

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины																	
			белок	жир	углеводы		А, мг/сут	В1, мг/сут	В2, мг/сут	С, мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо										
НЕДЕЛЯ: 1 И ДЕНЬ: 1																								
Завтрак (25% от суточной потребности потребления пищевых веществ)																								
11**	Сыр творожный	15	3,48	4,41	0,13	54,00	19,00	0,0005	0,045	0,11	132,00	5,24	75,00	0,15										
10**	Молоко стерилизованное	10	0,08	7,25	0,13	66	40	0,08	0,08	0,18	2,4	5	3	0,02										
143**	Яблоко свежее	40	3,1	4,6	0,3	63	1,00	0,15	0,11	0,41	45,09	30,20	144,69	1,05										
116**	Сыр домашний мягкий плавленый	150	6,09	7,04	31,34	211,50	36,56	0,15	0,02	10,50	16,00	11,00	5,08	2,28										
211**	Яблоко свежее	20	1,56	2,32	0,14	31,6	8,72	0,03	0,02	10,50	16,00	11,00	5,08	2,28										
111	Хлеб пшенично-овсяный	20	2,29	0,32	18,46	87,06	0,00	0,00	0,00	0,00	1,00	4,90	22,75	0,39										
111	Хлеб пшеничный	200	3,16	2,88	15,94	90,00	20,00	0,04	0,16	1,30	125,18	14,05	90,00	0,14										
204**	Кефирный напиток с медом	570																						
Итого завтрак													22,26	26,96	82,49	607,22	215,68	0,29	0,16	21,82	469,28	88,76	452,88	5,70
Обед (35% от суточной потребности потребления пищевых веществ)																								
19**	Салат из овощей тушеный с растительным маслом	60	0,66	3,67	2,74	46,20	0,00	0,02	0,02	11,10	10,64	10,47	19,10	0,50										
66**	Цыпленок отварной с картофелем	200	1,42	3,96	6,32	70	39,49	0,04	0,04	12,62	35,4	17,7	59,2	0,66										
181**	Котлета свиная	90	12,00	17,29	11,46	282,00	0,00	0,16	0,11	0,60	14,56	18,94	129,38	3,24										
208**	Картофель отварной	150	2,87	4,32	23,97	141,00	0,00	0,15	0,09	21,50	14,64	29,33	79,13	1,16										
111	Хлеб пшенично-овсяный	30	2,04	0,36	10,08	57,24	0,00	0,03	0,03	6,00	13,52	14,12	45,21	1,13										
111	Хлеб пшеничный	40	2,96	0,26	21,10	95,78	0,00	0,00	0,00	0,00	8,00	5,60	26,00	0,44										
270**	Натюрлот из овощей запеченный	200	0,68	0,36	20,76	88,00	0,00	0,02	0,00	100,00	21,34	3,44	3,44	0,64										
111	Вареный картофель	30	1,60	0,60	22,50	111,00	0,00	0,03	0,03	9,00	0,00	0,00	0,00	0,00										
Итого обед													26,22	39,84	117,97	682,22	38,48	0,44	0,21	145,22	117,99	94,49	342,86	7,28

Прим. зам.	№ рецептуры*	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества, мг/г					
				белки	жир	углеводы		А, ретинол, мкг	В1, тиамин	В2, рибофлавин	С, аскорбиновая кислота	Кальций	Магний	Фосфор	Железо				
НЕДЕЛЯ: 1 / ДЕНЬ: 2																			
		Медя вареном	60	0,72	2,83	4,62	46,50	0,01	0,01	0,04	4,50	24,00	9,00	22,50	0,42				
		Пшеница, рыхлый, вареный на воде норма	90	14,26	10,48	7,63	181,80	17,82	0,11	0,11	5,67	56,77	32,33	220,52	1,17				
		ТЭК 800	150	2,57	4,17	26,38	134,05	0,50	0,03	0,05	0,00	4,17	18,00	55,58	0,38				
		Хлеб из пшеницы	20	1,36	0,24	0,72	34,16	0,07	0,07	0,07	0,00	9,01	9,41	30,14	0,75				
		Хлеб пшенично-овсяный	35	2,99	0,52	1,84	82,66	0,09	0,09	0,02	0,00	7,60	4,30	22,75	0,39				
		Хлеб пшеничный	100	0,40	0,20	10,30	47,00	0,00	0,03	0,03	5,00	19,00	12,00	16,00	2,30				
		Хлеб пшеничный	200	1,09	0,60	20,00	62,00	0,00	0,01	0,01	4,00	14,00	8,00	14,00	1,40				
		Секс витаминиз. 0,2 в 100г пшеничной муки																	
		Итого завтрак	655	22,89	18,33	94,21	587,97	17,83	0,22	0,23	19,17	131,97	111,64	381,48	6,89				
		Итого обед	788	28,92	29,14	102,48	786,32	12,09	0,45	0,38	31,25	154,27	125,48	431,52	7,59				
		Итого обед (35% от суточной потребности в питательных веществах)																	
		Салат из овощей свежих (капуста, помидоры, огурцы)	60	0,65	3,62	2,36	43,80	0,00	0,02	0,02	1,00	15,25	11,50	21,37	0,40				
		Суп картофельный с грибами	200	4,40	4,21	17,32	118,00	0,50	0,18	0,20	4,00	34,14	28,45	70,48	1,64				
		Тушенка в консервах 90%	100	15,15	15,68	7,57	211,00	12,00	0,05	0,13	1,78	13,91	20,90	158,42	2,20				
		Хлеб пшенично-овсяный	150	2,06	4,80	20,45	136,50	0,00	0,14	0,15	18,17	36,98	27,75	96,60	1,01				
		Хлеб пшеничный	30	2,04	0,36	10,08	51,24	0,00	0,05	0,05	0,00	13,52	14,12	45,21	1,13				
		Хлеб пшеничный	40	2,36	0,36	21,10	93,78	0,00	0,00	0,02	0,00	8,00	5,00	26,00	0,44				
		Сметана 10% жирности	200	0,60	0,10	31,00	152,00	0,00	0,02	0,02	0,72	21,48	17,46	23,44	0,68				

Прокл пищи	№ рецептуры*	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамин						Минеральные вещества, мг/сут																
				белок	жир	углеводы		А, ретинол, ед	В1, тиамин	В2, рибофлавин	С, аскорбиновая	Са, кальций	Мg, магний	Фосфор	Железо															
ПЕЧЕНЬ: 1 / ДЕНЬ: 3																														
	23**	Салат из овощей с отварной говядиной	60	1,42	4,41	1,55	51,6	17,75	0,012	0,06	6,62	20,51	7,484	32,31	0,51															
	180**	Фруктовый салат с йогуртом в соусе	90	7,77	7,41	7,20	126,90	11,25	0,04	0,05	1,88	20,16	13,96	86,26	1,20															
	207**	Молочный суп	150	5,52	4,52	25,45	169,00	0,05	0,05	0,05	4,85	9,01	21,12	37,12	1,11															
	П1	Хлеб пшенично-пшеничный	20	1,35	0,24	6,72	34,10	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,81	90,14	0,75															
	П1	Хлеб пшеничный	75	2,91	0,32	18,46	82,05	0,00	0,02	0,00	0,00	1,00	4,90	22,75	0,39															
	252**	Чай с лимоном	180	0,13	0,02	15,20	62,00	0,00	0,00	0,00	2,82	14,20	2,40	4,40	0,36															
		Итого за сутки	525	28,78	16,97	75,67	524,72	29,61	0,14	0,16	11,67	75,74	92,13	211,65	4,41															
		Затраты (25% от суточной потребности)																												
		Итого затрат																												
	54**	Творог с сахаром	60	0,65	0,12	2,28	15,2	0	0,038	0,004	10,5	8,4	1,2	15,6	0,54															
	70**	Суп картофельный с высушенными овощами	210	2,16	2,28	11,90	94	0	0,1	0,06	6,6	23,36	21,82	54,06	0,9															
	199**	Плов из курицы (П1/2)	209	15,95	10,47	35,72	345,33	19,47	0,11	0,15	6,03	46,35	54,04	172,33	1,97															
	П1	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,04	0,28	10,08	51,24	0,00	0,05	0,05	0,05	13,52	14,12	40,21	1,13															
	П1	Хлеб пшенично-пшеничный	40	2,96	0,36	21,10	91,78	0,05	0,00	0,02	0,00	8,00	5,60	26,09	0,44															
	216**	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,00	0,00	0,00	0,00	0,00	14,18	5,14	4,40	0,04															
	П1	Чай с лимоном	205	0,09	0,40	9,40	120,00	0,00	0	0,00	2,00	242,00	7,00	18,00	1,00															
		Итого овца	810	38,93	20,12	128,61	791,53	19,47	0,29	0,08	26,61	371,61	119,72	538,60	6,92															

Примечания	№ рецептуры*	Наименование блюда	Масса порции, г	Плотность, г/см³			Энергетическая ценность, ккал	Питательная ценность						Микроэлементы (мг/100г)					
				белок	жир	углеводы		Аскорбиновая	В1, мг/100г	В2, мг/100г	С, мг/100г	Кальций	Магний	Фосфор	Железо				
БЕЛЫЙ: 1 // ДЕНЬ: 5																			
Завтрак (25% от суточной потребности потребления пищевых веществ)																			
	57**	Мороженное (ванильное, пломбовое)	60	1,11	1,67	7,35	49,20	0,09	0,02	0,03	4,21	32,88	12,30	30,70	0,43				
	184**	Кондитер. изделия	90	12,00	17,29	11,46	282,00	18,40	0,16	0,11	0,60	14,35	18,84	120,28	1,24				
	207*	Хлеб ванильный гречишный	150	4,38	5,01	20,52	145,50	0,00	0,12	0,06	0,00	8,45	72,05	108,75	2,43				
	171	Хлеб ржаной пшеничный	20	1,35	0,24	6,72	34,16	0,03	0,03	0,02	0,00	9,93	4,90	22,75	0,30				
	171	Хлеб пшеничный	35	2,29	0,32	18,46	82,06	0,00	0,00	0,02	5,00	19,00	12,00	16,00	2,80				
	221**	Апельсины свежие	100	0,40	0,20	10,30	47,00	0,00	0,00	0,00	0,01	10,55	1,40	2,80	0,25				
	201**	Мол. сгущенная	200	0,07	0,20	10,03	40,80	0,00	0,00	0,00	0,01	10,55	1,40	2,80	0,25				
		Итого завтрак		22,18	25,02	84,83	679,92	28,49	0,26	0,26	9,84	101,65	120,88	248,52	9,27				
Обед (25% от суточной потребности потребления пищевых веществ)																			
	184**	Салат из свежих помидоров с репешком и луком	60	0,96	2,67	2,74	46,20	0,00	0,02	0,02	11,70	10,64	10,67	19,10	0,20				
	61**	Бутыл. соевый 200г	200	1,64	5,28	8,24	86	8	0,02	0,06	11,14	52,3	22,44	43,84	0,9				
	491*	Пюре картофельное 50/50	90	7,02	6,84	5,96	114,20	0,00	0,00	0,09	21,00	14,64	29,32	79,71	1,16				
	208**	Картофель отварной	150	2,87	4,32	23,01	141,00	0,00	0,15	0,03	0,00	13,52	14,12	45,21	1,13				
	171	Хлеб ржаной пшеничный	30	2,04	0,36	10,68	51,24	0,00	0,05	0,03	0,00	8,00	5,60	26,00	0,44				
	171	Хлеб пшеничный	40	2,95	0,36	21,10	93,76	0,00	0,00	0,02	0,00	17,48	17,48	23,44	0,68				
	241**	Каша из овсян. крупы	200	0,66	0,10	37,00	132,00	0,00	0,02	0,02	0,72	32,48	17,48	99,41	4,89				
		Итого обед		17,85	26,93	102,93	664,53	8,00	0,26	0,27	53,96	121,58	99,41	238,23	4,89				

Примечания	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса блюда, г	Пищевая ценность			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества, мг					
				белки	жир	углеводы		А	В1	В2	В6	С	Кальций	Магний	Фосфор	Железо			
НЕ ПЕКИМ: 2 // ЦЕНЬ: 6																			
Завтрак (25% от суточной потребности в питательных веществах)																			
	54**	Суп-пюре овсяное	60	0,22	0,66	1,14	7,20	0,00	0,02	0,01	2,94	10,20	8,40	18,00	0,20				
	90	Колбаса из куриного филе	90	9,00	5,40	14,36	145,20	0,20	0,08	0,07	0,58	28,40	57,60	120,80	1,24				
	ТТБ/В/д	Макаронные изделия с овощами	130	5,28	6,60	22,70	211,20	0,00	0,03	0,02	5,43	20,26	17,67	48,57	1,04				
	134**	Хлеб диетический	20	1,96	0,24	6,72	34,16	0,00	0,00	0,00	0,00	8,00	9,41	20,14	0,25				
	111	Хлеб пшеничный	40	2,96	0,36	11,10	91,78	0,00	0,00	0,00	0,00	14,20	2,40	4,40	0,26				
	111	Хлеб пшеничный	180	0,12	0,03	13,20	62,00				2,85	14,20	4,40	10,00					
	202**	Сыр с дырочкой	540	18,74	12,68	92,64	315,54	0,09	0,20	0,15	11,25	88,19	249,67	266,71	4,13				
Итого завтрак																			
	Т1	Утра картофеля	60	0,22	2,83	4,62	46,50	0,01	0,01	0,04	4,50	24,00	9,00	22,50	0,22				
	72**	Рисовый салат с овощами	200	1,02	4,08	9,6	84	0	0,08	0,04	6,5	23,22	19,34	43,58	0,24				
	72**	Хлеб пшеничный	200	14,05	25,73	19,74	437,60	0,00	0,41	0,16	7,22	12,78	48,96	203,96	3,44				
	Т1	Хлеб диетический	30	0,24	0,26	10,08	51,24	0,00	0,00	0,02	0,00	8,00	5,60	26,00	0,44				
	Т1	Хлеб пшеничный	40	2,96	0,36	11,10	93,78	0,00	0,00	0,00	0,00	14,20	5,14	4,40	0,94				
	Т1	Хлеб пшеничный	200	0,16	0,16	21,88	116,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
	736**	Ковбой на свежих овощах	300	3,60	0,90	22,50	111,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
	Т1	Вареный картофель	280					0,01	0,35	0,11	19,62	115,80	240,16	244,45	7,11				
Итого обед				28,15	34,18	115,47	918,12	0,07	0,35	0,11	19,62	115,80	240,16	244,45	7,11				
Итого обед																			

Продукция	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность, ккал	Азот, г/100г	Витамин			Минеральные вещества, мг/100г					
				белок	жир	углеводы			В1, мкг/100г	В2, мкг/100г	С, мг/100г	Кальций	Магний	Фосфор	Железо		
Неделя: 2 / День: 7																	
Завтрак (25% от суточной потребности)																	
пшеницы																	
54**	Пшеницы овсяные	60	0,68	0,12	1,28	11,3	0	0,036	0,004	10,5	8,4	12	15,6	0,34			
90	Молоко тушеное (сладкое) с сухими зёрнами	14,15	16,18	10,20	226,49	50,00	0,05	0,12	1,71	11,03	20,73	149,45	2,19				
130	Творог зернённый	3,05	4,80	20,45	135,50	0,05	0,14	0,11	18,17	16,98	27,75	80,80	5,01				
20	Молоко сгущённое	1,96	0,24	6,75	54,16	0,00	0,00	0,02	0,80	9,41	27,75	30,14	0,75				
35	Хлеб пшенично-ржаной	2,90	0,32	6,75	82,66	0,00	0,00	0,02	0,00	4,90	1,00	1,00	0,54				
200	Хлеб пшеничный	0,20	0,20	16,70	66,70	98,00	0,01	0,05	80,00	11,00	12,00	16,00	2,50				
100	Мёд	0,40	0,30	10,20	47,00	0,00	0,00	0,02	5,00	19,00	12,00	16,00	2,50				
231**	Ароматизатор ванильный	653															
Итого завтрак																	
всего порций — по меню: 1000г																	
23,22																	
22,84																	
83,17																	
606,02																	
148,00																	
6,29																	
0,16																	
115,38																	
187,42																	
85,78																	
325,54																	
7,71																	
32,238																	
7,664																	
28,46																	
70,48																	
1,77																	
0,66																	
1,13																	
0,44																	
1,40																	
7,04																	
Обед (35% от суточной потребности)																	
пшеницы																	
23***	Салат из фасоли с огурцами и яблоком	60	1,412	8,428	1,554	51,6	17,06	0,012	0,06	6,518	20,908	7,664	32,238	0,666			
78***	Суп картофельный с горошком	200	4,40	4,22	13,22	118,00	0,00	0,18	0,00	8,66	54,16	28,46	70,48	1,77			
150	Пюре картофельное с морковью	90	14,26	10,48	7,63	181,80	1,782	0,11	0,00	5,67	58,77	52,33	220,52	3,17			
34	Чай с сахаром и лимоном	1,50	3,42	4,96	11,25	0,00	0,04	0,00	0,90	13,05	29,25	83,10	0,66				
17	Хлеб пшенично-ржаной	39	2,04	0,36	10,06	51,24	0,00	0,05	0,03	0,00	13,82	14,12	45,71	1,13			
17	Хлеб пшеничный	40	2,96	0,36	11,10	59,78	0,00	0,00	0,00	0,00	8,00	5,60	26,00	0,44			
17	Хлеб пшеничный	200	1,00	0,80	20,00	42,00	0,00	0,01	0,01	4,00	14,00	8,00	14,00	1,40			
Итого обед																	
всего порций — по меню: 1000г																	
29,49																	
24,88																	
104,84																	
722,17																	
24,58																	
6,68																	
0,17																	
20,45																	
119,98																	
143,22																	
491,84																	
7,04																	



НЕДЕЛЯ: 2 // ДЕНЬ: 9		Белок	Жиры	Углеводы	Аминокислоты	Витамин	Витамин	Витамин	Селен	Кальций	Магний	Фосфор	Железо			
Завтрак (25% от суточной потребности потребления пищевых веществ)		95**	Рис с вареной курицей	50	1,64	4,31	8,12	79,80	0,00	0,02	0,01	2,80	34,56	16,36	13,48	0,44
170/66/7	Салат - тушенка в томате с овощами 45/45	90	9,31	3,07	3,47	79,30	5,49	0,06	0,05	0,02	4,22	24,89	26,19	18,00	55,58	0,38
103*	Хлеб пшенично-ржаной	1,50	2,97	4,17	26,28	154,05	0,00	0,03	0,02	0,00	0,01	0,01	9,41	30,14	0,75	0,19
171	Хлеб ржаной-пшеничный	20	1,36	0,24	6,72	34,16	0,00	0,03	0,02	0,00	0,00	1,00	4,90	22,15	0,19	2,90
171	Хлеб пшеничный	35	2,49	0,23	18,86	82,06	0,00	0,00	0,03	0,02	5,00	19,02	12,30	10,00	2,80	0,23
231**	Хлеб пшеничный	100	0,40	0,30	10,30	47,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	10,92	1,40	2,80	0,23	0,23
261**	Дрожжи сухие	200	0,07	0,20	10,01	40,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	10,92	1,40	2,80	0,23	0,23
261**	ИМ с сахаром	603	0,07	0,20	10,01	40,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	10,92	1,40	2,80	0,23	0,23
ИТОГО ЗАВТРАК				603	17,93	12,60	84,26	315,17	5,49	0,17	0,13	12,10	128,53	83,34	294,71	5,05
Обед (35% от суточной потребности потребления пищевых веществ)				829	28,74	22,67	128,92	381,22	97,60	0,26	0,12	45,51	107,53	69,98	214,43	3,91
54**	Овощное рагу	60	0,42	0,05	1,14	7,2	97,6	0,026	0,012	0,01	2,91	10,2	8,4	18	0,1	0,1
171/66/7	Суп-лапша с курицей 200/25	225	3,05	6,17	12,25	124,8	0,00	0,04	0,02	0,0	0,0	22,94	8,54	10,28	0,52	0,00
401*	Фаршированный картофель	50	7,02	6,84	5,76	114,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
210**	Пюре картофельное	150	1,06	4,80	20,45	130,90	0,00	0,16	0,11	18,17	35,98	27,75	86,60	1,01	0,00	0,00
171	Пюре картофельное	14	2,00	3,60	24,16	139,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
171	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,64	0,36	10,08	51,24	0,00	0,05	0,03	0,00	0,00	13,23	14,12	14,12	1,13	0,44
171	Хлеб ржаной-пшеничный	40	2,86	0,36	11,10	56,18	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	14,00	5,80	26,00	0,44	0,14
171	Хлеб пшеничный	200	0,14	0,08	34,48	114,00	0,00	0,01	0,02	0,00	24,00	14,00	5,80	8,94	0,14	0,14
242**	Каша из крупы овсяной	829	0,14	0,08	34,48	114,00	0,00	0,01	0,02	0,00	24,00	14,00	5,80	8,94	0,14	0,14
ИТОГО ОБЕД				829	28,74	22,67	128,92	381,22	97,60	0,26	0,12	45,51	107,53	69,98	214,43	3,91

Продукт	№ ресурса*	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность, ккал	Витаминный состав						Минеральный состав, мг/г											
				белок	жир	углеводы		А, мкг/сут	В1, мг/сут	В2, мг/сут	С, мг/сут	Кальций	Магний	Марганец	Фосфор	Железо									
ПЕНЕДЯ: 3-й ДЕНЬ: 11																									
Завтрак (25% от суточной потребности пищевых веществ)																									
11**	Сыр тушеный		15	3,89	4,63	54,00	39,09	0,005	0,045	0,11	0,41	132,00	5,25	75,00	1,05										
11**	Жидкая каша молочная вареная		140	6,09	7,04	211,30	36,08	0,15	0,11	0,41	95,00	36,20	144,60	1,05											
11**	Болтушка с маслом		130	0,40	0,40	47,00	0,03	0,03	0,02	10,00	16,00	11,00	9,00	2,20											
21**	Болтушка с маслом		20	1,26	0,24	14,16	0,00	0,03	0,02	0,00	9,00	6,41	20,14	0,75											
11	Хлеб ржаной-пшеничный		33	2,44	0,30	77,57	0,00	0,00	0,02	0,00	6,00	4,02	21,45	0,26											
11	Хлеб пшеничный		200	3,16	2,88	50,00	20,00	0,04	0,16	1,30	125,78	14,00	90,00	0,34											
254**	Крошечный напиток с мясом		218	16,03	18,09	474,03	65,68	0,26	0,27	1,23	384,41	82,46	130,28	4,65											
Итого завтрак																									
Обед (35% от суточной потребности пищевых веществ)																									
18**	Суп из овощей, картофеля с растительным маслом		60	0,66	1,07	46,20	0,00	0,02	0,02	0,10	11,10	10,64	10,47	19,10	0,50										
66**	Шеф из овощей с картофелем и картофелем		280	1,42	1,96	70	38,40	0,04	0,04	0,04	17,62	39,6	17,7	39,2	0,65										
18**	Болтушка с маслом		90	12,00	17,29	282,00	11,25	0,09	0,08	0,00	57,99	38,98	67,49	0,94											
102**	Рыбный суп		150	2,61	7,96	141,00	0,00	0,04	0,05	0,00	11,25	11,75	11,75	0,44											
11	Хлеб ржаной-пшеничный		25	1,70	0,20	42,70	0,00	0,00	0,02	0,00	8,00	5,60	26,00	0,64											
11	Хлеб пшеничный		40	2,96	0,26	80,00	0,00	0,02	0,06	100,00	21,24	7,44	7,64	0,64											
220**	Напиток из молока с сахаром		200	0,28	0,28	20,76	0,00	0,02	0,06	100,00	21,24	7,44	7,64	0,64											
Итого обед																									
Итого завтрак																									
Итого обед																									

Пробы пищи	№ рецептуры*	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества, мг				
				белки	жир	углеводы		А	В1	В2	В6	С	Кальций	Магний	Фосфор	Железо	

ПЕЧЕНЬ 3 // ДЕНЬ: 12

Завтрак (35% от суточной потребности потребления пищевых веществ)															
П1	Яйца вареные	60	0,72	2,83	4,63	46,50	0,01	0,01	0,04	4,50	24,00	0,00	22,50	0,42	
П2	Творог 2% жирности	90	9,21	3,07	3,47	78,30	5,46	0,06	0,05	4,27	26,80	26,79	173,96	0,57	
П3	Хлеб пшеничный	150	5,64	4,35	36,67	159,04	18,40	0,03	0,03	0,00	2,42	19,01	60,60	0,91	
П4	Хлеб ржаной-пшеничный	20	1,96	0,24	6,72	34,16	0,00	0,00	0,02	0,00	9,01	9,41	30,14	0,75	
П5	Хлеб пшеничный	30	2,32	0,27	15,80	70,34	0,00	0,00	0,02	0,00	6,00	4,35	13,90	0,13	
П6	Хлеб пшеничный	100	0,40	0,30	10,30	47,00	0,00	0,03	0,03	5,00	19,00	17,00	16,80	2,30	
П7	Апельсин свежий	200	1,00	0,00	20,00	42,00	0,00	0,01	0,01	6,00	14,00	4,00	14,00	1,40	
П8	Сок апельсиновый 0,2 в розничной упаковке	200													
ИТОГО ЗАВТРАК		630	28,64	11,01	97,61	518,23	24,80	0,16	0,17	17,77	98,12	88,41	286,78	6,28	

Обед (35% от суточной потребности потребления пищевых веществ)															
П9	Салат из овощей	60	0,65	3,02	2,26	43,80	0,00	0,02	0,02	7,93	15,05	11,30	21,37	0,40	
П10	Суп картофельный с грибами	200	4,40	4,22	17,22	118,00	0,00	0,18	0,06	4,56	34,18	28,46	70,68	1,64	
П11	Картофельное пюре по-домашнему	750	14,05	25,71	150,14	487,60	0,00	0,41	0,16	7,72	32,79	48,96	205,96	3,44	
П12	Хлеб ржаной-пшеничный	25	1,70	0,39	8,46	47,90	0,00	0,04	0,03	0,00	11,26	11,76	37,68	0,94	
П13	Хлеб пшеничный	40	2,96	0,36	21,10	91,78	0,00	0,02	0,02	0,00	8,00	5,60	16,00	0,44	
П14	Хлеб пшеничный	200	0,10	0,15	21,88	114,00	0,00	0,00	0,02	0,90	14,18	5,14	4,80	0,94	
П15	Компот из сухофруктов	200													
ИТОГО ОБЕД		1225	23,92	24,37	97,60	840,88	0,00	0,65	0,31	21,21	115,61	111,22	365,89	7,99	

Проект плана	№ ресурса*	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Макроэлементы, мг/сут				
				белок	жир	углеводы		А, мкг/сут	В1, мкг/сут	В2, мкг/сут	С, мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо			
НЕДЕЛЯ: 3 / ДЕНЬ: 13																		
Завтрак (25% от суточной потребности пищевых веществ)																		
23**	Хлеб из ржаного борошна в форме	60	1,42	4,43	1,334	51,6	17,76	0,017	0,06	6,618	20,506	7,464	33,328	0,806				
132**	Стручковая фасоль в отваре с луком 45/45	90	7,17	7,42	7,25	126,90	11,25	0,04	0,06	1,38	20,56	13,06	84,26	1,20				
903*	Котлета говяжья, отварная	150	4,00	5,00	21,84	157,50	0,00	0,11	0,02	10,97	20,90	9,41	85,47	0,98				
903*	Котлета свиная, отварная	30	1,26	0,24	6,71	34,16	0,00	0,03	0,00	0,00	6,00	4,20	19,40	0,33				
903*	Хлеб пшеничный	30	2,22	0,27	13,83	75,34	0,00	0,00	0,00	0,00	1,578	1,67	4,80	0,67				
903*	Хлеб пшеничный	200	0,13	0,02	10,89	60,89	0,00	0,00	0,09	3,14	15,78	1,67	4,80	0,67				
507**	Чай с лимоном	350	16,40	17,38	72,23	589,18	29,91	0,18	0,18	11,34	82,67	66,70	256,59	4,43				
ИТОГО ЗАВТРАК																		
(всего блюд: ... по весу 200г):																		
Обед (35% от суточной потребности пищевых веществ)																		
54**	Промысловый суп	60	0,66	0,12	2,28	13,2	0	0,016	0,004	10,5	8,4	17	15,6	0,54				
79**	Суп картофельный с мясной вырезкой	200	2,16	2,20	13,86	94	0	0,1	0,06	6,6	33,36	21,82	54,06	0,9				
160**	Пюре из картофеля 45/45	90	9,57	20,87	2,69	278,10	0,00	0,25	0,08	0,87	18,00	30,15	115,79	1,98				
206**	Картофель отварной	150	2,87	4,23	27,03	141,00	0,00	0,15	0,09	21,00	14,54	29,33	75,73	1,16				
903*	Хлеб пшеничный	25	1,10	0,30	8,40	42,70	0,00	0,04	0,03	0,00	11,26	11,76	37,88	0,94				
903*	Хлеб пшеничный	40	2,95	0,36	21,10	97,18	0,00	0,13	0,00	0,00	8,00	9,60	26,00	0,44				
903*	Хлеб пшеничный	100	8,93	9,45	50,39	347,50	5,67	0,01	0,09	0,18	11,70	16,13	50,33	1,02				
292**	Котлета свиная	180	0,27	0,09	9,27	76,52	0,00	0,01	0,01	2,25	11,70	9,00	24,00	0,17				
54,60**	Котлета свиная	200	6,30	6,40	9,40	120,00	0,00	0,01	0,01	2,00	7,00	7,00	18,00	1,00				
903*	Хлеб пшеничный	1645	35,72	46,19	260,41	1168,30	56,17	3,71	14,40	43,35	287,01	231,98	634,06	8,14				
ИТОГО ОБЕД																		
(всего блюд: ... по весу 1000г):																		

Примечания	№ рецептуры*	Наименование блюда	Масса порции, г	Наименование вещества, г			Энергетическая ценность, кДж/г	Витамин			Минеральные вещества, мг/г				
				белок	жир	углевод		В1,мг/сут	В2,мг/сут	С,мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо	
ВЕЩЕСТВО: 3 И ДЕНЬ: 14															
суточной потребности															
потребления животных															
вещества)															
1.7**	Жир животн молочног до 4хмес окисляе «Гродно»	190	5,99	7,97	27,18	205,90	40,95	0,17	0,14	0,95	306,58	51,20	160,25	1,23	
П1	Жир раститн-животн	20	1,36	0,36	6,72	34,16	0,00	0,03	0,02	0,00	9,01	9,61	30,14	0,79	
200**	Хлеб пшеничный	35	2,39	0,32	18,46	82,06	0,00	0,00	0,02	0,00	7,90	4,90	22,75	0,39	
231**	Хлеб пшеничн с отрубк	200	4,08	5,54	17,58	118,00	24,40	0,05	0,18	1,58	151,23	21,34	124,56	0,88	
П1	Хлеб пшеничн с отрубк	100	0,40	0,40	9,80	47,50	0,00	0,00	0,02	0,00	76,09	9,00	11,90	2,20	
П1	Хлеб пшеничн с отрубк	34	2,05	3,40	23,16	119,40	0,00	0,00	0,00	0,00	200,97	94,85	317,79	5,95	
П1	Привитн	519	16,47	15,87	105,18	604,12	65,35	0,39	0,38	12,57	200,97	94,85	317,79	5,95	
ИТОГО ЗАВТРАК (включая в меню 200г)															
Обла (35% от суточной потребности потребления пищевых веществ)															
54**	Отруби пшеничн	40	0,42	0,36	1,14	7,20	0,00	0,02	0,01	2,94	10,20	8,40	18,00	0,30	
ТТК М4Т	Сухая смесь с отрубк 20075	725	3,05	6,77	12,75	124,8	97,6	0,04	0,03	0,4	21,84	8,34	30,08	0,30	
ТТК М5	Пшеница рабейн крупчатый в виде хлопк	90	14,76	10,48	7,93	181,80	17,82	0,11	0,11	5,67	56,77	42,53	220,52	3,17	
154	Рис с отрубк с отрубк	130	3,42	4,96	31,29	153,75	0,00	0,04	0,02	0,90	13,00	20,25	81,10	0,66	
П1	Хлеб пшеничн с отрубк	25	1,70	0,20	8,40	42,70	0,00	0,01	0,09	0,00	11,26	11,26	11,26	0,94	
П1	Хлеб пшеничн с отрубк	40	2,96	0,36	21,10	93,18	0,00	0,00	0,02	0,00	8,09	5,80	26,09	0,44	
П1	Хлеб пшеничн с отрубк	200	1,00	0,00	20,00	42,00	0,00	0,01	0,01	4,00	14,00	8,09	14,00	1,40	
П1	Хлеб пшеничн с отрубк	20	1,60	0,80	22,90	111,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
ИТОГО ОБЕД (включая в меню 200г)															
Итого за день															
30,40															
21,52															
134,77															
787,03															
118,42															
0,25															
0,23															
13,91															
136,12															
121,89															
429,27															
5,43															

Проект или № реконструкции*	Наименование бакала	Масса товара, т	Плотность, кг/м³			Эквивалентная плотность, кг/м³	Вязкость					Минеральные вещества, % от				
			бензи	кар	углекисл		Арет.азот	Вязк.сух	Вязк.сух	Самсух	Кальци	Магни	Фосф	Желез		
НЕДЕЛЯ Э И ДЕНЬ 15																
Завтрак (25% от суточной потребности населения в пищевого вещества)																
10**	Молоко цельное	10	0,08	7,25	0,13	66	49	0,005	0,005	0,11	132,00	5,25	75,00	0,15		
11**	Сыр полужирный	15	3,48	4,41	2,75	54,00	19,20	0,08	0,52	0,25	112,21	18,90	269,00	2,78		
12**	Сметана 10%	150	15,18	21,85	2,75	275,45	345,20	0,00	0,00	0,00	9,01	9,41	30,34	0,75		
14**	Сметана 20%	20	1,26	0,24	6,72	34,16	0,00	0,00	0,00	0,00	7,00	4,90	22,75	0,30		
17*	Хлеб пшенично-овсяный	35	2,99	0,32	18,46	82,06	0,00	0,01	0,00	5,00	19,00	13,00	16,90	2,20		
17*	Хлеб пшеничный	100	0,49	0,20	10,30	47,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,26	1,51	0,21		
231**	Макаронные изделия	180	0,26	0,18	9,03	36,00	0,00	0,00	0,00	0,00	9,86	34,72	198,40	6,49		
261**	Чай с сахаром	510	23,11	14,57	47,37	494,67	423,27	0,15	0,61	5,38	291,57	10,47	19,10	0,20		
Итого завтрак																
всего (бурж) - не более 2000г																
Обед (35% от суточной потребности населения в пищевого вещества)																
18**	Сметана 20%	50	0,36	1,01	3,74	46,20	0,00	0,02	0,02	11,10	10,64	10,47	13,84	0,9		
61**	Борщ со сметаной 200г	200	1,54	5,28	8,34	86	8	0,02	0,04	21,14	32,3	22,44	41,84	0,9		
599**	Пюре из картофеля 200г	200	16,95	19,47	35,73	305,31	19,47	0,11	0,13	6,07	46,23	44,04	175,37	1,97		
17*	Хлеб пшенично-овсяный	25	1,20	0,20	8,40	41,20	0,00	0,04	0,00	0,00	11,26	11,76	17,08	0,94		
17*	Хлеб пшеничный	40	2,96	0,26	21,10	93,78	0,00	0,00	0,00	0,00	9,00	5,60	36,00	0,44		
261**	Компот из яблок 200г	250	0,66	0,19	12,00	172,00	0,00	0,00	0,00	0,72	31,48	17,46	21,44	0,48		
Итого обед																
всего (бурж) - не более 2000г																
Итого завтрак + обед																
всего (бурж) - не более 2000г																

СЕРТИФИКАТ	КОМПОНЕНТЫ		ЗАРЯДОК		Минеральные вещества							
	Вещество	Количество, г	Вещество	Количество, г	Азот, мг/г	В2, мг/г	В12, мг/г	С, мг/г	Кальций, мг/г	Магний, мг/г	Фосфор, мг/г	Железо, мг/г
77	6000	79	335	2340	302	1.2	1.4	60	1100	1100	250	1.2
7825	1835	1835	8135	5873	119	0.3	0.35	19	225	215	613	3
20.11	3813	3813	6242	37934	117.4	0.27	0.25	19.38	211.16	67.83	231.22	5.88

Продукция с высоким содержанием железа, кальция и фосфора (содержит по ГОСТ 2.372.4.1599.20)
 Продукция с высоким содержанием железа, кальция и фосфора (содержит по ГОСТ 2.372.4.1599.20)
 Продукция с высоким содержанием железа, кальция и фосфора (содержит по ГОСТ 2.372.4.1599.20)

СЕРТИФИКАТ

КОМПОНЕНТЫ

ОБЪЕМ

Вещество	Питательная ценность, г			Энергетическая ценность, ккал	Витаминный состав							
	Белок	Жир	Углеводы		Азот, мг/г	В12, мг/г	В2, мг/г	С, мг/г	Кальций, мг/г	Магний, мг/г	Фосфор, мг/г	Железо, мг/г
77	27	79	333	2350	700	1.2	1.4	60	1100	1100	250	1.2
24.09	27.66	27.66	119.25	623.5	245	0.42	0.49	21	383	383	613	4.2
21.31	27.61	27.61	111.98	608.43	60.84	0.16	0.08	41	179.24	107	547	6.3

Продукция с высоким содержанием железа, кальция и фосфора (содержит по ГОСТ 2.372.4.1599.20)
 Продукция с высоким содержанием железа, кальция и фосфора (содержит по ГОСТ 2.372.4.1599.20)
 Продукция с высоким содержанием железа, кальция и фосфора (содержит по ГОСТ 2.372.4.1599.20)