

Исполнительный директор Автономной некоммерческой организации
«Комбинат учебных и производственных мастерских»
Ш.С. Нигузова



Основное (организованное) двухнедельное циклическое меню (сезон:осень 2024г)
для организации питания учащихся возрастной категории 7-11 лет,ОВЗ , инвалидов
в общеобразовательных учреждениях
(завтрак, обед,полдник)

Общественные учреждения: МБОУ школа №1, МБОУ СОШ №2, МБОУ СОШ №3, МБОУ СОШ №4, МБОУ СОШ №5, МБОУ СОШ №6,
МБОУ СОШ №8, МБОУ СОШ №9, МБОУ СОШ №10, МБОУ СОШ №11, МБОУ СОШ №12, МБОУ СОШ №14,
МБОУ СОШ №15, МБОУ СОШ №16, МБОУ СОШ №17, МБОУ СОШ №18, МБОУ СОШ №19, МБОУ СОШ №20, МБОУ СОШ №21,
МБОУ СОШ №22, МБОУ СОШ №23, МБОУ СОШ №24, МБОУ СОШ №25, МБОУ СОШ №26, МБОУ СОШ №27,
МБОУ СОШ №28, МБОУ СОШ №29, МБОУ СОШ №30, МБОУ СОШ №31, МБОУ СОШ №32, МБОУ СОШ №33, МБОУ СОШ №34,
МБОУ СОШ №35, МБОУ СОШ №36, МБОУ СОШ №37, МБОУ СОШ №38, МБОУ СОШ №39, МБОУ СОШ №40

24.07.2024
МО Тульский район

Присоединение к системе водоснабжения

№ проекта

Наименование блока

Масса нормативная

бассейн
шаг
узелов

Запас прочности

Арм. ст. ст. ст.
В1, ст. ст.
В2, ст. ст.
С, ст. ст.
Кальций
Магний
Фосфор
Железо

Итого по блоку: 1 блок

ГТТ	Супр Дурвита 1 шт	17,5	1,90	4,90	6,96	33,85	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК&Б	Ванночка со ступеньками х/молоты 130х20	150	9,10	8,15	43,02	262,05	0,00	0,17	0,16	0,14	118,29	35,94	151,22	1,57	1,57	1,57	1,57	1,57	1,57	1,57
ГТТ	Болоты пластиковые	30	3,30	1,31	24,60	117,50	0,00	0,03	0,00	0,00	8,55	3,00	0,00	0,54	0,54	0,54	0,54	0,54	0,54	0,54
201**	НДБ с кальций	180	0,06	0,18	9,01	36,00	0,00	0,00	0,00	0,00	9,98	1,26	2,52	0,21	0,21	0,21	0,21	0,21	0,21	0,21
ГТТ	Молоты 0,2 1,2% (в молоты/заводской упаковке)	200	6,00	6,40	9,40	120,00	0,00	0,00	0,00	14	2,00	240,00	7,00	18,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00
Итого заделка		577,5	79,96	21,11	86,59	586,80	0,00	0,27	0,16	2,17	176,69	46,70	171,78	2,27	2,27	2,27	2,27	2,27	2,27	2,27

Обед (35% от суточной потребности потребления)

Итого по блоку: 1 блок

19***	Салат из свежих овощей и огурцов	60	0,58	3,64	2,18	42,00	64,35	0,00	0,00	0,00	4,95	11,40	9,62	20,35	0,44	0,44	0,44	0,44	0,44	0,44
ТТК №47	Суп лапша в куриной 200/25	225	4,42	6,50	37,78	135,09	97,60	0,04	0,00	0,40	32,84	8,54	30,08	0,32	0,32	0,32	0,32	0,32	0,32	0,32
184**	Котлеты домашние 50/5	90	12,00	21,28	10,57	282,00	38,40	0,16	0,11	0,60	14,10	18,84	120,38	5,24	5,24	5,24	5,24	5,24	5,24	5,24
210**	Супе картофельное	120	3,06	4,80	20,45	136,5	23,80	0,14	0,11	18,17	36,88	27,75	86,00	1,01	1,01	1,01	1,01	1,01	1,01	1,01
ГТТ	Хлеб пшенично-пшеничный	30	2,04	0,36	10,68	51,00	0,00	0,00	0,00	0,60	3,52	4,12	45,21	1,13	1,13	1,13	1,13	1,13	1,13	1,13
ГТТ	Хлеб пшеничный	31	3,12	0,46	31,64	119,17	0,00	0,00	0,00	0,60	10,10	7,14	31,13	0,55	0,55	0,55	0,55	0,55	0,55	0,55
241**	Котлет мясных студийных	200	0,66	0,10	32,60	132,00	0,00	0,00	0,00	0,72	12,48	17,46	23,44	0,68	0,68	0,68	0,68	0,68	0,68	0,68
ГТТ	Экстракт водорослей моря	1,5	1,80	0,30	14,55	55,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
211**	Иглофильтр	160	0,40	0,40	9,80	47,00	0,00	0,00	0,00	0,00	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	2,20	2,20	2,20	2,20	2,20
Итого по блоку: 1 блок		927	28,79	38,24	162,45	1000,66	224,15	0,45	0,26	24,84	157,77	172,47	179,28	9,36	9,36	9,36	9,36	9,36	9,36	9,36

Итого по подлиннику

ТТК №28	Средний бутерброд с сыром и плавленым	50	6,40	9,6	11,9	194,4	72,9	1,6	0,4	1,08	140,2	7,6	88,2	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7
206**	Каша с мясом	200	4,08	3,34	17,38	118,00	24,00	0,06	0,18	1,38	152,22	21,24	124,56	0,48	0,48	0,48	0,48	0,48	0,48	0,48
211**	Иглофильтр	100	0,90	0,10	9,50	45	0,00	0,04	0,08	10,00	20,00	16,00	34,00	0,60	0,60	0,60	0,60	0,60	0,60	0,60
Итого по подлиннику		450	11,38	13,24	40,82	357,40	97,90	1,70	0,66	12,66	221,42	44,04	246,76	2,78	2,78	2,78	2,78	2,78	2,78	2,78

2

Прием пищи	№ рецептура*	Наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность (ккал)				Энергетическая ценность, ккал	Макроэлементы (г/100г)						
				белок	жир	углевод	клетчатка		Азот	Вит. А	Вит. В1	Вит. В2	Сам	Кальций	Магний

НЕДЕЛЯ: 1 / ДЕНЬ: 2															
Завтрак (25% от суточной потребности пищевых веществ)	45*	Салат из болгарской капусты с морковью	60	0,78	1,95	3,87	36,34	172,25	0,01	0,25	10,25	14,98	9,66	16,08	0,28
	180**	Фруктовый салат в соевом соусе 15415	90	7,77	7,42	7,29	127	11,25	0,04	0,66	4,6	20,16	13,06	81,36	1,29
	303*	Каша овсяная протертая	150	4,28	5,01	20,52	145,90	19,20	0,12	0,66	0,80	8,45	72,65	168,75	2,45
	ТП	Хлеб ржаной-пшеничный	20	1,50	0,24	7,20	34,00	0,00	0,03	0,02	0,00	9,01	9,41	30,14	0,75
	ТП	Хлеб пшеничный	40	2,96	0,36	11,10	93,78	0,00	0,00	0,00	0,00	8,00	5,60	26,00	0,44
	ТП	Хлеб пшеничный	200	1,00	0,00	20,00	42,00	0,00	0,00	0,01	4,00	14,00	8,00	14,00	1,40
	ТП	Сок виноградный 0,2 в промывочной упаковке	100	0,90	0,10	9,90	45	0,00	0,04	0,88	10,00	20,00	16,00	34,00	0,60
231**	Некоторые	660	19,34	15,00	89,46	521,42	152,70	0,25	0,48	25,83	94,60	115,15	214,17	2,49	
ИТОГО ЗАВТРАК (всего/среднее — по рецепту 200г):															

Обед (35% от суточной потребности потребления пищевых веществ)															
54**	Рисовый суп	60	0,66	0,12	2,28	13,2	79,8	0,036	0,024	10,5	8,4	12	15,6	0,54	
108*	Суп картофельный с капустой 15010	200	2,85	1,67	15,05	115	16,84	0,08	0,06	4,6	26,72	20,28	97,8	0,94	
ТТК/6-6	Жирное мя-дополнение (свиное) 70130	200	8,00	16,90	26,82	398,00	0,00	0,25	29,04	30,20	57,69	286,49	4,24		
ТП	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,04	0,36	10,08	51,00	0,00	0,04	0,00	0,00	13,51	14,11	45,21	1,12	
ТП	Хлеб пшеничный	51	3,77	0,46	25,04	119,57	0,00	0,00	0,01	0,00	10,20	7,14	31,15	0,86	
54-7/4	Компот из яблок с корицей	180	0,27	0,09	7,60	31,80	2,75	0,01	0,01	21,60	8,60	7,20	7,20	0,32	
231**	Апельсины свежие	100	0,40	0,30	10,20	47,00	0,00	0,03	0,02	5,00	19,00	12,00	16,00	2,30	
Итого/среднее по рецепту 200г:															
			821	17,89	21,90	97,15	775,57	99,39	0,43	0,42	70,74	116,61	128,82	461,52	10,63

ПОДПИСК (15% от суточной потребности потребления пищевых веществ)														
182	Каша овсяная молочная рисовая 15010	160	2,32	1,86	28,97	161	20	0,02	0,02	0,00	4,70	16,40	50,60	0,36
11**	Сыр голландский	15	5,48	4,43	0,00	54	39,00	0,005	0,045	0,11	132,00	5,15	79,00	0,15
ТП	Хлеб пшеничный	20	1,48	0,18	9,82	46,89	0,00	0,00	0,01	0,00	4,00	13,00	13,00	0,22
ТП	Хлеб ржаной-пшеничный	20	1,30	0,24	7,20	34,00	0,00	0,03	0,02	0,00	9,01	9,41	30,14	0,75
236**	Компот из свежих яблок (яблоко)	180	0,14	0,14	25,09	102,60	0,00	0,00	0,02	0,81	12,56	4,63	3,96	0,85
Итого/среднее по рецепту 200г:														
			396	8,95	71,08	398,49	99,00	0,06	0,17	0,02	162,47	24,49	172,70	2,83

Пример меню	№ рецептуры*	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность, ккал	Витаминный состав						Минеральный состав											
				белок	жир	углеводы		А, мкг/сут	В1, мкг/сут	В2, мкг/сут	С, мкг/сут	Кальций, мг	Магний	Фосфор	Железо										
НЕДЕЛЯ: 1 / ДЕНЬ: 3																									
Завтрак (25% от суточной потребности пищевых веществ)																									
164**		Омлет из куриной грудки	150	15,14	22,86	2,76	276,00	345,22	0,08	0,53	0,24	112,20	18,90	249,06	2,78										
ТТКЖ65		Хлеб пшеничный с маслом 140/20	160	5,17	4,74	16,64	296,70	26,13	0,07	0,22	1,90	174,87	25,75	142,52	0,47										
ТТ1		Хлеб пшеничный	20	1,48	0,18	9,82	46,89	0,00	0,00	0,00	4,00	2,80	13,00	0,12											
ТТ1		Пшеница	34	2,05	3,40	23,16	139,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00											
261**		Конфетный напиток с малиной	180	2,84	2,41	14,35	45,00	18,00	0,04	0,14	1,17	11,30	12,60	81,00	0,13										
всего (порция — по меню 500г):																									
ИТОГО ЗАВТРАК				26,68	32,59	20,23	742,99	387,35	0,19	0,89	3,27	494,37	58,05	482,58	3,60										
Обед 35% от суточной потребности потребления пищевых веществ																									
164**		Салат из свежих овощей	60	0,45	3,6	1,4	40,00		0,01	0,02	2,81	1,34	7,9	23,75	0,34										
62**		Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,94	8,74	82	134,6	0,04	0,04	8,54	39,78	20,9	49,68	0,98										
ТТКЖ41		Тушеное мясо с овощами 50/50	100	5,15	6,68	4,67	150	12,00	0,05	0,12	1,78	13,81	20,00	158,42	2,30										
303**		Каша пшеничная вязкая	150	4,00	5,00	23,94	157,50	0,00	0,11	0,02	0,00	10,97	29,00	85,47	0,98										
ТТ1		Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,04	0,36	10,08	51,00	0,00	0,05	0,03	0,00	13,52	14,12	45,21	1,13										
ТТ1		Хлеб пшеничный	30	3,70	0,45	24,55	117,23	0,00	0,03	0,03	0,00	10,00	7,00	32,50	0,55										
54-2/ж		Компот из фруктов с сахаром	180	0,27	0,09	7,60	31,80	2,75	0,01	0,01	21,60	8,60	7,70	7,70	0,32										
ТТ1		Молоко 0,2-3,2% (в индивидуальной упаковке)	200	6,00	6,40	9,40	120,00	0,00	0,00	14	2,00	240,00	7,00	18,00	1,80										
всего (порция — по меню 500г):																									
ИТОГО ОБЕД				21,05	26,57	90,28	749,51	149,38	0,27	14,27	36,73	330,17	115,42	414,33	7,60										
Ужин (40% от суточной потребности потребления пищевых веществ)																									
ТТКЖ64		Макароны отварные с соусом	150	13,2	6,8	29,7	207,7	33,7	0,05	0,05	0,04	126	11	100	0,77										
ТТ1		Хлеб пшеничный	30	2,22	0,27	14,73	70,34	0,00	0,02	0,00	6,00	4,20	19,50	0,33											
261**		Чай с сахаром	180	0,06	0,18	9,01	36,00	0,00	0,00	0,00	0,00	9,86	1,36	2,52	0,21										
211**		Ароматизированный напиток	100	0,40	0,30	10,30	47,00	0,00	0,05	0,02	5,00	19,00	12,00	16,00	2,30										
всего (порция — по меню 500г):																									
ИТОГО УЖИН				15,88	7,55	61,74	361,04	37,70	0,08	0,09	5,07	169,86	28,46	138,02	3,60										

4

Пример тип	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	белок			жир			углеводы			Энергетическая ценность	Асцит.зв.г/сут	В1,мг/сут	В2,мг/сут	Сольг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо	
				г	г	г	г	г	г	г	г	г										г
НЕДЕЛЯ: 1 // ДЕНЬ: 4																						
Завтрак (25% от суточной потребности потребления пищевых веществ)																						
18**	Салат из свежих помидоров	60	0,66	1,67	2,74	46,20	40,00	0,00	0,00	0,00	0,00	11,10	10,64	10,47	19,10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,50	
ТТК №29	Рисовые палочки	100	11,00	13,40	17,80	226,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,60	
334	Рис отварной с овощами	190	3,42	4,96	31,25	183,75	0,00	0,04	0,05	0,00	0,00	13,05	20,25	9,41	30,14	0,75	0,00	0,00	0,00	0,00	0,66	
ТТТ	Хлеб ржаной-пшеничный	20	1,36	0,60	7,30	34,00	0,00	0,03	0,02	0,00	0,00	9,01	9,41	30,14	0,75	0,00	0,00	0,00	0,00	19,50	0,13	
ТТТ	Хлеб пшеничный	30	2,22	0,27	15,83	70,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	6,00	6,00	4,20	19,50	0,13	0,00	0,00	0,00	19,50	0,13	
ТТК№50	Чай с лимоном	180	0,72	0,18	13,03	60,03	88,20	0,01	0,05	0,00	0,00	72,00	11,00	3,00	3,00	0,50	0,00	0,00	0,00	3,00	0,50	
Итого завтрак: 540																						
Итого завтрак: 19,28 22,72 69,85 629,98 128,20 0,10 0,14 84,00 49,20 56,33 154,84 2,34																						

Обед (35% от суточной потребности потребления пищевых веществ)																						
36**	Салат из свеклы с сыром	60	2,80	5,63	4,21	79,00	23,10	0,01	0,04	3,46	97,02	13,79	0,77	0,77	0,77	0,77	0,77	0,77	0,77	0,77	0,77	
72**	Россолинка салатная	200	1,62	4,08	9,6	84	104	0,08	0,04	6,5	23,52	19,34	43,18	0,74	0,74	0,74	0,74	0,74	0,74	0,74	0,74	
ТТК№44	Котлеты из крупного фарша	90	9,60	5,40	14,98	145,20	0,00	0,06	0,07	0,56	26,40	57,60	120,00	1,24	1,24	1,24	1,24	1,24	1,24	1,24	1,24	
210**	Пюре картофельное	150	3,66	4,80	20,45	136,5	23,89	0,14	0,11	18,17	36,08	27,75	80,60	1,01	1,01	1,01	1,01	1,01	1,01	1,01	1,01	
ТТТ	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,04	0,36	10,08	51,00	0,00	0,05	0,03	0,00	13,52	14,12	45,21	1,13	1,13	1,13	1,13	1,13	1,13	1,13	1,13	
ТТТ	Хлеб пшеничный	50	3,70	0,45	24,55	117,25	0,00	0,00	0,00	0,00	10,00	10,00	7,00	32,50	0,55	0,55	0,55	0,55	0,55	0,55	0,55	
ТТТ	Сок яблочный 0,2 л промышленный	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	1,40	1,40	1,40	1,40	1,40	1,40	1,40	
231**	Рисовый плов	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,00	0,03	0,02	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	2,20	2,20	2,20	2,20	2,20	2,20	2,20	
Итого обед: 840																						
Итого обед: 24,22 21,12 113,77 701,87 170,90 0,37 0,34 42,69 217,23 156,59 365,05 9,03																						
3*	Вторброк с сыром 30/9/15	50	5,8	8,3	14,83	157	59	0,04	0,07	0,11	130,2	9,45	50	0,49	0,49	0,49	0,49	0,49	0,49	0,49	0,49	
206**	Котлет с мясом	200	4,08	1,54	17,58	118,00	24,40	0,06	0,18	1,58	152,22	21,34	124,56	0,48	0,48	0,48	0,48	0,48	0,48	0,48	0,48	
231**	Картофель	100	0,90	0,10	9,30	45	12,20	0,04	0,08	10,00	30,00	16,00	34,00	0,60	0,60	0,60	0,60	0,60	0,60	0,60	0,60	
Итого ужин: 150																						
Итого ужин: 10,78 11,94 41,91 220,00 95,60 0,14 0,33 11,69 311,42 46,79 254,56 1,37																						

5

Пример тип	№ рецептур	Наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность			Арг. бел/сут	ВЛ, мг/сут	ВЛ, мг/сут	Сахар, г/сут	Кальций, мг	Магний, мг	Фосфор, мг	Натрий, мг	
				б/б/ж	к/л	к/л									
НЕДЕЛЯ: 1 / ДЕНЬ: 5															
Завтрак (25% от суточной потребности пищевых веществ)															
54**		Омлет с сыром	60	0,42	0,06	1,14	7,00	6,00	0,02	0,01	2,94	10,20	8,40	18,00	0,30
184**		Колбаса домашняя 84/5	90	12,00	21,28	10,57	282,00	18,40	0,16	0,11	0,60	14,36	18,80	120,38	3,24
207**		Каша гречневая отварная с маслом	150	5,52	4,32	26,53	108,00	18,40	0,06	0,00	0,00	4,86	21,12	37,17	1,11
ГП		Хлеб пшенично-овсяный	20	1,36	0,24	7,20	34,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,01	9,41	30,14	0,75
261**		Чай с сахаром	180	2,22	0,27	15,83	70,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,00	4,20	19,50	0,33
231**		Яичный напиток	100	0,06	0,18	9,01	36,00	0,00	0,00	0,03	0,03	0,86	1,36	2,32	0,21
		Яйцо куриное — 1 шт (масса — 100г)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,00	0,03	0,02	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20
ИТОГО ЗАВТРАК:				21,08	26,92	79,99	644,00	62,80	0,39	0,18	13,57	78,29	72,23	247,21	8,44
Обед (35% от суточной потребности пищевых веществ)															
54**		Пюре из овощей	60	0,66	0,12	2,28	13,2	79,8	0,036	0,004	10,3	8,4	12	15,6	0,34
78**		Суп картофельный с горохом	200	4,40	4,22	13,22	118,00	97,20	0,18	0,05	4,66	34,14	28,46	70,48	1,64
179**		Плов из говядины 70/130	200	21,15	19,20	28,34	330,00	262,00	0,09	0,14	1,80	19,40	42,80	233,20	2,81
ГП		Хлеб пшенично-овсяный	30	2,04	0,36	10,08	51,00	0,00	0,04	0,00	0,00	11,31	14,11	45,21	1,13
ГП		Батон пшеничный	40	5,50	2,18	38,50	196,50	0,00	0,08	0,00	0,00	14,25	9,75	0,90	0,90
34-1-300		Напиток из молока с сахаром	200	0,60	0,20	15,20	65,22	98,00	0,01	0,04	80,00	11,00	3,00	3,00	0,53
ИТОГО ОБЕД:				36,31	26,28	107,52	802,92	527,00	0,43	0,10	96,96	106,29	110,21	357,89	7,55
ПОЛДНИК (15% от суточной потребности пищевых веществ)															
ГП/Кефир		Ванилин со сгущенным молоком 130/70	150	9,10	8,35	43,02	262,05	0,00	0,17	0,16	0,14	11,829	35,94	151,22	1,57
280**		Кефир 1 шт 200г/г 2,3%	200	5,80	3,00	8,00	100,00	40,00	0,08	0,24	1,40	240,00	28,00	180,00	0,20
ИТОГО ПОЛДНИК:				14,90	11,35	51,02	362,05	40,00	0,25	0,40	1,54	358,29	63,94	331,22	1,77

6

Прим. табл.	№ рецептуры	Полноценное блюдо	Масса порции	Минимум питательных веществ				Максимум питательных веществ				Минеральные вещества (г/100г)																			
				белок	жир	углеводы	Энергетическая ценность	А.сет. углевод.	В1,мг/100г	В2,мг/100г	Сальций	Кальций	Магний	Фосфор	Железо																
НЕДЕЛЯ: 2 И ДЕНЬ: 6																															
Завтрак (25% от суточной потребности пищевых веществ)																															
ПП	Рисутр 2,5 % арахиса		125	3,75	1,12	19,37	120,60	15,00	0,05	0,05	0,00	0,90	180,00	22,50	142,50	0,16															
ТТЖЖБСВ	Витаминиз. соевый напиток 100/20		150	9,10	8,35	43,02	262,05	0,00	0,17	0,16	0,14	118,29	35,04	151,22	1,57																
ПТТ	Хлеб пшеничный		20	2,20	0,87	9,82	46,89	0,00	0,03	0,00	0,00	5,70	3,90	0,00	0,36																
266**	Кефир с хлопьями		180	3,67	3,19	15,82	106,20	21,96	0,16	1,42	137,00	19,21	112,10	0,43																	
211**	Ягоды свежие		100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,00	0,05	0,02	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20																
основ. блюда — на уровне 200/25																															
ИТОГО ЗАВТРАК				79,12	75,92	97,83	582,74	36,96	0,33	0,34	12,66	462,99	90,57	476,81	4,72																
Обед (35% от суточной потребности пищевых веществ)																															
21**	Салат из овощей (картофель, лук, морковь, огурец)		60	0,65	3,62	2,36	44,00	30,20	0,02	0,02	7,95	15,25	11,30	21,37	0,40																
ТТЖЖБСВ	Суп-пюре с грибами 200/25		235	4,42	6,90	37,78	135,09	97,60	0,04	0,03	0,40	22,84	8,54	30,08	0,52																
187**	Творожная запеканка (говядина) 60/30		90	7,54	7,00	8,16	124,60	11,70	0,04	0,07	2,80	53,90	15,00	95,14	1,30																
301*	Каша пшеничная вязкая		150	4,00	5,00	23,94	197,50	0,00	0,11	0,02	0,00	10,97	29,90	85,47	0,98																
ПТТ	Хлеб пшенично-пшеничный		30	2,04	0,36	10,08	51,00	0,00	0,05	0,05	0,00	13,52	14,12	45,21	1,13																
ПТТ	Хлеб пшеничный		40	2,96	0,36	21,10	93,78	0,00	0,02	0,00	8,00	8,00	26,00	0,44																	
54-7**	Компот из черной смородины		180	0,27	0,09	7,60	31,80	2,75	0,01	0,01	21,60	8,60	7,70	7,30	0,32																
ПТТ	Сливки (в индивидуальной упаковке) 40/20/20/20/20		200	5,40	5,00	21,60	153,00	40,00	0,08	0,24	1,40	240,00	28,00	180,00	0,20																
ПТТ	Печенье «Кубаночка»		200	2,5	4	21	130	0	0,022	0	0	14,5	10	45	1,02																
основ. блюда — на уровне 200/25																															
ИТОГО ОБЕД				29,78	38,22	153,22	938,17	182,58	0,37	0,58	34,13	1072,27	138,15	513,37	6,29																
Итого подленин														6,92	9,91	39,40	297,30	72,90	1,61	0,42	8,58	189,96	21,76	108,16	4,36						
Итого подленин (15% от суточной потребности главных веществ)																															
ТТЖЖБСВ	Грибы, булгур, лук, морковь, капуста		50	6,40	9,6	13,0	194,4	72,9	1,6	0,4	1,08	149,2	7,6	88,2	1,7																
360**	Чай с лимоном		180	0,12	0,01	15,20	55,80	0,00	0,00	0,00	2,50	12,78	2,16	3,96	0,36																
211**	Апельсины свежие		100	0,40	0,30	10,30	47,00	0,00	0,03	0,02	5,00	19,00	12,00	16,00	2,30																
основ. блюда — на уровне 200/25																															

4

Прим. пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность											
				белки	жиры	углеводы	ккал	А.р.т. (кДж)	В.р.т. (кДж)	С.р.т. (кДж)					
НЕДЕЛЯ: 2 // ДЕНЬ: 7															
Завтрак (25% от суточной потребности пищевых веществ)				ИТОГО ЗАВТРАК											
ТП		Каша овсяная	60	0,72	2,83	4,62	47,00	0,01	0,01	0,04	4,30	24,00	9,00	22,30	0,42
ТТХ№44		Котлеты из куриного филе	90	9,60	3,40	14,98	145,20	0,20	0,06	0,07	0,56	26,40	97,60	129,60	1,24
207**		Макаронная отварная с соусом	150	5,52	4,72	26,43	168,00	18,40	0,06	0,00	0,00	4,86	9,01	21,12	1,11
ТП		Хлеб пшенично-пшеничный	20	1,36	0,24	7,20	34,00	0,00	0,03	0,02	0,00	9,01	9,41	30,14	0,75
ТП		Хлеб пшеничный	27	2,00	0,34	14,24	61,30	0,00	0,00	0,01	0,00	5,40	3,78	17,55	0,30
ТП		Соус картофельный 0,2 в проп. и специи (т.п.)	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
				Итого (общее — за день: 200г):											
				26,20	12,27	37,49	499,59	18,41	0,17	0,13	9,06	82,67	108,97	230,96	5,22
Обед (35% от суточной потребности потребления пищевых веществ)				ИТОГО ОБЕД											
54**		Супчик овсяный	60	0,42	0,05	1,14	7,20	0,00	0,02	0,01	2,94	10,20	8,40	18,00	0,30
62**		Вареное мясо с картофелем и морковью	200	1,44	1,94	8,74	82	1,34	0,04	0,04	8,54	39,78	20,9	43,68	0,98
ТТХ№57		Молоко тушеное (пастеризованное) с сахаром 50/50	100	15,94	20,97	11,32	251,55	55,36	0,06	0,13	1,00	12,26	33,02	166,06	2,43
303*		Каша овсяная протертая	150	4,88	5,01	20,52	145,50	19,20	0,12	0,06	0,00	8,45	72,03	108,75	2,43
ТП		Хлеб ржаное-пшеничный	30	2,04	0,36	10,08	50,36	0,00	0,04	0,03	0,00	13,51	14,11	45,21	1,13
ТП		Хлеб пшеничный	40	2,90	0,36	21,10	93,78	0,00	0,00	0,02	0,00	5,60	26,00	0,44	
241**		Конфит из печени с соевым маслом	200	0,66	0,10	23,00	132,00	0,00	0,02	0,02	0,72	32,48	17,46	21,44	0,68
ТП		Молоко 0,2 % Ж.Т. (в выпечечной упаковке)	200	6,00	6,40	9,40	120,00	0,00	0,00	0,00	0,72	240,00	7,00	18,00	1,00
				Итого (общее — за день: 200г):											
				34,04	37,20	114,17	882,19	215,16	3,30	14,32	16,10	364,67	168,52	449,14	9,39
Полдник (15% от суточной потребности потребления пищевых веществ)				ИТОГО ПОЛДНИК											
144**		Омлет картофельный	150	15,14	22,86	2,76	296,00	343,21	0,08	0,52	0,24	112,30	18,90	249,06	2,78
ТП		Хлеб пшеничный	35	2,99	0,32	17,19	82,06	0,00	0,00	0,02	0,00	7,00	4,90	21,75	0,30
54-7/м		Каша из вареной свекловичной ботвы	180	0,27	0,09	7,60	31,80	2,75	0,01	0,01	21,60	8,60	7,70	7,30	0,32
231**		Сметанное слоеное	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,00	0,03	0,02	10,60	16,00	9,00	11,00	2,20
				Итого (общее — за день: 200г):											
				18,40	23,67	37,35	416,86	345,97	0,12	0,57	17,64	143,90	40,50	290,11	5,69

8

Примечание	№ рецептуры*	Наименование блюда	Масса порции, г	Плотность массы, г/л			Энергетическая ценность	Витаминизация						Минеральная составляющая, мг/л					
				белок	жир	углевод		А	В1	В2	С	Кальций	Магний	Фосфор	Железо				
Запеканка (25% от суточной потребности пищевых веществ)	ГП	Полуп. 2,5 % жирности	125	3,75	3,12	19,37	130,60	48,24	0,23	0,20	0,62	166,80	75,60	279,60	2,72				
	ТТК №60	Запеканка из творога со сметаной 150/20	170	8,80	15,93	19,83	242	51,15	0,08	0,3	0,283	224,00	12,00	291	0,96				
	ТП	Хлеб пшеничный	20	1,48	0,18	9,82	46,89	0,00	0,01	0,00	0,00	4,00	2,80	13,00	0,22				
	964**	Кофеинат напиток с молоком	180	2,84	2,41	14,35	45,00	18,60	0,04	0,14	1,17	113,20	12,60	81,00	0,13				
	231**	960квн свежее	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,00	0,03	0,02	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20				
			995																
			Итого заправка			17,27	22,04	78,17	501,49	172,29	0,18	0,68	12,09	524,00	122,60	675,60	5,61		
Обед (35% от суточной потребности пищевых веществ)	49*	Салат из белокочанной капусты с морковью	40	0,78	1,95	3,87	36,24	122,25	0,01	0,23	10,25	14,98	9,05	16,88	0,28				
	108*	Суп картофельный с капустой 150/50	200	2,85	3,67	15,03	115	16,84	0,08	0,06	4,6	26,72	20,28	57,78	0,94				
	ТТК №59	Рыбные палочки	100	11,00	13,40	17,80	226,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
	234	Рис отварной с овощами	150	3,42	4,96	11,25	183,75	0,00	0,04	0,03	0,80	13,05	29,25	83,10	0,60				
	ТП	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,36	10,08	51,00	0,00	0,05	0,00	0,00	13,52	14,12	45,21	1,13				
	ТТ	Хлеб пшеничный	40	2,96	0,36	21,10	91,78	0,00	0,00	0,00	0,00	8,00	5,60	35,00	0,44				
	ТП	Сок яблочный	180	0,90	0,80	18,00	37,80	0,00	0,01	0,01	3,60	12,80	7,20	12,80	1,26				
	ТП	Варен. картофельный	15	1,80	0,20	14,55	35,90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
				725															
				Итого обед			25,75	25,00	131,68	809,07	129,09	0,19	0,37	19,35	88,87	88,50	291,67	4,70	
подшипник (15% от суточной потребности пищевых веществ)	ТП	Сыр дорблю 1 шт	17,5	1,50	4,20	0,56	52,85	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
	1*	Брынзоброд с маслом сливочным 300/10	40	2,18	6,89	13,20	126,12	36,80	0,03	0,02	0,00	7,77	3,87	20,70	0,33				
	ТТК №63	Нап с маслом	180	2,74	1,22	7,20	72,80	9,00	0,04	0,14	1,20	60,00	13,80	83,52	0,37				
	231**	Ассетиные свежее	100	0,40	0,30	10,30	47,00	0,00	0,03	0,02	5,00	19,00	12,00	16,00	2,30				
			337,5																
			Итого о. подшипник			6,82	13,31	31,76	298,87	45,80	0,10	0,19	6,20	86,77	29,77	120,22	3,00		

9

№	Наименование единиц	Масса	Безна	Жир	Углеводы	Среднее содержание	Липиды	Витамин	Витамин	Витамин	Витамин	Витамин	Витамин	Витамин
---	---------------------	-------	-------	-----	----------	--------------------	--------	---------	---------	---------	---------	---------	---------	---------

ПРИЛОЖЕНИЕ 9

Код	Наименование	Единица измерения	Количество	Цена	Стоимость	Среднее содержание	Липиды	Витамин	Витамин	Витамин	Витамин	Витамин	Витамин	Витамин
75*	Итого съеденная		60	1,42	85,20	18,96	0,02	2,52	3,4	35,53	36,55	10,08	1,02	
ТТК/6-45	Итого в сутки	200	12,40	9,56	33,45	352,50	45,00	0,05	0,12	0,52	42,13	43,50	1,02	
ТТ	Хлеб пшеничный	20	1,36	0,24	7,20	34,00	0,00	0,03	0,02	0,00	9,01	30,11	0,75	
ТТ	Хлеб пшеничный	30	2,22	0,27	13,83	70,00	0,00	0,02	0,00	6,80	4,20	19,90	0,13	
ТТ	Хлеб пшеничный	200	0,07	0,20	10,01	40,00	0,00	0,00	0,00	10,95	1,40	2,80	0,23	
201**	Итого съедено	510	17,47	10,13	69,21	605,68	63,56	6,10	2,68	3,95	103,62	95,06	246,15	4,10

ИТОГО ЗАВТРАК

Код	Наименование	Единица измерения	Количество	Цена	Стоимость	Среднее содержание	Липиды	Витамин	Витамин	Витамин	Витамин	Витамин	Витамин	Витамин
54**	Пропиточная смесь	60	0,66	0,12	2,28	13,2	79,8	0,016	0,034	10,5	8,4	12	15,6	0,51
66**	Целевая смесь с коллагеном (ТТК/6/75)	225	1,42	3,96	6,32	70	112,2	0,04	0,04	12,62	39,4	17,7	39,2	0,66
ТТК/6-48	Аппетитизатор (ТТК/6/75)	200	17,80	13,20	28,72	293,90	100,00	0,02	0,02	5,00	50,20	11,00	60,00	0,20
ТТ	Хлеб пшеничный	30	2,04	0,36	10,08	51,00	0,00	0,03	0,00	13,52	14,12	45,21	1,13	
ТТ	Хлеб пшеничный	40	2,96	0,36	21,10	93,78	0,00	0,02	0,00	8,00	5,60	20,00	0,64	
201**	Всего съедено	75	9,22	5,48	20,18	202,00	34,00	0,08	0,12	21,60	21,60	73,00	0,90	
54-740	Коллаген из черной смородины	180	0,27	0,09	7,60	31,80	2,75	0,01	0,01	21,60	8,60	7,30	0,32	
	Итого съедено	810	14,17	24,07	105,28	755,20	128,75	0,17	0,26	49,76	178,92	88,72	282,51	4,19

ИТОГО ОБЕД

Код	Наименование	Единица измерения	Количество	Цена	Стоимость	Среднее содержание	Липиды	Витамин	Витамин	Витамин	Витамин	Витамин	Витамин	Витамин
ТТ	Прочие крупяные	30	2,5	4	31	130	0	0,022	0	0	14,3	10	45	1,02
ТТ	Соевые (в виде добавки) умятое	200	5,40	5,00	21,60	153,00	40,00	0,08	0,14	1,40	240,00	28,00	180,00	0,20
ТТ	Прочие крупяные	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,00	0,03	0,02	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20
231**	Итого съедено	330	8,30	9,40	52,10	230,00	40,00	0,13	0,16	11,40	270,30	47,00	216,00	3,42

ИТОГО ПОДЛИННИК

20

Продукт	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Белок		Жир	Углеводы	Запрещенные вещества	Аргинин (г)	В1 (мг)	В2 (мг)	Селен (мг)	Кальций	Магний	Фосфор	Железо											
				г	г																						
ПРИЛОЖЕНИЕ 2 / ДИЕТА № 10																											
Завтрак (25% от суточной потребности потребления пищевых веществ)																											
11**	Сыр нежирный		15	3,48	4,43	0,00	54,00	39,00	0,01	0,05	0,11	132,00	5,25	75,00	0,15												
10**	Молоко сливочное		10	0,08	7,25	0,13	66,00	40	0,00	0,01	0,00	2,4	0,00	3	0,02												
182	Батон пшенично-пшеничный 150/10		160	2,32	3,96	28,97	161,00	20	0,02	0,02	0,00	4,70	16,40	50,60	0,36												
ГТТ	Хлеб пшенично-пшеничный		20	1,36	0,24	7,80	34,00	0,00	0,03	0,02	0,00	9,01	9,41	30,14	0,75												
ГТТ	Батон пшеничный		30	3,20	1,21	24,60	117,90	0,00	0,05	0,00	0,00	8,25	3,90	0,00	0,54												
282**	Чай с лимоном		180	0,12	0,01	15,20	55,80	0,00	0,00	0,00	2,50	12,78	2,16	3,96	0,36												
ГТТ	Водопроводная вода (0,2 л, 2,7% (0 мл) минерализации (у пшеничной))		200	0,00	0,30	9,40	120,00	0,00	0,00	0,00	14	2,00	240,00	7,00	18,00	1,50											
				Итого (всего) — не менее 500г/г																							
				ИТОГО ЗАВТРАК		16,66		21,60		85,20		608,70		99,00		14,10		4,61		409,44		44,12		180,70		3,18	
Обед (35% от суточной потребности потребления пищевых веществ)																											
ГТТ	Куря копченая		60	0,72	2,81	4,62	47,00	0,01	0,01	0,08	4,50	24,00	9,00	22,50	0,42												
72**	Резанная вареная говядина		200	1,62	4,08	9,6	84	10,4	0,08	0,04	6,5	23,12	19,24	45,38	0,74												
184**	Котлеты домашние 85/5		90	12,00	21,28	10,27	282,00	38,40	0,16	0,11	0,60	14,26	18,84	129,38	3,24												
207**	Котлеты отварные с мясом		150	5,52	4,52	26,45	108,00	18,40	0,06	0,00	0,00	4,86	21,12	37,17	1,11												
ГТТ	Хлеб пшенично-пшеничный		30	2,04	0,26	10,08	51,00	0,00	0,05	0,03	0,00	13,52	14,12	45,21	1,13												
ГТТ	Хлеб пшеничный		40	2,96	0,56	21,10	92,78	0,00	0,00	0,02	0,00	8,00	5,60	26,00	0,44												
264**	Кофейный напиток с лимоном		180	2,84	2,41	14,15	45,00	18,00	0,04	0,14	1,17	113,20	12,60	81,00	0,13												
231**	Фруктовый сок		100	0,40	0,30	10,20	47,00	0,00	0,03	0,02	5,00	19,00	12,00	16,00	2,10												
				Итого (всего) — не менее 200г/г																							
				ИТОГО ОБЕД		28,10		38,14		107,06		812,78		178,81		0,42		17,77		228,26		112,62		402,64		9,20	
Полдник (10% от суточной потребности потребления пищевых веществ)																											
ГТТ	Вареники со свежими яблоками 130/20		150	9,10	8,35	43,02	262,05	0,00	0,17	0,16	0,14	118,29	35,04	151,22	1,57												
ГТТ	Напиток из шиповника с сахаром 2,5% жирности		125	3,75	3,12	19,27	120,60	0,00	0,00	0,02	0,00	9,60	6,72	31,20	0,35												
51-1-30%	Напиток из шиповника с сахаром	если варить — не менее 300г/г	180	0,54	0,18	13,68	38,70	0,00	0,01	0,04	72,00	9,00	2,70	0,48													
				Итого (всего) — не менее 300г/г																							
				ИТОГО ПОЛДНИК		12,39		11,65		76,97		441,15		88,20		0,18		92,14		117,79		43,56		165,12		2,58	

11

СЕЗОН: Осень

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7-11 лет

ЗАПЯТАК

Пол	Плечевая ширина, г			Энергетическая ценность, ккал	Индексация						Минимальные индексы/г					
	длина	ширина	площадь		А ₁ (г/г)	В ₁ (г/г)	В ₂ (г/г)	С ₁ (г/г)	К ₁ (г/г)	К ₂ (г/г)	К ₃ (г/г)	К ₄ (г/г)	К ₅ (г/г)	К ₆ (г/г)	К ₇ (г/г)	
Мужской	77	79	335	2350	700	1,2	1,4	60	1100	1100	250	1,2				
Женский	79,25	79,75	41,75	507,5	775	0,1	0,15	15	275	275	62,5	1				
Итого	156,25	158,75	84,25	2857,5	1475	0,27	1,55	75	1375	1375	312,5	1,1				

СЕЗОН: Осень

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7-11 лет

ОБЕД

Пол	Плечевая ширина, г			Энергетическая ценность, ккал	Индексация						Минимальные индексы/г					
	длина	ширина	площадь		А ₁ (г/г)	В ₁ (г/г)	В ₂ (г/г)	С ₁ (г/г)	К ₁ (г/г)	К ₂ (г/г)	К ₃ (г/г)	К ₄ (г/г)	К ₅ (г/г)	К ₆ (г/г)		
Мужской	77	79	335	2350	700	1,2	1,4	60	1100	1100	250	1,2				
Женский	79,25	79,75	41,75	822,5	775	0,27	0,49	21	265	265	62,5	1,2				
Итого	156,25	158,75	118,25	3172,5	1475	0,65	1,16	81	1365	1365	312,5	1,2				

СЕЗОН: Осень

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7-11 лет

ПОЛДНИК

Пол	Плечевая ширина, г			Энергетическая ценность, ккал	Индексация						Минимальные индексы/г					
	длина	ширина	площадь		А ₁ (г/г)	В ₁ (г/г)	В ₂ (г/г)	С ₁ (г/г)	К ₁ (г/г)	К ₂ (г/г)	К ₃ (г/г)	К ₄ (г/г)	К ₅ (г/г)	К ₆ (г/г)		
Мужской	77	79	335	2350	700	1,2	1,4	60	1100	1100	250	1,2				
Женский	79,25	79,75	40,25	392,5	775	0,16	0,21	9	165	165	37,5	1,8				
Итого	156,25	158,75	80,57	2742,5	1475	0,17	0,37	69	1265	1265	287,5	1,1				

