

Согласовано:  
Директор школы  
МКОУ СОШ № 18



Утверждаю:  
Директор ООО «ТКОП»  
Т.А.Ермакова



## **ООО «Тавдинский комбинат общественного питания»**

**Примерное меню на оказание услуг по организации 2-х разового горячего питания детей в летнем лагере с дневным пребыванием с 7 до 12 и старше**

**От 27.05.2026 года**

Калорийность ( 1525-1895ккал)

## 1 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 |                               | С, мг    | А, мкг рет. экв. | Е, мг | Д, мкг | В1, мг | В2, мг | В12, мкг | В6, мкг | РР, мг | Фолиевая кислота, мкг | Са, мг               | Р, мг | Mg, мг | Fe, мг | Zn, мг | I, мкг |
| Завтрак              |                         |                                          |              |                  |         |             |                               |          |                  |       |        |        |        |          |         |        |                       |                      |       |        |        |        |        |
| 1996                 | 257/1996                | КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ           | 200/5        | 6,9              | 8,4     | 36,1        | 265,5                         | 0,5      | 13               | 0     | 0      | 0,1    | 0,1    | 0        | 0,2     | 1,1    | 14,2                  | 136,8                | 208,4 | 31,7   | 0,9    | 0,9    | 8,9    |
| КОНТР. ОТ Р.         | 7 к.о. 2002г            | Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)        | 38           | 3,0              | 0,4     | 19          | 91,6                          | 0        | 0                | 0     | 0      | 0,1    | 0      | 0        | 0       | 0,4    | 11,5                  | 7,3                  | 26,1  | 4,8    | 0,3    | 0,2    | 0,5    |
| 1997                 | 18/1997                 | БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (60)                  | 30/10/20     | 6,8              | 14,7    | 13,2        | 176,1                         | 0,1      | 42               | 0,6   | 0      | 0      | 0,1    | 0,2      | 0       | 0,3    | 10,1                  | 200,2                | 132,7 | 13,1   | 0,3    | 1,1    | 0,3    |
| 2017                 | 376/2017                | ЧАЙ С САХАРОМ                            | 200/5        | 0,1              | 0       | 4,6         | 17,1                          | 0        | 0                | 0     | 0      | 0      | 0      | 0        | 0       | 0      | 0                     | 10,7                 | 3,7   | 3,9    | 0,4    | 0      | 0      |
|                      | ПР                      | СОК ФРУКТОВЫЙ 0,2                        | 200          | 0                | 0       | 0           | 120                           | 0        | 0                | 0     | 0      | 0      | 0      | 0        | 0       | 0      | 0                     | 0                    | 0     | 0      | 0      | 0      | 0      |
| Итого за прием пищи: |                         |                                          |              | 16,8             | 23,5    | 72,9        | 670,3                         | 0,6      | 55               | 0,6   | 0      | 0,2    | 0,2    | 0,2      | 0,2     | 1,8    | 35,8                  | 355,0                | 370,9 | 53,5   | 1,9    | 2,2    | 9,7    |
| Обед                 |                         |                                          |              |                  |         |             |                               |          |                  |       |        |        |        |          |         |        |                       |                      |       |        |        |        |        |
| 2003                 | 7/2003                  | Салат "ЗДОРОВЬЕ"                         | 70           | 0,9              | 7       | 5,8         | 177,1                         | 19,7     | 3,3              | 2,9   | 0      | 0      | 0      | 0        | 0,1     | 0,3    | 4,7                   | 25,2                 | 21,4  | 9,3    | 0,6    | 0,2    | 1,8    |
| 1996                 | 110/1996                | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 250/5        | 2,3              | 6,2     | 12,3        | 160,7                         | 8,7      | 225,7            | 2,3   | 0      | 0      | 0      | 0        | 0,1     | 0,6    | 11,1                  | 52,5                 | 54,4  | 26,7   | 1,3    | 0,6    | 6,3    |
| 1996                 | 449                     | ПЛОВ (100/180)                           | 100/180      | 28,3             | 33,2    | 43,4        | 569,4                         | 2,8      | 272,6            | 6,5   | 0      | 0,1    | 0,2    | 0,6      | 0,8     | 7,4    | 18,6                  | 34,3                 | 293,9 | 60,7   | 2,4    | 2,8    | 7,3    |
| КОНТР. ОТ Р.         | 7 к.о. 2002г            | Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)        | 38           | 3,0              | 0,4     | 19          | 91,6                          | 0        | 0                | 0     | 0      | 0,1    | 0      | 0        | 0       | 0,4    | 12,1                  | 7,7                  | 26,5  | 4,9    | 0,3    | 0,2    | 0,5    |
| КОНТР. ОТ Р.         | к.о. 2023г              | Хлеб ржано-пшеничный(Булка Тавдинская)   | 38           | 3,1              | 0,3     | 19,5        | 94,3                          | 0        | 0                | 0     | 0      | 0,1    | 0      | 0        | 0       | 0,5    | 11,8                  | 7,3                  | 26,1  | 5,6    | 2,7    | 0,5    | 0,5    |
| 2003                 | 66/2003                 | НАПИТОК ВИТАМИННЫЙ ИЗ ШИПОВНИКА          | 200          | 0,7              | 0       | 8,5         | 36,9                          | 88       | 0                | 0     | 0      | 0      | 0,1    | 0        | 0       | 0,2    | 0                     | 13,2                 | 1,4   | 3,2    | 0,3    | 0      | 0      |
| Итого за прием пищи: |                         |                                          |              | 38,3             | 47,1    | 108,5       | 1130,0                        | 119,2    | 501,6            | 11,7  | 0      | 0,3    | 0,3    | 0,6      | 1,0     | 9,4    | 58,3                  | 140,2                | 423,7 | 110,4  | 7,6    | 4,3    | 16,4   |
| Всего за день:       |                         |                                          |              | 55,1             | 70,6    | 181,4       | 1800,3                        | 119,8    | 556,6            | 12,3  | 0      | 0,5    | 0,5    | 0,8      | 1,2     | 11,2   | 94,1                  | 495,2                | 794,6 | 163,9  | 9,5    | 6,5    | 26,1   |

## 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 |                               | С, мг    | А, мкг рет. экв. | Е, мг | Д, мкг | В1, мг | В2, мг | В12, мкг | В6, мкг | РР, мг | Фолиевая кислота, мкг | Са, мг               | Р, мг | Mg, мг | Fe, мг | Zn, мг | I, мкг |  |
| Завтрак              |                         |                                          |              |                  |         |             |                               |          |                  |       |        |        |        |          |         |        |                       |                      |       |        |        |        |        |  |
| 1996                 | 257/1996                | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ           | 200/5        | 5,6              | 8,2     | 38,1        | 267,9                         | 0,5      | 13               | 0,2   | 0      | 0      | 0,1    | 0        | 0,1     | 0,7    | 8,4                   | 108,0                | 131,2 | 31,7   | 0,5    | 1,0    | 9,5    |  |
| КОНТР ОТ Р.          | 7 к.о. 2002г            | Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)        | 38           | 3,0              | 0,4     | 19          | 91,6                          | 0        | 0                | 0     | 0      | 0,1    | 0      | 0        | 0       | 0,4    | 11,5                  | 7,3                  | 26,1  | 4,8    | 0,3    | 0,2    | 0,5    |  |
| 1997                 | 325/1997                | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ                            | 40           | 4,2              | 3,8     | 0,2         | 49,1                          | 7,6      | 72,4             | 0,7   | 0,8    | 0      | 0,2    | 0,2      | 0       | 0,1    | 2,4                   | 17,2                 | 60,1  | 3,8    | 0,8    | 0,4    | 7      |  |
| 2017                 | 376/2017                | ЧАЙ С САХАРОМ                            | 200/5        | 0,1              | 0       | 4,6         | 17,1                          | 0        | 0                | 0     | 0      | 0      | 0      | 0        | 0       | 0      | 0                     | 10,7                 | 3,7   | 3,9    | 0,4    | 0      | 0      |  |
| 1997                 | 688/1997                | Фрукты с/с (яблоки)                      | 100/5        | 0                | 0       | 0           | 220                           | 0        | 0                | 0     | 0      | 0      | 0      | 0        | 0       | 0      | 0                     | 0                    | 0     | 0      | 0      | 0      | 0      |  |
| Итого за прием пищи: |                         |                                          |              | 12,9             | 12,4    | 61,9        | 645,7                         | 8,1      | 85,4             | 0,9   | 0,8    | 0,1    | 0,3    | 0,2      | 0,1     | 1,2    | 22,3                  | 143,2                | 221,1 | 44,2   | 2,0    | 1,6    | 17,0   |  |
| Обед                 |                         |                                          |              |                  |         |             |                               |          |                  |       |        |        |        |          |         |        |                       |                      |       |        |        |        |        |  |
| 1996                 | 60/1996                 | Салат ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ                   | 70           | 1,1              | 7,1     | 5,4         | 158,2                         | 4,9      | 112,7            | 3,0   | 0      | 0      | 0      | 0        | 0       | 0,4    | 5,6                   | 18,9                 | 29,4  | 12,6   | 0,5    | 0,2    | 2,3    |  |
| 1997                 | 174/1997                | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПКОЙ И СО СМЕТАНОЙ | 250/5        | 2,2              | 6,3     | 13,2        | 180,8                         | 8,0      | 173,3            | 2,2   | 0      | 0      | 0      | 0        | 0,1     | 0,7    | 8,7                   | 41,3                 | 51,1  | 21,4   | 0,9    | 0,4    | 4,0    |  |
| 1996                 | 423/1996                | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ              | 100          | 13,3             | 21,3    | 17,4        | 326,3                         | 2,5      | 130,7            | 6,5   | 0      | 0      | 0,1    | 0,1      | 0,2     | 3,0    | 9,0                   | 31,5                 | 132,9 | 28,3   | 1,4    | 1,8    | 5,2    |  |
| 2017                 | 142/2017                | КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ       | 180          | 3,9              | 11,3    | 29,4        | 232,9                         | 14,4     | 205,6            | 4,9   | 0      | 0,2    | 0,1    | 0        | 0,5     | 1,9    | 15,7                  | 30,8                 | 104,0 | 43,1   | 1,8    | 0,7    | 9,1    |  |
| КОНТР ОТ Р.          | 7 к.о. 2002г            | Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)        | 38           | 3,0              | 0,4     | 19          | 91,6                          | 0        | 0                | 0     | 0      | 0,1    | 0      | 0        | 0       | 0,4    | 12,1                  | 7,7                  | 26,5  | 4,9    | 0,3    | 0,2    | 0,5    |  |
|                      | к.о. 2023               | Хлеб ржано-пшеничный(Булка Тавдинская)   | 38           | 3,1              | 0,3     | 19,5        | 94,3                          | 0        | 0                | 0     | 0      | 0,1    | 0      | 0        | 0       | 0,5    | 11,8                  | 7,3                  | 26,1  | 5,6    | 2,7    | 0,5    | 0,5    |  |
| 2003                 | 82/2003                 | Кисель детский Витошка                   | 200          | 0                | 0       | 24          | 95                            | 20,1     | 130              | 2,3   | 1,7    | 0,4    | 0,4    | 0,5      | 0,4     | 3      | 120                   | 7,3                  | 0     | 1,6    | 0      | 0      | 0      |  |
| Итого за прием пищи: |                         |                                          |              | 26,6             | 46,7    | 127,9       | 1179,1                        | 49,9     | 752,3            | 18,9  | 1,7    | 0,8    | 0,6    | 0,6      | 1,2     | 9,9    | 182,9                 | 144,8                | 370,0 | 117,5  | 7,6    | 3,8    | 21,6   |  |
| Всего за день:       |                         |                                          |              | 39,5             | 59,1    | 189,8       | 1824,8                        | 58,0     | 837,7            | 19,8  | 2,5    | 0,9    | 0,9    | 0,8      | 1,3     | 11,1   | 205,2                 | 288,0                | 591,1 | 161,7  | 9,6    | 5,4    | 38,6   |  |

## 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 |                               | С, мг    | А, мкг рет. экв. | Е, мг | Д, мкг | В1, мг | В2, мг | В12, мкг | В6, мкг | РР, мг | Фолиевая кислота, мкг | Са, мг               | Р, мг | Mg, мг | Fe, мг | Zn, мг | I, мкг |
|                      |                         |                                                  |              |                  |         |             |                               |          |                  |       |        |        |        |          |         |        |                       |                      |       |        |        |        |        |
| Завтрак              |                         |                                                  |              |                  |         |             |                               |          |                  |       |        |        |        |          |         |        |                       |                      |       |        |        |        |        |
| 1996                 | 265/1996                | ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ и молоком сгущенным | 200/20       | 13,9             | 8,5     | 64,2        | 381,4                         | 2,4      | 37,2             | 2,3   | 0,2    | 0      | 0,2    | 0,7      | 0,2     | 1,2    | 25,8                  | 144,6                | 234,3 | 51,7   | 1,9    | 1,2    | 5,0    |
| КОНТР. ОТ Р.         | 7 к.о. 2002г            | Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)                | 38           | 3,0              | 0,4     | 19          | 91,6                          | 0        | 0                | 0     | 0      | 0,1    | 0      | 0        | 0       | 0,4    | 11,5                  | 7,3                  | 26,1  | 4,8    | 0,3    | 0,2    | 0,5    |
| 2017                 | 376/2017                | ЧАЙ С САХАРОМ                                    | 200/5        | 0,1              | 0       | 4,6         | 17,1                          | 0        | 0                | 0     | 0      | 0      | 0      | 0        | 0       | 0      | 0                     | 10,7                 | 3,7   | 3,9    | 0,4    | 0      | 0      |
|                      |                         | Десерт творожный с наполнителем 6%               | 120          | 8,4              | 6       | 14,3        | 226                           | 0        | 0                | 0     | 0      | 0      | 0      | 0        | 0       | 0      | 0                     | 0                    | 0     | 0      | 0      | 0      | 0      |
| Итого за прием пищи: |                         |                                                  |              | 25,4             | 14,9    | 102,1       | 716,1                         | 2,4      | 37,2             | 2,3   | 0,2    | 0,1    | 0,2    | 0,7      | 0,2     | 1,6    | 37,3                  | 162,6                | 264,1 | 60,4   | 2,6    | 1,4    | 5,5    |
| Обед                 |                         |                                                  |              |                  |         |             |                               |          |                  |       |        |        |        |          |         |        |                       |                      |       |        |        |        |        |
| 2003                 | 10/2003                 | Салат "ЗОЛОТАЯ ОСЕНЬ"                            | 70           | 0,8              | 8,0     | 4,0         | 137,2                         | 5,7      | 169,4            | 3,7   | 0      | 0      | 0      | 0        | 0       | 0,4    | 5,1                   | 22,8                 | 18,2  | 10,5   | 0,8    | 0,1    | 2,2    |
| 1996                 | 138/1996                | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ                      | 250          | 5,7              | 5,2     | 18,3        | 140,3                         | 4,6      | 201,2            | 4,1   | 0      | 0,3    | 0      | 0        | 0,2     | 1,0    | 9,2                   | 37,8                 | 78,7  | 33,5   | 2,0    | 1,0    | 4,4    |
| 1996                 | 460/1996                | БИТОЧКИ ИЛИ КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ           | 100          | 14,9             | 17,4    | 6,8         | 235,5                         | 0,7      | 27,1             | 2,7   | 0      | 0,1    | 0,1    | 0,3      | 0,4     | 4,1    | 2,4                   | 41,8                 | 157,8 | 24,9   | 1,6    | 1,0    | 5,3    |
| 2017                 | 205/2017                | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ            | 180          | 5,7              | 9,0     | 34,2        | 236,3                         | 2,4      | 423,4            | 5,0   | 0      | 0,1    | 0      | 0        | 0,1     | 0,8    | 13,1                  | 27,7                 | 65,7  | 22,5   | 1,5    | 0,5    | 2,4    |
| 1997                 | 603/1997                | СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ                            | 30           | 0,3              | 0,6     | 2,1         | 13,8                          | 0,3      | 43,2             | 0,3   | 0      | 0      | 0      | 0        | 0       | 0      | 0,7                   | 4,4                  | 4,8   | 2,8    | 0,1    | 0      | 0,1    |
| КОНТР. ОТ Р.         | 7 к.о. 2002г            | Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)                | 38           | 3,0              | 0,4     | 19          | 91,6                          | 0        | 0                | 0     | 0      | 0,1    | 0      | 0        | 0       | 0,4    | 12,1                  | 7,7                  | 26,5  | 4,9    | 0,3    | 0,2    | 0,5    |
|                      | к.о 2023                | Хлеб ржано-пшеничный(Булка Тавдинская)           | 38           | 3,1              | 0,3     | 19,5        | 94,3                          | 0        | 0                | 0     | 0      | 0,1    | 0      | 0        | 0       | 0,5    | 11,8                  | 7,3                  | 26,1  | 5,6    | 2,7    | 0,5    | 0,5    |
| 1996                 | 588/1996                | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                      | 200          | 2,2              | 0       | 44,6        | 68                            | 2        | 0                | 0     | 0      | 0,02   | 0,04   | 0        | 0       | 0,9    | 0                     | 111                  | 77    | 30     | 6      | 0      | 0      |
| Итого за прием пищи: |                         |                                                  |              | 35,7             | 40,9    | 148,5       | 1017,0                        | 15,7     | 864,3            | 15,8  | 0      | 0,72   | 0,14   | 0,3      | 0,7     | 8,1    | 54,4                  | 260,5                | 454,8 | 134,7  | 15,0   | 3,3    | 15,4   |
| Всего за день:       |                         |                                                  |              | 61,1             | 55,8    | 250,6       | 1733,1                        | 18,1     | 901,5            | 18,1  | 0,2    | 0,82   | 0,34   | 1,0      | 0,9     | 9,7    | 91,7                  | 423,1                | 718,9 | 195,1  | 17,6   | 4,7    | 20,9   |

4 день

| Вариант<br>меню      | №<br>техноло-<br>гической<br>карты | Прием пищи,<br>наименование блюда                | Масса<br>порции | Пищевые вещества |         |                 | Энергети-<br>ческая<br>ценность,<br>ккал | Витамины |                        |       |        |        |        |             |            |        |                                  | Минеральные вещества |       |           |        |        |        |  |
|----------------------|------------------------------------|--------------------------------------------------|-----------------|------------------|---------|-----------------|------------------------------------------|----------|------------------------|-------|--------|--------|--------|-------------|------------|--------|----------------------------------|----------------------|-------|-----------|--------|--------|--------|--|
|                      |                                    |                                                  |                 | Белки, г         | Жиры, г | Углевод<br>ы, г |                                          | С, мг    | А, мкг<br>рет.<br>экв. | Е, мг | Д, мкг | В1, мг | В2, мг | В12,<br>мкг | В6,<br>мкг | РР, мг | Фоли<br>евая<br>кисло<br>та, мкг | Са, мг               | Р, мг | Mg,<br>мг | Fe, мг | Zn, мг | I, мкг |  |
|                      |                                    |                                                  |                 |                  |         |                 |                                          |          |                        |       |        |        |        |             |            |        |                                  |                      |       |           |        |        |        |  |
| 4 день               |                                    |                                                  |                 |                  |         |                 |                                          |          |                        |       |        |        |        |             |            |        |                                  |                      |       |           |        |        |        |  |
| Завтрак              |                                    |                                                  |                 |                  |         |                 |                                          |          |                        |       |        |        |        |             |            |        |                                  |                      |       |           |        |        |        |  |
| КОНТРОЛЬ             | 257/1999                           | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ<br>МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ           | 200/5           | 7,9              | 10,7    | 32,1            | 273,3                                    | 0,5      | 13                     | 1,6   | 0      | 0,2    | 0,2    | 0           | 0,1        | 0,5    | 11,5                             | 128,2                | 218,9 | 69,8      | 1,9    | 2,0    | 11,9   |  |
|                      | 7 к.о. 2002г                       | Хлеб пшеничный (Булка<br>Тавдинская)             | 38              | 3,0              | 0,4     | 19              | 91,6                                     | 0        | 0                      | 0     | 0      | 0,1    | 0      | 0           | 0          | 0,4    | 11,5                             | 7,3                  | 26,1  | 4,8       | 0,3    | 0,2    | 0,6    |  |
|                      | 2/2017                             | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И<br>ПОВИДЛОМ (60)            | 30/10/20        | 2,2              | 6,8     | 25,1            | 183,6                                    | 0        | 0                      | 0,5   | 0      | 0      | 0      | 0           | 0          | 0,3    | 7,9                              | 6,7                  | 18,3  | 4,4       | 0,4    | 0,1    | 0,3    |  |
|                      | 376/2017                           | ЧАЙ С САХАРОМ                                    | 200/5           | 0,1              | 0       | 4,6             | 17,1                                     | 0        | 0                      | 0     | 0      | 0      | 0      | 0           | 0          | 0,3    | 7,9                              | 6,7                  | 18,3  | 4,4       | 0,4    | 0,1    | 0,3    |  |
|                      | 600/1997                           | Фрукты ( мандарин)                               | 100             | 0                | 0       | 0               | 110                                      | 0        | 0                      | 0     | 0      | 0      | 0      | 0           | 0          | 0      | 0                                | 10,7                 | 3,7   | 3,9       | 0,4    | 0      | 0      |  |
| Итого за прием пищи: |                                    |                                                  |                 | 13,2             | 17,9    | 80,8            | 675,6                                    | 0,5      | 13                     | 2,1   | 0      | 0,3    | 0,2    | 0           | 0,1        | 1,2    | 30,9                             | 152,9                | 267,0 | 82,9      | 3,0    | 2,3    | 12,7   |  |
| Обед                 |                                    |                                                  |                 |                  |         |                 |                                          |          |                        |       |        |        |        |             |            |        |                                  |                      |       |           |        |        |        |  |
| 2003                 | 5/2003                             | Салат "РЫЖИК"                                    | 70              | 4,0              | 14,2    | 2,9             | 139,7                                    | 9,9      | 765,1                  | 4,9   | 0,3    | 0      | 0,1    | 0,2         | 0          | 0,4    | 5,3                              | 97,1                 | 89,6  | 19,4      | 0,8    | 0,7    | 4,7    |  |
| 1996                 | 120/1996                           | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С<br>КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 250/5           | 2,2              | 6,3     | 8,9             | 201,8                                    | 12,3     | 217,9                  | 2,2   | 0      | 0      | 0      | 0           | 0,2        | 0,7    | 9,4                              | 50,8                 | 48,6  | 22,7      | 1,1    | 0,5    | 4,8    |  |
| 1997                 | 475/1997                           | КОТЛЕТЫ МОСКОВСКИЕ                               | 100             | 13,2             | 13,8    | 2,9             | 207,6                                    | 0,3      | 11,7                   | 2,7   | 0      | 0      | 0,2    | 0,2         | 0,2        | 3,2    | 1,3                              | 12,7                 | 117,1 | 19,0      | 1,2    | 1,7    | 4,1    |  |
| 1996                 | 255/1996                           | КАША ПЕРЛОВАЯ<br>РАССЫПЧАТАЯ                     | 180             | 5,1              | 3,9     | 35,0            | 203,7                                    | 0        | 21,2                   | 2,2   | 0,1    | 0,1    | 0      | 0           | 0,2        | 1      | 13,8                             | 26,2                 | 169,6 | 21,1      | 1,2    | 0,5    | 0      |  |
| 1997                 | 603/1997                           | СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ                            | 30              | 0,3              | 0,6     | 2,1             | 13,8                                     | 0,3      | 43,2                   | 0,3   | 0      | 0      | 0      | 0           | 0          | 0      | 0,7                              | 4,4                  | 4,8   | 2,8       | 0,1    | 0      | 0,1    |  |
| КОНТРОЛЬ             | 7 к.о. 2002г                       | Хлеб пшеничный (Булка<br>Тавдинская)             | 38              | 3,0              | 0,4     | 19              | 91,6                                     | 0        | 0                      | 0     | 0      | 0,1    | 0      | 0           | 0          | 0,4    | 12,1                             | 7,7                  | 26,5  | 4,9       | 0,3    | 0,2    | 0,6    |  |
|                      | к.о. 2023                          | Хлеб ржано-пшеничный(Булка<br>Тавдинская)        | 38              | 3,1              | 0,3     | 19,5            | 94,3                                     | 0        | 0                      | 0     | 0      | 0,1    | 0      | 0           | 0          | 0,5    | 11,8                             | 7,3                  | 26,1  | 5,6       | 2,7    | 0,5    | 0,5    |  |
| 2003                 | 81/2003                            | Напиток ВИТОШКА                                  | 200             | 0                | 0       | 17              | 80                                       | 20       | 120                    | 2,34  | 1,68   | 0,3    | 0,34   | 0,5         | 0,36       | 3      | 120                              | 0                    | 0     | 0         | 0      | 0      | 0      |  |
| Итого за прием пищи: |                                    |                                                  |                 | 30,9             | 39,5    | 107,3           | 1032,5                                   | 42,8     | 1179,1                 | 14,64 | 2,08   | 0,6    | 0,64   | 0,9         | 0,96       | 9,2    | 174,4                            | 206,2                | 482,3 | 95,5      | 7,4    | 4,1    | 14,7   |  |
| Всего за день:       |                                    |                                                  |                 | 44,1             | 57,4    | 188,1           | 1708,1                                   | 43,3     | 1192,1                 | 16,74 | 2,08   | 0,9    | 0,84   | 0,9         | 1,06       | 10,4   | 205,3                            | 359,1                | 749,3 | 178,4     | 10,4   | 6,4    | 27,4   |  |

## 5 день

| Оборник<br>рецептур  | №<br>техноло-<br>гической<br>карты | Прием пищи,<br>наименование блюда              | Масса<br>порции | Пищевые вещества |         |                 | Энергети-<br>ческая<br>ценность,<br>ккал | Витамины |                        |       |        |        |        |             |            |        |                                     | Минеральные вещества |       |           |        |        |        |
|----------------------|------------------------------------|------------------------------------------------|-----------------|------------------|---------|-----------------|------------------------------------------|----------|------------------------|-------|--------|--------|--------|-------------|------------|--------|-------------------------------------|----------------------|-------|-----------|--------|--------|--------|
|                      |                                    |                                                |                 | Белки, г         | Жиры, г | Углевод<br>ы, г |                                          | С, мг    | А, мкг<br>рет.<br>экв. | Е, мг | Д, мкг | В1, мг | В2, мг | В12,<br>мкг | В6,<br>мкг | РР, мг | Фоли<br>евая<br>кисло<br>та,<br>мкг | Са, мг               | Р, мг | Mg,<br>мг | Fe, мг | Zn, мг | I, мкг |
| Завтрак              |                                    |                                                |                 |                  |         |                 |                                          |          |                        |       |        |        |        |             |            |        |                                     |                      |       |           |        |        |        |
| 1996                 | 257/1996                           | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ<br>С МАСЛОМ              | 200/10          | 8,1              | 9,4     | 39,5            | 291,3                                    | 0,5      | 12,7                   | 1,3   | 0      | 0,2    | 0,1    | 0           | 0,3        | 0,7    | 20                                  | 114,4                | 174,4 | 48,7      | 1,5    | 1,2    | 10,9   |
| КОНТР.ОТ<br>Р.       | 7 к.о. 2002г                       | Хлеб пшеничный (Булка<br>Тавдинская)           | 76              | 6,1              | 0,9     | 38              | 182,9                                    | 0        | 0                      | 0,1   | 0      | 0,1    | 0      | 0           | 0          | 0,7    | 23,0                                | 14,5                 | 51,9  | 9,7       | 0,5    | 0,4    | 0,9    |
| 2017                 | 2/2017                             | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И<br>МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ (60) | 30/10/20        | 2,8              | 9,4     | 18,3            | 174,9                                    | 0        | 3,8                    | 0,5   | 0      | 0      | 0      | 0,1         | 0          | 0,3    | 7,9                                 | 31,8                 | 36,4  | 6,2       | 0,2    | 0,2    | 1,0    |
| 2017                 | 376/2017                           | ЧАЙ С САХАРОМ                                  | 200/5           | 0,1              | 0       | 4,6             | 17,1                                     | 0        | 0                      | 0     | 0      | 0      | 0      | 0           | 0          | 0      | 0                                   | 10,7                 | 3,7   | 3,9       | 0,4    | 0      | 0      |
| Итого за прием пищи: |                                    |                                                |                 | 17,1             | 19,7    | 100,4           | 666,2                                    | 0,5      | 16,5                   | 1,9   | 0      | 0,3    | 0,1    | 0,1         | 0,3        | 1,7    | 50,9                                | 171,4                | 266,4 | 68,5      | 2,6    | 1,8    | 12,8   |
| Обед                 |                                    |                                                |                 |                  |         |                 |                                          |          |                        |       |        |        |        |             |            |        |                                     |                      |       |           |        |        |        |
| 2017                 | 24/2017                            | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ<br>И ПОМИДОР           | 70              | 0,7              | 4,3     | 2,7             | 52,7                                     | 11,7     | 47,2                   | 1,9   | 0      | 0      | 0      | 0           | 0          | 0,2    | 5,5                                 | 14,4                 | 24,3  | 11,4      | 0,6    | 0,3    | 1,7    |
| 1996                 | 129/1996                           | РАССОЛЬНИК<br>ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО<br>СМЕТАНОЙ     | 250/5           | 2,5              | 6,5     | 16,2            | 241,8                                    | 6,9      | 173,8                  | 2,5   | 0      | 0,1    | 0,1    | 0           | 0,2        | 1,0    | 8,8                                 | 49,7                 | 74,6  | 27,1      | 1,2    | 0,3    | 5,5    |
| 1996                 | 332/1996                           | ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ СО<br>СМЕТАННЫМ СОУСОМ          | 100/30          | 13,8             | 9,9     | 9,7             | 323,4                                    | 1,3      | 83,2                   | 4,2   | 0      | 0,1    | 0,1    | 0           | 0,1        | 0,7    | 13,9                                | 57,5                 | 174,5 | 32,7      | 0,7    | 0,9    | 98,4   |
| 2017                 | 305/2017                           | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ                                | 180             | 4,3              | 4,1     | 41,1            | 229,7                                    | 0        | 0                      | 0,3   | 0      | 0,1    | 0      | 0           | 0,1        | 0,8    | 12                                  | 11,9                 | 85,6  | 29,7      | 0,5    | 0,9    | 0,9    |
| КОНТР.ОТ<br>Р.       | 7 к.о. 2002г                       | Хлеб пшеничный (Булка<br>Тавдинская)           | 38              | 3,0              | 0,4     | 19              | 91,6                                     | 0        | 0                      | 0     | 0      | 0,1    | 0      | 0           | 0          | 0,4    | 12,1                                | 7,7                  | 26,5  | 4,9       | 0,3    | 0,2    | 0,5    |
|                      | к.о. 2023                          | Хлеб ржано-пшеничный(Булка<br>Тавдинская)      | 38              | 3,1              | 0,3     | 19,5            | 94,3                                     | 0        | 0                      | 0     | 0      | 0,1    | 0      | 0           | 0          | 0,5    | 11,8                                | 7,3                  | 26,1  | 5,6       | 2,7    | 0,5    | 0,5    |
| 2017                 | 379/2017                           | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                               | 200             | 3,1              | 2,4     | 11,8            | 80,8                                     | 0,5      | 13,2                   | 0     | 0      | 0      | 0,1    | 0           | 0          | 0,3    | 0                                   | 111,2                | 87,9  | 19,1      | 0,5    | 0,4    | 9      |
| Итого за прием пищи: |                                    |                                                |                 | 30,5             | 27,9    | 120,0           | 1114,3                                   | 20,4     | 317,4                  | 8,9   | 0      | 0,5    | 0,3    | 0           | 0,4        | 3,9    | 64,1                                | 259,7                | 499,5 | 130,5     | 6,5    | 3,5    | 116,5  |
| Нового за день:      |                                    |                                                |                 | 47,6             | 47,6    | 220,4           | 1780,5                                   | 20,9     | 333,9                  | 10,8  | 0      | 0,8    | 0,4    | 0,1         | 0,7        | 5,6    | 115,0                               | 431,1                | 765,9 | 199,0     | 9,1    | 5,3    | 129,3  |

## 6 день

| Серийный<br>идентификатор | №<br>техноло-<br>гической<br>карты | Прием пищи,<br>наименование блюда           | Масса<br>порции | Пищевые вещества |         |                 | Энергети-<br>ческая<br>ценность,<br>ккал | Витамины |                        |       |        |        |        |             |            |        |                                       | Минеральные вещества |       |           |        |        |        |  |
|---------------------------|------------------------------------|---------------------------------------------|-----------------|------------------|---------|-----------------|------------------------------------------|----------|------------------------|-------|--------|--------|--------|-------------|------------|--------|---------------------------------------|----------------------|-------|-----------|--------|--------|--------|--|
|                           |                                    |                                             |                 | Белки, г         | Жиры, г | Углевод<br>ы, г |                                          | С, мг    | А, мкг<br>рет.<br>экв. | Е, мг | Д, мкг | В1, мг | В2, мг | В12,<br>мкг | В6,<br>мкг | РР, мг | Фоли-<br>евая<br>кисло-<br>та,<br>мкг | Са, мг               | Р, мг | Mg,<br>мг | Fe, мг | Zn, мг | I, мкг |  |
| Завтрак                   |                                    |                                             |                 |                  |         |                 |                                          |          |                        |       |        |        |        |             |            |        |                                       |                      |       |           |        |        |        |  |
| 1996                      | 284/1996                           | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С<br>МАСЛОМ               | 200/5           | 20,1             | 32,0    | 3,8             | 387,4                                    | 33,6     | 322,5                  | 7     | 3,4    | 0,1    | 0,7    | 0,8         | 0,2        | 0,3    | 13,3                                  | 137,4                | 305,8 | 23,1      | 3,5    | 1,9    | 35,6   |  |
| КОНТР.ОТ<br>Р.            | 7 к.о. 2002г                       | Хлеб пшеничный (Булка<br>Тавдинская)        | 38              | 3,0              | 0,4     | 19              | 91,6                                     | 0        | 0                      | 0     | 0      | 0,1    | 0      | 0           | 0          | 0,4    | 11,5                                  | 7,3                  | 26,1  | 4,8       | 0,3    | 0,2    | 0,5    |  |
| 2017                      | 376/2017                           | ЧАЙ С САХАРОМ                               | 200/5           | 0,1              | 0       | 4,6             | 17,1                                     | 0        | 0                      | 0     | 0      | 0      | 0      | 0           | 0          | 0      | 0                                     | 10,7                 | 3,7   | 3,9       | 0,4    | 0      | 0      |  |
|                           | ПР                                 | Йогурт 2,5% 0,125г                          | 125             | 2,9              | 2,5     | 17              | 150                                      | 0        | 0                      | 0     | 0      | 0      | 0      | 0           | 0          | 0      | 0                                     | 0                    | 0     | 0         | 0      | 0      | 0      |  |
| Итого за прием пищи:      |                                    |                                             |                 | 26,1             | 34,9    | 44,4            | 646,1                                    | 33,6     | 322,5                  | 7     | 3,4    | 0,2    | 0,7    | 0,8         | 0,2        | 0,7    | 24,8                                  | 155,4                | 335,6 | 31,8      | 4,2    | 2,1    | 36,1   |  |
| Обед                      |                                    |                                             |                 |                  |         |                 |                                          |          |                        |       |        |        |        |             |            |        |                                       |                      |       |           |        |        |        |  |
| 1997                      | 62/1997                            | САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ<br>КАПУСТЫ            | 70              | 1,1              | 3,6     | 6,4             | 171,3                                    | 10,3     | 141,4                  | 1,5   | 0      | 0      | 0      | 0           | 0,1        | 0,4    | 6,1                                   | 29,1                 | 19,7  | 10,7      | 0,6    | 0,2    | 2,1    |  |
| 1996                      | 139/1996                           | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 250             | 2,6              | 2,4     | 18,9            | 107,9                                    | 6,6      | 161,8                  | 1,3   | 0      | 0,1    | 0,1    | 0           | 0,2        | 1,0    | 9,8                                   | 25,1                 | 57,6  | 23,5      | 1,1    | 0,5    | 4,8    |  |
| 1996                      | 443/1996                           | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ (280)                         | 280             | 22,9             | 24,9    | 24,0            | 363,2                                    | 13,3     | 488,4                  | 4,1   | 0      | 0,3    | 0,3    | 0,5         | 1,0        | 7,0    | 18,0                                  | 45,8                 | 253,1 | 60,7      | 3,2    | 2,1    | 12,7   |  |
| КОНТР.ОТ<br>Р.            | 7 к.о. 2002г                       | Хлеб пшеничный (Булка<br>Тавдинская)        | 38              | 3,0              | 0,4     | 19              | 91,6                                     | 0        | 0                      | 0     | 0      | 0,1    | 0      | 0           | 0          | 0,4    | 11,5                                  | 7,3                  | 26,1  | 4,8       | 0,3    | 0,2    | 0,5    |  |
| КОНТР.ОТ<br>Р.            | к.о.2023г                          | Хлеб ржано-пшеничный(Булка<br>Тавдинская)   | 38              | 3,1              | 0,3     | 19,5            | 94,3                                     | 0        | 0                      | 0     | 0      | 0,1    | 0      | 0           | 0          | 0,5    | 11,8                                  | 7,3                  | 26,1  | 5,6       | 2,7    | 0,5    | 0,5    |  |
| 1996                      | 588/1996                           | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>СУХОФРУКТОВ              | 200             | 2,2              | 0       | 44,6            | 68                                       | 2        | 0                      | 0     | 0      | 0,02   | 0,04   | 0           | 0          | 0,9    | 0                                     | 111                  | 77    | 30        | 6      | 0      | 0      |  |
| Итого за прием пищи:      |                                    |                                             |                 | 34,9             | 31,6    | 132,4           | 896,3                                    | 32,2     | 791,6                  | 6,9   | 0      | 0,62   | 0,44   | 0,5         | 1,3        | 10,2   | 57,2                                  | 225,6                | 459,6 | 135,3     | 13,9   | 3,5    | 20,6   |  |
| Всего за день:            |                                    |                                             |                 | 61,0             | 66,5    | 176,8           | 1542,4                                   | 65,8     | 1114,1                 | 13,9  | 3,4    | 0,82   | 1,14   | 1,3         | 1,5        | 10,9   | 82,0                                  | 381,0                | 795,2 | 167,1     | 18,1   | 5,6    | 56,7   |  |

## 7 день

| Год<br>Вариант<br>рецензур | №<br>техноло-<br>гической<br>карты | Прием пищи,<br>наименование блюда         | Масса<br>порции | Пищевые вещества |         |                 | Энергети-<br>ческая<br>ценность,<br>ккал | Витамины |                        |       |        |        |        |             |            |        |                                     | Минеральные вещества |       |           |        |        |        |
|----------------------------|------------------------------------|-------------------------------------------|-----------------|------------------|---------|-----------------|------------------------------------------|----------|------------------------|-------|--------|--------|--------|-------------|------------|--------|-------------------------------------|----------------------|-------|-----------|--------|--------|--------|
|                            |                                    |                                           |                 | Белки, г         | Жиры, г | Углевод<br>ы, г |                                          | С, мг    | А, мкг<br>рет.<br>экв. | Е, мг | Д, мкг | В1, мг | В2, мг | В12,<br>мкг | В6,<br>мкг | РР, мг | Фоли<br>евая<br>кисло<br>та,<br>мкг | Са, мг               | Р, мг | Mg,<br>мг | Fe, мг | Zn, мг | I, мкг |
|                            |                                    |                                           |                 |                  |         |                 |                                          |          |                        |       |        |        |        |             |            |        |                                     |                      |       |           |        |        |        |
| Завтрак                    |                                    |                                           |                 |                  |         |                 |                                          |          |                        |       |        |        |        |             |            |        |                                     |                      |       |           |        |        |        |
| 1996                       | 257/1996                           | КАША ПШЕНИЧНАЯ<br>МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ       | 200/5           | 8,1              | 8,5     | 40,1            | 282,8                                    | 0,5      | 12,7                   | 0     | 0      | 0,2    | 0,2    | 0           | 0          | 0,7    | 0                                   | 120,2                | 187,0 | 38,3      | 2,1    | 0,4    | 8,6    |
| КОНТРОЛЬ                   | 7 к.о. 2002г                       | Хлеб пшеничный (Булка<br>Тавдинская)      | 38              | 3,0              | 0,4     | 19              | 91,6                                     | 0        | 0                      | 0     | 0      | 0,1    | 0      | 0           | 0          | 0,4    | 11,5                                | 7,3                  | 26,1  | 4,8       | 0,3    | 0,2    | 0,5    |
| 2017                       | 376/2017                           | ЧАЙ С САХАРОМ                             | 200/5           | 0,1              | 0       | 4,6             | 17,1                                     | 0        | 0                      | 0     | 0      | 0      | 0      | 0           | 0          | 0      | 0                                   | 10,7                 | 3,7   | 3,9       | 0,4    | 0      | 0      |
|                            | ПР                                 | Молочный коктейль 2,5% 200гр              | 200             | 2,6              | 2,5     | 9,5             | 170                                      | 0        | 100                    | 1,35  | 0,9    | 0      | 0,13   | 0           | 0,21       | 0      | 0                                   | 110                  | 0     | 0         | 0      | 0      | 0      |
| Итого за прием пищи:       |                                    |                                           |                 | 13,8             | 11,4    | 73,2            | 561,5                                    | 0,5      | 112,7                  | 1,35  | 0,9    | 0,3    | 0,33   | 0           | 0,21       | 1,1    | 11,5                                | 248,2                | 216,8 | 47,0      | 2,8    | 0,6    | 9,1    |
| Обед                       |                                    |                                           |                 |                  |         |                 |                                          |          |                        |       |        |        |        |             |            |        |                                     |                      |       |           |        |        |        |
| 2003                       | 16/2003                            | Салат "БУРЯЧОК"                           | 70              | 0,8              | 10,5    | 3,7             | 277,9                                    | 2,7      | 0,6                    | 4,5   | 0      | 0      | 0      | 0           | 0          | 0,1    | 5,2                                 | 19,6                 | 21,0  | 10,9      | 0,6    | 0,2    | 2,8    |
| 1996                       | 138/1996                           | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>БОБОВЫМИ            | 250             | 5,7              | 5,2     | 18,3            | 140,3                                    | 4,6      | 201,2                  | 4,1   | 0      | 0,3    | 0      | 0           | 0,2        | 1,0    | 9,2                                 | 37,8                 | 78,7  | 33,5      | 2,0    | 1,0    | 4,4    |
| 2003                       | 50/2003                            | КОТЛЕТА ДЕТСКАЯ                           | 100             | 15,6             | 15,3    | 11,5            | 260,1                                    | 5,1      | 53,4                   | 3,2   | 0,4    | 0      | 0,2    | 0,2         | 0,2        | 3,1    | 6,6                                 | 39,0                 | 171,5 | 28,1      | 1,9    | 1,8    | 9,0    |
| 1996                       | 463/1996                           | КАША ГРЕЧНЕВАЯ<br>РАССЫПЧАТАЯ             | 180             | 10,3             | 6,1     | 48,2            | 299,5                                    | 0        | 0                      | 5,7   | 0      | 0,3    | 0,2    | 0           | 0,3        | 2,9    | 27,3                                | 22,5                 | 229,0 | 154,7     | 5,4    | 1,7    | 2,8    |
| 1997                       | 603/1997                           | СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ                     | 30              | 0,3              | 0,6     | 2,1             | 13,8                                     | 0,3      | 43,2                   | 0,3   | 0      | 0      | 0      | 0           | 0          | 0      | 0,7                                 | 4,4                  | 4,8   | 2,8       | 0,1    | 0      | 0,1    |
| КОНТРОЛЬ                   | 7 к.о. 2002г                       | Хлеб пшеничный (Булка<br>Тавдинская)      | 38              | 3,0              | 0,4     | 19              | 91,6                                     | 0        | 0                      | 0     | 0      | 0,1    | 0      | 0           | 0          | 0,4    | 11,5                                | 7,3                  | 26,1  | 4,8       | 0,3    | 0,2    | 0,5    |
| КОНТРОЛЬ                   | к.о. 2023г                         | Хлеб ржано-пшеничный(Булка<br>Тавдинская) | 38              | 3,1              | 0,3     | 19,5            | 94,3                                     | 0        | 0                      | 0     | 0      | 0,1    | 0      | 0           | 0          | 0,5    | 11,8                                | 7,3                  | 26,1  | 5,6       | 2,7    | 0,5    | 0,5    |
| 1997                       | 702/1997                           | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                          | 200             | 1                | 0       | 14,6            | 59,3                                     | 0,3      | 0                      | 0     | 0      | 0      | 0      | 0           | 0          | 0,5    | 0                                   | 37,1                 | 26,3  | 20,7      | 0,5    | 0      | 0      |
| Итого за прием пищи:       |                                    |                                           |                 | 39,8             | 38,4    | 136,9           | 1236,8                                   | 13,0     | 298,4                  | 17,8  | 0,4    | 0,8    | 0,4    | 0,2         | 0,7        | 8,5    | 72,3                                | 175,0                | 583,5 | 261,1     | 13,5   | 5,4    | 20,1   |
| Всего за день:             |                                    |                                           |                 | 53,6             | 49,8    | 210,1           | 1798,3                                   | 13,5     | 411,1                  | 19,15 | 1,3    | 1,1    | 0,73   | 0,2         | 0,91       | 9,6    | 83,8                                | 423,2                | 800,3 | 308,1     | 16,3   | 6,0    | 29,2   |

## 8 день

| Индекс рецептур      | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда           | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | Витамины |                  |       |        |        |        |          |         |        |                       | Минеральные вещества |       |        |        |        |        |
|----------------------|-------------------------|------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|----------|------------------|-------|--------|--------|--------|----------|---------|--------|-----------------------|----------------------|-------|--------|--------|--------|--------|
|                      |                         |                                          |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               | С, мг    | А, мкг рет. экв. | Е, мг | Д, мкг | В1, мг | В2, мг | В12, мкг | В6, мкг | РР, мг | Фолиевая кислота, мкг | Са, мг               | Р, мг | Mg, мг | Fe, мг | Zn, мг | I, мкг |
| Завтрак              |                         |                                          |              |                  |         |             |                               |          |                  |       |        |        |        |          |         |        |                       |                      |       |        |        |        |        |
| 1996                 | 257/1996                | КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ           | 200/5        | 6,9              | 8,4     | 36,1        | 265,5                         | 0,5      | 13               | 0     | 0      | 0,1    | 0,1    | 0        | 0,2     | 1,1    | 14,2                  | 136,8                | 208,4 | 31,7   | 0,9    | 0,9    | 8,9    |
| КОНТРОЛЬ             | 7 к.о. 2002г            | Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)        | 38           | 3,0              | 0,4     | 19          | 91,6                          | 0        | 0                | 0     | 0      | 0,1    | 0      | 0        | 0       | 0,4    | 11,5                  | 7,3                  | 26,1  | 4,8    | 0,3    | 0,2    | 0,5    |
| 1997                 | 18/1997                 | БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (60)                  | 30/10/20     | 6,8              | 14,7    | 13,2        | 176,1                         | 0,1      | 42               | 0,6   | 0      | 0      | 0,1    | 0,2      | 0       | 0,3    | 10,1                  | 200,2                | 132,7 | 13,1   | 0,3    | 1,1    | 0,3    |
| 2017                 | 376/2017                | ЧАЙ С САХАРОМ                            | 200/5        | 0,1              | 0       | 4,6         | 17,1                          | 0        | 0                | 0     | 0      | 0      | 0      | 0        | 0       | 0      | 0                     | 10,7                 | 3,7   | 3,9    | 0,4    | 0      | 0      |
|                      | ПР                      | СОК ФРУКТОВЫЙ 0,2                        | 200          | 0                | 0       | 0           | 120                           | 0        | 0                | 0     | 0      | 0      | 0      | 0        | 0       | 0      | 0                     | 0                    | 0     | 0      | 0      | 0      | 0      |
| Итого за прием пищи: |                         |                                          |              | 16,8             | 23,5    | 72,9        | 670,3                         | 0,6      | 55               | 0,6   | 0      | 0,2    | 0,2    | 0,2      | 0,2     | 1,8    | 35,8                  | 355,0                | 370,9 | 53,5   | 1,9    | 2,2    | 9,7    |
| Обед                 |                         |                                          |              |                  |         |             |                               |          |                  |       |        |        |        |          |         |        |                       |                      |       |        |        |        |        |
| 2017                 | 20/2017                 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ                  | 70           | 0,5              | 4,0     | 1,7         | 43,3                          | 6,7      | 6,7              | 1,9   | 0      | 0      | 0      | 0        | 0       | 0,1    | 2,7                   | 16,7                 | 28,3  | 9,4    | 0,7    | 0,1    | 2      |
| 1996                 | 110/1996                | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 250/5        | 2,3              | 6,2     | 12,3        | 160,7                         | 8,7      | 225,7            | 2,3   | 0      | 0      | 0      | 0        | 0,1     | 0,6    | 11,1                  | 52,5                 | 54,4  | 26,7   | 1,3    | 0,6    | 6,3    |
| 2003                 | 64/2003                 | КОЛБАСКИ ВИТАМИННЫЕ                      | 100          | 17,3             | 21,7    | 2,8         | 263,9                         | 1,0      | 158,1            | 3,8   | 0      | 0,1    | 0,1    | 0,4      | 0,5     | 4,9    | 3,8                   | 19,7                 | 152,8 | 22,8   | 1,5    | 1,2    | 4,2    |
| 2017                 | 203/2017                | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ     | 180/5        | 6,3              | 4,0     | 40,0        | 231,6                         | 0        | 0                | 1,3   | 0      | 0,1    | 0      | 0        | 0,1     | 0,6    | 12,6                  | 12,8                 | 49,8  | 9,2    | 1,2    | 0,4    | 0,9    |
| 1997                 | 603/1997                | СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ                    | 30           | 0,3              | 0,6     | 2,1         | 13,8                          | 0,3      | 43,2             | 0,3   | 0      | 0      | 0      | 0        | 0       | 0      | 0,7                   | 4,4                  | 4,8   | 2,8    | 0,1    | 0      | 0,1    |
| КОНТРОЛЬ             | 7 к.о. 2002г            | Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)        | 38           | 3,0              | 0,4     | 19          | 91,6                          | 0        | 0                | 0     | 0      | 0,1    | 0      | 0        | 0       | 0,4    | 11,5                  | 7,3                  | 26,1  | 4,8    | 0,3    | 0,2    | 0,5    |
| КОНТРОЛЬ             | к.о. 2023г              | Хлеб ржано-пшеничный(Булка Тавдинская)   | 38           | 3,1              | 0,3     | 19,5        | 94,3                          | 0        | 0                | 0     | 0      | 0,1    | 0      | 0        | 0       | 0,5    | 11,8                  | 7,3                  | 26,1  | 5,6    | 2,7    | 0,5    | 0,5    |
| 2003                 | 66/2003                 | НАПИТОК ВИТАМИННЫЙ ИЗ ШИПОВНИКА          | 200          | 0,7              | 0       | 8,5         | 36,9                          | 88       | 0                | 0     | 0      | 0      | 0,1    | 0        | 0       | 0,2    | 0                     | 13,2                 | 1,4   | 3,2    | 0,3    | 0      | 0      |
| Итого за прием пищи: |                         |                                          |              | 33,5             | 37,2    | 105,9       | 936,1                         | 104,7    | 433,7            | 9,6   | 0      | 0,4    | 0,2    | 0,4      | 0,7     | 7,3    | 54,2                  | 133,9                | 343,7 | 84,5   | 8,1    | 3,0    | 14,5   |
| Всего за день:       |                         |                                          |              | 50,3             | 60,7    | 178,8       | 1606,4                        | 105,3    | 488,7            | 10,2  | 0      | 0,6    | 0,4    | 0,6      | 0,9     | 9,1    | 90,0                  | 488,9                | 714,6 | 138,0  | 10,0   | 5,2    | 24,2   |

## 9 день

| Оборник<br>рецептур  | №<br>техноло-<br>гической<br>карты | Прием пищи,<br>наименование блюда       | Масса<br>порции | Пищевые вещества |         |                 | Энергети-<br>ческая<br>ценность,<br>ккал | Витамины |                        |       |        |        |        |             |            |        |                                     | Минеральные вещества |       |           |        |        |  |
|----------------------|------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------|------------------|---------|-----------------|------------------------------------------|----------|------------------------|-------|--------|--------|--------|-------------|------------|--------|-------------------------------------|----------------------|-------|-----------|--------|--------|--|
|                      |                                    |                                         |                 | Белки, г         | Жиры, г | Углевод<br>ы, г |                                          | С, мг    | А, мкг<br>рет.<br>экв. | Е, мг | Д, мкг | В1, мг | В2, мг | В12,<br>мкг | В6,<br>мкг | РР, мг | Фоли<br>евая<br>кисло<br>та,<br>мкг | Са, мг               | Р, мг | Mg,<br>мг | Fe, мг | Zn, мг |  |
|                      |                                    |                                         |                 |                  |         |                 |                                          |          |                        |       |        |        |        |             |            |        |                                     |                      |       |           |        |        |  |
| 9 день               |                                    |                                         |                 |                  |         |                 |                                          |          |                        |       |        |        |        |             |            |        |                                     |                      |       |           |        |        |  |
| Завтрак              |                                    |                                         |                 |                  |         |                 |                                          |          |                        |       |        |        |        |             |            |        |                                     |                      |       |           |        |        |  |
| 1996                 | 257/1996                           | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ          | 200/5           | 5,6              | 8,2     | 38,1            | 267,9                                    | 0,5      | 13                     | 0,2   | 0      | 0      | 0,1    | 0           | 0,1        | 0,7    | 8,4                                 | 108,0                | 131,2 | 31,7      | 0,5    | 1,0    |  |
| КОНТР. ОТ<br>Р.      | 7 к.о. 2002г                       | Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)       | 38              | 3,0              | 0,4     | 19              | 91,6                                     | 0        | 0                      | 0     | 0      | 0,1    | 0      | 0           | 0,4        | 11,5   | 7,3                                 | 26,1                 | 4,8   | 0,3       | 0,2    |        |  |
| 1997                 | 325/1997                           | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ                           | 40              | 4,2              | 3,8     | 0,2             | 49,1                                     | 7,6      | 72,4                   | 0,7   | 0,8    | 0      | 0,2    | 0,2         | 0          | 0,1    | 2,4                                 | 17,2                 | 60,1  | 3,8       | 0,8    | 0,4    |  |
| 2017                 | 376/2017                           | ЧАЙ С САХАРОМ                           | 200/5           | 0,1              | 0       | 4,6             | 17,1                                     | 0        | 0                      | 0     | 0      | 0      | 0      | 0           | 0          | 0      | 10,7                                | 3,7                  | 3,9   | 0,4       | 0      |        |  |
| 1997                 | 688/1997                           | Фрукты с/с (яблоки)                     | 100/5           | 0                | 0       | 0               | 220                                      | 0        | 0                      | 0     | 0      | 0      | 0      | 0           | 0          | 0      | 0                                   | 0                    | 0     | 0         | 0      |        |  |
| Итого за прием пищи: |                                    |                                         |                 | 12,9             | 12,4    | 61,9            | 645,7                                    | 8,1      | 85,4                   | 0,9   | 0,8    | 0,1    | 0,3    | 0,2         | 0,1        | 1,2    | 22,3                                | 143,2                | 221,1 | 44,2      | 2,0    | 1,6    |  |
| Обед                 |                                    |                                         |                 |                  |         |                 |                                          |          |                        |       |        |        |        |             |            |        |                                     |                      |       |           |        |        |  |
| 2003                 | 16/2003                            | Салат "ОКТЯБРЬСКИЙ"                     | 70              | 0,8              | 6,6     | 3,6             | 222,4                                    | 1,7      | 347,5                  | 3,0   | 0      | 0      | 0      | 0           | 0,2        | 4,8    | 22,9                                | 24,0                 | 14,4  | 0,6       | 0,2    |        |  |
| 1997                 | 174/1997                           | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ И СО СМЕТАНОЙ | 250/5           | 2,2              | 6,3     | 13,2            | 180,8                                    | 8,0      | 173,3                  | 2,2   | 0      | 0      | 0      | 0           | 0,1        | 0,7    | 8,7                                 | 41,3                 | 51,1  | 21,4      | 0,9    | 0,4    |  |
| 1996                 | 416/1996                           | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ               | 100             | 14,3             | 14,1    | 7,0             | 231,5                                    | 0,8      | 13,4                   | 2,6   | 0      | 0      | 0,2    | 0,2         | 0,2        | 3,5    | 2,1                                 | 29,2                 | 148,3 | 26,2      | 1,6    | 1,8    |  |
| 1996                 | 256                                | КАША ПЕРЛОВАЯ С ОВОЩАМИ                 | 180             | 5,6              | 5,2     | 37,6            | 224,5                                    | 0,5      | 86,4                   | 3,3   | 0      | 0,1    | 0      | 0           | 0,2        | 1,1    | 15,9                                | 28,0                 | 183,4 | 25,0      | 1,3    | 0,7    |  |
| 1997                 | 603/1997                           | СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ                   | 30              | 0,3              | 0,6     | 2,1             | 13,8                                     | 0,3      | 43,2                   | 0,3   | 0      | 0      | 0      | 0           | 0          | 0      | 0,7                                 | 4,4                  | 4,8   | 2,8       | 0,1    | 0      |  |
| КОНТР. ОТ<br>Р.      | 7 к.о. 2002г                       | Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)       | 38              | 3,0              | 0,4     | 19              | 91,6                                     | 0        | 0                      | 0     | 0      | 0,1    | 0      | 0           | 0          | 0,4    | 11,5                                | 7,3                  | 26,1  | 4,8       | 0,3    | 0,2    |  |
| КОНТР. ОТ<br>Р.      | к.о. 2023г                         | Хлеб ржано-пшеничный (Булка Тавдинская) | 38              | 3,1              | 0,3     | 19,5            | 94,3                                     | 0        | 0                      | 0     | 0      | 0,1    | 0      | 0           | 0          | 0,5    | 11,8                                | 7,3                  | 26,1  | 5,6       | 2,7    | 0,5    |  |
| 2003                 | 82/2003                            | Кисель детский Витошка                  | 200             | 0                | 0       | 24              | 95                                       | 20,1     | 130                    | 2,3   | 1,7    | 0,4    | 0,4    | 0,5         | 0,4        | 3      | 120                                 | 7,3                  | 0     | 1,6       | 0      | 0      |  |
| Итого за прием пищи: |                                    |                                         |                 | 29,3             | 33,5    | 126,0           | 1153,9                                   | 31,4     | 793,8                  | 13,7  | 1,7    | 0,7    | 0,6    | 0,7         | 0,9        | 9,4    | 175,5                               | 147,7                | 463,8 | 101,8     | 7,5    | 3,8    |  |
| Всего за день:       |                                    |                                         |                 | 42,2             | 45,9    | 187,9           | 1799,6                                   | 39,5     | 879,2                  | 14,6  | 2,5    | 0,8    | 0,9    | 0,9         | 1,0        | 10,6   | 197,8                               | 290,9                | 684,9 | 146,0     | 9,5    | 5,4    |  |

10 день

| Вариант рецептур     | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда           | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | Витамины |                  |       |        |        |        |          |         |        |                       | Минеральные вещества |       |        |        |        |        |
|----------------------|-------------------------|------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|----------|------------------|-------|--------|--------|--------|----------|---------|--------|-----------------------|----------------------|-------|--------|--------|--------|--------|
|                      |                         |                                          |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               | С, мг    | А, мкг рет. экв. | Е, мг | Д, мкг | В1, мг | В2, мг | В12, мкг | В6, мкг | РР, мг | Фолиевая кислота, мкг | Са, мг               | Р, мг | Mg, мг | Fe, мг | Zn, мг | I, мкг |
|                      |                         |                                          |              |                  |         |             |                               |          |                  |       |        |        |        |          |         |        |                       |                      |       |        |        |        |        |
| Завтрак              |                         |                                          |              |                  |         |             |                               |          |                  |       |        |        |        |          |         |        |                       |                      |       |        |        |        |        |
| 2017                 | 190                     | ПУДИНГ МАННЫЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ       | 200/20       | 10,5             | 12,1    | 60,5        | 391,7                         | 4,8      | 60,5             | 3,4   | 0,4    | 0,1    | 0,3    | 0,2      | 0,1     | 0,8    | 12,9                  | 135,0                | 163,4 | 27,1   | 1,4    | 0,9    | 10,3   |
| КОНТРОЛЬ             | 7 к.о. 2002г            | Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)        | 38           | 3,0              | 0,4     | 19          | 91,6                          | 0        | 0                | 0     | 0      | 0,1    | 0      | 0        | 0       | 0,4    | 11,5                  | 7,3                  | 26,1  | 4,8    | 0,3    | 0,2    | 0,5    |
|                      | 376/2017                | ЧАЙ С САХАРОМ                            | 200/5        | 0,1              | 0       | 4,6         | 17,1                          | 0        | 0                | 0     | 0      | 0      | 0      | 0        | 0       | 0      | 0                     | 10,7                 | 3,7   | 3,9    | 0,4    | 0      | 0      |
|                      | ПР                      | Десерт творожный с наполнителем 6%       | 120          | 8,4              | 6       | 14,3        | 226                           | 0        | 0                | 0     | 0      | 0      | 0      | 0        | 0       | 0      | 0                     | 0                    | 0     | 0      | 0      | 0      | 0      |
| Итого за прием пищи: |                         |                                          |              | 22,0             | 18,5    | 98,4        | 726,4                         | 4,8      | 60,5             | 3,4   | 0,4    | 0,2    | 0,3    | 0,2      | 0,1     | 1,2    | 24,4                  | 153,0                | 193,2 | 35,8   | 2,1    | 1,1    | 10,8   |
| Обед                 |                         |                                          |              |                  |         |             |                               |          |                  |       |        |        |        |          |         |        |                       |                      |       |        |        |        |        |
| 2003                 | 10/2003                 | САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ЧЕСНОКОМ       | 70           | 1,1              | 10,5    | 5,9         | 215,2                         | 19,7     | 281,3            | 4,5   | 0      | 0      | 0      | 0        | 0,1     | 0,4    | 5,5                   | 31,4                 | 22,6  | 12,5   | 0,5    | 0,3    | 2,0    |
| 1996                 | 139/1996                | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 250          | 2,6              | 2,4     | 18,9        | 107,9                         | 6,6      | 161,8            | 1,3   | 0      | 0,1    | 0,1    | 0        | 0,2     | 1,0    | 9,8                   | 25,1                 | 57,6  | 23,5   | 1,1    | 0,5    | 4,8    |
| 2017                 | 301/2017                | КНЕЛИ ИЗ МЯСА КУР С РИСОМ                | 100          | 17,5             | 20,7    | 5,4         | 266,5                         | 0,8      | 30,4             | 2,4   | 0      | 0,1    | 0,1    | 0,4      | 0,5     | 4,7    | 4,7                   | 14,9                 | 148,6 | 20,2   | 1,2    | 1,3    | 3,9    |
| 1996                 | 463/1996                | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ               | 180          | 10,3             | 6,1     | 48,2        | 299,5                         | 0        | 0                | 5,7   | 0      | 0,3    | 0,2    | 0        | 0,3     | 2,9    | 27,3                  | 22,5                 | 229,0 | 154,7  | 5,4    | 1,7    | 2,8    |
| 1997                 | 603/1997                | СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ                    | 30           | 0,3              | 0,6     | 2,1         | 13,8                          | 0,3      | 43,2             | 0,3   | 0      | 0      | 0      | 0        | 0       | 0      | 0,7                   | 4,4                  | 4,8   | 2,8    | 0,1    | 0      | 0,1    |
| КОНТРОЛЬ             | 7 к.о. 2002г            | Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)        | 38           | 3,0              | 0,4     | 19          | 91,6                          | 0        | 0                | 0     | 0      | 0,1    | 0      | 0        | 0       | 0,4    | 11,5                  | 7,3                  | 26,1  | 4,8    | 0,3    | 0,2    | 0,5    |
|                      | к.о. 2023г              | Хлеб ржано-пшеничный (Булка Тавдинская)  | 38           | 3,1              | 0,3     | 19,5        | 94,3                          | 0        | 0                | 0     | 0      | 0,1    | 0      | 0        | 0       | 0,5    | 11,8                  | 7,3                  | 26,1  | 5,6    | 2,7    | 0,5    | 0,5    |
| 2003                 | 81/2003                 | Напиток ВИТОШКА                          | 200          | 0                | 0       | 17          | 80                            | 20       | 120              | 2,34  | 1,68   | 0,3    | 0,34   | 0,5      | 0,36    | 3      | 120                   | 0                    | 0     | 0      | 0      | 0      | 0      |
| Итого за прием пищи: |                         |                                          |              | 37,9             | 41,0    | 136,0       | 1168,8                        | 47,4     | 636,7            | 16,54 | 1,68   | 1,0    | 0,74   | 0,9      | 1,46    | 12,9   | 191,3                 | 112,9                | 514,8 | 224,1  | 11,3   | 4,5    | 14,6   |
| Итого за день:       |                         |                                          |              | 59,9             | 59,5    | 234,4       | 1895,2                        | 52,2     | 697,2            | 19,94 | 2,08   | 1,2    | 1,04   | 1,1      | 1,56    | 14,1   | 215,7                 | 265,9                | 708,0 | 259,9  | 13,4   | 5,6    | 25,4   |

# 11 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 |                               | С, мг    | А, мкг рет. экв. | Е, мг | Д, мкг | В1, мг | В2, мг | В12, мкг | В6, мкг | РР, мг | Фолиевая кислота, мкг | Са, мг               | Р, мг | Mg, мг | Fe, мг | Zn, мг | I, мкг |
|                      |                         |                                        |                                    |                  |         |             |                               |          |                  |       |        |        |        |          |         |        |                       |                      |       |        |        |        |        |
| Завтрак              |                         |                                        |                                    |                  |         |             |                               |          |                  |       |        |        |        |          |         |        |                       |                      |       |        |        |        |        |
| 1996                 | 257/1996                | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ    | 200/5                              | 7,9              | 10,7    | 32,1        | 273,3                         | 0,5      | 13               | 1,6   | 0      | 0,2    | 0,2    | 0        | 0,1     | 0,5    | 11,5                  | 128,2                | 218,9 | 69,8   | 1,9    | 2,0    | 11,9   |
| КОНТРОЛЬ             | 7 к.о. 2002г            | Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)      | 38                                 | 3,0              | 0,4     | 19          | 91,6                          | 0        | 0                | 0     | 0      | 0,1    | 0      | 0        | 0       | 0,4    | 11,5                  | 7,3                  | 26,1  | 4,8    | 0,3    | 0,2    | 0,5    |
|                      | ИИ17                    | 2/2017                                 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И ПОВИДЛОМ (60) | 30/10/20         | 2,2     | 6,8         | 25,1                          | 183,6    | 0                | 0     | 0,5    | 0      | 0      | 0        | 0       | 0,3    | 7,9                   | 6,7                  | 18,3  | 4,4    | 0,4    | 0,1    | 0,3    |
|                      | ИИ17                    | 376/2017                               | ЧАЙ С САХАРОМ                      | 200/5            | 0,1     | 0           | 4,6                           | 17,1     | 0                | 0     | 0      | 0      | 0      | 0        | 0       | 0      | 0                     | 10,7                 | 3,7   | 3,9    | 0,4    | 0      | 0      |
|                      | 1997                    | 688/1997                               | Фрукты ( мандарин)                 | 100              | 0       | 0           | 0                             | 110      | 0                | 0     | 0      | 0      | 0      | 0        | 0       | 0      | 0                     | 0                    | 0     | 0      | 0      | 0      | 0      |
| Итого за прием пищи: |                         |                                        |                                    | 13,2             | 17,9    | 80,8        | 675,6                         | 0,5      | 13               | 2,1   | 0      | 0,3    | 0,2    | 0        | 0,1     | 1,2    | 30,9                  | 152,9                | 267,0 | 82,9   | 3,0    | 2,3    | 12,7   |
| Обед                 |                         |                                        |                                    |                  |         |             |                               |          |                  |       |        |        |        |          |         |        |                       |                      |       |        |        |        |        |
| 2003                 | 5/2003                  | Салат "РЫЖИК"                          | 70                                 | 4,0              | 14,2    | 2,9         | 139,7                         | 9,9      | 765,1            | 4,9   | 0,3    | 0      | 0,1    | 0,2      | 0       | 0,4    | 5,3                   | 97,1                 | 89,6  | 19,4   | 0,8    | 0,7    | 4,7    |
| 1996                 | 138/1996                | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ            | 250                                | 5,7              | 5,2     | 18,3        | 140,3                         | 4,6      | 201,2            | 4,1   | 0      | 0,3    | 0      | 0        | 0,2     | 1,0    | 9,2                   | 37,8                 | 78,7  | 33,5   | 2,0    | 1,0    | 4,4    |
| 1996                 | 303                     | Рыба Минтай припущенный                | 100                                | 19,2             | 1       | 0,7         | 392,6                         | 0,5      | 81,3             | 0,3   | 0      | 0,1    | 0,1    | 0        | 0,1     | 1,3    | 6,9                   | 50,2                 | 276,0 | 64,2   | 0,9    | 1,4    | 188,6  |
| 1996                 | 472/1996                | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ                      | 180                                | 3,7              | 4,8     | 24,2        | 167,5                         | 12,5     | 7,2              | 0,2   | 0      | 0,2    | 0,1    | 0        | 0,5     | 1,6    | 12,3                  | 43,4                 | 100,3 | 35,0   | 1,4    | 0,7    | 10,1   |
| КОНТРОЛЬ             | 330/2017                | СОУС СМЕТАННЫЙ                         | 30                                 | 0,4              | 1       | 1,8         | 20,8                          | 0        | 9                | 0     | 0      | 0      | 0      | 0        | 0       | 0      | 0,6                   | 8,2                  | 6,1   | 1,2    | 0      | 0      | 0,7    |
|                      | 7 к.о. 2002г            | Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)      | 38                                 | 3,0              | 0,4     | 19          | 91,6                          | 0        | 0                | 0     | 0      | 0,1    | 0      | 0        | 0       | 0,4    | 11,5                  | 7,3                  | 26,1  | 4,8    | 0,3    | 0,2    | 0,5    |
| КОНТРОЛЬ             | к.о.2023г               | Хлеб ржано-пшеничный(Булка Тавдинская) | 38                                 | 3,1              | 0,3     | 19,5        | 94,3                          | 0        | 0                | 0     | 0      | 0,1    | 0      | 0        | 0       | 0,5    | 11,8                  | 7,3                  | 26,1  | 5,6    | 2,7    | 0,5    | 0,5    |
|                      | 1997                    | 702/1997                               | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                   | 200              | 1       | 0           | 14,6                          | 59,3     | 0,3              | 0     | 0      | 0      | 0      | 0        | 0       | 0,5    | 0                     | 37,1                 | 26,3  | 20,7   | 0,5    | 0      | 0      |
| Итого за прием пищи: |                         |                                        |                                    | 40,1             | 26,9    | 101,0       | 1106,1                        | 27,8     | 1063,8           | 9,5   | 0,3    | 0,8    | 0,3    | 0,2      | 0,8     | 5,7    | 57,6                  | 288,4                | 629,2 | 184,4  | 8,6    | 4,5    | 209,5  |
| Итого за день:       |                         |                                        |                                    | 53,3             | 44,8    | 181,8       | 1781,7                        | 28,3     | 1076,8           | 11,6  | 0,3    | 1,1    | 0,5    | 0,2      | 0,9     | 6,9    | 88,5                  | 441,3                | 896,2 | 267,3  | 11,6   | 6,8    | 222,2  |

12 день

| 12 день              |                         |                                             |              |                  |         |             |                               |          |                  |       |        |        |        |          |         |        |                       |                      |       |        |        |        |        |
|----------------------|-------------------------|---------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|----------|------------------|-------|--------|--------|--------|----------|---------|--------|-----------------------|----------------------|-------|--------|--------|--------|--------|
| Год                  | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда              | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | Витамины |                  |       |        |        |        |          |         |        |                       | Минеральные вещества |       |        |        |        |        |
|                      |                         |                                             |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               | С, мг    | А, мкг рет. экв. | Е, мг | Д, мкг | В1, мг | В2, мг | В12, мкг | В6, мкг | РР, мг | Фолиевая кислота, мкг | Са, мг               | Р, мг | Mg, мг | Fe, мг | Zn, мг | I, мкг |
| Завтрак              |                         |                                             |              |                  |         |             |                               |          |                  |       |        |        |        |          |         |        |                       |                      |       |        |        |        |        |
| 1999                 | 257/1999                | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ              | 200/10       | 8,1              | 9,4     | 39,5        | 291,3                         | 0,5      | 12,7             | 1,3   | 0      | 0,2    | 0,1    | 0        | 0,3     | 0,7    | 20                    | 114,4                | 174,4 | 48,7   | 1,5    | 1,2    | 10,9   |
| 2002                 | 7 к.о. 2002г            | Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)           | 76           | 6,1              | 0,9     | 38          | 182,9                         | 0        | 0                | 0,1   | 0      | 0,1    | 0      | 0        | 0       | 0,7    | 23,0                  | 14,5                 | 51,9  | 9,7    | 0,5    | 0,4    | 0,9    |
| 2017                 | 8/2017                  | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ (60) | 30/10/20     | 2,8              | 9,4     | 18,3        | 174,9                         | 0        | 3,8              | 0,5   | 0      | 0      | 0      | 0,1      | 0       | 0,3    | 7,9                   | 31,8                 | 36,4  | 6,2    | 0,2    | 0,2    | 1,0    |
| 2017                 | 379/2017                | ЧАЙ С САХАРОМ                               | 200/5        | 0,1              | 0       | 4,6         | 17,1                          | 0        | 0                | 0     | 0      | 0      | 0      | 0        | 0       | 0      | 0                     | 10,7                 | 3,7   | 3,9    | 0,4    | 0      | 0      |
| Итого за прием пищи: |                         |                                             |              | 17,1             | 19,7    | 100,4       | 666,2                         | 0,5      | 16,5             | 1,9   | 0      | 0,3    | 0,1    | 0,1      | 0,3     | 1,7    | 50,9                  | 171,4                | 266,4 | 68,5   | 2,6    | 1,8    | 12,8   |
| Обед                 |                         |                                             |              |                  |         |             |                               |          |                  |       |        |        |        |          |         |        |                       |                      |       |        |        |        |        |
| 2017                 | 23/2017                 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ                   | 70           | 0,8              | 4,0     | 3,4         | 52,7                          | 14,2     | 67               | 2,0   | 0      | 0      | 0      | 0        | 0,1     | 0,3    | 6,9                   | 13,5                 | 22,8  | 12,5   | 0,7    | 0,2    | 1,5    |
| 1999                 | 129/1999                | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ        | 250/5        | 2,5              | 6,5     | 16,2        | 241,8                         | 6,9      | 173,8            | 2,5   | 0      | 0,1    | 0,1    | 0        | 0,2     | 1,0    | 8,8                   | 49,7                 | 74,6  | 27,1   | 1,2    | 0,3    | 5,5    |
| 1999                 | 423/1999                | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ                 | 100          | 13,3             | 21,3    | 17,4        | 326,3                         | 2,5      | 130,7            | 6,5   | 0      | 0      | 0,1    | 0,1      | 0,2     | 3,0    | 9,0                   | 31,5                 | 132,9 | 28,3   | 1,4    | 1,8    | 5,2    |
| 2017                 | 142/2017                | КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ           | 180          | 3,9              | 11,3    | 29,4        | 232,9                         | 14,4     | 205,6            | 4,9   | 0      | 0,2    | 0,1    | 0        | 0,5     | 1,9    | 15,7                  | 30,8                 | 104,0 | 43,1   | 1,8    | 0,7    | 9,1    |
| КОНТРОЛЬ             | 7 к.о. 2002г            | Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)           | 38           | 3,0              | 0,4     | 19          | 91,6                          | 0        | 0                | 0     | 0      | 0,1    | 0      | 0        | 0       | 0,4    | 11,5                  | 7,3                  | 26,1  | 4,8    | 0,3    | 0,2    | 0,5    |
| КОНТРОЛЬ             | к.о.2023г               | Хлеб ржано-пшеничный(Булка Тавдинская)      | 38           | 3,1              | 0,3     | 19,5        | 94,3                          | 0        | 0                | 0     | 0      | 0,1    | 0      | 0        | 0       | 0,5    | 11,8                  | 7,3                  | 26,1  | 5,6    | 2,7    | 0,5    | 0,5    |
| 2017                 | 379/2017                | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                            | 200          | 3,1              | 2,4     | 11,8        | 80,8                          | 0,5      | 13,2             | 0     | 0      | 0      | 0,1    | 0        | 0       | 0,3    | 0                     | 111,2                | 87,9  | 19,1   | 0,5    | 0,4    | 9      |
| Итого за прием пищи: |                         |                                             |              | 29,7             | 46,2    | 116,7       | 1120,4                        | 38,5     | 590,3            | 15,9  | 0      | 0,5    | 0,4    | 0,1      | 1,0     | 7,4    | 63,7                  | 251,3                | 474,4 | 140,5  | 8,6    | 4,1    | 31,3   |
| Итого за день:       |                         |                                             |              | 46,8             | 65,9    | 217,1       | 1786,6                        | 39,0     | 606,8            | 17,8  | 0      | 0,8    | 0,5    | 0,2      | 1,3     | 9,1    | 114,6                 | 422,7                | 740,8 | 209,0  | 11,2   | 5,9    | 44,1   |

13 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 |                               | С, мг    | А, мкг рет. экв. | Е, мг | Д, мкг | В1, мг | В2, мг | В12, мкг | В6, мкг | РР, мг | Фолиевая кислота, мкг | Са, мг               | Р, мг | Mg, мг | Fe, мг | Zn, мг | I, мкг |
|                      |                         |                                          |              |                  |         |             |                               |          |                  |       |        |        |        |          |         |        |                       |                      |       |        |        |        |        |
| Завтрак              |                         |                                          |              |                  |         |             |                               |          |                  |       |        |        |        |          |         |        |                       |                      |       |        |        |        |        |
| 1999                 | 284/1996                | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ               | 200/5        | 20,1             | 32,0    | 3,8         | 387,4                         | 33,6     | 322,5            | 7     | 3,4    | 0,1    | 0,7    | 0,8      | 0,2     | 0,3    | 13,3                  | 137,4                | 305,8 | 23,1   | 3,5    | 1,9    | 35,6   |
| КОНТРОЛЬ             | 7 к.о. 2002г            | Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)        | 38           | 3,0              | 0,4     | 19          | 91,6                          | 0        | 0                | 0     | 0      | 0,1    | 0      | 0        | 0       | 0,4    | 11,5                  | 7,3                  | 26,1  | 4,8    | 0,3    | 0,2    | 0,5    |
|                      | 376/2017                | ЧАЙ С САХАРОМ                            | 200/5        | 0,1              | 0       | 4,6         | 17,1                          | 0        | 0                | 0     | 0      | 0      | 0      | 0        | 0       | 0      | 0                     | 10,7                 | 3,7   | 3,9    | 0,4    | 0      | 0      |
|                      | ПР                      | Йогурт 2,5% 0,125г                       | 125          | 2,9              | 2,5     | 17          | 150                           | 0        | 0                | 0     | 0      | 0      | 0      | 0        | 0       | 0      | 0                     | 0                    | 0     | 0      | 0      | 0      | 0      |
| Итого за прием пищи: |                         |                                          |              | 26,1             | 34,9    | 44,4        | 646,1                         | 33,6     | 322,5            | 7     | 3,4    | 0,2    | 0,7    | 0,8      | 0,2     | 0,7    | 24,8                  | 155,4                | 335,6 | 31,8   | 4,2    | 2,1    | 36,1   |
| Обед                 |                         |                                          |              |                  |         |             |                               |          |                  |       |        |        |        |          |         |        |                       |                      |       |        |        |        |        |
|                      |                         | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ                 | 70           | 1                | 4,0     | 5,5         | 59,7                          | 2,7      | 1                | 1,9   | 0      | 0      | 0      | 0        | 0       | 0,1    | 8,6                   | 23,5                 | 26,1  | 13,2   | 0,8    | 0,3    | 4,7    |
| 1999                 | 139/1996                | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 250          | 2,6              | 2,4     | 18,9        | 107,9                         | 6,6      | 161,8            | 1,3   | 0      | 0,1    | 0,1    | 0        | 0,2     | 1,0    | 9,8                   | 25,1                 | 57,6  | 23,5   | 1,1    | 0,5    | 4,8    |
| 1999                 | 460/1996                | БИТОЧКИ ИЛИ КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ   | 100          | 14,9             | 17,4    | 6,8         | 235,5                         | 0,7      | 27,1             | 2,7   | 0      | 0,1    | 0,1    | 0,3      | 0,4     | 4,1    | 2,4                   | 41,8                 | 157,8 | 24,9   | 1,6    | 1,0    | 5,3    |
| 2017                 | 305/2017                | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ                          | 180          | 4,3              | 4,1     | 41,1        | 229,7                         | 0        | 0                | 0,3   | 0      | 0,1    | 0      | 0        | 0,1     | 0,8    | 12                    | 11,9                 | 85,6  | 29,7   | 0,5    | 0,9    | 0,9    |
| 1997                 | 603/1997                | СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ                    | 30           | 0,3              | 0,6     | 2,1         | 13,8                          | 0,3      | 43,2             | 0,3   | 0      | 0      | 0      | 0        | 0,1     | 0,8    | 12                    | 11,9                 | 85,6  | 29,7   | 0,5    | 0,9    | 0,9    |
| КОНТРОЛЬ             | 7 к.о. 2002г            | Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)        | 38           | 3,0              | 0,4     | 19          | 91,6                          | 0        | 0                | 0     | 0      | 0,1    | 0      | 0        | 0       | 0      | 0,7                   | 4,4                  | 4,8   | 2,8    | 0,1    | 0      | 0,1    |
|                      | к о 2023г               | Хлеб ржано-пшеничный(Булка Тавдинская)   | 38           | 3,1              | 0,3     | 19,5        | 94,3                          | 0        | 0                | 0     | 0      | 0,1    | 0      | 0        | 0       | 0,5    | 11,8                  | 7,3                  | 26,1  | 4,8    | 0,3    | 0,2    | 0,5    |
| 1999                 | 588/1996                | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ              | 200          | 2,2              | 0       | 44,6        | 68                            | 2        | 0                | 0     | 0      | 0,02   | 0,04   | 0        | 0       | 0,9    | 0                     | 111                  | 77    | 30     | 6      | 0      | 0      |
| Итого за прием пищи: |                         |                                          |              | 31,4             | 29,2    | 157,5       | 900,5                         | 12,3     | 233,1            | 6,5   | 0      | 0,52   | 0,24   | 0,3      | 0,7     | 7,8    | 56,8                  | 232,3                | 461,1 | 134,5  | 13,1   | 3,4    | 16,8   |
| Итого за день:       |                         |                                          |              | 57,5             | 64,1    | 201,9       | 1546,6                        | 45,9     | 555,6            | 13,5  | 3,4    | 0,72   | 0,94   | 1,1      | 0,9     | 8,5    | 81,6                  | 387,7                | 796,7 | 166,3  | 17,3   | 5,5    | 52,9   |

## 14 день

| №<br>испытания<br>испытанных<br>вариантов | Прием пищи,<br>наименование блюда | Масса<br>порции                                  | Пищевые вещества |         |                 | Энергети-<br>ческая<br>ценность,<br>ккал | Витамины |                        |       |        |        |        |             |            |        |                                  | Минеральные вещества |       |           |        |        |        |      |
|-------------------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------------------------|------------------|---------|-----------------|------------------------------------------|----------|------------------------|-------|--------|--------|--------|-------------|------------|--------|----------------------------------|----------------------|-------|-----------|--------|--------|--------|------|
|                                           |                                   |                                                  | Белки, г         | Жиры, г | Углевод<br>ы, г |                                          | С, мг    | А, мкг<br>рет.<br>экв. | Е, мг | Д, мкг | В1, мг | В2, мг | В12,<br>мкг | В6,<br>мкг | РР, мг | Фоли<br>евая<br>кисло<br>та, мкг | Са, мг               | Р, мг | Mg,<br>мг | Fe, мг | Zn, мг | I, мкг |      |
| Завтрак                                   |                                   |                                                  |                  |         |                 |                                          |          |                        |       |        |        |        |             |            |        |                                  |                      |       |           |        |        |        |      |
| 1998                                      | 24/1998                           | КАША ПШЕНИЧНАЯ<br>МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ              | 200/5            | 8,1     | 8,5             | 40,1                                     | 282,8    | 0,5                    | 12,7  | 0      | 0      | 0,2    | 0,2         | 0          | 0      | 0,7                              | 0                    | 120,2 | 187,0     | 38,3   | 2,1    | 0,4    | 8,6  |
| 1999                                      | 7 к.о. 2002г                      | Хлеб пшеничный (Булка<br>Тавдинская)             | 38               | 3,0     | 0,4             | 19                                       | 91,6     | 0                      | 0     | 0      | 0      | 0,1    | 0           | 0          | 0      | 0,4                              | 11,5                 | 7,3   | 26,1      | 4,8    | 0,3    | 0,2    | 0,5  |
| 2017                                      | 3/6/2017                          | ЧАЙ С САХАРОМ                                    | 200/5            | 0,1     | 0               | 4,6                                      | 17,1     | 0                      | 0     | 0      | 0      | 0      | 0           | 0          | 0      | 0                                | 10,7                 | 3,7   | 3,9       | 0,4    | 0      | 0      |      |
| 199                                       | ГР                                | Молочный коктейль 2,5% 200гр                     | 200              | 2,6     | 2,5             | 9,5                                      | 170      | 0                      | 100   | 1,35   | 0,9    | 0      | 0,13        | 0          | 0,21   | 0                                | 110                  | 0     | 0         | 0      | 0      | 0      |      |
| Итого за прием пищи:                      |                                   |                                                  |                  | 13,8    | 11,4            | 73,2                                     | 561,5    | 0,5                    | 112,7 | 1,35   | 0,9    | 0,3    | 0,33        | 0          | 0,21   | 1,1                              | 11,5                 | 248,2 | 216,8     | 47,0   | 2,8    | 0,6    | 9,1  |
| Обед                                      |                                   |                                                  |                  |         |                 |                                          |          |                        |       |        |        |        |             |            |        |                                  |                      |       |           |        |        |        |      |
| 2017                                      | 24/2017                           | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ<br>И ПОМИДОР             | 70               | 0,7     | 4,3             | 2,7                                      | 52,7     | 11,7                   | 47,2  | 1,9    | 0      | 0      | 0           | 0          | 0      | 0,2                              | 5,5                  | 14,4  | 24,3      | 11,4   | 0,6    | 0,3    | 1,7  |
| 1998                                      | 120/1998                          | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С<br>КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 250/5            | 2,2     | 6,3             | 9,0                                      | 202,4    | 12,4                   | 217,9 | 2,2    | 0      | 0      | 0           | 0          | 0,2    | 0,7                              | 9,5                  | 50,9  | 49,0      | 22,9   | 1,1    | 0,5    | 4,8  |
| 2003                                      | 52                                | КОТЛЕТА АЛЕНУШКИНА<br>ЗАГАДКА                    | 100              | 15,1    | 14,7            | 10,0                                     | 250,8    | 4,5                    | 33,8  | 2,8    | 0,2    | 0      | 0,2         | 0,2        | 0,3    | 3,6                              | 4,4                  | 32,8  | 168,7     | 30,2   | 2,1    | 1,8    | 8,1  |
| 2017                                      | 203/2017                          | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ          | 180/5            | 6,3     | 4,0             | 40,0                                     | 231,6    | 0                      | 0     | 1,3    | 0      | 0,1    | 0           | 0          | 0,1    | 0,6                              | 12,6                 | 12,8  | 49,8      | 9,2    | 1,2    | 0,4    | 0,9  |
| 1997                                      | 603/1997                          | СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ                            | 30               | 0,3     | 0,6             | 2,1                                      | 13,8     | 0,3                    | 43,2  | 0,3    | 0      | 0      | 0           | 0          | 0      | 0,7                              | 4,4                  | 4,8   | 2,8       | 0,1    | 0      | 0,1    |      |
| КОНТРОЛЬ                                  | 7 к.о. 2002г                      | Хлеб пшеничный (Булка<br>Тавдинская)             | 38               | 3,0     | 0,4             | 19                                       | 91,6     | 0                      | 0     | 0      | 0      | 0,1    | 0           | 0          | 0      | 0,4                              | 11,5                 | 7,3   | 26,1      | 4,8    | 0,3    | 0,2    | 0,5  |
| КОНТРОЛЬ                                  | к.о. 2023г                        | Хлеб ржано-пшеничный(Булка<br>Тавдинская)        | 38               | 3,1     | 0,3             | 19,5                                     | 94,3     | 0                      | 0     | 0      | 0      | 0,1    | 0           | 0          | 0      | 0,5                              | 11,8                 | 7,3   | 26,1      | 5,6    | 2,7    | 0,5    | 0,5  |
| 1996                                      | 647/1996                          | НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД                           | 200              | 0,2     | 0,1             | 6,4                                      | 26,8     | 1,5                    | 0     | 0      | 0      | 0      | 0           | 0          | 0,1    | 0                                | 17,3                 | 3,6   | 1,8       | 0,1    | 0      | 0      |      |
| Итого за прием пищи:                      |                                   |                                                  |                  | 30,9    | 30,7            | 108,7                                    | 964,0    | 30,4                   | 342,1 | 8,5    | 0,2    | 0,3    | 0,2         | 0,2        | 0,6    | 6,1                              | 56,0                 | 147,2 | 352,4     | 88,7   | 8,2    | 3,7    | 16,6 |
| Всего за день:                            |                                   |                                                  |                  | 44,7    | 42,1            | 181,9                                    | 1525,5   | 30,9                   | 454,8 | 9,85   | 1,1    | 0,6    | 0,53        | 0,2        | 0,81   | 7,2                              | 67,5                 | 395,4 | 569,2     | 135,7  | 11,0   | 4,3    | 25,7 |

## Нормативные документы к рациону питания

1. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. г.Москва 1996г.
2. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. г.Москва 1997г.
3. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания обслуживающих учащихся образовательных учреждений Свердловской области. г. Екатеринбург 2003г.
4. Сборник технико-технологических карт на блюда и кулинарные изделия для предприятий общественного питания в оздоровительных учреждениях в Свердловской области. г.Екатеринбург 2007г.
5. Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. г.Москва 2017г.