

х. Дударевский

«25» августа 2025г.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Дударевский детский сад № 9 «Солнышко», именуемое в дальнейшем Заказчик, в лице заведующего Казьминой Оксаны Валерьевны, действующего на основании Устава, с одной стороны и

Общество с ограниченной ответственностью «Пекин», именуемое в дальнейшем «Исполнитель», в лице директора Калмыковой Татьяны Васильевны, действующего на основании Устава, именуемый в дальнейшем Исполнитель, с другой стороны, заключили настоящий Договор о нижеследующем:

1. Предмет Договора

1.1. Предметом настоящего Договора является оказание услуг по организации питания (далее - Услуги) воспитанников в Муниципальном бюджетном дошкольном образовательном учреждении «Дударевский детский сад № 9 «Солнышко» (далее - дошкольное образовательное учреждение).

1.2. Оказание услуг по организации питания воспитанников в дошкольном образовательном учреждении осуществляется из продуктов на основании разработанного и согласованного меню, предоставленных Исполнителем, за счет средств субсидии на организацию присмотра и ухода за детьми в рамках реализации муниципальной программы Шолоховского района «Развитие образования».

1.3. Предоставление Услуг осуществляется по адресу: 346273, ул. Школьная, 20 а, х. Дударевский, Шолоховский район, Ростовская область, в целях оказания Услуг по настоящему Договору.

1.4. Стоимость Договора определяется путем умножения количества воспитанников фактически посетивших дошкольное учреждение в отчетный период, на количество дней посещения, на стоимость набора продуктов питания в день и на процент наценки для организаций общественного питания на сырье и покупные товары, используемые для приготовления продукции собственного приготовления.

1.4.2. Расходы и затраты для организаций общественного питания, связанные с оказанием данной услуги, включая перевозку, страхование, уплату налогов, таможенных пошлин, сборов, технологическая наценка и других обязательных платежей, определяется из расчета **30%**.

1.5. Стоимость Услуг, поставляемых по Договору, является твердой и изменению не подлежит, согласована Сторонами и зафиксирована в спецификации являющейся неотъемлемой частью настоящего Договора (Приложение №1).

1.6. Питание воспитанников осуществляется в соответствии с сезонным десятидневным меню, согласованным Сторонами и зафиксированным в Приложении №4, являющемся неотъемлемой частью настоящего Договора.

При 9-часовом пребывании первый завтрак предоставляется воспитанникам с 8.10 до 8.30, второй завтрак предоставляется воспитанникам с 10.30 до 11-00, обеды предоставляются с 12.00 до 12.30, полдники в 15.00.

1.7. Срок оказания услуг по Договору с **01.09.2025 по 31.10.2025 год.**

2. Сумма Договора и порядок расчетов

2.1. Сумма настоящего Договора составляет **49 888 (сорок девять тысяч восемьсот восемьдесят восемь) рублей 70 копеек, в том числе НДС 5%, в том числе наценка 30%.**

Цена Договора является твердой и действует на весь срок исполнения контракта.

2.2. Оплата Услуг Исполнителю производится Заказчиком **только за фактические дни посещения, и получения** учета посещения воспитанниками дошкольного образовательного учреждения.

2.3. Договор заключен в соответствии с Федеральным законом от 05.04.2013 года № 44-ФЗ «О контрактной системе в сфере закупок товаров, работ, услуг для обеспечения государственных и муниципальных нужд».

2.4. Оплата за фактически оказанные Услуги производится путем безналичного перечисления денежных средств на расчетный счет Исполнителя, указанный в реквизитах Договора, в течение 10 (десяти) рабочих дней с даты подписания Заказчиком Акта сдачи-приемки оказанных услуг, по форме (Приложение №2 к настоящему Договору), и на основании выставленного Исполнителем счета на оплату, по форме (Приложение №3 к настоящему договору).

2.5. В случае возврата акта выполненных работ/оказанных услуг без подписи (в виду допущения Исполнителем нарушений в ходе оказания услуг) оплата за фактически оказанные Услуги производится путем безналичного перечисления денежных средств на расчетный счет Исполнителя, указанный в реквизитах Договора, в течение 30 дней с момента устранения Исполнителем нарушений.

2.6. Обязанность Заказчика по оплате Услуг считается исполненной с момента списания денежных средств с лицевого счета Заказчика.

2.7. Оплата услуг по настоящему Договору производится Заказчиком ежемесячно на основании подписанного Сторонами акта, оформляющего приемку оказанных услуг.

2.8. В соответствии со статьей 78.1. БК РФ возможно изменение по соглашению сторон размера и (или) сроков оплаты и (или) объема товаров, работ, услуг в случае уменьшения в соответствии с БК РФ получателю бюджетных средств, предоставляющему субсидии, ранее доведенных в установленном порядке лимитов бюджетных обязательств на предоставление субсидии.

3. Права и обязанности Сторон.

3.1. Заказчик:

3.1.1. Организовывает ежедневный контроль и бракераж готовых блюд и изделий.

3.1.2. Устанавливает режим питания воспитанников.

3.1.3. Запрашивает информацию по вопросам, связанным с организацией питания в учреждении. Проводит совместные мероприятия, касающиеся вопросов взаимодействия, в порядке, установленном правовыми актами Сторон.

3.1.4. Требуется от Исполнителя устранения в кратчайший срок любых нарушений, связанных с ненадлежащим исполнением/неисполнением условий настоящего Договора.

3.1.5. Заказчик передает по договору безвозмездного пользования имуществом Исполнителю на период действия настоящего Договора помещение, а также оборудование для организации питания воспитанников в дошкольном образовательном учреждении.

3.1.6. Оплачивает Услуги в соответствии с условиями настоящего Договора.

3.2. В рамках исполнения Договора на Исполнителя возлагаются следующие обязанности:

3.2.1. Обеспечивать технологию приготовления блюд в строгом соответствии с рецептурами блюд и кулинарных изделий для дошкольных учреждений (Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна).

3.2.2. Обеспечивать соответствие качества Услуг требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

3.2.3. Обеспечивать соответствие потребительских свойств блюд, кулинарных изделий, пищевых продуктов, используемых в питании, включая внешний вид, оформление блюд и кулинарных изделий, потребительской упаковки пищевых продуктов, используемых в питании, массы (объем порций) сезонному десятидневному меню, разработанному в соответствии с действующими санитарными правилами с СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические

требования к организации общественного питания населения», а также стандартам организации и техническим документам (технические условия, технологические инструкции, рецептуры, технико-технологические карты и т.п.).

3.2.4. Обеспечивать соответствие безопасности и пищевой ценности поставляемых (используемых при организации питания) пищевых продуктов нормативным документам Российской Федерации, национальным стандартам Российской Федерации.

3.2.5. Обеспечивать соответствие маркировки (информация для потребителей), размещаемой на каждой единице транспортной и потребительской тары, требованиям нормативных документов Российской Федерации.

3.2.6. Не допускать поставки продукции, содержащей генно-модифицированные организмы (ГМО). Отсутствие ГМО должно быть подтверждено сопроводительными документами.

3.2.7. Не допускать использование в рационах продуктов, запрещённых в питании для детей дошкольного возраста.

3.2.8. Использовать преимущественно продукцию высокой пищевой и биологической ценности, обогащенной витаминами и микронутриентами.

3.2.9. Использовать качественные и безопасные продукты, что подтверждается сертификатами соответствия/декларациями о соответствии, удостоверениями качества и безопасности, ветеринарными свидетельствами (на животноводческое сырье), свидетельствами о государственной регистрации продукции при поставке.

3.2.10. Осуществлять производственный контроль в соответствии с действующими санитарными правилами с СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

3.2.11. Обеспечивать соблюдение санитарных, противопожарных и иных норм и правил в соответствии с требованиями служб Роспотребнадзора и органов противопожарной безопасности на пищеблоке Учреждения.

3.2.12. Обеспечивать бесперебойное функционирование пищеблока.

3.2.13. Производить сверки взаиморасчетов с Заказчиком, результаты которых оформлять актами.

3.3. Стороны контракта обязуются принимать меры по предупреждению коррупции, указанные в ст. 13 Федерального закона от 25.12.2008 № 273-ФЗ «О противодействии коррупции».

3.3.1. При исполнении своих обязательств по настоящему контракту Стороны не выплачивают, не предлагают выплатить и не разрешают выплату каких-либо денежных средств или ценностей работникам Сторон для оказания влияния на действия или решения этих лиц в целях получения каких-либо неправомерных преимуществ или достижения иных неправомерных преимуществ или достижения иных неправомерных целей.

3.3.2. При исполнении своих обязательств по настоящему контракту Стороны не осуществляют действия, квалифицируемые как коррупция в соответствии с пунктом 1 статьи 1 Федерального закона от 25.12.2008 № 273-ФЗ «О противодействии коррупции».

4. Ответственность Сторон.

4.1. За неисполнение или ненадлежащее исполнение настоящего Договора Стороны несут ответственность в соответствии с законодательством Российской Федерации и условиями настоящего Договора.

4.2. В случае полного (частичного) неисполнения условий настоящего Договора одной из Сторон эта Сторона обязана возместить другой Стороне причиненные убытки.

4.3. За каждый факт неисполнения или ненадлежащего исполнения исполнителем обязательств, предусмотренных Договором, заключенным по результатам определения исполнителя в соответствии с пунктом 1 части 1 статьи 30 Федерального закона "О контрактной системе в сфере закупок товаров, работ, услуг для обеспечения государственных и муниципальных нужд" (далее - Федеральный закон), за исключением просрочки исполнения обязательств (в том числе гарантийного обязательства), предусмотренных Договором, размер штрафа устанавливается в размере 3 процента цены Договора;

4.4. Пеня начисляется за каждый день просрочки исполнения исполнителем обязательства, предусмотренного Договором, в размере одной трехсотой действующей на дату уплаты пени ставки рефинансирования Центрального банка Российской Федерации от цены Договора, уменьшенной на сумму, пропорциональную объему обязательств, предусмотренных Договором и фактически исполненных исполнителем.

4.5. Общая сумма начисленной неустойки (штрафов, пени) за неисполнение или ненадлежащее исполнение исполнителем обязательств, предусмотренных Договором, не может превышать цену Договора.

5. Форс-мажор

5.1. Стороны освобождаются от ответственности за частичное или полное неисполнение обязательств по Договору, если это неисполнение явилось следствием обстоятельств непреодолимой силы, такой, как пожар, наводнение, землетрясение, военные действия при условии что обстоятельства непосредственно повлияли на выполнение условий настоящего Договора. В таком случае срок выполнения контрактных обязательств будет продлен на время действия указанных обстоятельств.

5.2. Сторона, которая не в состоянии выполнить свои контрактные обязательства незамедлительно письменно информирует другую Сторону о наличии и прекращении действия указанных обязательств, но в любом случае не позднее 2 дней после начала их действия. Несвоевременное уведомление о форс-мажорных обстоятельствах лишает соответствующую Сторону права на освобождение от контрактных обязательств по причине указанных обстоятельств.

6. Порядок разрешения споров

6.1. Все споры и разногласия, возникающие между Сторонами при исполнении настоящего Договора, будут разрешаться путем переговоров, в том числе путем направления претензий.

6.2. Претензия в письменной форме направляется Стороне, допустившей нарушение условий Договора. В претензии указываются допущенные нарушения со ссылкой на соответствующие положения Договора или его приложения, стоимостная оценка ответственности, а также действия, которые должны быть произведены для устранения нарушений. Срок рассмотрения претензии составляет 15 дней с момента ее получения.

6.3. При не урегулировании Сторонами в досудебном порядке спор передается на разрешение в Арбитражный суд по Ростовской области согласно порядку, установленному законодательством Российской Федерации.

7. Прочие условия

7.1. Настоящий Договор действует с момента его подписания и до полного исполнения Сторонами обязательств. Срок действия Договора до 31.12.2025 года.

7.2. Контракт может быть изменен и дополнен по договоренности Сторон или по решению суда по основаниям, предусмотренным настоящим Договором и законодательством Российской Федерации.

7.3. Заказчик вправе в одностороннем порядке отказаться от исполнения Договора в случаях неоднократного нарушения Исполнителем условий настоящего Договора, а также в случаях, предусмотренных Гражданским кодексом Российской Федерации.

7.4. Исполнитель вправе в одностороннем порядке отказаться от исполнения Договора в случаях неоднократного нарушения Заказчиком сроков оплаты.

7.5. Решение Заказчика об одностороннем отказе от исполнения Договора вступает в силу, и Договор считается расторгнутым, по истечении десяти дней с момента получения Исполнителем соответствующего уведомления.

7.6. Настоящий Договор заключен в двух экземплярах, имеющих одинаковую юридическую силу, по одному для каждой Стороны.

7.7. Во всех случаях, не урегулированных настоящим Договором, Стороны руководствуются действующим законодательством РФ.

7.8. Вся переписка между Сторонами ведется в письменной форме посредством факсимильной связи, а также путем направления писем.

7.9. К договору прилагается:

- Приложение №1 – Спецификация.
- Приложение №2 - Форма Акта сдачи-приемки оказанных услуг.
- Приложение №3 – Форма счета на оплату.
- Приложение № 4 – Меню.

Юридические адреса и реквизиты Сторон

Заказчик:

МБДОУ «Дударевский ДС»

346273, Ростовская область, Шолоховский район, х. Дударевский, ул. Школьная, 20 а
ИНН 6139006190 КПП 613901001

Л/с 21586U99290 в УФК по Ростовской области

БИК ТОФК 016015102

ЕКС №40102810845370000050

Номер казначейского счета

03234643606590005800

Банк: ОТДЕЛЕНИЕ РОСТОВ-НА-ДОНУ

БАНКА РОССИИ //УФК по Ростовской

области г.Ростов-на-Дону

ОГРН 1026101759518 ОКПО 34107264

Тел.: 8 (863)537-21-49

Исполнитель:

ООО «Пекин»

346270, Россия, Ростовская область, Шолоховский район, ст-ца Вешенская, ул. Степана Разина, 115 б.

ИНН 6139007330 КПП 613901001

К/счет: 30101810600000000602

Р/счет: 40702810452140100201

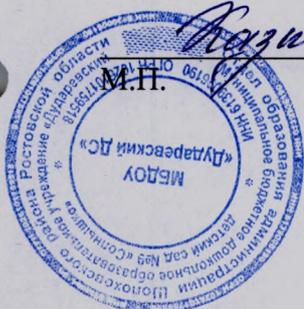
Банк: Юго-Западный банк ПАО

«Сбербанк России»

БИК 046015602

Заведующий МБДОУ «Дударевский ДС»

Директор ООО «Пекин»



Спецификация

№ п/п	Наименование услуги	Кол-во д/дней	Стоимость 1 (одного) д/дня, в том числе наценка 30%	Сумма
1	Обеспечение питанием детей в возрасте от 1 до 3 лет в муниципальном бюджетном дошкольном образовательном учреждении 01.09.2025 по 31.10.2025 г. для воспитанников, посещающих группы сокращенного дня пребывания 8-10 часов	90	104,47	9 402,30
2	Обеспечение питанием детей в возрасте от 3 до 7 лет в муниципальном дошкольном образовательном учреждении с 01.09.2025 по 31.10.2025 г. для воспитанников, посещающих группы сокращенного дня пребывания 8-10 часов	270	118,84	32 086,80
3	Обеспечение питанием детей в возрасте от 1 до 3 лет, освобожденных от родительской платы в муниципальном бюджетном дошкольном образовательном учреждении с 01.09.2025 по 31.10.2025 г	22	175,76	3 866,72
4	Обеспечение питанием детей в возрасте от 3 до 7 лет, освобожденных от родительской платы в муниципальном бюджетном дошкольном образовательном учреждении с 01.09.2025 по 31.10.2025 г.	22	206,04	4 532,88
	ИТОГО:			49 888,70

Итого: 49 888 (сорок девять тысяч восемьсот восемьдесят восемь) рублей 70 копеек, в том числе НДС 5%.

Заведующий МБДОУ «Дударевский ДС»

Директор ООО «Пекин»



О.В. Казьмина



В.В. Калмыкова

ФОРМА

АКТ №
сдачи-приемки оказанных услуг

по Договору № _____ от « _____ » _____ 202__ года

от « _____ » _____ 20__ г.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение « _____ », именуемое в дальнейшем Заказчик, в лице заведующего _____, действующего на основании Устава, с одной стороны и _____, именуемое в дальнейшем Исполнитель, в лице _____, действующего на основании _____, с другой стороны, составили настоящий акт сдачи-приемки оказанных услуг (далее – акт) по Договору № _____ от « _____ » _____ 202__ года (далее – договор) о нижеследующем:

Исполнитель оказал, а Заказчик принял следующие услуги:

№ п/п	Наименование услуги	Кол-во д/дней	Стоимость 1 (одного) д/дня, в том числе наценка 30%	Сумма, руб.
1	Обеспечение питанием детей в возрасте от 3 до 7 лет в муниципальном бюджетном дошкольном образовательном учреждении с _____ г для воспитанников, посещающих группы сокращенного дня пребывания 8-10 часов			
2	Обеспечение питанием детей в возрасте от 1 до 3 лет в муниципальном бюджетном дошкольном образовательном учреждении с _____ г. для воспитанников, посещающих группы сокращенного дня пребывания 12 часов			
3	Обеспечение питанием детей в возрасте от 3 до 7 лет в муниципальном бюджетном дошкольном образовательном учреждении с _____ г. для воспитанников, посещающих группы сокращенного дня пребывания 12 часов			
4	Обеспечение питанием детей в возрасте от 3 до 7 лет, освобожденных от родительской платы в муниципальном бюджетном дошкольном образовательном учреждении с _____			
	ИТОГО:			

Общая стоимость исполненных Исполнителем и принятых Заказчиком услуг оставляет: _____ (_____) рублей 00 копеек, без НДС.

Качество оказанных услуг соответствует требованиям договора от « _____ » _____ 202__ г. № _____ Заказчик произвёл экспертизу предоставленных исполнителем результатов, предусмотренных договором от « _____ » _____ 202__ г. № _____, в части их соответствия условиям договора. По итогам проведённой экспертизы установлено _____ предоставленных исполнителем результатов условиям договора.

Настоящий акт составлен в двух подлинных экземплярах, по одному для Заказчика и Исполнителя.

ЗАКАЗЧИК:

ИСПОЛНИТЕЛЬ:

Заведующий

МБДОУ « _____ »

М.П.

М.П.

Лицо, ответственное за проведение экспертизы результатов, предусмотренных контрактом, в части их соответствия условиям договора:

_____ Ф.И.О.

ФОРМА

Банк получателя	БИК	
ИНН	Сч. №	
КПП	Сч. №	
Получатель		

Счет на оплату № _____ от « _____ » _____ 20__

Исполнитель:

Заказчик:

Основание: Договор № _____ от « _____ » _____ 20__ года

№ п/п	Наименование услуги	Кол-во д/дней	Стоимость 1 (одного) д/дня, в том числе наценка 30%.	Сумма, руб.
1	Обеспечение питанием детей в возрасте от 3 до 7 лет в муниципальном бюджетном дошкольном образовательном учреждении с _____ г для воспитанников, посещающих группы сокращенного дня пребывания 8-10 часов			
2	Обеспечение питанием детей в возрасте от 1 до 3 лет в муниципальном бюджетном дошкольном образовательном учреждении с _____ г. для воспитанников, посещающих группы сокращенного дня пребывания 12 часов			
3	Обеспечение питанием детей в возрасте от 3 до 7 лет в муниципальном бюджетном дошкольном образовательном учреждении с _____ г. для воспитанников, посещающих группы сокращенного дня пребывания 12 часов			
4	Обеспечение питанием детей в возрасте от 3 до 7 лет, освобожденных от родительской платы в муниципальном бюджетном дошкольном образовательном учреждении с _____			

Руководитель

_____ должность

_____ подпись

_____ расшифровка подписи

Главный (старший) бухгалтер

_____ подпись

_____ расшифровка подписи

ЦИКЛИЧНОЕ ДЕСЯТИДНЕВОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ С 1 ДО 3 ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ С 8-10 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДОШКОЛЬНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ, В СООТВЕТСТВИИ С ФИЗИОЛОГИЧЕСКИМИ НОРМАМИ ПОТРЕБЛЕНИЯ

1 день Приложение №4 к Логовому №4Б от 25.08.2025 года

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества				
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
2008	189	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом	170	8,2	9,4	39,7	297,4	0,1	0,6	0,0	0,1	140,2	38,3	190,7	1,9
2012	1	Бутерброд с маслом	30	3,2	4,1	7,0	62,0	0,0	0,1	0,1	0,2	4,4	2,3	13,2	0,2
	ТК№035	Чай с сахаром	150/5	0,2	0,0	6,2	26,5	0,0	1,1	0,0	0,0	11,6	3,9	4,4	0,4
Итого за прием пищи:				11,6	13,5	52,9	385,9	0,1	1,7	0,1	0,3	156,2	44,5	208,3	2,5
2008	442	Сок фруктовый	150	0,4	0,4	9,8	47,0	0,0	10,0	0,0	0,6	16,0	8,0	11,0	2,2
Итого за прием пищи:				0,4	0,4	9,8	47,0	0,0	10,0	0,0	0,6	16,0	8,0	11,0	2,2
2012	85	Суп картофельный с селедкой и зеленью петрушкой	150/10/5	5,9	7,7	11,0	179,0	0,0	3,4	0,2	0,7	26,7	16,1	62,1	0,9
2012	322	Пюре картофельное	100	3,0	4,8	19,5	134,3	0,1	9,0	0,6	0,4	44,0	34,6	84,1	1,2
2012	268	Суфле из рыбы	50	13,0	12,0	3,4	173,5	0,1	0,2	0,0	1,9	52,8	38,1	185,6	0,8
	ТК№017	Овощи (селедь, морковь, лук, консервированные), а также фасоль и капуста, томат-пюре, зелень	20	0,3	0,0	0,7	5,2	0,0	0,8	0,0	0,0	8,3	5,0	8,6	0,2
	ТК №003	Хлеб ржаной-пшеничный	15	0,9	0,2	8,5	40,8	0,0	0,0	0,0	0,4	3,2	3,5	15,7	0,7
	ТК№004	Батон обогащенный	15	1,5	0,6	10,3	52,4	0,0	0,0	0,0	0,0	2,4	2,4	11,7	0,3
	039	Напиток изюбный	150	0,1	0,1	23,6	96,8	0,0	0,9	0,0	0,1	10,9	3,3	2,3	0,5
Итого за прием пищи:				23,8	25,4	77,0	682,0	0,2	14,3	0,8	3,5	149,4	103,0	370,1	4,6
2008	479	Бульон куриный	50	8,8	2,8	35,1	173,0	0,1	0,0	0,0	0,4	43,5	10,3	77,4	0,6
2008	434	Молоко кипяченое	150	6,0	4,4	9,8	99,0	0,1	1,1	0,1	0,0	214,0	23,5	151,1	0,2
Итого за прием пищи:				14,8	7,2	44,9	272,0	0,2	1,1	0,1	0,4	257,5	33,8	228,5	0,8
Всего за день:				50,6	46,5	184,6	1 386,9	0,5	27,1	1,0	4,8	579,1	189,3	817,9	10,1

2 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества				
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
2012	2	Бутерброд с маслом	30	1,4	2,1	15,8	68,0	0,0	1,8	0,0	0,1	5,2	3,3	11,5	0,3
2012	93	Суп молочный с макаронными изделиями	150	5,7	5,2	19,1	147,3	0,1	0,7	0,0	0,3	150,0	18,6	114,1	0,4
	ТК№035	Чай с сахаром	150/5	0,0	0,0	8,4	34,0	0,0	0,0	0,0	0,0	9,7	3,3	3,0	0,2
Итого за прием пищи:				7,1	7,3	43,3	249,3	0,1	2,5	0,0	0,4	164,9	25,2	128,6	1,0
	ТК № 010	Фрукты	80	0,4	0,4	9,9	44,4	0,0	4,0	0,0	0,6	14,5	7,2	10,0	2,0
Итого за прием пищи:				0,4	0,4	9,9	44,4	0,0	4,0	0,0	0,6	14,5	7,2	10,0	2,0
2012	67	Шн из свежей капусты с картофелем, сметаной, зеленью петрушкой	150/10/5	5,5	8,2	7,4	115,0	0,0	9,7	0,2	1,8	40,5	20,2	61,8	1,1
2008	181	Каша гречневая рассыпчатая	100	7,2	5,9	33,0	248,0	0,2	0,0	0,0	0,5	16,0	118,0	176,0	4,0
2008	466-01	Колеты рубленые из говядины/свинины	50	9,7	10,1	9,0	165,0	0,0	0,0	0,0	1,6	10,4	14,8	92,9	1,6
2008	364	Суп томатный	20	0,3	1,9	1,5	24,4	0,0	0,4	0,1	0,1	1,6	2,0	4,0	0,1
	Овощи (селедь, морковь, лук, консервированные), а также фасоль и капуста, томат-пюре, зелень	20	0,3	0,0	1,0	5,6	0,0	1,6	0,0	0,0	8,3	5,0	15,1	0,4	
	ТК №003	Хлеб ржаной-пшеничный обогащенный	15	1,0	0,1	6,4	31,0	0,0	0,0	0,0	0,3	2,4	2,6	11,8	0,5
	ТК№004	Батон обогащенный	15	1,1	0,5	7,7	39,3	0,0	0,0	0,0	0,0	2,6	1,8	8,8	0,2
2008	402	Компот из смеси сухофруктов	150	0,0	0,0	14,0	55,8	0,0	0,0	0,0	0,0	7,4	1,6	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				25,1	26,7	80,0	684,1	0,2	11,7	0,3	4,3	89,2	166,0	370,4	7,9

2008	214	Омлет пшуральный	Подшип												
			100	12,3	16,7	2,3	119,0	0,1	0,2	0,2	4,2	80,9	13,7	183,8	2,1
	TK-M003	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,9	0,2	8,5	40,8	0,0	0,0	0,0	0,4	3,2	15,7	0,7	
	TK-M035	Чай с сахаром	1507	0,0	0,0	8,4	34,0	0,0	0,0	0,0	0,0	9,7	3,0	0,3	
		Итого за прием пищи		13,2	16,9	19,2	193,8	0,1	0,2	0,2	4,6	93,8	20,5	3,1	
		Всего в день		45,8	51,3	152,4	1 171,6	0,4	18,4	0,5	9,9	362,4	218,9	711,5	14,0

3 ДЕНЬ

Сборник рецептов	№ технологической карты	Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал					Витамины					Минеральные вещества		
				Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг					
2008	189	Каша манная жидкая с маслом сливочным	150	6,1	8,2	27,4	206,0	0,0	0,5	0,0	0,9	114,4	17,1	97,5	0,4				
	1	Бутерброд с мясом	30	3,2	4,1	7,0	62,0	0,0	0,1	0,2	4,4	2,3	13,2	0,2					
	TK№035	Чай с сахаром	150/5	0,0	0,0	8,4	34,0	0,0	0,0	0,0	9,7	3,3	3,0	0,3					
Итого за прием пищи:				9,3	12,3	42,8	304,0	0,0	0,5	0,1	1,1	128,5	22,7	113,7	0,9				
2008	442	Сок фруктовый	150	1,0	0,2	17,8	78,0	0,0	1,4	0,0	0,0	11,3	6,5	11,3	2,3				
				1,0	0,2	17,8	78,0	0,0	1,4	0,0	0,0	11,3	6,5	11,3	2,3				
Итого за прием пищи:				2,0	0,4	35,6	156,0	0,0	2,8	0,0	0,0	22,6	13,0	22,6	4,6				
2012	76	Расольник Ленинградский с мясом, со сметаной	150/10/5	5,6	8,3	10,3	141,0	0,0	5,6	0,2	1,6	34,6	20,2	59,0	1,2				
	165	Каша перловая рассыпчатая	100	2,9	4,5	20,8	135,0	0,0	0,0	29,5	0,4	12,8	12,4	101,2	0,6				
	269	Пудинг рыбный запеченный	60	9,9	5,4	7,0	118,0	0,1	0,3	0,0	0,2	49,0	31,1	143,3	0,5				
2008	43	Овощи (свежие, мороженые, консервированные) с маслом, соевыми и каперсами, томат-пюре, сельсень	20	0,6	6,1	4,8	76,8	0,0	1,2	0,0	2,6	5,9	2,3	4,7	0,2				
	TK №003	Хлеб ржаной-пшеничный	15	1,0	0,1	6,4	31,0	0,0	0,0	0,0	0,3	2,4	2,6	11,8	0,5				
	TK№004	Батон обогащенный	15	1,1	0,5	7,7	39,3	0,0	0,0	0,0	0,0	2,6	1,8	8,8	0,2				
2008	402	Компот из смеси сухофруктов	150	0,0	0,0	14,0	55,8	0,0	0,0	0,0	0,0	1,0	0,2	0,0	0,0				
				21,1	24,9	71,0	596,9	0,1	7,1	29,7	5,1	108,3	70,6	328,8	3,2				
	446	Слобда обыкновенная	50	11,1	9,5	26,6	238,4	0,0	0,7	0,3	1,9	103,5	22,3	133,1	1,0				
2012	TK№043	Каша с молоком	150	3,8	3,2	15,6	107,0	0,0	0,6	0,0	0,0	118,7	22,3	93,6	0,6				
				14,9	12,7	42,2	345,4	0,0	1,3	0,3	1,9	222,2	44,6	226,7	1,6				
				46,3	50,1	173,8	1 324,3	0,1	10,3	30,1	8,1	470,3	144,4	680,5	8,0				
Итого за день:																			

4 ДЕНЬ

Сборник рецептов	№ технологической карты	Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал					Витамины					Минеральные вещества		
				Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг					
2008	189	Каша овсяная "геркулес", жидкая	150	6,7	9,7	24,4	211,0	0,1	0,5	0,0	1,1	123,9	46,7	162,4	1,2				
	3	Бутерброд с сыром	30	3,4	6,9	10,0	69,0	0,0	0,0	0,0	0,0	78,2	5,1	51,7	0,3				
	TK№040	Чай с молоком	150	3,2	2,8	13,6	77,0	0,0	0,5	0,0	0,0	98,1	12,4	69,2	0,4				
2012	TK №010	Фрукты	80	1,0	0,2	17,8	78,0	0,0	1,4	0,0	0,0	11,3	6,5	11,3	2,3				
				1,0	0,2	17,8	78,0	0,0	1,4	0,0	0,0	11,3	6,5	11,3	2,3				
	82	Суп картофельный с макаронными изделиями, картофелем и зеленым горошком	150/10/1	4,2	5,2	6,6	121,0	0,1	6,5	0,2	0,9	23,3	22,3	69,2	1,1				
2008	294	Плов из курицы	150	19,4	8,0	16,8	236,6	0,2	13,9	5,9	1,7	26,6	28,1	300,3	6,2				
				0,3	0,0	1,0	5,6	0,0	1,6	0,0	8,3	5,0	15,1	0,4					
	TK №003	Хлеб ржаной-пшеничный обогащенный	15	0,9	0,2	8,5	40,8	0,0	0,0	0,0	0,4	3,2	3,5	15,7	0,7				
2008	TK№004	Батон обогащенный	15	1,5	0,6	10,3	52,4	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	2,4	11,7	0,3				
	402	Компот из смеси сухофруктов	150	0,0	0,0	14,0	55,8	0,0	0,0	0,0	0,0	7,4	1,6	0,0	0,0				
				26,3	14,0	57,2	512,2	0,3	22,0	6,1	3,0	72,3	62,9	412,0	8,7				
2008	477	Оладья с повидлом	60/20	2,4	5,5	0,3	190,9	0,1	0,2	0,0	0,3	34,6	10,1	57,3	0,4				
	TK№035	Чай с сахаром	150/5	0,0	0,0	8,4	34,0	0,0	0,0	0,0	3,3	3,0	3,0	0,3					
				4,0	5,5	8,7	224,9	0,1	0,2	0,0	0,3	44,3	13,4	60,3	0,7				
Итого за день:				43,0	39,1	131,7	1 172,1	0,5	24,6	6,1	4,4	428,1	147,0	766,9	13,6				

5 ДЕНЬ

Сборник рецептов	Мультирецептур	Жидкостная часть	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал					Витамины					Минеральные вещества		
					Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г	Завтрак	Обед	Ужин	Всего	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мг, мг	Р, мг	Fe, мг	
																				Завтрак
2008	189		Каши рисовая жидкая с маслом сливочным	150	5,1	8,1	27,9	205,0	0,0	0,5	0,0	0,2	112,2	25,6	114,8	0,4				
2012	1		Бутерброд с маслом	30	4,3	5,5	9,3	82,5	0,0	0,0	0,1	0,3	5,9	3,1	17,6	0,3				
		ТК№035	Чай с сахаром	150/5	0,0	0,0	8,4	34,0	0,0	0,0	0,0	0,0	9,7	3,3	3,0	0,3				
Итого за прием пищи:					9,4	13,6	45,6	321,5	0,0	0,5	0,1	0,5	127,8	32,0	135,4	1,0				
2008	442		Сок фруктовый	150	1,0	0,2	17,8	78,0	0,0	2,9	0,4	0,0	32,4	16,2	29,2	0,4				
Итого за прием пищи:					1,0	0,2	17,8	78,0	0,0	2,9	0,4	0,0	32,4	16,2	29,2	0,4				
2012	138		Суп картофельный с зеленью	150	7,3	2,6	13,2	106,2	0,1	5,7	0,2	0,3	22,9	21,1	46,0	0,7				
2012			Каши пшеничная рассыпчатая	100	0,0	4,1	0,0	37,4	0,0	0,0	29,5	0,0	1,0	0,0	1,0	0,0				
2008			Биточки из мяса свинины	50	7,6	15,2	6,3	192,2	0,0	0,1	36,8	0,2	21,4	6,5	38,0	1,5				
			Овощи (свежие, мороженые, консервированные) в соусе ароматизированном, сметане, масле, специях	30	0,9	3,5	4,8	54,8	0,0	2,3	0,0	1,7	19,1	11,4	22,1	0,8				
		ТК №003	Хлеб ржаной-пшеничный обогащенный	15	0,9	0,2	8,5	40,8	0,0	0,0	0,0	0,4	3,2	3,5	15,7	0,7				
		ТК№004	Ватик обогащенный	15	1,5	0,6	10,3	52,4	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	2,4	11,7	0,3				
		ТК№035	Чай с сахаром	150/5	0,0	0,0	8,4	34,0	0,0	0,0	0,0	0,0	9,7	3,3	3,0	0,3				
Итого за прием пищи:					18,2	26,2	51,5	517,8	0,1	8,1	66,5	2,6	80,8	48,2	137,5	4,3				
Подысок																				
2008	464		Слизи обыкновенная	50	4,3	2,5	32,0	190,1	0,1	0,0	0,0	0,8	11,3	7,1	38,7	0,5				
2008	435		Кефир	150	6,0	2,0	8,4	80,0	0,0	1,0	0,0	0,0	248,0	28,0	184,0	0,0				
Итого за прием пищи:					10,3	4,5	40,4	270,1	0,1	1,0	0,0	0,8	259,3	35,1	222,7	0,5				
Всего за день:					38,9	44,5	155,3	1 187,4	2	12,5	67,0	3,9	500,3	131,5	524,8	6,2				

6 ДЕНЬ

Сборник рецептов	№ техноло-гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			
				Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
2008	189	Каша рисовая жидкая с мясным сливочным	150	5.1	8.1	27.9	205.0	0.0	0.5	0.0	0.2	112.2	25.6	114.8	0.4
	2	Бульброд с печенью	30	1.4	2.1	15.8	68.0	0.0	1.8	0.0	0.1	5.2	3.3	11.5	0.3
2012	TK№028	Кофейный напиток с молоком	150	2.8	2.4	12.7	84.0	0.0	0.5	0.0	0.0	98.3	14.3	72.5	0.3
Итого за прием пищи:				9.3	12.6	56.4	357.0	0.0	2.8	0.0	0.3	215.7	43.2	198.8	1.0
2008	442	Сок фруктовый	150	0.4	0.4	9.8	47.0	0.0	10.0	0.0	0.6	16.0	8.0	11.0	2.2
Итого за прием пищи:				0.4	0.4	9.8	47.0	0.0	10.0	0.0	0.6	16.0	8.0	11.0	2.2
2012	57	Борщ с капустой и картофелем и сметаной	150/10/5	5.6	8.3	10.3	141.0	0.0	5.6	0.2	1.6	34.6	20.2	59.0	1.2
2008	181	Каша гречневая рассыпчатая	100	7.2	5.9	33.0	248.0	0.2	0.0	0.0	0.5	16.0	118.0	176.0	4.0
2008	466.01	Котлеты рубленные из говядины/свинины	50	9.7	10.1	9.0	165.0	0.0	0.0	0.0	1.6	10.4	14.8	92.9	1.6
2008	364	Соус томатный	20	0.4	2.0	1.4	24.4	0.0	0.4	0.1	0.0	1.6	2.0	4.0	0.1
		Омлет (свежее, мороженое, консервированное), исключая соевые и кашеобразные продукты	20	0.7	1.9	3.5	34.6	0.0	6.2	0.0	0.8	17.4	5.1	9.7	0.3
TK №003		Хлеб ржаной-пшеничный обогащенный	15	0.9	0.2	8.5	40.8	0.0	0.0	0.0	0.4	3.2	3.5	15.7	0.7
TK№004		Батон обогащенный	15	1.5	0.6	10.3	52.4	0.0	0.0	0.0	0.0	3.5	2.4	11.7	0.3
TK№038		Чай с лимоном	150/7	0.1	0.0	8.5	36.0	0.0	1.1	0.0	0.0	11.6	3.9	4.4	0.4
1				26.1	21.3	74.6	742.2	0.2	13.3	0.3	4.9	99.1	135.6	373.4	5.0
				Подлинник											
2008	451	Пирожок печеный с капустой и яйцом	60	2.8	7.2	29.0	165.6	0.0	6.0	0.0	1.1	25.8	10.5	47.0	0.8
2012	401	Кефир	150	3.6	2.0	8.4	80.0	0.0	0.2	0.1	0.0	210.8	22.4	147.2	0.2
Итого за прием пищи:				6.4	9.2	37.4	245.6	0.0	6.2	0.1	1.1	236.6	32.9	194.2	1.0
Всего за день:				42.2	43.5	178.2	1 391.8	2	32.3	4	6.9	603.9	183.2	777.4	9.2

7 ДЕНЬ

Сборник рецептов	№ техноло-гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			
				Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
2008	190	Каша из пшена и риса молочная жидкая "дружба"	150	3.5	3.3	24.7	173.0	0.0	0.8	0.0	0.4	158.7	29.1	143.5	0.5
	3	Бульброд с сыром	30	5.3	5.0	12.9	118.5	0.0	0.1	0.0	0.0	132.8	8.4	89.1	0.4
2012	TK№040	Чай с молоком	150	3.2	2.8	13.6	77.0	0.0	0.5	0.0	0.0	98.1	12.4	69.2	0.4
Итого за прием пищи:				12.0	11.1	51.2	368.5	0.0	1.4	0.0	0.4	389.6	49.9	301.8	1.3
TK №002		Фрукты	80	0.6	0.5	15.5	70.5	0.0	3.0	0.0	0.5	25.7	16.2	21.6	2.7
Итого за прием пищи:				0.6	0.5	15.5	70.5	0.0	3.0	0.0	0.5	25.7	16.2	21.6	2.7
2012	81	Суп картофельный с горохом и гречками	150/10	3.6	4.5	20.0	164.0	0.1	3.7	0.2	3.3	35.1	29.6	77.2	1.8
2008	165	Каша пшенная рассыпчатая	100	3.2	4.5	21.0	137.6	0.0	0.0	29.5	0.1	26.6	16.0	110.8	0.0
2008	259	Гуаш из говядины	30/30	9.2	11.3	3.0	151.7	0.0	0.6	0.0	2.0	9.3	11.2	80.4	1.2
		Омлет (свежее, мороженое, консервированное), исключая соевые и кашеобразные продукты	20	0.3	0.0	1.0	5.6	0.0	1.6	0.0	0.0	8.3	5.0	15.1	0.4
TK №003		Хлеб ржаной-пшеничный обогащенный	15	0.9	0.2	8.5	40.8	0.0	0.0	0.0	0.4	3.2	3.5	15.7	0.7
TK№004		Батон обогащенный	15	1.5	0.6	10.3	52.4	0.0	0.0	0.0	0.0	3.5	2.4	11.7	0.3
2008	402	Компот из смеси сухофруктов	150	0.0	0.0	14.0	55.8	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	0.2	0.0	0.0
Итого за прием пищи:				18.7	21.1	77.8	607.9	0.1	5.9	29.7	5.8	87.0	67.9	310.9	4.4
2014	249	Булочка школьная	50	2.1	9.7	41.1	195.0	0.1	0.0	0.0	0.1	36.3	8.8	67.5	0.4
2008	435	Кефир	150	6.0	2.0	8.4	80.0	0.0	1.0	0.0	0.0	248.0	28.0	184.0	0.0

9 день

Сборник рецептов	№ технолого-гигиенической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
Завтрак															
2008	213	Яйцо вареное	40	4,9	4,5	63,0	0,0	0,0	0,1	0,8	19,8	4,3	69,1	0,9	
2008	55	Икра кабачковая консервированная	30	0,7	2,1	3,0	33,7	0,0	0,0	0,8	11,3	6,1	10,4	0,1	
2012	1	Бутерброд с маслом	30	3,2	4,1	7,0	62,0	0,0	0,0	0,1	4,4	2,3	13,2	0,2	
Итого за прием пищи:															
TK №038	150/7	Чай с лимоном	8,9	10,7	18,8	194,7	0,0	5,7	0,2	1,8	45,1	15,6	94,9	1,4	
П. Завтрак															
TK №002	80	Фрукты	1,5	0,5	21,0	96,0	0,0	4,0	0,0	0,0	7,2	37,8	25,2	0,5	
Итого за прием пищи:															
TK №002	1,5	0,5	21,0	96,0	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0	7,2	37,8	25,2	0,5		
Обед															
2012	76	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150/10/5	5,5	4,5	159,0	0,1	4,4	0,2	1,7	24,0	20,2	70,4	1,1	
2008	325	Рис отварной	100	3,7	6,3	32,8	0,0	0,0	0,1	0,3	3,0	19,0	61,0	0,6	
2012	282	Котлета мясная из свинины	50	8,0	15,5	8,3	205,2	0,0	0,1	2,2	0,1	17,6	7,0	18,1	
2012	363,01	Соус томатный	20	0,4	1,6	1,9	23,5	0,0	0,5	0,0	4,9	3,3	5,9	0,1	
Итого за прием пищи:															
TK №003	20	Овощи (свежие, мороженые, консервированные) в соляном и кашеобразном-пюре-селедь	0,3	0,0	1,0	5,6	0,0	1,6	0,0	0,0	8,3	5,0	15,1	0,4	
TK №003	15	Хлеб ржаной-пшеничный обогащенный	15	0,9	0,2	8,5	40,8	0,0	0,0	0,4	3,2	3,5	15,7	0,7	
TK №004	15	Батон обогащенный	15	1,5	0,6	10,3	52,4	0,0	0,0	0,0	3,5	2,4	11,7	0,3	
2008	402	Компот из смеси сухофруктов	150	0,0	0,0	14,0	85,8	0,0	0,0	0,0	1,0	0,2	0,0	0,0	
Итого за прием пищи:															
TK №004	20,3	28,7	80,8	745,3	0,1	6,6	2,5	2,5	65,5	60,6	197,9	3,6			
2008	479	Бульон мясной	50	8,8	2,8	35,1	173,0	0,1	0,0	0,0	4,3	10,3	77,4	0,6	
2008	434	Молоко запеченное	120	4,8	3,5	7,8	79,2	0,1	0,9	0,1	0,0	171,2	18,8	120,9	
Итого за прием пищи:															
TK №005	13,6	6,3	42,9	252,2	0,2	0,9	0,1	0,4	29,1	198,3	0,8				
Итого за день:															
TK №005	44,3	46,2	163,5	1 288,2	3	17,2	2,8	4,7	332,5	143,1	516,3	6,3			

10 день

Сборник рецептов	№ технолого-гигиенической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
Завтрак															
2008	189	Каша манная янтарная с маслом сливочным	150	6,0	8,0	27,0	203,0	0,0	0,5	0,0	0,9	111,1	16,5	94,6	0,4
2012	3	Бутерброд с сыром	30	3,4	6,9	10,0	69,0	0,0	0,0	0,0	0,0	87,4	5,4	56,0	0,4
TK №005	150/5	Чай с сахаром	9,4	14,9	45,4	306,0	0,0	0,5	0,0	0,0	9,7	3,3	3,0	0,3	
Итого за прием пищи:															
TK №005	9,4	14,9	45,4	306,0	0,0	0,5	0,0	0,0	0,0	9,7	3,3	3,0	0,3		
П. Завтрак															
2008	442	Соус фруктовый	150	1,0	0,2	17,8	78,0	0,0	4,3	0,1	0,0	8,1	19,4	24,3	0,4
Итого за прием пищи:															
TK №005	1,0	0,2	17,8	78,0	0,0	4,3	0,1	0,0	0,0	8,1	19,4	24,3	0,4		
Обед															
2012	77	Суп картофельный с курицей и сметаной, заправленный петрушкой	150/10/5	6,0	4,4	16,0	159,9	0,1	6,6	0,2	0,7	24,9	22,0	67,4	1,0
2012	205	Макаронные изделия отварные	100	2,8	6,7	14,2	135,5	0,1	12,3	0,3	0,2	46,4	24,6	60,3	1,2
2012	34	Пельмени, тушеные в соусе	50/50	17,9	7,8	7,2	172,8	0,2	12,9	5,8	1,5	22,2	20,3	253,8	5,5
TK №005	20	Овощи (свежие, мороженые, консервированные) в соляном и кашеобразном-пюре-селедь	0,4	0,0	1,3	7,0	0,0	2,0	0,0	0,1	10,4	6,3	18,9	0,5	
TK №003	15	Хлеб ржаной-пшеничный обогащенный	15	1,0	0,1	6,4	31,0	0,0	0,0	0,3	2,4	2,6	11,8	0,5	
TK №004	15	Батон обогащенный	15	1,5	0,6	10,3	52,4	0,0	0,0	0,0	3,5	2,4	11,7	0,3	
2012	382	Компот из смеси сухофруктов	150	0,3	0,1	33,1	133,5	0,0	0,4	0,0	0,0	12,1	3,3	9,6	0,7
Итого за прием пищи:															
TK №005	29,9	19,7	88,5	692,1	0,4	34,2	6,3	2,8	81,5	433,5	9,7				
Полдник															
TK №009	40	Пряники/печенье	3,6	2,8	45,0	148,0	0,0	0,0	0,0	0,0	4,9	27,0	0,5		
TK №040	150	Чай с лимоном	3,2	2,8	13,6	77,0	0,0	0,5	0,0	0,0	98,1	12,4	69,2	0,4	
Итого за прием пищи:															
TK №009	6,8	5,6	58,6	225,0	0,0	0,5	0,0	0,0	0,0	104,0	17,3	96,2	0,9		

6 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
Завтрак															
2008	189	Каша рисовая жидкая с маслом	180	5,1	8,1	27,9	205,0	0,0	0,5	0,0	0,2	112,2	25,6	114,8	0,4
2012	2	Бутерброд с джемом	30	1,4	2,1	15,8	68,0	0,0	1,8	0,0	0,1	5,2	3,3	11,5	0,3
	ТК№028	Кофейный напиток с	180	2,8	2,4	12,7	84,0	0,0	0,5	0,0	0,0	98,3	14,3	72,5	0,3
Итого за прием пищи:				9,3	12,6	56,4	357,0	0,0	2,8	0,0	0,3	215,7	43,2	198,8	1,0
II Завтрак															
	ТК № 006	Сок фруктовый	180	0,4	0,4	9,8	47,0	0,0	10,0	0,0	0,6	16,0	8,0	11,0	2,2
Итого за прием пищи:				0,4	0,4	9,8	47,0	0,0	10,0	0,0	0,6	16,0	8,0	11,0	2,2
Обед															
2012	57	Борщ с капустой и картофелем и сметаной	180/10/5	5,6	8,3	10,3	141,0	0,0	5,6	0,2	1,6	34,6	20,2	59,0	1,2
2008	181	Каша гречневая рассыпчатая	100	7,2	5,9	33,0	248,0	0,2	0,0	0,0	0,5	16,0	118,0	176,0	4,0
2008	272	Котлеты рубленые из	60	9,7	10,1	9,0	165,0	0,0	0,0	0,0	1,6	10,4	14,8	92,9	1,6
2008	364	Соус томатный	30	0,6	3,0	2,1	36,6	0,0	0,6	0,2	0,0	2,4	3,0	6,0	0,2
		Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соевые и	30	0,7	1,9	3,5	34,6	0,0	6,2	0,0	0,8	17,4	5,1	9,7	0,3
	ТК №003	Хлеб ржанопшеничный	20	0,9	0,2	8,5	40,8	0,0	0,0	0,0	0,4	3,2	3,5	15,7	0,7
	ТК№004	Батон обогащенный	20	1,5	0,6	10,3	52,4	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	2,4	11,7	0,3
	ТК№038	Чай с лимоном	180/6/7	0,1	0,0	8,5	36,0	0,0	1,1	0,0	0,0	11,6	3,9	4,4	0,4
Итого за прием пищи:				26,3	21,3	74,6	754,4	0,2	13,5	0,4	4,9	135,6	99,1	375,4	5,0
Полдник															
2008	451	Пирожок печеный с	60	2,8	7,2	29,0	165,6	0,0	6,0	0,0	1,1	25,8	10,5	47,0	0,8
2008	435	Кефир	180	7,2	2,4	10,1	96,0	0,0	1,2	0,0	0,0	297,6	33,6	220,8	0,0
Итого за прием пищи:				10,0	9,6	39,1	261,6	0,0	7,2	0,0	1,1	323,4	44,1	267,8	0,8
Всего за день:				39,7	43,5	178,1	1 243,7	0,3	42,7	0,4	5,4	603,9	183,2	737,2	9,1
Сбалансированность:				1	1,1	4,5									

7 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
Завтрак															
2008	190	Каша из пшена и риса молочная	180	3,5	3,3	24,7	173,0	0,0	0,8	0,0	0,4	158,7	29,1	143,5	0,5
2012	3	Бутерброд с сыром	30	5,3	5,0	12,9	118,5	0,0	0,1	0,0	0,0	132,8	8,4	89,1	0,4
	ТК№040	Чай с молоком	180	3,2	2,8	13,6	77,0	0,0	0,5	0,0	0,0	98,1	12,4	69,2	0,4
Итого за прием пищи:				12,0	11,1	51,2	368,5	0,0	1,4	0,0	0,4	389,6	49,9	301,8	1,3
II Завтрак															
	ТК №002	Фрукты	80	0,6	0,5	15,5	70,5	0,0	3,0	0,0	0,5	25,7	16,2	21,6	2,7
Итого за прием пищи:				0,6	0,5	15,5	70,5	0,0	3,0	0,0	0,5	25,7	16,2	21,6	2,7
Обед															
2012	81	Суп картофельный с	180/15	3,6	4,5	20,0	164,0	0,1	3,7	0,2	3,3	35,1	29,6	77,2	1,8
2008	165	Каша ячневая	120	3,8	5,4	25,2	165,1	0,0	0,0	35,4	0,1	31,9	19,2	133,0	0,0
2008	259	Гуляш из	40/40	12,3	15,1	4,0	202,2	0,0	0,8	0,0	2,6	12,4	14,9	107,2	1,6
		Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соевые и	30	0,3	0,0	1,0	5,6	0,0	1,6	0,0	0,0	8,3	5,0	15,1	0,4
	ТК №003	Хлеб ржанопшеничный	20	0,9	0,2	8,5	40,8	0,0	0,0	0,0	0,4	3,2	3,5	15,7	0,7
	ТК№004	Батон обогащенный	20	1,5	0,6	10,3	52,4	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	2,4	11,7	0,3
2008	402	Компот из смеси сухофруктов	180	0,0	0,0	14,0	55,8	0,0	0,0	0,0	0,0	1,0	0,2	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				21,8	25,4	79,1	667,8	0,2	16,5	0,2	6,5	100,7	84,7	311,3	5,9
Полдник															
2012	472	Булочка	50	2,1	9,7	41,1	195,0	0,1	0,0	0,0	0,1	36,3	8,8	67,5	0,4
2008	435	Кефир	180	7,2	2,4	10,1	96,0	0,0	1,2	0,0	0,0	297,6	33,6	220,8	0,0
Итого за прием пищи:				8,1	11,7	49,5	275,0	0,1	1,0	0,0	0,1	284,3	36,8	251,5	0,4
Всего за день:				42,5	48,7	195,3	1 381,8	0,4	21,9	0,2	7,5	800,3	187,6	886,2	10,3

8 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
Завтрак															
2008	189	Каша пшеничная жидкая с маслом сливочным	150	5,3	6,1	25,6	178,4	0,2	0,4	0,0	0,8	84,2	29,7	111,9	0,9
2012	2	Бутерброд с джемом	30	1,4	2,1	15,8	68,0	0,0	1,8	0,0	0,1	5,2	3,3	11,5	0,3
	ТК№038	Чай с сахаром	180/10	0,1	0,0	8,5	36,0	0,0	1,1	0,0	0,0	11,6	3,9	4,4	0,4
Итого за прием пищи:				6,8	8,2	49,9	282,4	0,2	3,3	0,0	0,9	101,0	36,9	127,8	1,6
II Завтрак															
2008	442	Фрукты	80	1,0	0,2	17,8	78,0	0,0	2,9	0,4	0,0	32,4	16,2	29,2	0,4
Итого за прием пищи:				1,0	0,2	17,8	78,0	0,0	2,9	0,4	0,0	32,4	16,2	29,2	0,4
Обед															
2012	84	Суп картофельный с мясом	180/20	4,5	2,4	12,5	90,0	0,1	6,0	0,2	0,9	21,4	23,0	78,2	1,3
2008	285	Тефтели из говядины с рисом (сладкий)	60	8,3	9,0	4,6	131,9	0,0	0,2	0,0	1,2	5,8	11,0	75,5	1,2
2012	205	Макароны	100	2,3	4,0	10,4	88,4	0,0	20,5	0,1	1,8	53,3	19,1	39,9	1,2
2012	348	Соус томатный	30	0,4	1,6	1,9	23,5	0,0	0,5	0,0		4,9	3,3	5,9	0,1
		Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соевые и	30	0,3	0,0	1,0	5,6	0,0	1,6	0,0	0,0	8,3	5,0	15,1	0,4
	ТК №003	Хлеб ржанопшеничный	20	0,9	0,2	8,5	40,8	0,0	0,0	0,0	0,4	3,2	3,5	15,7	0,7
	ТК№004	Батон обогащенный	20	1,5	0,6	10,3	52,4	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	2,4	11,7	0,3
2008	402	Компот из смеси сухофруктов	180	0,0	0,0	14,0	55,8	0,0	0,0	0,0	0,0	1,0	0,2	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				19,1	17,9	74,0	488,4	0,1	29,9	0,3	4,6	115,0	71,8	253,7	5,8
Полдник															
	ТК№019	Пряники/печенье	40	19,3	12,2	25,9	295,9	0,1	0,3	0,1	0,9	195,6	28,7	228,4	0,8
	ТК№028	Кофейный напиток с	180	2,8	2,4	12,7	84,0	0,0	0,5	0,0	0,0	98,3	14,3	72,5	0,3
Итого за прием пищи:				22,1	14,6	38,6	379,9	0,0	0,8	0,1	0,9	293,9	43,0	300,9	1,1
Всего за день:				49,0	40,9	180,3	1 228,7	0,3	36,9	0,8	6,4	542,2	167,9	711,6	8,9
Сбалансированность:				1	0,8	3,7									

9 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
Завтрак															
2008	213	Яйцо вареное	40	4,9	4,5	0,3	63,0	0,0	0,0	0,1	0,8	19,8	4,3	69,1	0,9
2008	55	Икра кабачковая консервированная	40	0,7	2,1	3,0	33,7	0,0	5,1	0,0	0,8	11,3	6,1	10,4	0,1
2012	1	Бутерброд с	30	3,2	4,1	7,0	62,0	0,0	0,0	0,1	0,2	4,4	2,3	13,2	0,2
	ТК№038	Чай с лимоном	180/6/7	0,1	0,0	8,5	36,0	0,0	0,6	0,0	0,0	9,6	2,9	2,2	0,2
Итого за прием пищи:				9,0	10,7	18,8	194,7	0,0	5,7	0,2	1,8	45,1	15,6	94,9	1,4
II Завтрак															
	ТК №002	Фрукты	80	1,5	0,5	21,0	96,0	0,0	4,0	0,0	0,0	7,2	37,8	25,2	0,5
Итого за прием пищи:				1,5	0,5	21,0	96,0	0,0	4,0	0,0	0,0	7,2	37,8	25,2	0,5
Обед															
2012	76	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	180/10/5	5,5	4,5	4,0	159,0	0,1	4,4	0,2	1,7	24,0	20,2	70,4	1,1
2008	325	Рис отварной	120	3,7	6,3	32,8	203,0	0,0	0,0	0,1	0,3	3,0	19,0	61,0	0,6
2012	282	Котлета мясная из свинины	60	9,6	18,6	10,0	246,2	0,0	0,1	2,6	0,1	21,1	8,4	21,7	0,5
2012	348	Соус томатный	30	0,4	1,6	1,9	23,5	0,0	0,5	0,0		4,9	3,3	5,9	0,1
		Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соевые и	30	0,3	0,0	1,0	5,6	0,0	1,6	0,0	0,0	8,3	5,0	15,1	0,4
	ТК №003	Хлеб ржанопшеничный обогащенный	20	0,9	0,2	8,5	40,8	0,0	0,0	0,0	0,4	3,2	3,5	15,7	0,7
	ТК№004	Батон обогащенный	20	1,5	0,6	10,3	52,4	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	2,4	11,7	0,3
2008	402	Компот из смеси сухофруктов	180	0,0	0,0	14,0	55,8	0,0	0,0	0,0	0,0	1,0	0,2	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				24,3	15,6	83,9	786,3	0,1	6,9	0,3	2,6	76,6	70,1	286,8	4,5
Полдник															
2008	479	Булочка	50	8,8	2,8	35,1	173,0	0,1	0,0	0,0	0,4	43,5	10,3	77,4	0,6
2008	434	Молоко кипяченое	180	6,0	4,4	9,8	99,0	0,1	1,1	0,1	0,0	214,0	23,5	151,1	0,2
Итого за прием пищи:				14,8	7,2	44,9	272,0	0,2	1,1	0,1	0,4	257,5	33,8	228,5	0,8

ЦИКЛИЧНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 1 ДО 3 ЛЕТ ОСВОБОЖДЕННЫХ ОТ РОДИТЕЛЬСКОЙ ПЛАТЫ, ПОСЕЩАЮЩИХ С 8-10 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДОШКОЛЬНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ, В СООТВЕТСТВИИ С ФИЗИОЛОГИЧЕСКИМИ НОРМАМИ ПОТРЕБЛЕНИЯ

1 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества					
				Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг
Завтрак															
2008	189	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом	170	8,2	9,4	39,7	0,1	0,6	0,0	0,1	140,2	38,3	190,7	1,9	
2012	1	Бутерброд с маслом	30	3,2	4,1	7,0	0,0	0,0	0,1	0,2	4,4	2,3	13,2	0,2	
	ТК№035	Чай с сахаром	150/5	0,2	0,0	6,2	26,5	0,0	1,1	0,0	0,0	11,6	3,9	4,4	0,4
Итого за прием пищи:				11,6	13,5	52,9	385,9	0,1	1,7	0,1	0,3	156,2	44,5	208,3	2,5
II Завтрак															
2008	442	Сок фруктовый	150	0,4	0,4	9,8	47,0	0,0	10,0	0,0	0,6	16,0	8,0	11,0	2,2
Итого за прием пищи:				0,4	0,4	9,8	47,0	0,0	10,0	0,0	0,6	16,0	8,0	11,0	2,2
Обед															
2012	85	Суп картофельный с клецками и зеленой петрушкой	150/10/5	5,0	7,7	11,0	179,0	0,0	3,4	0,2	0,7	26,7	16,1	62,1	0,9
2012	322	Пюре картофельное	100	3,0	4,8	19,5	134,3	0,1	9,0	0,6	0,4	44,0	34,6	84,1	1,2
2012	268	Суфле из рыбы	50	13,0	12,0	3,4	173,5	0,1	0,2	0,0	1,9	52,8	38,1	185,6	0,8
	ТК№017	Овощи (свежие, мороженые, консервированные) включая соленые и квашеные, томат-пюре, зелень	20	0,3	0,0	0,7	5,2	0,0	0,8	0,0	0,0	8,3	5,0	8,6	0,2
	ТК №003	Хлеб ржано-пшеничный	15	0,9	0,2	8,5	40,8	0,0	0,0	0,0	0,4	3,2	3,5	15,7	0,7
	ТК№004	Батон обогашенный	15	1,5	0,6	10,3	52,4	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	2,4	11,7	0,3
	039	Напиток яблочный	150	0,1	0,1	23,6	96,8	0,0	0,9	0,0	0,1	10,9	3,3	2,3	0,5
Итого за прием пищи:				23,8	25,4	77,0	682,0	0,2	14,3	0,8	3,5	149,4	103,0	370,1	4,6
Полдник															
2008	479	Булочка творожная	50	8,8	2,8	35,1	173,0	0,1	0,0	0,0	0,4	43,5	10,3	77,4	0,6
2008	434	Молоко кипяченое	150	6,0	4,4	9,8	99,0	0,1	1,1	0,1	0,0	214,0	23,5	151,1	0,2
Итого за прием пищи:				14,8	7,2	44,9	272,0	0,2	1,1	0,1	0,4	257,5	33,8	228,5	0,8
Всего за день:				50,6	46,5	184,6	1 386,9	0,5	27,1	1,0	4,8	579,1	189,3	817,9	10,1

2 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества					
				Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг
Завтрак															
2012	2	Бутерброд с джемом	30	1,4	2,1	15,8	68,0	0,0	1,8	0,0	0,1	5,2	3,3	11,5	0,3
2012	93	Суп молочный с макаронными изделиями	150	5,7	5,2	19,1	147,3	0,1	0,7	0,0	0,3	150,0	18,6	114,1	0,4
	ТК№035	Чай с сахаром	150/5	0,0	0,0	8,4	34,0	0,0	0,0	0,0	0,0	9,7	3,3	3,0	0,3
Итого за прием пищи:				7,1	7,3	43,3	249,3	0,1	2,5	0,0	0,4	164,9	25,2	128,6	1,0
II Завтрак															
	ТК № 010	Фрукты	80	0,4	0,4	9,9	44,4	0,0	4,0	0,0	0,6	14,5	7,2	10,0	2,0
Итого за прием пищи:				0,4	0,4	9,9	44,4	0,0	4,0	0,0	0,6	14,5	7,2	10,0	2,0
Обед															
2012	67	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной, зеленой петрушкой	150/10/5	5,5	8,2	7,4	115,0	0,0	9,7	0,2	1,8	40,5	20,2	61,8	1,1

2008	181	Каша гречневая рассыпчатая	100	7,2	5,9	33,0	248,0	0,2	0,0	0,0	0,0	0,5	16,0	118,0	176,0	4,0
2008	466,01	Котлеты рубленые из говядины/свинины	50	9,7	10,1	9,0	165,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1,6	10,4	14,8	92,9	1,6
2008	364	Соус томатный	20	0,3	1,9	1,5	24,4	0,0	0,4	0,1	0,1	0,1	1,6	2,0	4,0	0,1
		Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соленные и квашенные, томат-пор, зелень	20	0,3	0,0	1,0	5,6	0,0	1,6	0,0	0,0	0,0	8,3	5,0	15,1	0,4
	TK №003	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	15	1,0	0,1	6,4	31,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,3	2,4	2,6	11,8	0,5
	TK №004	Батон обогащенный	15	1,1	0,5	7,7	39,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	2,6	1,8	8,8	0,2
2008	402	Компот из смеси сухофруктов	150	0,0	0,0	14,0	55,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	7,4	1,6	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				25,1	26,7	80,0	684,1	0,2	11,7	0,3	4,3	89,2	166,0	370,4	7,9	
Полдник																
2008	214	Омлет натуральный	100	12,3	16,7	2,3	119,0	0,1	0,2	0,2	0,2	4,2	80,9	13,7	183,8	2,1
	TK №003	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,9	0,2	8,5	40,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,4	3,2	3,5	15,7	0,7
	TK №035	Чай с сахаром	150/7	0,0	0,0	8,4	34,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	9,7	3,3	3,0	0,3
Итого за прием пищи:				13,2	16,9	19,2	193,8	0,1	0,2	0,2	4,6	93,8	20,5	202,5	3,1	
Всего за день:				45,8	51,3	152,4	1 171,6	0,4	18,4	0,5	9,9	362,4	218,9	711,5	14,0	

3 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества				
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг
Завтрак															
2008	189	Каша манная жидкая с маслом сливочным	150	6,1	8,2	27,4	208,0	0,0	0,5	0,0	0,9	114,4	17,1	97,5	0,4
2012	1	Бутерброд с маслом	30	3,2	4,1	7,0	62,0	0,0	0,0	0,1	0,2	4,4	2,3	13,2	0,2
	ТК№035	Чай с сахаром	150/5	0,0	0,0	8,4	34,0	0,0	0,0	0,0	0,0	9,7	3,3	3,0	0,3
Итого за прием пищи:				9,3	12,3	42,8	304,0	0,0	0,5	0,1	1,1	128,5	22,7	113,7	0,9
II Завтрак															
2008	442	Сок фруктовый	150	1,0	0,2	17,8	78,0	0,0	1,4	0,0	0,0	11,3	6,5	11,3	2,3
Итого за прием пищи:				1,0	0,2	17,8	78,0	0,0	1,4	0,0	0,0	11,3	6,5	11,3	2,3
Обед															
2012	76	Рассольник ленинградский с маслом, со сметаной	150/10/5	5,6	8,3	10,3	141,0	0,0	5,6	0,2	1,6	34,6	20,2	59,0	1,2
2008	165	Каша перловая рассыпчатая	100	2,9	4,5	20,8	135,0	0,0	0,0	29,5	0,4	12,8	12,4	101,2	0,6
2012	269	Пудинг рыбный запеченный	60	9,9	5,4	7,0	118,0	0,1	0,3	0,0	0,2	49,0	31,1	143,3	0,5
2008	43	Овоши (свежие, мороженые, консервированные), включая соевые и квашеные, томат-поре, зелень	20	0,6	6,1	4,8	76,8	0,0	1,2	0,0	2,6	5,9	2,3	4,7	0,2
	ТК №003	Хлеб ржано-пшеничный	15	1,0	0,1	6,4	31,0	0,0	0,0	0,0	0,3	2,4	2,6	11,8	0,5
	ТК№004	Батон обогащенный	15	1,1	0,5	7,7	39,3	0,0	0,0	0,0	0,0	2,6	1,8	8,8	0,2
2008	402	Компот из смеси сухофруктов	150	0,0	0,0	14,0	55,8	0,0	0,0	0,0	0,0	1,0	0,2	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				21,1	24,9	71,0	596,9	0,1	7,1	29,7	5,1	108,3	70,6	328,8	3,2
Полдник															
2012	446	Сдоба обыкновенная	50	11,1	9,5	26,6	238,4	0,0	0,7	0,3	1,9	103,5	22,3	133,1	1,0
	ТК№043	Какао с молоком	150	3,8	3,2	15,6	107,0	0,0	0,6	0,0	0,0	118,7	22,3	93,6	0,6
Итого за прием пищи:				14,9	12,7	42,2	345,4	0,0	1,3	0,3	1,9	222,2	44,6	226,7	1,6
Всего за день:				46,3	50,1	173,8	1 324,3	0,1	10,3	30,1	8,1	470,3	144,4	680,5	8,0

4 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества				
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг
Завтрак															
2008	189	Каша овсяная "геркулес" жидкая	150	6,7	9,7	24,4	211,0	0,1	0,5	0,0	1,1	123,9	46,7	162,4	1,2
2012	3	Бутерброд с сыром	30	3,4	6,9	10,0	69,0	0,0	0,0	0,0	0,0	78,2	5,1	51,7	0,3
	ТК№040	Чай с молоком	150	3,2	2,8	13,6	77,0	0,0	0,5	0,0	0,0	98,1	12,4	69,2	0,4
Итого за прием пищи:				13,3	19,4	48,0	357,0	0,1	1,0	0,0	1,1	300,2	64,2	283,3	1,9
II Завтрак															
	ТК №010	Фрукты	80	1,0	0,2	17,8	78,0	0,0	1,4	0,0	0,0	11,3	6,5	11,3	2,3
Итого за прием пищи:				1,0	0,2	17,8	78,0	0,0	1,4	0,0	0,0	11,3	6,5	11,3	2,3
Обед															
2012	82	Суп каргофельный с макаронными изделиями, птицей и зеленью петрушки	150/10/1	4,2	5,2	6,6	121,0	0,1	6,5	0,2	0,9	23,3	22,3	69,2	1,1
2012	294	Плов из курицы	150	19,4	8,0	16,8	236,6	0,2	13,9	5,9	1,7	26,6	28,1	300,3	6,2

	Оюши (свежие, мороженые, консервированные), включая соленые и квашенные, томат-пюре, зелень	20	0,3	0,0	1,0	5,6	0,0	1,6	0,0	0,0	8,3	5,0	15,1	0,4	
ТК №003	Хлеб ржано-пшеничный	15	0,9	0,2	8,5	40,8	0,0	0,0	0,0	0,4	3,2	3,5	15,7	0,7	
ТК №004	Батон обогащенный	15	1,5	0,6	10,3	52,4	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	2,4	11,7	0,3	
402	Компот из смеси сухофруктов	150	0,0	0,0	14,0	55,8	0,0	0,0	0,0	0,0	7,4	1,6	0,0	0,0	
Итого за прием пищи:			26,3	14,0	57,2	512,2	0,3	22,0	6,1	3,0	72,3	62,9	412,0	8,7	
Полдник															
2008	477	Оладьи с повидлом	60/20	2,4	5,5	0,3	190,9	0,1	0,2	0,0	0,3	34,6	10,1	57,3	0,4
	ТК №035	Чай с сахаром	150/5	0,0	0,0	8,4	34,0	0,0	0,0	0,0	0,0	9,7	3,3	3,0	0,3
Итого за прием пищи:				2,4	5,5	8,7	224,9	0,1	0,2	0,0	0,3	44,3	13,4	60,3	0,7
Всего за день:			43,0	39,1	131,7	1172,1	0,5	24,6	6,1	4,4	428,1	147,0	766,9	13,6	

5 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества				
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг
Завтрак															
2008	189	Каша рисовая жидкая с маслом сливочным	150	5,1	8,1	27,9	205,0	0,0	0,5	0,0	0,2	112,2	25,6	114,8	0,4
2012	1	Бутерброд с маслом	30	4,3	5,5	9,3	82,5	0,0	0,0	0,1	0,3	5,9	3,1	17,6	0,3
	ТК№035	Чай с сахаром	150/5	0,0	0,0	8,4	34,0	0,0	0,0	0,0	0,0	9,7	3,3	3,0	0,3
Итого за прием пищи:				9,4	13,6	45,6	321,5	0,0	0,5	0,1	0,5	127,8	32,0	135,4	1,0
II Завтрак															
2008	442	Сок фруктовый	150	1,0	0,2	17,8	78,0	0,0	2,9	0,4	0,0	32,4	16,2	29,2	0,4
Итого за прием пищи:				1,0	0,2	17,8	78,0	0,0	2,9	0,4	0,0	32,4	16,2	29,2	0,4
Обед															
2012	138	Суп картофельный с крупой	150	7,3	2,6	13,2	106,2	0,1	5,7	0,2	0,3	22,9	21,1	46,0	0,7
2012		Каша пшеничная рассыпчатая	100	0,0	4,1	0,0	37,4	0,0	0,0	29,5	0,0	1,0	0,0	1,0	0,0
2008		Биточки из мяса свинины	50	7,6	15,2	6,3	192,2	0,0	0,1	36,8	0,2	21,4	6,5	38,0	1,5
		Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соленые и квашеные, томат-поре, зелень	30	0,9	3,5	4,8	54,8	0,0	2,3	0,0	1,7	19,1	11,4	22,1	0,8
	ТК №003	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	15	0,9	0,2	8,5	40,8	0,0	0,0	0,0	0,4	3,2	3,5	15,7	0,7
	ТК№004	Ватон обогащенный	15	1,5	0,6	10,3	52,4	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	2,4	11,7	0,3
	ТК№035	Чай с сахаром	150/5	0,0	0,0	8,4	34,0	0,0	0,0	0,0	0,0	9,7	3,3	3,0	0,3
Итого за прием пищи:				18,2	26,2	51,5	517,8	0,1	8,1	66,5	2,6	80,8	48,2	137,5	4,3
Подпись															
2008	464	Слоба обжаренная	50	4,3	2,5	32,0	190,1	0,1	0,0	0,0	0,8	11,3	7,1	38,7	0,5
2008	435	Кефир	150	6,0	2,0	8,4	80,0	0,0	1,0	0,0	0,0	248,0	28,0	184,0	0,0
Итого за прием пищи:				10,3	4,5	40,4	270,1	0,1	1,0	0,0	0,8	259,3	35,1	222,7	0,5
Всего за день:				38,9	44,5	155,3	1 187,4	2	12,5	67,0	3,9	500,3	131,5	524,8	6,2

6 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества				
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг
Завтрак															
2008	189	Каша рисовая жидкая с маслом сливочным	150	5,1	8,1	27,9	205,0	0,0	0,5	0,0	0,2	112,2	25,6	114,8	0,4
2012	2	Бутерброд с джемом	30	1,4	2,1	15,8	68,0	0,0	1,8	0,0	0,1	5,2	3,3	11,5	0,3
	ТК№028	Кофейный напиток с молоком	150	2,8	2,4	12,7	84,0	0,0	0,5	0,0	0,0	98,3	14,3	72,5	0,3
Итого за прием пищи:				9,3	12,6	56,4	357,0	0,0	2,8	0,0	0,3	215,7	43,2	198,8	1,0
II Завтрак															
2008	442	Сок фруктовый	150	0,4	0,4	9,8	47,0	0,0	10,0	0,0	0,6	16,0	8,0	11,0	2,2
Итого за прием пищи:				0,4	0,4	9,8	47,0	0,0	10,0	0,0	0,6	16,0	8,0	11,0	2,2
Обед															
2012	57	Борщ с капустой и картофелем и сметаной	150/10/5	5,6	8,3	10,3	141,0	0,0	5,6	0,2	1,6	34,6	20,2	59,0	1,2
2008	181	Каша гречневая рассыпчатая	100	7,2	5,9	33,0	248,0	0,2	0,0	0,0	0,5	16,0	118,0	176,0	4,0
2008	466.01	Котлеты рубленые из говядины/свинины	50	9,7	10,1	9,0	165,0	0,0	0,0	0,0	1,6	10,4	14,8	92,9	1,6

2008	364	Соус томатный	20	0,4	2,0	1,4	24,4	0,0	0,4	0,1	0,0	1,6	2,0	4,0	0,1
		Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соевые и квашенные, томат-пюре, зелень	20	0,7	1,9	3,5	34,6	0,0	6,2	0,0	0,8	17,4	5,1	9,7	0,3
	ТК №003	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	15	0,9	0,2	8,5	40,8	0,0	0,0	0,0	0,4	3,2	3,5	15,7	0,7
	ТК №004	Батон обогащенный	15	1,5	0,6	10,3	52,4	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	2,4	11,7	0,3
	ТК №038	Чай с лимоном	150/7	0,1	0,0	8,5	36,0	0,0	1,1	0,0	0,0	11,6	3,9	4,4	0,4
	1			26,1	21,3	74,6	742,2	0,2	13,3	0,3	4,9	135,6	99,1	373,4	5,0
Подшипник															
2008	451	Пирожок печеный с капустой и яйцом	60	2,8	7,2	29,0	165,6	0,0	6,0	0,0	1,1	25,8	10,5	47,0	0,8
2012	401	Кефир	150	3,6	2,0	8,4	80,0	0,0	0,2	0,1	0,0	210,8	22,4	147,2	0,2
Итого за прием пищи:				6,4	9,2	37,4	245,6	0,0	6,2	0,1	1,1	236,6	32,9	194,2	1,0
Всего за день:				42,2	43,5	178,2	1 391,8	-2	32,3	-4	6,9	603,9	183,2	777,4	9,2

7 ДЕНЬ

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества				
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	P, мг	Fe, мг
Завтрак															
2008	190	Каша из пшена и риса молочная жидкая "дружба"	150	3,5	3,3	24,7	173,0	0,0	0,8	0,0	0,4	158,7	29,1	143,5	0,5
2012	3	Бутерброд с сыром	30	5,3	5,0	12,9	118,5	0,0	0,1	0,0	0,0	132,8	8,4	89,1	0,4
	TK №040	Чай с молоком	150	3,2	2,8	13,6	77,0	0,0	0,5	0,0	0,0	98,1	12,4	69,2	0,4
Итого за прием пищи:				12,0	11,1	51,2	368,5	0,0	1,4	0,0	0,4	389,6	49,9	301,8	1,3
II Завтрак															
	TK №002	Фрукты	80	0,6	0,5	15,5	70,5	0,0	3,0	0,0	0,5	25,7	16,2	21,6	2,7
Итого за прием пищи:				0,6	0,5	15,5	70,5	0,0	3,0	0,0	0,5	25,7	16,2	21,6	2,7
Обед															
2012	81	Суп картофельный с горохом и гречками	150/10	3,6	4,5	20,0	164,0	0,1	3,7	0,2	3,3	35,1	29,6	77,2	1,8
2008	165	Каша ячневая рассыпчатая	100	3,2	4,5	21,0	137,6	0,0	0,0	29,5	0,1	26,6	16,0	110,8	0,0
2008	259	Гуляш из говядины	30/30	9,2	11,3	3,0	151,7	0,0	0,6	0,0	2,0	9,3	11,2	80,4	1,2
		Овоши (свежие, мороженые, консервированные), включая соевые и квашеные, томат-поре, зелень	20	0,3	0,0	1,0	5,6	0,0	1,6	0,0	0,0	8,3	5,0	15,1	0,4
	TK №003	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	15	0,9	0,2	8,5	40,8	0,0	0,0	0,0	0,4	3,2	3,5	15,7	0,7
	TK №004	Батон обогащенный	15	1,5	0,6	10,3	52,4	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	2,4	11,7	0,3
2008	402	Компот из смеси сухофруктов	150	0,0	0,0	14,0	55,8	0,0	0,0	0,0	0,0	1,0	0,2	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				18,7	21,1	77,8	607,9	0,1	5,9	29,7	5,8	87,0	67,9	310,9	4,4
Полдник															
2014	249	Булочка школьная	50	2,1	9,7	41,1	195,0	0,1	0,0	0,0	0,1	36,3	8,8	67,5	0,4
2008	435	Кефир	150	6,0	2,0	8,4	80,0	0,0	1,0	0,0	0,0	248,0	28,0	184,0	0,0
Итого за прием пищи:				8,1	11,7	49,5	275,0	0,1	1,0	0,0	0,1	284,3	36,8	251,5	0,4
Всего за день:				39,4	44,4	194,0	1 321,9	2	11,3	29,7	6,8	786,6	170,8	885,8	8,8

8 ДЕНЬ

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества				
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
Завтрак															
2008	189	Каша пшениная жидкая с маслом сливочным	150	5,3	6,1	25,6	178,4	0,2	0,4	0,0	0,8	84,2	29,7	111,9	0,9
2012	2	Бутерброд с джемом	30	1,4	2,1	15,8	68,0	0,0	1,8	0,0	0,1	5,2	3,3	11,5	0,3
	TK №035	Чай с сахаром	150/5	0,1	0,0	8,5	36,0	0,0	1,1	0,0	0,0	11,6	3,9	4,4	0,4
Итого за прием пищи:				6,8	8,2	49,9	282,4	0,2	3,3	0,0	0,9	101,0	36,9	127,8	1,6
II Завтрак															
	TK №002	Фрукты	80	1,0	0,2	17,8	78,0	0,0	2,9	0,4	0,0	32,4	16,2	29,2	0,4
Итого за прием пищи:				1,0	0,2	17,8	78,0	0,0	2,9	0,4	0,0	32,4	16,2	29,2	0,4
Обед															
2012	84	Суп картофельный с мясными фрикадельками	150/15	4,5	2,4	12,5	90,0	0,1	6,0	0,2	0,9	21,4	23,0	78,2	1,3

2008	285	Тефтели из говядины с рисом (паровые)	50	8,3	9,0	4,1	131,9	0,0	0,2	0,0	1,2	5,8	11,0	75,5	1,2
2012	205	Макароны отварные	100	2,3	4,0	10,4	88,4	0,0	20,5	0,1	1,8	53,3	19,1	39,9	1,2
2012	363.01	Соус томатный	20	0,4	1,6	1,9	23,5	0,0	0,5	0,0		4,9	3,3	5,9	0,1
	ТК№015	Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соевые и квашеные, томат-пюре, зелень	20	0,3	0,0	1,0	5,6	0,0	1,6	0,0	0,0	8,3	5,0	15,1	0,4
	ТК №003	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	15	0,9	0,2	8,5	40,8	0,0	0,0	0,0	0,4	3,2	3,5	15,7	0,7
	ТК№004	Багет обогащенный	15	1,5	0,6	10,3	52,4	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	2,4	11,7	0,3
2008	402	Компот из смеси сухофруктов	180	0,0	0,0	16,8	67,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1,2	0,2	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				18,2	17,8	66,0	499,6	0,1	28,8	0,3	4,3	101,6	67,5	242,0	5,2
Полдник															
2008	224	Пряники/печенье	40	19,3	12,2	25,9	295,9	0,1	0,3	0,1	0,9	195,6	28,7	228,4	0,8
	ТК№028	Кофейный напиток с молоком	150	2,8	2,4	12,7	84,0	0,0	0,5	0,0	0,0	98,3	14,3	72,5	0,3
Итого за прием пищи:				22,1	14,6	38,6	379,9	0,1	0,8	0,1	0,9	293,9	43,0	300,9	1,1
Всего за день:				48,1	40,8	172,3	1 239,9	,4	35,8	,8	6,1	528,9	163,6	699,9	8,3

9 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества				
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг
2008	213	Яйцо вареное	40	4,9	4,5	0,3	63,0	0,0	0,0	0,1	0,8	19,8	4,3	69,1	0,9
2008	55	Икра кабачковая консервированная	30	0,7	2,1	3,0	33,7	0,0	5,1	0,0	0,8	11,3	6,1	10,4	0,1
2012	1	Бутерброд с маслом	30	3,2	4,1	7,0	62,0	0,0	0,0	0,1	0,2	4,4	2,3	13,2	0,2
TK№038		Чай с лимоном	150/7	0,1	0,0	8,5	36,0	0,0	0,6	0,0	0,0	9,6	2,9	2,2	0,2
Итого за прием пищи:				8,9	10,7	18,8	194,7	0,0	5,7	0,2	1,8	45,1	15,6	94,9	1,4
TK №002		Фрукты	80	1,5	0,5	21,0	96,0	0,0	4,0	0,0	0,0	7,2	37,8	25,2	0,5
Итого за прием пищи:				1,5	0,5	21,0	96,0	0,0	4,0	0,0	0,0	7,2	37,8	25,2	0,5
Обед															
2012	76	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150/10/5	5,5	4,5	4,0	159,0	0,1	4,4	0,2	1,7	24,0	20,2	70,4	1,1
2008	325	Рис отварной	100	3,7	6,3	32,8	203,0	0,0	0,0	0,1	0,3	3,0	19,0	61,0	0,6
2012	282	Котлета мясная из свинины	50	8,0	15,5	8,3	205,2	0,0	0,1	2,2	0,1	17,6	7,0	18,1	0,4
2012	363,01	Соус томатный	20	0,4	1,6	1,9	23,5	0,0	0,5	0,0	0,0	4,9	3,3	5,9	0,1
		Овоши (свежие, мороженые, консервированные), включая соленные и квашеные, томат-поре, зелень	20	0,3	0,0	1,0	5,6	0,0	1,6	0,0	0,0	8,3	5,0	15,1	0,4
TK №003		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	15	0,9	0,2	8,5	40,8	0,0	0,0	0,0	0,4	3,2	3,5	15,7	0,7
TK №004		Батон обогащенный	15	1,5	0,6	10,3	52,4	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	2,4	11,7	0,3
2008	402	Компот из смеси сухофруктов	150	0,0	0,0	14,0	55,8	0,0	0,0	0,0	0,0	1,0	0,2	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				20,3	28,7	80,8	745,3	0,1	6,6	2,5	2,5	65,5	60,6	197,9	3,6
2008	479	Булочка молочная	50	8,8	2,8	35,1	173,0	0,1	0,0	0,0	0,4	43,5	10,3	77,4	0,6
2008	434	Молоко кипяченое	120	4,8	3,5	7,8	79,2	0,1	0,9	0,1	0,0	171,2	18,8	120,9	0,2
Итого за прием пищи:				13,6	6,3	42,9	252,2	0,2	0,9	0,1	0,4	214,7	29,1	198,3	0,8
Всего за день:				44,3	46,2	163,5	1 288,2	3	17,2	2,8	4,7	332,5	143,1	516,3	6,3

10 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества				
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг
2008	189	Каша манная жидкая с маслом сливочным	150	6,0	8,0	27,0	203,0	0,0	0,5	0,0	0,9	111,1	16,5	94,6	0,4
2012	3	Бутерброд с сыром	30	3,4	6,9	10,0	69,0	0,0	0,0	0,0	0,0	87,4	5,4	56,0	0,4
TK№035		Чай с сахаром	150/5	0,0	0,0	8,4	34,0	0,0	0,0	0,0	0,0	9,7	3,3	3,0	0,3
Итого за прием пищи:				9,4	14,9	45,4	306,0	0,0	0,5	0,0	0,9	208,2	25,2	153,6	1,1
2008	442	Сок фруктовый	150	1,0	0,2	17,8	78,0	0,0	4,3	0,1	0,0	8,1	19,4	24,3	0,4
Итого за прием пищи:				1,0	0,2	17,8	78,0	0,0	4,3	0,1	0,0	8,1	19,4	24,3	0,4
Обед															
2012	77	Суп картофельный с курой и сметаной, зеленью петрушки	150/10/5	6,0	4,4	16,0	159,9	0,1	6,6	0,2	0,7	24,9	22,0	67,4	1,0

2012	205	Макаронные изделия отварные	100	2,8	6,7	14,3	135,5	0,1	12,3	0,3	0,2	46,4	24,6	60,3	1,2
2012	34	Печень, тушенная в соусе	50/50	17,9	7,8	7,2	172,8	0,2	12,9	5,8	1,5	22,2	20,3	253,8	5,5
	ТКС№015	Овощи (свежие, мороженые, консервированные) включая соевые и квашеные, томат-поре, зелень	20	0,4	0,0	1,3	7,0	0,0	2,0	0,0	0,1	10,4	6,3	18,9	0,5
	ТКС №003	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	15	1,0	0,1	6,4	31,0	0,0	0,0	0,0	0,3	2,4	2,6	11,8	0,5
	ТКС№004	Батон обогащенный	15	1,5	0,6	10,3	52,4	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	2,4	11,7	0,3
2012	382	Кисель из сока натурального	150	0,3	0,1	33,1	133,5	0,0	0,4	0,0	0,0	12,1	3,3	9,6	0,7
Итого за прием пищи:				29,9	19,7	88,5	692,1	0,4	34,2	6,3	2,8	121,9	81,5	433,5	9,7
Полдник															
	ТКС№019	Пряники/лепешки	40	3,6	2,8	45,0	148,0	0,0	0,0	0,0	0,0	5,9	4,9	27,0	0,5
	ТКС№040	Чай с молоком	150	3,2	2,8	13,6	77,0	0,0	0,5	0,0	0,0	98,1	12,4	69,2	0,4
Итого за прием пищи:				6,8	5,6	58,6	225,0	0,0	0,5	0,0	0,0	104,0	17,3	96,2	0,9
Всего за день:				47,1	40,4	210,3	1 301,1	-4	39,5	6,4	3,7	442,2	143,4	707,6	12,1

ЦИКЛИЧНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ ОСВОБОЖДЕННЫХ ОТ РОДИТЕЛЬСКОЙ ПЛАТЫ, ПОСЕЩАЮЩИХ С 8-10 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДОШКОЛЬНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ, В СООТВЕТСТВИИ С ФИЗИОЛОГИЧЕСКИМИ НОРМАМИ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ

1 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
Завтрак															
2008	189	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом	180	7,2	8,3	35,0	262,4	0,1	0,5	0,0	0,1	123,7	33,8	168,3	1,7
2012	1	Бутерброд с маслом	30	3,2	4,1	7,0	62,0	0,0	0,0	0,1	0,2	4,4	2,3	13,2	0,2
	ТК№038	Чай с сахаром	180/6	0,2	0,0	6,2	26,5	0,0	1,1	0,0	0,0	11,6	3,9	4,4	0,4
Итого за прием пищи:				10,6	12,4	48,2	350,9	0,1	1,6	0,1	0,3	139,7	40,0	185,9	2,3
II Завтрак															
	ТК №010	Сок фруктовый	180	0,4	0,4	9,8	47,0	0,0	10,0	0,0	0,6	16,0	8,0	11,0	2,2
Итого за прием пищи:				0,4	0,4	9,8	47,0	0,0	10,0	0,0	0,6	16,0	8,0	11,0	2,2
Обед															
2012	85	Суп картофельный с клецками и зеленью петрушки	180/10/10	5,0	7,7	11,0	179,0	0,0	3,4	0,2	0,7	26,7	16,1	62,1	0,9
2008	335	Пюре картофельное	120	3,0	4,8	19,5	134,3	0,1	9,0	0,6	0,4	44,0	34,6	84,1	1,2
2012	268	Суфле из рыбы	70	13,0	12,0	3,4	173,5	0,1	0,2	0,0	1,9	52,8	38,1	185,6	0,8
	ТК№017	Овощи (свежие, мороженые, консервированные), вклучая соленые и маринованные	30	0,3	0,0	0,7	5,2	0,0	0,8	0,0	0,0	8,3	5,0	8,6	0,2
	ТК №003	Хлеб ржано-	20	0,9	0,2	8,5	40,8	0,0	0,0	0,0	0,4	3,2	3,5	15,7	0,7
	ТК№004	Батон обогащенный	20	1,5	0,6	10,3	52,4	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	2,4	11,7	0,3
	039	Напиток яблочный	180	0,1	0,1	23,6	96,8	0,0	0,9	0,0	0,1	10,9	3,3	2,3	0,5
Итого за прием пищи:				24,6	25,4	79,1	682,0	0,2	14,3	0,8	3,6	150,2	103,9	374,2	4,8
Полдник															
2008	479	Булочка творожная	50	8,8	2,8	35,1	173,0	0,1	0,0	0,0	0,4	43,5	10,3	77,4	0,6
2008	434	Молоко кипяченое	180	6,0	4,4	9,8	99,0	0,1	1,1	0,1	0,0	214,0	23,5	151,1	0,2
Итого за прием пищи:				14,8	7,2	44,9	272,0	0,2	1,1	0,1	0,4	257,5	33,8	228,5	0,8
Всего за день:				50,5	45,4	182,0	1 351,9	0,5	27,0	1,0	4,9	563,4	185,7	799,5	10,1
Сбалансированность:				1	0,9	3,6									

2 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
Завтрак															
2012	2	Бутерброд с джемом	30	1,4	2,1	15,8	68,0	0,0	1,8	0,0	0,1	5,2	3,3	11,5	0,3
2012	93	Суп молочный с макаронными	180	5,7	5,2	19,1	147,3	0,1	0,7	0,0	0,3	150,0	18,6	114,1	0,4
	ТК№035	Чай с сахаром	180/10	0,0	0,0	8,4	34,0	0,0	0,0	0,0	0,0	9,7	3,3	3,0	0,3
Итого за прием пищи:				7,1	7,3	43,3	249,3	0,1	2,5	0,0	0,4	164,9	25,2	128,6	1,0
II Завтрак															
	ТК № 010	Фрукты	80	0,4	0,4	9,9	44,4	0,0	4,0	0,0	0,6	14,5	7,2	10,0	2,0
Итого за прием пищи:				0,4	0,4	9,9	44,4	0,0	4,0	0,0	0,6	14,5	7,2	10,0	2,0
Обед															
2012	67	Щи из свежей капусты с картофелем,	180/10/5	5,5	8,2	7,4	115,0	0,0	9,7	0,2	1,8	40,5	20,2	61,8	1,1
2008	181	Каша гречневая рассыпчатая	100	7,2	5,9	33,0	248,0	0,2	0,0	0,0	0,5	16,0	118,0	176,0	4,0
2008	272	Котлеты рубленые из говядины/свинины	60	9,7	10,1	9,0	165,0	0,0	0,0	0,0	1,6	10,4	14,8	92,9	1,6
2008	364	Соус томатный	30	0,5	2,9	2,2	36,6	0,0	0,6	0,1	0,1	2,4	3,0	6,0	0,1
	ТК№017	Овощи (свежие, мороженые, консервированные), вклучая соленые и маринованные	30	0,3	0,0	0,7	5,2	0,0	0,8	0,0	0,0	8,3	5,0	8,6	0,2
	ТК №003	Хлеб ржано-пшеничный	15	1,0	0,1	6,4	31,0	0,0	0,0	0,0	0,3	2,4	2,6	11,8	0,5
	ТК№004	Батон обогащенный	15	1,1	0,5	7,7	39,3	0,0	0,0	0,0	0,0	2,6	1,8	8,8	0,2
2008	402	Компот из смеси сухофруктов	180	0,0	0,0	14,0	55,8	0,0	0,0	0,0	0,0	7,4	1,6	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				25,3	27,8	80,7	696,3	0,2	11,9	0,3	4,2	90,0	167,0	372,4	7,9
Полдник															

2008	214	Омлет натуральный	120	12,3	16,7	2,3	119,0	0,1	0,2	0,2	4,2	80,9	13,7	183,8	2,1
	TK №003	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,9	0,2	8,5	40,8	0,0	0,0	0,0	0,4	3,2	3,5	15,7	0,7
	TK№035	Чай с сахаром	150/7	0,2	0,0	6,2	26,5	0,0	1,1	0,0	0,0	11,6	3,9	4,4	0,4
Итого за прием пищи:				14,5	17,0	20,4	204,3	0,1	2,7	0,2	5,1	100,8	28,0	225,4	3,4
Всего за день:				48,3	52,7	172,1	1 272,3	0,4	25,4	0,6	10,3	378,3	246,8	760,7	14,7
Сбалансированность:				1	1,1	3,6									

3 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
Завтрак															
2008	189	Каша манная жидкая с маслом сливочным	180	6,1	8,2	27,4	208,0	0,0	0,5	0,0	0,9	114,4	17,1	97,5	0,4
2012	1	Бутерброд с маслом	30	3,2	4,1	7,0	62,0	0,0	0,0	0,1	0,2	4,4	2,3	13,2	0,2
	TK№035	Чай с сахаром	180/10	0,0	0,0	8,4	34,0	0,0	0,0	0,0	0,0	9,7	3,3	3,0	0,3
Итого за прием пищи:				9,3	12,3	42,8	304,0	0,0	0,5	0,1	1,1	128,5	22,7	113,7	0,9
II Завтрак															
2008	442	Сок фруктовый	180	1,0	0,2	17,8	78,0	0,0	1,4	0,0	0,0	11,3	6,5	11,3	2,3
Итого за прием пищи:				4,0	4,2	52,5	224,0	0,0	1,4	0,0	0,0	21,8	13,7	43,7	3,1
Обед															
2012	76	Рассольник ленинградский с мясом со сметаной	180/10/5	5,6	8,3	10,3	141,0	0,0	5,6	0,2	1,6	34,6	20,2	59,0	1,2
2008	165	Каша перловая рассыпчатая	120	3,5	5,4	25,0	162,0	0,0	0,0	35,4	0,5	15,4	14,9	121,4	0,7
2012	269	Пудинг рыбный запеченный	70	9,9	5,4	7,0	118,0	0,1	0,3	0,0	0,2	49,0	31,1	143,3	0,5
	TK№017	Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соленые и	40	0,4	0,0	0,9	6,9	0,0	1,1	0,0	0,0	11,1	6,7	11,5	0,3
	TK №003	Хлеб ржано-пшеничный	15	1,0	0,1	6,4	31,0	0,0	0,0	0,0	0,3	2,4	2,6	11,8	0,5
	TK№004	Батон обогащенный	15	1,1	0,5	7,7	39,3	0,0	0,0	0,0	0,0	2,6	1,8	8,8	0,2
2008	402	Компот из смеси сухофруктов	180	0,0	0,0	14,0	55,8	0,0	0,0	0,0	0,0	1,0	0,2	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				22,6	24,2	78,1	620,0	0,0	15,8	1,3	6,5	159,2	85,7	306,0	4,5
Полдник															
2008	464	Сдоба обыкновенная	50	11,1	9,5	26,6	238,4	0,0	0,7	0,3	1,9	103,5	22,3	133,1	1,0
	TK№043	Какао с молоком	180	3,8	3,2	15,6	107,0	0,0	0,6	0,0	0,0	118,7	22,3	93,6	0,6
Итого за прием пищи:				14,9	12,7	42,2	345,4	0,0	1,3	0,3	1,9	222,2	44,6	226,7	1,6
Всего за день:				46,0	47,5	164,4	1 267,4	0,1	22,9	1,7	8,1	528,5	164,3	637,9	8,7
Сбалансированность:				1	1,0	3,6									

4 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
Завтрак															
2008	189	Каша овсяная "геркулес" жидкая	180	6,7	9,7	24,4	211,0	0,1	0,5	0,0	1,1	123,9	46,7	162,4	1,2
2012	3	Бутерброд с сыром	30	3,4	6,9	10,0	69,0	0,0	0,0	0,0	0,0	78,2	5,1	51,7	0,3
	TK№040	Чай с молоком	180	3,2	2,8	13,6	77,0	0,0	0,5	0,0	0,0	98,1	12,4	69,2	0,4
Итого за прием пищи:				13,3	19,4	48,0	357,0	0,1	1,0	0,0	1,1	300,2	64,2	283,3	1,9
II Завтрак															
	TK№010	Фрукты	80	1,0	0,2	17,8	78,0	0,0	1,4	0,0	0,0	11,3	6,5	11,3	2,3
Итого за прием пищи:				1,0	0,2	17,8	78,0	0,0	1,4	0,0	0,0	11,3	6,5	11,3	2,3
Обед															
2012	82	Суп картофельный с макаронными изделиями, птицей и овощами	180/10/1	4,2	5,2	6,6	121,0	0,1	6,5	0,2	0,9	23,3	22,3	69,2	1,1
2012	294	Плов из курицы	200	19,4	8,0	16,8	236,6	0,2	13,9	5,9	1,7	26,6	28,1	300,3	6,2
		Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соленые и квашеные, томат-	30	0,3	0,0	1,0	5,6	0,0	1,6	0,0	0,0	8,3	5,0	15,1	0,4
	TK №003	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,9	0,2	8,5	40,8	0,0	0,0	0,0	0,4	3,2	3,5	15,7	0,7
	TK№004	Батон обогащенный	20	1,5	0,6	10,3	52,4	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	2,4	11,7	0,3
2008	402	Компот из смеси сухофруктов	180	0,0	0,0	14,0	55,8	0,0	0,0	0,0	0,0	7,4	1,6	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				27,5	14,2	61,9	512,2	0,3	22,0	6,1	3,1	74,0	64,4	419,0	8,9

Полдник															
2008	477	Олады с повидлом	60/20	2,4	5,5	0,3	190,9	0,1	0,2	0,0	0,3	34,6	10,1	57,3	0,4
	ТК№035	Чай с сахаром	150/7	0,2	0,0	6,2	26,5	0,0	1,1	0,0	0,0	11,6	3,9	4,4	0,4
Итого за прием пищи:				8,4	7,5	8,7	270,9	0,1	1,2	0,0	0,3	282,6	38,1	241,3	0,4
Всего за день:				50,1	41,3	136,4	1 218,1	0,5	25,6	6,1	4,5	668,0	173,1	954,9	13,5
Сбалансированность:				1	0,8	2,7									

5 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
Завтрак															
2008	189	Каша рисовая жидкая с маслом сливочным	180	5,1	8,1	27,9	205,0	0,0	0,5	0,0	0,2	112,2	25,6	114,8	0,4
2012	1	Бутерброд с маслом	30	4,3	5,5	9,3	82,5	0,0	0,0	0,1	0,3	5,9	3,1	17,6	0,3
	ТК№035	Чай с сахаром	180/10	0,0	0,0	8,4	34,0	0,0	0,0	0,0	0,0	9,7	3,3	3,0	0,3
Итого за прием пищи:				9,4	13,6	45,6	321,5	0,0	0,5	0,1	0,5	127,8	32,0	135,4	1,0
II Завтрак															
2008	442	Сок фруктовый	180	1,0	0,2	17,8	78,0	0,0	2,9	0,4	0,0	32,4	16,2	29,2	0,4
Итого за прием пищи:				1,0	0,2	17,8	78,0	0,0	2,9	0,4	0,0	32,4	16,2	29,2	0,4
Обед															
2012	138	Суп картофельный с мясом	180	7,3	2,6	13,2	106,2	0,1	5,7	0,2	0,3	22,9	21,1	46,0	0,7
2012		Каша пшеничная рассыпчатая	120	0,0	4,9	0,0	44,9	0,0	0,0	35,4	0,0	1,2	0,0	1,2	0,0
2008		Биточки из мяса	60	9,1	18,2	7,6	230,6	0,0	0,1	44,2	0,2	25,7	7,8	45,6	1,8
		Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соленые и квашеные, томат-	30	0,6	2,3	3,2	36,5	0,0	1,5	0,0	1,1	12,7	7,6	14,7	0,5
	ТК №003	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,9	0,2	8,5	40,8	0,0	0,0	0,0	0,4	3,2	3,5	15,7	0,7
	ТК№004	Батон обогащенный	20	1,5	0,6	10,3	52,4	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	2,4	11,7	0,3
	ТК№035	Чай с сахаром	180/10	0,0	0,0	8,4	34,0	0,0	0,0	0,0	0,0	9,7	3,3	3,0	0,3
Итого за прием пищи:				27,9	28,8	82,0	545,4	0,2	7,8	0,2	5,4	116,8	69,9	276,8	5,1
Полдник															
2008	464	Сдоба обыкновенная	50	4,3	2,5	32,0	190,1	0,1	0,0	0,0	0,8	11,3	7,1	38,7	0,5
2008	435	Кефир	180	7,2	2,4	10,1	96,0	0,0	1,2	0,0	0,0	297,6	33,6	220,8	0,0
Итого за прием пищи:				10,3	4,5	40,4	270,1	0,2	1,0	0,0	0,8	259,3	35,1	222,7	0,5
Всего за день:				48,6	47,1	185,8	1 215,0	0,4	12,2	0,7	6,7	536,2	153,1	664,0	6,9
Сбалансированность:				1	1	3,8									

6 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
Завтрак															
2008	189	Каша рисовая жидкая с маслом сливочным	180	5,1	8,1	27,9	205,0	0,0	0,5	0,0	0,2	112,2	25,6	114,8	0,4
2012	2	Бутерброд с джемом	30	1,4	2,1	15,8	68,0	0,0	1,8	0,0	0,1	5,2	3,3	11,5	0,3
	ТК№028	Кофейный напиток с молоком	180	2,8	2,4	12,7	84,0	0,0	0,5	0,0	0,0	98,3	14,3	72,5	0,3
Итого за прием пищи:				9,3	12,6	56,4	357,0	0,0	2,8	0,0	0,3	215,7	43,2	198,8	1,0
II Завтрак															
	ТК № 006	Сок фруктовый	180	0,4	0,4	9,8	47,0	0,0	10,0	0,0	0,6	16,0	8,0	11,0	2,2
Итого за прием пищи:				0,4	0,4	9,8	47,0	0,0	10,0	0,0	0,6	16,0	8,0	11,0	2,2
Обед															
2012	57	Борщ с капустой и картофелем и сметаной	180/10/5	5,6	8,3	10,3	141,0	0,0	5,6	0,2	1,6	34,6	20,2	59,0	1,2
2008	181	Каша гречневая рассыпчатая	100	7,2	5,9	33,0	248,0	0,2	0,0	0,0	0,5	16,0	118,0	176,0	4,0
2008	272	Котлеты рубленные из говядины/свинины	60	9,7	10,1	9,0	165,0	0,0	0,0	0,0	1,6	10,4	14,8	92,9	1,6
2008	364	Соус томатный	30	0,6	3,0	2,1	36,6	0,0	0,6	0,2	0,0	2,4	3,0	6,0	0,2
		Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соленые и квашеные, томат-	30	0,7	1,9	3,5	34,6	0,0	6,2	0,0	0,8	17,4	5,1	9,7	0,3
	ТК №003	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,9	0,2	8,5	40,8	0,0	0,0	0,0	0,4	3,2	3,5	15,7	0,7
	ТК№004	Батон обогащенный	20	1,5	0,6	10,3	52,4	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	2,4	11,7	0,3

	ТК№038	Чай с лимоном	180/6/7	0,1	0,0	8,5	36,0	0,0	1,1	0,0	0,0	11,6	3,9	4,4	0,4
Итого за прием пищи:				26,3	21,3	74,6	754,4	0,2	13,5	0,4	4,9	135,6	99,1	375,4	5,0
Полдник															
2008	451	Пирожок печеный с капустой и яйцом	60	2,8	7,2	29,0	165,6	0,0	6,0	0,0	1,1	25,8	10,5	47,0	0,8
2008	435	Кефир	180	7,2	2,4	10,1	96,0	0,0	1,2	0,0	0,0	297,6	33,6	220,8	0,0
Итого за прием пищи:				10,0	9,6	39,1	261,6	0,0	7,2	0,0	1,1	323,4	44,1	267,8	0,8
Всего за день:				39,7	43,5	178,1	1 243,7	0,3	42,7	0,4	5,4	603,9	183,2	737,2	9,1
Сбалансированность:				1	1,1	4,5									

7 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
Завтрак															
2008	190	Каша из пшена и риса молочная жидкая	180	3,5	3,3	24,7	173,0	0,0	0,8	0,0	0,4	158,7	29,1	143,5	0,5
2012	3	Бутерброд с сыром	30	5,3	5,0	12,9	118,5	0,0	0,1	0,0	0,0	132,8	8,4	89,1	0,4
	ТК№040	Чай с молоком	180	3,2	2,8	13,6	77,0	0,0	0,5	0,0	0,0	98,1	12,4	69,2	0,4
Итого за прием пищи:				12,0	11,1	51,2	368,5	0,0	1,4	0,0	0,4	389,6	49,9	301,8	1,3
II Завтрак															
	ТК №002	Фрукты	80	0,6	0,5	15,5	70,5	0,0	3,0	0,0	0,5	25,7	16,2	21,6	2,7
Итого за прием пищи:				0,6	0,5	15,5	70,5	0,0	3,0	0,0	0,5	25,7	16,2	21,6	2,7
Обед															
2012	81	Суп картофельный с горохом и гречками	180/15	3,6	4,5	20,0	164,0	0,1	3,7	0,2	3,3	35,1	29,6	77,2	1,8
2008	165	Каша ячневая	120	3,8	5,4	25,2	165,1	0,0	0,0	35,4	0,1	31,9	19,2	133,0	0,0
2008	259	Гуляш из говядины	40/40	12,3	15,1	4,0	202,2	0,0	0,8	0,0	2,6	12,4	14,9	107,2	1,6
		Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соленые и квашеные томаты	30	0,3	0,0	1,0	5,6	0,0	1,6	0,0	0,0	8,3	5,0	15,1	0,4
	ТК №003	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,9	0,2	8,5	40,8	0,0	0,0	0,0	0,4	3,2	3,5	15,7	0,7
	ТК№004	Батон обогащенный	20	1,5	0,6	10,3	52,4	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	2,4	11,7	0,3
2008	402	Компот из смеси сухофруктов	180	0,0	0,0	14,0	55,8	0,0	0,0	0,0	0,0	1,0	0,2	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				21,8	25,4	79,1	667,8	0,2	16,5	0,2	6,5	100,7	84,7	311,3	5,9
Полдник															
2012	472	Булочка школьная	50	2,1	9,7	41,1	195,0	0,1	0,0	0,0	0,1	36,3	8,8	67,5	0,4
2008	435	Кефир	180	7,2	2,4	10,1	96,0	0,0	1,2	0,0	0,0	297,6	33,6	220,8	0,0
Итого за прием пищи:				8,1	11,7	49,5	275,0	0,1	1,0	0,0	0,1	284,3	36,8	251,5	0,4
Всего за день:				42,5	48,7	195,3	1 381,8	0,4	21,9	0,2	7,5	800,3	187,6	886,2	10,3
Сбалансированность:				1	1,1	4,6									

8 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
Завтрак															
2008	189	Каша пшеничная жидкая с маслом сливочным	150	5,3	6,1	25,6	178,4	0,2	0,4	0,0	0,8	84,2	29,7	111,9	0,9
2012	2	Бутерброд с джемом	30	1,4	2,1	15,8	68,0	0,0	1,8	0,0	0,1	5,2	3,3	11,5	0,3
	ТК№038	Чай с сахаром	180/10	0,1	0,0	8,5	36,0	0,0	1,1	0,0	0,0	11,6	3,9	4,4	0,4
Итого за прием пищи:				6,8	8,2	49,9	282,4	0,2	3,3	0,0	0,9	101,0	36,9	127,8	1,6
II Завтрак															
2008	442	Фрукты	80	1,0	0,2	17,8	78,0	0,0	2,9	0,4	0,0	32,4	16,2	29,2	0,4
Итого за прием пищи:				1,0	0,2	17,8	78,0	0,0	2,9	0,4	0,0	32,4	16,2	29,2	0,4
Обед															
2012	84	Суп картофельный с мясными фаршами	180/20	4,5	2,4	12,5	90,0	0,1	6,0	0,2	0,9	21,4	23,0	78,2	1,3
2008	285	Тефтели из говядины с рисом (паровые)	60	8,3	9,0	4,6	131,9	0,0	0,2	0,0	1,2	5,8	11,0	75,5	1,2
2012	205	Макароны отварные	100	2,3	4,0	10,4	88,4	0,0	20,5	0,1	1,8	53,3	19,1	39,9	1,2
2012	348	Соус томатный	30	0,4	1,6	1,9	23,5	0,0	0,5	0,0		4,9	3,3	5,9	0,1
		Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соленые и квашеные томаты	30	0,3	0,0	1,0	5,6	0,0	1,6	0,0	0,0	8,3	5,0	15,1	0,4

	TK №003	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,9	0,2	8,5	40,8	0,0	0,0	0,0	0,4	3,2	3,5	15,7	0,7
	TK№004	Батон обогащенный	20	1,5	0,6	10,3	52,4	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	2,4	11,7	0,3
2008	402	Компот из смеси сухофруктов	180	0,0	0,0	14,0	55,8	0,0	0,0	0,0	0,0	1,0	0,2	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				19,1	17,9	74,0	488,4	0,1	29,9	0,3	4,6	115,0	71,8	253,7	5,8
Полдник															
	TK№019	Печенье	40	19,3	12,2	25,9	295,9	0,1	0,3	0,1	0,9	195,6	28,7	228,4	0,8
	TK№028	Кофейный напиток с молоком	180	2,8	2,4	12,7	84,0	0,0	0,5	0,0	0,0	98,3	14,3	72,5	0,3
Итого за прием пищи:				22,1	14,6	38,6	379,9	0,0	0,8	0,1	0,9	293,9	43,0	300,9	1,1
Всего за день:				49,0	40,9	180,3	1 228,7	0,3	36,9	0,8	6,4	542,2	167,9	711,6	8,9
Сбалансированность:				1	0,8	3,7									

9 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
Завтрак															
2008	213	Яйцо вареное	40	4,9	4,5	0,3	63,0	0,0	0,0	0,1	0,8	19,8	4,3	69,1	0,9
2008	55	Икра кабачковая консервированная	40	0,7	2,1	3,0	33,7	0,0	5,1	0,0	0,8	11,3	6,1	10,4	0,1
2012	1	Бутерброд с маслом	30	3,2	4,1	7,0	62,0	0,0	0,0	0,1	0,2	4,4	2,3	13,2	0,2
	TK№038	Чай с лимоном	180/6/7	0,1	0,0	8,5	36,0	0,0	0,6	0,0	0,0	9,6	2,9	2,2	0,2
Итого за прием пищи:				9,0	10,7	18,8	194,7	0,0	5,7	0,2	1,8	45,1	15,6	94,9	1,4
II Завтрак															
	TK №002	Фрукты	80	1,5	0,5	21,0	96,0	0,0	4,0	0,0	0,0	7,2	37,8	25,2	0,5
Итого за прием пищи:				1,5	0,5	21,0	96,0	0,0	4,0	0,0	0,0	7,2	37,8	25,2	0,5
Обед															
2012	76	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	180/10/5	5,5	4,5	4,0	159,0	0,1	4,4	0,2	1,7	24,0	20,2	70,4	1,1
2008	325	Рис отварной	120	3,7	6,3	32,8	203,0	0,0	0,0	0,1	0,3	3,0	19,0	61,0	0,6
2012	282	Котлета мясная из свинины	60	9,6	18,6	10,0	246,2	0,0	0,1	2,6	0,1	21,1	8,4	21,7	0,5
2012	348	Соус томатный	30	0,4	1,6	1,9	23,5	0,0	0,5	0,0	0,0	4,9	3,3	5,9	0,1
		Овощи (свежие, мороженые, консервированные), овощная соленья и квашеные томаты	30	0,3	0,0	1,0	5,6	0,0	1,6	0,0	0,0	8,3	5,0	15,1	0,4
	TK №003	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,9	0,2	8,5	40,8	0,0	0,0	0,0	0,4	3,2	3,5	15,7	0,7
	TK№004	Батон обогащенный	20	1,5	0,6	10,3	52,4	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	2,4	11,7	0,3
2008	402	Компот из смеси сухофруктов	180	0,0	0,0	14,0	55,8	0,0	0,0	0,0	0,0	1,0	0,2	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				24,3	15,6	83,9	786,3	0,1	6,9	0,3	2,6	76,6	70,1	286,8	4,5
Полдник															
2008	479	Булочка молочная	50	8,8	2,8	35,1	173,0	0,1	0,0	0,0	0,4	43,5	10,3	77,4	0,6
2008	434	Молоко кипяченое	180	6,0	4,4	9,8	99,0	0,1	1,1	0,1	0,0	214,0	23,5	151,1	0,2
Итого за прием пищи:				14,8	7,2	44,9	272,0	0,2	1,1	0,1	0,4	257,5	33,8	228,5	0,8
Всего за день:				49,6	34,0	168,7	1 349,0	0,3	17,7	0,6	4,8	386,4	157,4	635,4	7,2
Сбалансированность:				1	0,7	3,4									

10 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
Завтрак															
2008	189	Каша манная жидкая с маслом сливочным	180	6,0	8,0	27,0	203,0	0,0	0,5	0,0	0,9	111,1	16,5	94,6	0,4
2012	3	Бутерброд с сыром	30	3,4	6,9	10,0	69,0	0,0	0,0	0,0	0,0	87,4	5,4	56,0	0,4
	TK№035	Чай с сахаром	180/10	0,0	0,0	8,4	34,0	0,0	0,0	0,0	0,0	9,7	3,3	3,0	0,3
Итого за прием пищи:				9,4	14,9	45,4	306,0	0,0	0,5	0,0	0,9	208,2	25,2	153,6	1,1
II Завтрак															
2008	442	Сок фруктовый	180	1,0	0,2	17,8	78,0	0,0	4,3	0,1	0,0	8,1	19,4	24,3	0,4
Итого за прием пищи:				1,0	0,2	17,8	78,0	0,0	4,3	0,1	0,0	8,1	19,4	24,3	0,4
Обед															
2012	77	Суп картофельный с курицей и сметаной, зеленью петрушки	180/10/5	6,0	4,4	16,0	159,9	0,1	6,6	0,2	0,7	24,9	22,0	67,4	1,0
2012	205	Макаронные изделия отварные	120	2,8	6,7	14,2	135,5	0,1	12,3	0,3	0,2	46,4	24,6	60,3	1,2
2012	261	Печень, тушеная в соусе	50/50	17,9	7,8	7,2	172,8	0,2	12,9	5,8	1,5	22,2	20,3	253,8	5,5

		Овоши (свежие, мороженые, консервированные), включая соленые и квашеные, томат-	30	0,4	0,0	1,3	7,0	0,0	2,0	0,0	0,1	10,4	6,3	18,9	0,5
	ТК №003	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,9	0,2	8,5	40,8	0,0	0,0	0,0	0,4	3,2	3,5	15,7	0,7
	ТК №004	Батон обогащенный	20	1,5	0,6	10,3	52,4	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	2,4	11,7	0,3
2012	382	Кисель из сока натурального	180	0,3	0,1	33,1	133,5	0,0	0,4	0,0	0,0	12,1	3,3	9,6	0,7
Итого за прием пищи:			30,3	19,9	91,1	701,9	0,4	34,2	6,3	2,8	122,7	82,1	436,5	9,7	
Полдник															
	ТК №019	Пряники/печенье	40	3,6	2,8	45,0	148,0	0,0	0,0	0,0	0,0	5,9	4,9	27,0	0,5
	ТК №040	Чай с молоком	180	3,2	2,8	13,6	77,0	0,0	0,5	0,0	0,0	98,1	12,4	69,2	0,4
Итого за прием пищи:			7,7	5,8	66,7	268,0	0,0	60,5	0,0	0,2	138,0	30,3	119,2	1,2	
Всего за день:			48,4	40,9	221,0	1 353,9	0,4	99,5	6,4	3,9	477,0	157,0	733,6	12,4	
Сбалансированность:			1,0	0,8	4,6										

Заведующий "Дударевский ДС"
И.В. Казьмина



Директор ООО "Пекин"

