРАК			560	31,57	18,07	649,54	516,64	0,22	0,84	11,41	410,21	69,41	562,73	7,56			
Обед (35% от суточной потребности потребности животных в веществах)																	
54**	Другая говядина		100	0,70	0,10	12,00	0,00	0,04	0,02	4,90	17,00	14,00	30,00	0,20			
ТТХ №47	Суп/пюре с коровой 2%ЖТ		275	3,72	8,47	122,51	119,29	0,00	0,04	0,49	21,00	10,41	37,64	0,64			
ТТЖ№27	Салат, тушеная в масле с сельдереем/О/О		100	10,34	3,41	1,83	6,30	0,07	0,06	4,47	27,60	29,71	149,84	0,63			
309*	Рез. тушеный		180	4,37	3,16	64,00	23,04	0,02	0,00	2,90	22,81	12,72	6,62	0,62			
111	Хлеб ржано-пшеничный		30	2,04	0,35	10,08	0,00	0,04	0,03	0,00	11,22	14,12	45,21	1,17			
113	Хлеб пшеничный		20	1,50	0,15	26,28	11,721	0,00	0,00	0,00	12,00	7,00	22,90	0,33			
117	Сов. варенный 0,2 в промывочной упаковке		200	1,30	0,00	20,00	42,00	0,01	0,01	4,00	14,00	8,00	14,00	1,40			
ИТОГО ОБЕД			832	25,97	13,95	422,15	701,84	147,87	0,23	0,20	13,36	112,98	106,13	286,91	5,46		

Итого: 1 / / День: 5

Прок. пищи	М.р. единицы*	Наименование блюда	Масса порции, г	Данные анализа, г/100			Энергетическая ценность, ккал	Витаминная							Минеральные вещества/ мг				
				Белок	жир	Углеводы		Аскорбиновый	B1,мкг/кг	B2,мкг/кг	С,мкг/кг	Кальций	Магний	Фосфор	Железо				
Завтрак (25% от суточной потребности пищевых веществ)																			
57***		Яичница всмятку (яйцо, вареное)	100	2,18	2,78	12,27	82,00	42,67	0,04	0,05	7,02	54,8	20,5	53,16	0,77				
Т12К51*		Каша из овсяной крупы	100	11,13	19,22	12,74	313,23	0,00	0,18	0,12	0,07	15,96	20,09	143,76	3,61				
202**		Каша из пшеничной крупы	180	5,49	6,01	24,62	174,60	0,00	0,16	0,07	0,00	10,13	86,44	130,50	2,92				
Т11		Хлеб пшенично-овсяный	23	1,70	0,30	8,40	42,70	0,00	0,04	0,03	0,00	11,26	11,26	57,88	0,94				
Т11		Хлеб пшеничный	40	2,96	0,36	21,19	93,78	0,00	0,00	0,02	0,00	8,00	3,60	26,00	0,44				
Т11		Хлеб пшеничный	100	0,40	0,30	10,10	47,01	0,00	0,07	0,02	5,90	19,00	12,50	16,00	2,10				
271**		Молоко сухое	180	0,95	0,18	9,01	36,00	0,00	0,00	0,00	0,00	9,85	1,26	2,52	0,21				
261**		Мол. с сахаром	720																
Итого завтрак																			
				26,13	29,16	96,44	708,47	42,67	0,61	0,11	12,71	129,67	128,49	497,61	11,17				
Обед 35% от суточной потребности потребления пищевых веществ																			
18**		Салат из свежих помидоров с болгарским перцем	100	1,10	6,12	4,57	77,00	0,00	0,03	0,00	18,30	17,15	17,45	21,83	0,41				
61**		Суп из свеклы 200г	290	2,05	6,6	10,3	107,5	1,0	0,025	0,05	26,425	65,375	28,05	53,3	1,25				
691**		Пюре из картофеля	100	7,90	7,80	6,40	137,00	0,00	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
208**		Жареная рыба	180	3,64	5,18	27,61	169,20	0,00	0,18	0,11	25,20	17,57	35,18	95,67	1,19				
Т11		Хлеб пшенично-овсяный	30	2,04	0,36	10,08	41,24	0,00	0,05	0,03	0,00	13,52	14,32	45,21	1,15				
Т11		Хлеб пшеничный	50	1,70	0,45	25,18	117,13	0,00	0,00	0,03	0,00	10,00	7,00	21,90	0,35				
241**		Котлет. из свеклы с картофелем	180	0,39	0,09	28,80	118,80	0,00	0,03	0,02	0,65	29,23	15,71	21,10	0,61				
Итого обед				26,72	26,60	116,13	767,96	10,00	0,10	0,26	78,77	151,43	177,52	278,67	5,81				

Проект (тип)	№ рецептуры*	Назначение блюда	Масса порции, г	Плотная часть, г			Энергетическая ценность, ккал	Витаминно-минеральный состав								
				Белок	Жиры	Углеводы		Аскорбиновая кислота	B1, мг/100г	B2, мг/100г	С, мг/100г	Ca, мг/100г	Mg, мг/100г	Fe, мг/100г	К, мг/100г	
ПЕЧЕНЬ: 2 // ДЕНЬ: 6																
Заказ (25% от суточной потребности пищевых веществ)																
54**	Отруби овсяные		100	0,70	0,10	1,90	12,00	0,00	0,04	0,02	-	4,90	17,00	14,00	20,00	0,50
ТС004	Количество по рецептуре блюда		100	10,60	5,00	16,64	161,20	42,67	0,18	0,12	0,67	16,90	20,97	143,75	5,60	
139**	Квиноа отваренная с маслом		180	6,54	7,52	39,24	249,44	0,00	0,10	0,03	5,25	24,45	21,17	70,29	1,25	
ТТ	Хлеб пшенично-овсяный		25	1,20	0,30	8,40	42,70	0,00	0,04	0,03	0,00	11,20	11,70	37,68	0,84	
ТТ	Хлеб пшеничный		40	1,96	0,36	21,10	95,78	0,00	0,00	0,02	0,00	8,00	5,60	25,00	0,44	
ТТ	Хлеб пшеничный		180	0,12	0,02	15,20	62,00				2,83	14,20	2,40	4,40	0,16	
262**	Яйцо с маслом		625													
ИТОГО ЗАКАЗ				22,41	14,20	102,48	625,22	42,67	0,26	0,22	14,97	90,87	76,86	112,12	3,09	
Обед (35% от суточной потребности пищевых веществ)																
ТТ	Яйцо варенное		100	1,20	4,72	7,20	77,20	0,00	0,02	0,05	7,20	46,00	15,00	37,20	0,20	
72**	Рисовый суп с овощами		220	2,62	5,1	12	109,00	0	0,1	0,04	8,125	26,15	24,175	56,715	0,025	
тв. № 2	Мясное по-доминикански		250	17,57	22,14	24,68	541,00	0,00	0,25	0,21	9,65	40,98	61,25	297,65	4,31	
ТТ	Хлеб ржаной-пшеничный		30	2,84	0,20	10,08	51,24	0,00	0,05	0,07	0,00	13,52	14,12	45,21	1,12	
ТТ	Хлеб пшеничный		80	3,70	0,45	26,28	117,25	0,00	0,00	0,03	0,00	10,00	7,00	20,80	0,55	
226**	Каша из овсяных хлопьев		180	0,14	0,14	23,09	102,60	0,00	0,00	0,02	0,25	12,20	4,63	5,95	0,85	
ТТ	Варенный картофель		30	3,09	0,60	22,20	111,00	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
ИТОГО ОБЕД				38,38	43,21	128,47	211,27	42,02	0,49	0,19	26,09	146,17	126,17	483,14	8,46	

Проект тип	№ рецептуры*	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность, ккал	Витаминная					Минеральная составная, мг					
				белок	жир	углеводы		А, мкг/сут	В1, мкг/сут	В2, мкг/сут	С, мкг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо			
МЕНЮ № 2 И ДЕНЬ 7	Энтроп (25% от суточной потребности веществ)	54**	Дрожжи, свежие	100	1,1	0,2	1,8	22,00	0	0,06	0,04	17,5	14	20	36	0,9		
		ТКСБЗТ	Дрожжи сухие (сублимированные) в упаковке 50/50	100	15,94	14,20	11,79	291,56	55,56	0,06	0,13	1,90	12,26	22,00	160,00	2,41		
		210**	Дрожжи хлебопекарные	180	3,67	5,26	24,53	163,80	0,00	0,16	0,13	21,80	44,17	23,30	103,91	1,21		
		171	Хлеб ржаной-пшеничный	25	1,70	0,35	8,40	42,70	0,00	0,04	0,03	0,00	11,26	11,70	10,68	0,94		
		171	Хлеб пшеничный	40	2,90	0,26	21,10	93,78	0,00	0,00	0,02	0,00	8,00	5,65	25,00	0,44		
		тс. №20	Чай с лимоном	180	0,72	0,18	15,00	40,00	88,20	0,01	0,03	0,03	72,00	4,90	2,70	0,49		
		211**	Ассорти фруктов	100	0,40	0,30	10,10	47,00	0,00	0,03	0,02	5,00	19,00	12,00	95,00	2,70		
		ИТОГО ЗАВТРАК				725	26,49	25,10	94,49	680,16	143,76	0,36	0,47	118,29	104,79	208,18	270,17	6,70
		ИТОГО ОБЕД				910	44,55	14,06	171,35	866,47	49,40	0,47	0,39	28,34	191,17	170,37	570,43	8,21
		Обед (35% от суточной потребности потребления пищевых веществ)	25**	Салат из овощей с огурцами и яблоки	100	2,37	1,38	2,89	88,00	29,6	0,03	0,1	11,00	34,18	12,44	51,88	1,01	
			78**	Суп картофельный с горохом	250	5,50	5,28	16,57	147,20	0,00	0,23	0,08	5,00	42,68	35,58	88,10	2,05	
			ТКС №5	Шницель рыбный запруженный из филе минтая	100	15,84	11,64	8,48	207,00	19,80	0,13	0,12	6,30	60,08	58,14	246,02	1,30	
			134	Рис отварной с овощами	180	4,10	5,95	31,50	220,50	0,00	0,03	0,05	1,88	15,66	33,10	98,22	0,79	
			171	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,94	0,26	10,08	51,24	0,00	0,03	0,03	0,00	13,52	14,12	45,21	1,13	
171	Хлеб пшеничный		50	5,70	0,45	26,34	117,25	0,00	0,00	0,03	0,00	10,00	7,00	31,20	0,55			
171	Хлеб пшеничный		200	1,00	0,00	20,00	42,00	0,00	0,01	0,01	4,00	14,00	8,00	34,00	1,40			
ИТОГО ОБЕД				910	44,55	14,06	171,35	866,47	49,40	0,47	0,39	28,34	191,17	170,37	570,43	8,21		

НЕДЕЛЯ: 2 // ДЕНЬ: 8

Прим. пищи	№ рецептуры*	Назначение блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества, мг/г*				
				белок	жир	углеводы		А, ретинол	В1, тиамин	В2, рибофлавин	С, аскорбин	Кальций	Магний	Фосфор	Железо		
Завтрак (25% от суточной потребности пищевых веществ)																	
	19**	Салат из свежих овощей	100	1,1	6,12	4,57	77,00	0	0,03	0,03	18,03	17	17,45	21,83	0,83		
	197**	Перловая каша (повышенно белки)	100	8,37	5,40	11,02	137,88	0,00	0,05	0,05	0,51	24,00	52,36	117,82	1,13		
	303*	Каша ячневая (увесиченная)	180	5,40	6,01	28,62	174,60	0,00	0,18	0,07	0,00	10,13	86,44	138,20	2,92		
	171	Каша гречиха-пшеничная	25	1,70	0,30	8,40	42,70	0,00	0,04	0,03	0,00	11,26	11,78	27,58	0,94		
	172	Каша пшенично-ячневая	40	2,96	0,56	21,10	95,78	0,00	0,00	0,02	0,00	8,60	5,60	26,00	0,44		
	205**	Салат с овощами	180	3,67	3,19	15,82	106,20	21,56	0,05	0,16	1,42	137,00	19,21	112,10	0,43		
				Итого О. ЗАПТРАК													
				21,29	19,47	48,53	612,17	21,56	0,23	0,17	19,08	207,39	102,82	455,93	6,68		
Обед (35% от суточной потребности пищевых веществ)																	
	22**	Суп из овощей (овощи, капуста, помидоры, огурцы)	100	1,09	6,04	3,73	73,00	0,00	0,03	0,04	13,23	23,43	18,83	35,62	0,66		
	64**	Суп с картофелем и морковью	250	3,55	5,13	14,18	173,50	0,00	0,10	0,05	6,70	54,18	34,43	99,50	1,73		
	177**	Суп (овощной) 60(100)	750	22,23	17,12	33,90	306,87	125,00	0,03	0,03	6,25	62,75	17,73	75,00	0,25		
	171	Каша гречиха-пшеничная	30	2,08	0,36	10,08	51,24	0,00	0,04	0,02	0,00	13,25	14,12	43,21	1,13		
	171	Каша пшенично-ячневая	50	3,70	0,45	26,38	117,23	0,00	0,00	0,03	0,00	10,00	7,00	32,90	0,55		
	231**	Колотый картофель	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,00	0,03	0,02	10,00	9,20	16,00	11,00	2,20		
	54-604	Колотый картофель	180	0,72	0,72	17,62	38,52	3,07	0,01	0,01	2,25	11,70	8,19	9,80	0,17		
	171	Мясной 0,2 х 2,5% (в мясорубочной рубанке)	200	6,00	8,40	9,40	120,00	0,00	3	14	2,00	240,00	7,00	38,00	1,00		
				Итого О. ОБЕД													
				39,10	35,99	118,77	641,16	128,67	1,24	0,20	40,41	433,96	172,14	333,83	7,68		

Пробой пищи	№ рецептуры*	Наименование блюда	Масса порции, г	Плотность, г/см³			Энергетическая ценность, ккал	Витаминизация						Минеральное вещество, мг/100г																				
				белок	жир	углевод		A, мкг/100г	B1, мг/100г	B2, мг/100г	C, мг/100г	Кальций	Магний	Фосфор	Железо																			
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ДЕНЬ: 9																																		
Итого за завтрак — на завтрак 530г																																		
Итого за обед — на обед 530г																																		
Итого за ужин — на ужин 530г																																		
Итого за вечер — на вечер 530г																																		
Итого за сутки																																		
Итого за неделю																																		
Итого за месяц																																		
Итого за квартал																																		
Итого за полугодие																																		
Итого за год																																		
Итого за 3 года																																		
Итого за 5 лет																																		
Итого за 10 лет																																		
Итого за 20 лет																																		
Итого за 30 лет																																		
Итого за 40 лет																																		
Итого за 50 лет																																		
Итого за 60 лет																																		
Итого за 70 лет																																		
Итого за 80 лет																																		
Итого за 90 лет																																		
Итого за 100 лет																																		
Итого за 110 лет																																		
Итого за 120 лет																																		
Итого за 130 лет																																		
Итого за 140 лет																																		
Итого за 150 лет																																		
Итого за 160 лет																																		
Итого за 170 лет																																		
Итого за 180 лет																																		
Итого за 190 лет																																		
Итого за 200 лет																																		
Итого за 210 лет																																		
Итого за 220 лет																																		
Итого за 230 лет																																		
Итого за 240 лет																																		
Итого за 250 лет																																		
Итого за 260 лет																																		
Итого за 270 лет																																		
Итого за 280 лет																																		
Итого за 290 лет																																		
Итого за 300 лет																																		
Итого за 310 лет																																		
Итого за 320 лет																																		
Итого за 330 лет																																		
Итого за 340 лет																																		
Итого за 350 лет																																		
Итого за 360 лет																																		
Итого за 370 лет																																		
Итого за 380 лет																																		
Итого за 390 лет																																		
Итого за 400 лет																																		
Итого за 410 лет																																		
Итого за 420 лет																																		
Итого за 430 лет																																		
Итого за 440 лет																																		
Итого за 450 лет																																		
Итого за 460 лет																																		
Итого за 470 лет																																		
Итого за 480 лет																																		
Итого за 490 лет																																		
Итого за 500 лет																																		

ПЕЛЛЕД: 2 0 ДЕНЬ: 10

Код	Наименование	10	0,08	7,25	0,13	66	40	0,11	0,15	1,02	2,4	7	0,02
10**	Мелко опиловое	10	0,08	7,25	0,13	66	40	0,11	0,15	1,02	2,4	7	0,02
10**	Зачистка на торфа по отрубной 19020	200	12,75	9,70	67,96	264,45	150,64	0,11	0,15	1,02	304,91	50,89	490,91
111	Хвщ раско-опиловый	25	1,70	0,30	8,40	41,70	0,00	0,04	0,03	0,20	11,28	17,68	0,94
111	Хвщ пилочный	40	2,96	0,35	31,78	0,00	0,00	0,05	0,02	0,50	8,10	5,69	26,00
231**	Штосовые пакеты	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,00	0,01	0,02	10,00	16,00	9,00	11,00
201**	Пил с пилочком	180	0,12	0,02	15,20	61,00				2,83	14,30	2,40	4,40
Итого завиток		545	18,02	12,01	122,09	416,01	199,64	0,18	0,22	13,85	416,77	82,65	572,88

Код	Наименование	10	0,08	7,25	0,13	66	40	0,11	0,15	1,02	2,4	7	0,02
112**	Хвщ опиловое с крупной фракцией 4900	100	5,5	6,8	4,5	105,1	62,4	0,0	0,2	4,5	41,5	15,2	89,5
79**	Хвщ опиловый с мелкоопилой фракцией	290	2,7	2,85	17,45	117,5	0	0,125	0,075	8,25	29,2	27,275	1,125
112**	Хвщ опиловый с фракцией 35105	250	28,92	29,38	49,86	361,06	527,50	0,05	0,11	2,60	39,48	35,11	191,01
111	Хвщ опило-пилочный	30	2,04	0,35	16,08	51,29	0,00	0,05	0,03	0,00	13,52	14,12	45,21
111	Хвщ опиловый	50	1,20	0,45	24,38	117,23	0,00	0,00	0,03	0,00	10,00	7,00	32,50
111	Хвщ опилоый 0,2 в проделанной упаковке	290	1,00	0,00	20,00	40,00	0,00	0,01	0,01	5,00	14,00	8,00	14,00
111	Хвщ опилоый 0,2	30	3,60	0,60	22,50	111,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого объект		910	47,48	41,07	191,09	1181,71	389,91	0,26	0,41	18,37	146,20	90,70	399,80

Примечание	№ рецептуры*	Полное наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность, г				Энергетическая ценность, ккал	Витамин						Минеральные вещества, мг			
				белки	жиры	углеводы	клетчатка		А, мг	В1, мг	В2, мг	С, мг	Кальций	Магний	Фосфор	Железо		
ПЕЧЕНЬ: 3 И ДЕНЬ: 12																		
Закрытая (15% от суточной потребности по потреблению пищевых веществ)																		
	ЛТ1	Пюре картофельное	100	1,20	4,72	7,70	77,50	0,02	0,02	0,06	7,50	40,00	15,00	37,50	0,30			
	ТТХ0627	Салата, выращенная в теплице с использованием 50% ДУ	100	10,54	3,61	7,85	87,00	0,10	0,07	0,06	4,47	27,65	78,77	148,88	0,63			
	209*	Пюре грушево-яблочный	160	4,57	3,15	64,00	239,94	22,08	0,02	0,02	0,00	3,92	22,81	72,72	0,62			
	ЛТ1	Хлеб ржаной-пшеничный	25	1,70	0,30	8,40	42,75	0,00	0,04	0,03	0,00	11,25	11,76	37,68	0,04			
	ЛТ1	Хлеб пшеничный	40	2,96	0,36	21,16	93,78	0,00	0,00	0,02	0,00	8,00	5,80	30,00	0,44			
	231**	Апельсиновый сок	100	0,80	0,30	10,30	47,00	0,00	0,00	0,02	3,00	19,00	12,00	36,00	2,30			
	ЛТ1	Сок апельсиновый 5:2 в промывочной упаковке	200	1,60	0,60	20,60	94,00	0,00	0,00	0,04	6,00	38,00	24,00	72,00	4,60			
				Итого: ЗАВТРАК	21,47	14,25	128,15	628,92	24,10	0,19	0,22	20,97	122,81	106,64	352,74	7,68		
Итого: ЗАВТРАК (всего баллов — по меню 1500)																		
Итого: ОБЕД																		
Общая 25% от суточной потребности по потреблению пищевых веществ																		
	22**	Салат из свежих овощей	100	1,09	0,04	1,77	75,00	0,00	0,00	0,04	13,21	25,42	18,81	53,62	0,66			
	79**	Сыр сулугуни с грибами	250	5,50	5,20	16,53	147,50	0,00	0,23	0,08	5,83	42,68	34,58	88,10	2,03			
	ЛТ1	Борщ по-домашнему	250	17,27	32,14	21,68	547,00	0,00	0,52	0,21	9,68	40,38	61,20	227,45	4,31			
	ЛТ1	Хлеб ржаной-пшеничный	70	2,04	0,35	10,08	51,24	0,00	0,03	0,00	13,52	14,12	45,21	1,13				
	230**	Хлеб пшеничный	50	3,70	0,65	26,38	117,23	0,00	0,10	0,03	0,00	10,00	7,00	32,90	0,55			
	230**	Каша из овсяной flakes	180	9,14	0,14	25,09	102,60	0,00	0,00	0,03	0,81	12,76	4,63	3,96	0,85			
				Итого: ОБЕД	39,04	44,41	186,53	1008,57	0,00	0,02	0,43	29,50	185,38	141,28	460,84	9,54		

Примечания	№ рецептуры*	Наименование блюда	Масса порции, г	Плотность продукта, г			Защипываемая часть	Витамин						Макроэлементы (мг/100 г)					
				белок	жир	углеводы		A, пер. акт/сут	B1, мкг/сут	B2, мкг/сут	C, мкг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо				
ПЕЧЕНЬ 3 И ДЕНЬ 13																			
Завтрак (25% от суточной потребности потребления)																			
плотность (ккал/100 г)																			
23**	Сметан. салат с огурцами и яблоками	100	2,37	7,38	2,99	86	29,6	0,05	0,1	11,03	34,18	12,46	33,88	1,05					
189**	Орешки из долек шоколада в масле 45/63	100	8,03	8,34	8,10	141,09	12,50	0,04	0,07	1,75	22,40	14,51	61,61	1,13					
207**	Каша пшеничная каша	380	4,80	6,00	28,73	189,00	0,00	0,13	0,02	0,00	13,16	35,84	102,56	1,18					
175	Каша рисово-пшеничная	25	1,70	0,20	8,90	42,70	0,00	0,04	0,01	0,00	11,26	11,76	37,68	0,94					
171	Каша пшеничная	40	2,46	0,36	21,10	93,78	0,00	0,05	0,02	0,00	8,00	5,60	26,00	0,64					
202**	Творог пшеничный	100	0,12	0,02	15,20	62,00				2,81	14,20	2,80	4,40	0,36					
ИТОГО ЗАВТРАК																			
20,58 22,10 86,12 614,48 42,10 0,23 6,24 15,44 203,36 62,09 178,14 5,65																			
Обед (35% от суточной потребности потребления пищевых веществ)																			
54**	Пюре из овощей с макаронами и мясом	100	1,1	0,2	5,8	22	0	0,06	0,04	17,5	14	20	25	0,9					
79**	Суп картофельный с макаронами и овощами	750	2,7	2,85	17,45	117,5	0	0,175	0,075	8,25	26,1	27,275	67,915	1,125					
208**	Творог из творога 50/50	100	10,64	21,19	2,99	749,00		0,28	0,09	0,92	20,00	22,78	128,62	2,21					
208**	Картофель отварной	180	1,44	5,18	27,61	169,20	0,00	0,18	0,11	25,20	17,57	36,18	97,67	1,39					
171	Каша рисово-пшеничная	30	2,04	0,36	10,08	51,24	0,00	0,05	0,03	0,00	13,52	14,12	45,21	1,13					
171	Каша пшеничная	50	3,70	0,45	26,38	117,24	0,00	0,09	0,05	0,00	10,06	7,09	21,80	0,55					
202**	Творог пшеничный	100	8,95	9,45	96,39	347,00	46,90	0,13	0,09	0,18	52,27	16,13	100,25	1,02					
24-50**	Кремль творожный	182	0,27	0,02	9,27	38,42	3,67	0,01	0,01	0,25	11,70	8,19	3,00	0,17					
171	Маковое С.З. 2,2% (в индивидуальной упаковке)	200	6,00	6,40	9,40	120,00	0,00	3	14	2,00	240,00	7,90	18,00	1,90					
ИТОГО ОБЕД																			
38,80 48,17 160,27 1191,69 50,17 3,41 144,7 56,29 408,25 137,29 672,41 9,48																			

Продукция	№ рецептуры*	Наименование блюда	Масса порции, г	Плотность продукта, г			Энергетическая ценность, ккал	Витаминный состав						Минеральное вещество, мг					
				жир	вода	углеводы		A, ретинол, мкг	B1, тиамин, мкг	B2, рибофлавин, мкг	C, аскорбиновая кислота, мкг	Ca, кальций, мг	K, калий, мг	Mg, магний, мг	Fe, железо, мкг	Na, натрий, мг	Cl, хлор, мг		
МЕНЮ НА 3-й ДЕНЬ 14																			
Завтрак (25% от суточной потребности потребления пищевых веществ)																			
117**	Жидкая каша молочная по рецепту состава 117**	205	1,99	10,63	35,51	214,00	54,90	0,23	0,19	1,24	142,24	68,27	223,67	1,64					
111	Сыр (разно-видный)	25	1,70	0,30	8,40	42,70	0,00	0,04	0,23	0,00	11,25	11,76	37,68	0,24					
111	Хлеб пшеничный	40	2,96	0,30	21,10	91,78	0,00	0,00	0,00	8,00	5,60	26,00	0,44						
205**	Колесо с маслом	180	5,67	3,19	14,82	100,20	21,95	0,05	0,15	1,42	127,00	19,21	112,10	0,43					
211**	Яйцо вареное	100	0,46	0,40	0,90	47,00	0,00	0,03	0,02	10,00	10,00	9,00	11,00	1,20					
111	Пропит	34	2,05	1,40	25,16	139,40													
Итого завтрак				18,77	16,27	116,79	384,68	76,85	0,35	0,41	12,66	214,59	112,84	412,45	3,63				
Обед (35% от суточной потребности потребления пищевых веществ)																			
54**	Острые овощи	105	0,70	0,20	1,90	12,00	0,00	0,04	0,02	4,50	17,00	14,00	30,00	0,50					
117**	Суп из овощей с борщевой 150/75	275	3,72	8,47	15,94	121,57	119,29	0,05	0,04	0,40	27,02	10,44	37,68	0,64					
117**	Шницель свиной туши (разной) по рецепту состава	100	15,84	11,54	8,88	202,00	19,80	0,12	0,12	5,50	61,08	38,14	245,02	1,20					
134	Пюре картофельное с овощами	180	4,10	5,93	17,50	220,50	0,00	0,05	0,03	1,08	15,66	25,10	96,70	0,79					
111	Хлеб пшеничный	30	2,94	0,30	10,08	51,24	0,00	0,00	0,00	13,52	14,12	43,21	1,11						
111	Хлеб пшеничный	50	1,70	0,45	26,38	117,21	0,00	0,00	0,00	10,00	7,00	22,50	0,53						
118	Сок картофельный 0,2 в промывочной упаковке	200	1,00	0,00	20,00	42,00	0,00	0,01	0,01	4,00	14,00	8,00	14,00	1,40					
111	Вода столовая	30	1,60	0,00	22,50	111,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00					
Итого обед				34,70	27,47	142,78	398,59	120,59	0,32	0,27	16,77	161,17	146,30	304,10	6,36				

Прим. прим.	№ рецептуры*	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность, ккал	Аминокислоты			Витамины					Минеральные вещества, мг/г				
				белок	жир	углеводы		Аргинин/г	Вал/г	Вал/г	Сум/г	Кальций	Магний	Фосфор	Железо					
НЕДЕЛЯ: 3 // ДЕНЬ: 15																				
Завтрак (35% от суточной потребности пищевых веществ)																				
	10**	Рисово-сыренивое	10	0,08	1,25	0,13	66	-0						2,4		1	0,07			
	11**	Сыр пошехонский	13	1,48	4,47		54,00	30,00	0,005	0,005	0,005	0,11	102,00		5,25		75,00	0,15		
	144**	Омлет картофельный	200	20,18	30,47	3,66	387,26	457,64	0,11	0,69	0,33	140,76	25,30	312,07	1,71					
	111	Хлеб ржаной пшеничный	24	0,70	0,30	0,69	42,70	0,00	0,04	0,03	0,00	11,26	11,76	57,68	0,94					
	111	Хлеб пшеничный	40	1,96	0,34	21,10	92,78	0,00	0,00	0,02	0,00	8,00	5,80	36,00	0,44					
	231**	Апельсины свежие	100	0,90	0,37	10,70	47,00	0,00	0,03	0,02	5,00	13,00	12,00	16,00	2,30					
	261**	Табл. в сахарной	180	0,06	0,18	0,01	36,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,36		2,36	0,21		
		Итого/порция — по меню (150г)	579	22,80	41,29	32,60	796,74	576,64	0,18	0,81	0,60	5,60	132,26	64,07	493,27	2,36				
Итого завтрак																				
				18,78	26,77	127,99	866,64	54,18	0,23	0,41	51,18	197,01	171,61	408,45	6,78					
Обед (35% от суточной потребности пищевых веществ)																				
	19**	Каша гречневая, помидоры и репешки жареные	100	1,10	0,12	4,57	77,00	0,00	0,01	0,01	18,50	17,75	17,45	31,81	0,83					
	61**	Борщ со сметаной 200г	250	2,05	6,6	10,5	107,5	10	0,025	0,05	36,625	65,375	28,05	57,1	1,103					
	156**	Паштет куриный 831г 67	250	21,78	13,28	44,67	381,67	24,33	0,13	0,17	7,53	57,93	67,53	219,17	2,47					
	111	Хлеб ржаной-пшеничный	40	2,04	0,36	10,08	57,24	0,00	0,05	0,03	0,00	13,52	14,12	45,21	1,13					
	111	Хлеб пшеничный	50	3,70	0,45	20,34	117,21	0,00	0,06	0,03	0,00	10,00	7,00	32,50	0,55					
	261**	Бисквит по меню сдобренный	200	0,56	0,10	37,00	132,00	0,00	0,02	0,02	0,75	32,48	17,46	37,44	0,88					
		Итого/порция — по меню (820г)	448																	
		Итого обед		18,78	26,77	127,99	866,64	54,18	0,23	0,41	51,18	197,01	171,61	408,45	6,78					

СЭЗОН: ВЕСНА

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 12 лет и СТАРШЕ

ЗАВТРАК

Продукты питания, ф	Продукты питания, ф			Энергетическая ценность, ккал	Витамин					Минеральные вещества, мг/г				
	белок	жир	углеводы		А, ретинол, мкг	В1, мг/100г	В2, мг/100г	С, мг/100г	Кальций	Магний	Фосфор	Железо		
Продукты питания с мясом, говядинка, запеченная, порционная упаковка (Орловский/ко) С/д/ф/л/г 2,5/2,4/3,5/0,2/2/2	50	92	383	2720	900	1,4	1,6	70	1200	1200	300	18		
Продукты питания, мясные продукты, запеченные, порционные упаковки (Орловский/ко) С/д/ф/л/г 2,5/2,4/3,5/0,2/2/2	22,5	21	94,75	680	225	0,35	0,4	17,5	300	300	75	4,9		
Фрукты, ягоды (10%), от 100% чистой продукции, порционные упаковки (Орловский/ко) С/д/ф/л/г 2,5/2,4/3,5/0,2/2/2	23,50	22,36	94,42	670,42	117,0	0,17	0,42	21,48	211,02	104	41,4	4,8		

СЭЗОН: ВЕСНА

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 12 лет и СТАРШЕ

ОБЕД

Продукты питания, ф	Продукты питания, ф			Энергетическая ценность, ккал	Витамин					Минеральные вещества, мг/г				
	белок	жир	углеводы		А, ретинол, мкг	В1, мг/100г	В2, мг/100г	С, мг/100г	Кальций	Магний	Фосфор	Железо		
Продукты питания с мясом, говядинка, запеченная, порционная упаковка (Орловский/ко) С/д/ф/л/г 2,5/2,4/3,5/0,2/2/2	50	92	383	2720	900	1,4	1,6	70	1200	1200	300	18		
Продукты питания, мясные продукты, запеченные, порционные упаковки (Орловский/ко) С/д/ф/л/г 2,5/2,4/3,5/0,2/2/2	21,5	20,2	104,1	902	215	0,49	0,58	34,5	400	420	105	6,3		
Фрукты, ягоды (10%), от 100% чистой продукции, порционные упаковки (Орловский/ко) С/д/ф/л/г 2,5/2,4/3,5/0,2/2/2	23,02	21,61	117,42	901,42	80	0,14	0,14	21,2	206,88	100	41,8	7,5		