

«СОГЛАСОВАНО»

Заведующий МАДОУ

«Центр развития ребенка – Детский сад «Зодчий» г. Перми

Ю.Г. Троцюк
МП

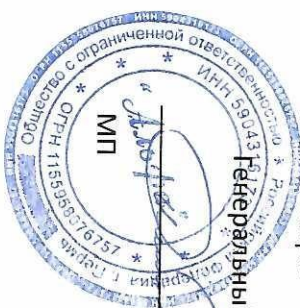


«РАЗРАБОТАНО»

ООО «Альфа»

Федеральный директор

К.Э. Дмитриев
МП



ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ для тубинфицированных детей

Период: Осень-Зима 2022 г.

2 ступень (с 3 до 7 лет)

Подразделение: **МАДОУ «ЦРР – Детский сад «Зодчий» г. Перми**

На основе «Сборника технологических нормативов,

Рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных

Организаций, и детских оздоровительных учреждений»

«ООО Уральский региональный центр питания»

в ред. г. Пермь, 2011 г., 5-е издание переработанное и дополненное,

2013 г. 7-е издание переработанное и дополненное и 2018 г. 1-е издание.

День 1

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (САНАТОРНЫЕ ГР.)

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мг	Fe

ЗАВТРАК

270/13	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ(170)	170	6,16	5,68	31,82	203,07	0,14	0,17	1,11	25,7	26,66	90,12	32,30	18,52
534/13	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,60	5,00	9,40	105,00	0,08	0,30	2,60	20,0	28,00	0,20	28,00	40,00
3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ(30/5)	35	2,30	4,50	15,49	111,62	0,03	0,02		20,0	6,90	21,00	3,90	0,37
Итого по подменю:			14,06	15,18	56,71	419,69	0,25	0,49	3,71	65,7	61,56	111,32	64,20	58,89

2-ой ЗАВТРАК

537/13	СОК ПОРЦ.(150)	150	0,75	0,15	15,15	64,95	0,02	0,02	3,00		10,50	10,50	6,00	2,10
Итого по подменю:			0,75	0,15	15,15	64,95	0,02	0,02	3,00		10,50	10,50	6,00	2,10

ОБЕД

15/2021	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	0,48	3,66	1,63	41,39	0,02	0,01	4,46		11,33	20,32	8,46	0,33
139/13	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ(200)	200	2,00	5,13	12,86	105,64	0,10	0,06	13,42	4,0	18,24	60,88	24,08	0,86
356/2018	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ(130)	130	22,96	20,08	8,30	305,72	0,38	2,74	41,02	10196,9	32,87	405,67	24,68	8,62
257/21	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ТОМАТОМ	130	4,37	5,14	28,96	179,61	0,08	0,03	2,34	26,0	10,01	39,42	8,84	0,76
516/13	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО(180)	180	0,06		28,55	114,45					0,27			0,03
114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
Итого по подменю:			32,51	34,39	100,02	839,67	0,62	2,86	61,24	10226,9	81,32	560,49	73,86	11,44

ПОЛДНИК

	СУШКА ГОРЧИЧНАЯ(10)	10	1,07	0,12	7,12	33,84	0,02				2,40	9,10	1,80	0,16
535/13	КЕФИР	200	5,80	5,00	8,00	100,20	0,08	0,34	1,40	40,0	240,00	180,00	28,00	0,20
118/13	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	шт	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20

№ рещ.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe		

УЖИН

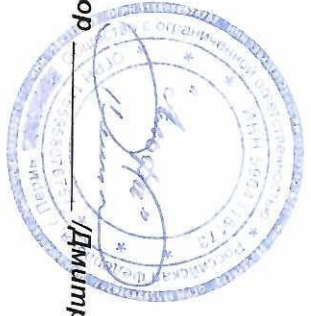
Итого по полдню: 7,27 5,52 24,92 178,44 0,13 0,36 11,40 40,0 258,40 200,10 38,80 2,56

1/13	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1,51	6,18	6,25	86,66	0,03	0,04	34,65	39,53	30,15	15,12	0,55		
338/13	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	80	19,58	0,99	2,31	96,46	0,11	0,11	0,83	9,7	40,37	236,84	54,88	0,82	
434/13	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ(130)	130	2,82	5,16	18,64	132,31	0,14	0,12	22,11	25,2	15,22	65,10	28,03	5,15	
ТТК №21	ЧАЙ С САХАРОМ (2-ЫЙ ВАРИАНТ)	200			10,04	40,14									
114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)	10	0,76	0,08	4,92	23,44	0,01					2,00	6,50	1,40	0,11
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,01				4,60	21,20	5,00	0,62
Итого по полдню:			25,79	12,63	52,04	424,99	0,31	0,28	57,59	35,0	102,05	359,81	104,45	7,28	
Итого за день: 0,00 руб.			80,38	67,87	248,84	1927,74	1,33	4,01	136,94	10367,6	513,83	1242,22	287,31	82,27	

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой ступени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20 %	26,48	25,28	21,61	23,30
2-ой завтрак: 5 %	1,39	0,25	5,80	3,61
Обед: 35 %	61,67	65,07	31,71	45,31
Полдник: 15 %	13,46	9,20	9,55	9,91
Ужин: 25 %	40,35	20,90	21,48	23,58
Итого за день: 100 %	143,35	120,70	90,15	105,70

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,9 : 3,0



Директор /Дмитриев К.Э./

Зав. производством

Калькулятор

(Handwritten signatures and initials)

День 2

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (САНАТОРНЫЕ ГР.)

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe

ЗАВТРАК

307/13	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (170)	170	15,25	22,46	3,99	279,14	0,10	0,57	0,85	320,0	69,82	204,80	21,72	15,74
391/2011	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-ЫЙ ВАР)200	200	3,29	2,80	14,90	97,96	0,04	0,15	1,30	10,0	16,86	13,20	22,50	20,47
4	БУТЕРБРОД С СЫРОМ(30/5/10)	45	4,67	7,54	15,49	148,45	0,04	0,05	0,07	41,0	104,90	79,00	8,90	0,44
			Итого по подменю: 23,21 32,80 34,38 525,55 0,18 0,77 2,22 371,0 191,58 297,00 53,12 36,65											

2-ой ЗАВТРАК

537/13	СОК ПОРЦ.(150)	150	0,75	0,15	15,15	64,95	0,02	0,02	3,00		10,50	10,50	6,00	2,10
			Итого по подменю: 0,75 0,15 15,15 64,95 0,02 0,02 3,00 10,50 10,50 6,00 2,10											

ОБЕД

51/13	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (60)	60	0,86	3,05	5,02	51,01	0,01	0,02	5,71		21,13	24,61	12,56	0,80
149/13	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (1-ЫЙ ВАР)(200)	200	5,01	3,40	17,81	121,84	0,20	0,07	14,20	16,0	33,90	93,78	34,48	1,70
417/13	ШНИЦЕЛЯ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУРЫ	70	11,38	5,75	7,29	126,48	0,07	0,11	1,27	22,6	12,42	16,85	14,23	4,42
431/13	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (130)	130	2,41	6,38	19,43	144,78	0,15	0,08	24,14		12,07	70,12	27,76	1,09
500/2018	НАПИТОК МОРКОВНО-ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,61	0,29	15,04	65,18	0,03	0,03	5,31		15,69	23,90	17,00	1,05
114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)	10	0,76	0,08	4,92	23,44	0,01				2,00	6,50	1,40	0,11
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
			Итого по подменю: 22,15 19,17 79,39 578,71 0,49 0,32 50,63 38,6 101,81 256,96 112,43 9,79											

ПОЛДНИК

560/13	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ(80)	80	12,07	5,41	37,43	246,65	0,10	0,14	0,06	33,3	50,41	112,05	15,82	0,84
534/13	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,60	5,00	9,40	105,00	0,08	0,30	2,60	20,0	28,00	0,20	28,00	40,00
			Итого по подменю: 17,67 10,41 46,83 351,65 0,18 0,44 2,66 53,3 78,41 112,25 43,82 40,84											

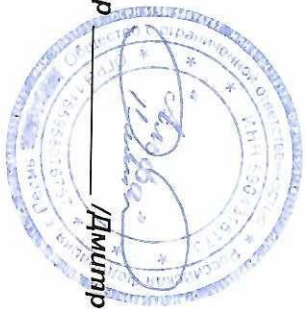
УЖИН

№ реч.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг					
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe				
121/2013	ИКРА КАБАЧКОВАЯ.	60	1,14	5,34	4,62	71,10	0,01	0,03	4,20		24,60	22,20	9,00	0,42				
328/2021	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ.(200)	200	17,45	13,39	31,37	315,79	0,28	0,27	40,51	24,0	31,57	273,34	64,96	4,13				
ТТК №20	ЧАЙ С САХАРОМ (1-РЫЙ ВАРИАНТ)(180)	180			9,06	36,26					0,32	0,04	0,03	0,03				
114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)	10	0,76	0,08	4,92	23,44	0,01				2,00	6,50	1,40	0,11				
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.(20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62				
Итого по подменю:			20,47	19,03	59,85	492,57	0,32	0,31	44,71	24,0	63,09	323,28	80,39	5,31				
Итого за день: 0,00 руб.			84,25	81,56	235,60	2013,43	1,19	1,86	103,22	486,9	445,39	999,99	295,76	94,69				

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20 %	43,22	54,67	15,14	30,36
2-ой завтрак: 5 %	1,39	0,25	5,80	3,61
Обед: 35 %	40,26	32,03	30,25	31,99
Полдник: 15 %	32,91	15,98	17,90	19,12
Ужин: 25 %	37,91	31,72	22,93	27,36
Итого за день: 100 %	155,69	134,65	92,02	112,45

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1,0 : 2,9



Директор /Дмитриев К.Э./

Зав. производством //

Калькулятор

День 3

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (САНАТОРНЫЕ ГР.)

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe			
ЗАВТРАК																	
226/13	КАША "ДРУЖБА"(170)	170	4,42	5,72	23,79	164,29	0,08	0,14	1,13	25,8	16,82	41,95	26,16	17,74			
ТТК №2	КАКАО С МОЛОКОМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)(180)	180	3,20	2,67	13,52	90,89	0,04	0,14	1,17	9,0	16,45	18,43	24,50	18,64			
3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ(30/5)	35	2,30	4,50	15,49	111,62	0,03	0,02		20,0	6,90	21,00	3,90	0,37			
Итого по подменю:																	
			9,92	12,89	52,80	366,80	0,15	0,30	2,30	54,8	40,17	81,38	54,56	36,75			

2-ой ЗАВТРАК

537/13	СОК ПОРЦ.(150)	150	0,75	0,15	15,15	64,95	0,02	0,02	3,00		10,50	10,50	6,00	2,10
Итого по подменю:														
			0,75	0,15	15,15	64,95	0,02	0,02	3,00		10,50	10,50	6,00	2,10

ОБЕД

62/13	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ (60)	60	1,15	3,22	8,95	69,38	0,07	0,04	11,10		8,20	35,21	13,02	0,54
133/13	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ(200)	200	1,83	5,38	10,95	99,52	0,05	0,06	17,63	8,0	34,60	47,18	21,92	0,98
329/2021	БИГУС 220	220	18,39	31,83	9,81	399,21	0,07	0,08	76,74		85,58	64,67	34,32	1,20
ТТК №18	КОМПЛОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,51	0,11	24,61	101,47	0,03	0,02			18,06	28,64	9,32	0,70
114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
Итого по подменю:														
			24,52	40,92	74,04	762,44	0,26	0,22	105,47	8,0	155,04	209,90	86,38	4,26

ПОЛДНИК

609/13	ПЕЧЕНЬЕ(10)	10	0,75	0,98	7,44	41,58	0,01	0,01		1,0	2,90	9,00	2,00	0,21
536/13	ЙОГУРТ ПОРЦ.	200	8,00	5,00	24,00	173,00								
118/13	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	шт	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20
Итого по подменю:														
			9,15	6,38	41,24	258,98	0,04	0,03	10,00	1,0	18,90	20,00	11,00	2,41

УЖИН

Итого по подменю: 9,15 6,38 41,24 258,98 0,04 0,03 10,00 1,0 18,90 20,00 11,00 2,41

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг							Минеральные вещества, мг						
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe	Ca	Р	Мg	Fe		
342/2013	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	80	20,64	8,81	5,09	182,16	0,13	0,16	2,90	12,9	49,60	245,29	60,80	7,34						
435/13	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,95	6,35	18,54	143,08	0,14	0,14	19,13	31,1	33,09	90,73	50,02	3,52						
ТТК №23	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (2-ОЙ ВАРИАНТ)(180)	180	0,06	0,01	9,22	37,15			2,48		2,78	1,38	0,76	0,07						
114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)	10	0,76	0,08	4,92	23,44	0,01				2,00	6,50	1,40	0,11						
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62						
Итого по подменю:			25,53	15,47	47,65	431,81	0,30	0,31	24,51	44,0	92,07	365,10	117,98	11,66						
Итого за день: 0,00 руб.			69,87	75,81	230,88	1884,98	0,77	0,88	145,28	107,9	316,68	686,88	275,92	57,18						

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой ступени

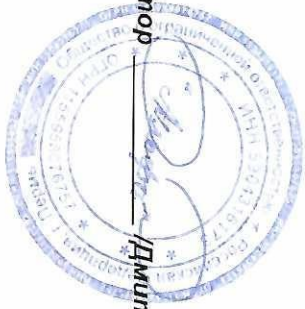
Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20 %	18,50	21,48	20,32	20,44
2-ой завтрак: 5 %	1,39	0,25	5,80	3,61
Обед: 35 %	45,41	68,20	30,92	43,84
Полдник: 15 %	16,94	10,63	15,80	14,39
Ужин: 25 %	39,94	25,23	19,60	23,73
Итого за день: 100 %	122,19	125,80	92,44	106,01

Соотношение Б : Ж : У = 1,1 : 3,7

Директор / Дмитрийев К.Э./

Зав. производством

Калькулятор



[Handwritten signature]

[Handwritten signature]

День 4

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (САНАТОРНЫЕ ГР.)

N рєд.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мг	Fe			

ЗАВТРАК

273/2013	КАША ПШЕНЧАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ(150)	150	5,84	5,85	27,24	184,93	0,16	0,14	1,09	23,6	20,89	71,12	36,66	17,63
534/13	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,60	5,00	9,40	105,00	0,08	0,30	2,60	20,0	28,00	0,20	28,00	40,00
4	БУТЕРБРОД С СЫРОМ(30/5/15)	50	5,86	9,06	15,49	166,88	0,04	0,07	0,11	51,5	153,90	108,00	11,40	0,48

Итого по полдню:

17,30 19,91 52,13 456,81 0,28 0,51 3,80 95,1 202,79 179,32 76,06 58,11

2-ой ЗАВТРАК

537/13	СОК ПОРЦ.(150)	150	0,75	0,15	15,15	64,95	0,02	0,02	3,00		10,50	10,50	6,00	2,10
--------	----------------	-----	------	------	-------	-------	------	------	------	--	-------	-------	------	------

Итого по полдню:

0,75 0,15 15,15 64,95 0,02 0,02 3,00 10,50 10,50 6,00 2,10

ОБЕД

4/13	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	60	0,65	6,15	3,79	73,11	0,02	0,02	16,17		18,53	12,25	7,06	0,71
167/13	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ.	200	2,44	3,92	10,51	87,05	0,07	0,09	14,99	19,0	26,24	39,15	22,42	6,57
331/18	БИФШТЕКС РУБЛЕНЫЙ ПАРОВОЙ(70)	70	16,14	11,10	0,02	164,50	0,06	0,15	5,6	9,41	189,92	22,18	2,72	
257/21	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ТОМАТОМ	130	4,37	5,14	28,96	179,61	0,08	0,03	2,34	26,0	10,01	39,42	8,84	0,76
ТТК №19	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (200)	200			10,00	40,00					0,30			0,03
114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62

Итого по полдню:

26,24 26,69 73,00 637,13 0,27 0,31 33,50 50,6 73,09 314,94 68,30 11,63

ПОЛДНИК

559/2013	БАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	3,82	1,82	43,24	204,57	0,06	0,04	0,15	12,2	11,96	38,90	7,89	0,87
536/13	КЕФИР	200	5,80	5,00	8,00	100,20	0,08	0,34	1,40	40,0	240,00	180,00	28,00	0,20

Итого по полдню:

9,62 6,82 51,24 304,77 0,14 0,38 1,55 52,2 251,96 218,90 35,89 1,07

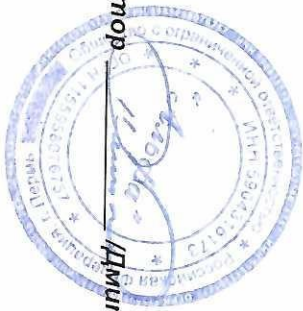
УЖИН

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг							Минеральные вещества, мг						
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe	Ca	Р	Мg	Fe		
319/13	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА(200)	200	42,63	17,33	30,45	448,32	0,12	0,58	1,02	71,6	243,67	362,44	54,97	10,49						
516/13	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО(35)	35	0,01		5,60	22,45					0,05			0,01						
ТТК №24	ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-ый ВАРИАНТ)(200)	200	1,40	1,25	12,42	66,53	0,02	0,08	0,65	5,0	7,36	0,09	7,03	10,03						
114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)	10	0,76	0,08	4,92	23,44	0,01				2,00	6,50	1,40	0,11						
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62						
Итого по подменю:			45,92	18,88	63,27	606,72	0,17	0,67	1,67	76,6	257,68	390,23	68,40	21,26						
Итого за день:			0,00 руб.	99,83	72,45	254,79	2070,38	0,88	1,89	43,52	274,5	796,02	1113,89	254,65	94,17					

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20 %	32,17	33,12	20,18	25,49
2-ой завтрак: 5 %	1,39	0,25	5,80	3,61
Обед: 35 %	48,67	44,28	29,90	36,47
Полдник: 15 %	18,09	11,48	19,55	16,96
Ужин: 25 %	85,11	31,47	24,65	33,95
Итого за день: 100 %	185,43	120,60	100,08	116,47

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,7 : 2,6



Директор Дмитриев К.Э./

Зав. производством

Калькулятор

День 5

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (САНАТОРНЫЕ ГР.)

№ рещ.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe

ЗАВТРАК

168/2011	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ(165)	165	5,90	5,38	31,44	197,80	0,13	0,15	1,05	24,0	41,22	125,10	29,31	16,75
467/2018	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ С МОЛОКОМ	200	4,98	4,23	17,38	127,49	0,06	0,23	1,95	15,0	21,30	0,15	21,00	30,03
62/2018	БУТЕРБРОД С ИКРОЙ ЗЕРНИСТОЙ	32	4,66	2,78	9,97	83,57	0,02	0,01	8,0	4,48	13,60	2,80	0,22	
Итого по подменю:			15,54	12,39	58,79	408,86	0,21	0,39	3,00	47,0	67,00	138,85	53,11	47,00

2-ой ЗАВТРАК

537/13	СОК ПОРЦ.(150)	150	0,75	0,15	15,15	64,95	0,02	0,02	3,00		10,50	10,50	6,00	2,10
Итого по подменю:			0,75	0,15	15,15	64,95	0,02	0,02	3,00		10,50	10,50	6,00	2,10

ОБЕД

57/13	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	60	0,83	6,05	4,84	77,13	0,01	0,02	5,43		20,52	23,64	11,97	0,76
69/2011	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ(200)	200	2,12	2,69	13,38	86,20	0,07	0,05	9,20	17,0	11,90	43,86	14,88	0,63
417/13	КОТЛЕТЫ ИЗ КУРЫ(70)	70	11,37	5,75	7,24	126,24	0,07	0,11	1,27	22,6	12,40	16,79	14,22	4,42
434/13	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ(130)	130	2,82	5,16	18,64	132,31	0,14	0,12	22,11	25,2	15,22	65,10	28,03	5,15
ТТК №16	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ(180)	180	0,24	0,19	13,60	57,02	0,02	0,01	7,02		9,99	6,34	4,81	1,06
114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
Итого по подменю:			20,02	20,22	77,42	571,76	0,35	0,33	45,03	64,8	78,63	189,93	81,71	12,86

ПОЛДНИК

	СУШКА ГОРЧИЧАЯ(10)	10	1,07	0,12	7,12	33,84	0,02				2,40	9,10	1,80	0,16
534/13	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,60	5,00	9,40	105,00	0,08	0,30	2,60	20,0	28,00	0,20	28,00	40,00
118/13	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	шт	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг							
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe						
УЖИН																				
			Итого по подменю: 7,07 5,52 26,32 183,24 0,13 0,32 12,60 20,0 46,40 20,30 38,80 42,36																	
19/13	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ (60)	60	0,69	6,21	5,60	81,00	0,03	0,04	2,64											
307/13	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (150)	150	13,45	19,77	3,52	245,84	0,09	0,51	0,75	282,1	61,59	180,69	19,17	13,89						
ТТК №20	ЧАЙ С САХАРОМ (1-ый ВАРИАНТ)(200)	200			10,07	40,28									0,36	0,04	0,03	0,03		
114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)	10	0,76	0,08	4,92	23,44	0,01								2,00	6,50	1,40	0,11		
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,01							4,60	21,20	5,00	0,62		
			Итого по подменю: 16,02 26,28 33,99 436,54 0,15 0,56 3,39 282,1 82,86 237,59 45,66 15,03																	
			Итого за день: 0,00 руб. 59,40 64,56 211,67 1665,35 0,86 1,62 67,02 414,0 285,39 597,17 225,28 119,35																	

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой степени

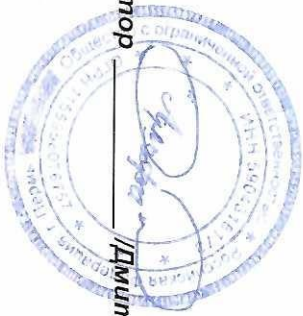
Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20 %	29,19	20,62	22,57	22,78
2-ой завтрак: 5 %	1,39	0,25	5,80	3,61
Обед: 35 %	37,13	33,70	33,09	33,77
Полдник: 15 %	13,09	9,20	10,08	10,18
Ужин: 25 %	29,74	43,80	14,91	25,35
Итого за день: 100 %	110,54	107,57	86,46	95,68

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1,1 : 3,8

Директор _____ /Дмитриев К.Э./

Зав. производством _____ //

Калькулятор _____



День 6

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (САНАТОРНЫЕ ГР.)

№ пед.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг							Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мг	Fe				

ЗАВТРАК

272/13	КАША ОВСЯНАЯ ИЗ ГЕРКУЛЕСА ЖИДКАЯ(170)	170	5,73	7,15	21,76	174,32	0,17	0,18	1,30	26,8	31,94	92,80	44,43	21,10
514/13	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-ОЙ ВАРИАНТ)200	200	3,29	2,80	14,90	97,96	0,04	0,15	1,30	10,0	16,86	13,20	22,50	20,47
3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ(30/5)	35	2,30	4,50	15,49	111,62	0,03	0,02		20,0	6,90	21,00	3,90	0,37

Итого по подменю:

11,32 14,45 52,15 383,90 0,24 0,35 2,60 56,8 55,70 127,00 70,83 41,94

2-ой ЗАВТРАК

537/13	СОК ПОРЦ.(150)	150	0,75	0,15	15,15	64,95	0,02	0,02	3,00		10,50	10,50	6,00	2,10
--------	----------------	-----	------	------	-------	-------	------	------	------	--	-------	-------	------	------

Итого по подменю:

0,75 0,15 15,15 64,95 0,02 0,02 3,00 10,50 10,50 6,00 2,10

ОБЕД

121/2013	ИКРА КАБАЧКОВАЯ.	60	1,14	5,34	4,62	71,10	0,01	0,03	4,20		24,60	22,20	9,00	0,42
652/2011	СВЕКОЛЬНИК(200)	200	2,06	4,34	13,49	101,23	0,07	0,07	14,49	24,0	35,86	59,38	25,48	1,24
327/2021	ГЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА.	100	17,75	35,49	3,81	405,67	0,02	0,02	1,96	26,0	4,96	11,10	2,97	0,18
182/2016	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ.(130)	130	3,23	2,91	17,57	109,37	0,11	0,06		12,4	5,82	76,62	50,80	1,71
ТТК №17	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК(180)	180	0,14	0,14	12,53	51,98	0,01	0,01	3,60		6,03	3,96	3,24	0,82
114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62

Итого по подменю:

26,96 48,60 71,74 832,21 0,26 0,21 24,25 62,4 85,87 207,46 99,29 5,21

ПОЛДНИК

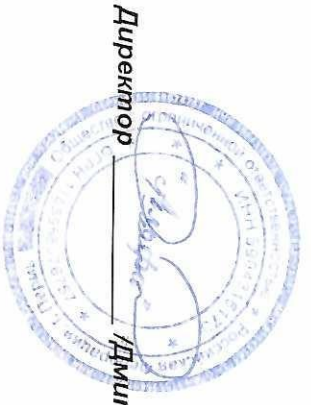
609/13	ПЕЧЕНЬЕ(10)	10	0,75	0,98	7,44	41,58	0,01	0,01		1,0	2,90	9,00	2,00	0,21
536/13	ЙОГУРТ ПОРЦ.	200	8,00	5,00	24,00	173,00								
118/13	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	шт	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витаминны, мг						Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe			
УЖИН																	
Итого по подменю:			9,15	6,38	41,24	258,98	0,04	0,03	10,00	1,0	18,90	20,00	11,00	2,41			
338/13	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	80	19,58	0,99	2,31	96,46	0,11	0,11	0,83	9,7	40,37	236,84	54,88	0,82			
431/13	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (130)	130	2,41	6,38	19,43	144,78	0,15	0,08	24,14		12,07	70,12	27,76	1,09			
ТТК №23	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (2-ОЙ ВАРИАНТ)(180)	180	0,06	0,01	9,22	37,15			2,48		2,78	1,38	0,76	0,07			
114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)	10	0,76	0,08	4,92	23,44	0,01				2,00	6,50	1,40	0,11			
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62			
Итого по подменю:			23,93	7,68	45,76	347,81	0,29	0,20	27,45	9,7	61,82	336,04	89,80	2,71			
Итого за день: 0,00 руб.			72,11	77,26	226,04	1887,85	0,85	0,81	67,30	129,9	232,79	701,00	276,92	54,37			

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой ступени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20 %	21,93	24,08	21,12	22,10
2-ой завтрак: 5 %	1,39	0,25	5,80	3,61
Обед: 35 %	49,93	81,00	29,20	47,23
Полдник: 15 %	16,94	10,63	15,80	14,39
Ужин: 25 %	36,91	12,65	18,89	19,18
Итого за день: 100 %	127,09	128,62	90,81	106,50

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1,1 : 3,5



Директор _____ /Дмитриев К.Э./

Заг. производством _____ //

Калькулятор _____ //

День 7

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (САНАТОРНЫЕ ГР.)

№ реч.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн., ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe		

ЗАВТРАК

273/2013	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ(150)	150	5,84	5,85	27,24	184,93	0,16	0,14	1,09	23,6	20,89	71,12	36,66	17,63
ТТК №4	КАКАО С МОЛОКОМ (2-й ВАРИАНТ)	180	1,42	0,97	10,01	54,43	0,01	0,03	0,15	1,1	7,67	29,49	20,76	3,36
4	БУТЕРБРОД С СЫРОМ(30/5/15)	50	5,86	9,06	15,49	166,88	0,04	0,07	0,11	51,5	153,90	108,00	11,40	0,48
Итого по подменю:			13,12	15,88	52,74	406,24	0,21	0,24	1,35	76,2	182,46	208,61	68,82	21,47

2-ой ЗАВТРАК

537/13	СОК ПОРЦ.(150)	150	0,75	0,15	15,15	64,95	0,02	0,02	3,00		10,50	10,50	6,00	2,10
Итого по подменю:			0,75	0,15	15,15	64,95	0,02	0,02	3,00		10,50	10,50	6,00	2,10

ОБЕД

1/13	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1,51	6,18	6,25	86,66	0,03	0,04	34,65		39,53	30,15	15,12	0,55
156/13	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ.	200	10,66	3,74	16,64	142,82	0,17	0,12	19,42	20,3	31,80	165,64	48,51	1,28
417/13	ШНИЦЕЛЯ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУРЫ	70	11,38	5,75	7,29	126,48	0,07	0,11	1,27	22,6	12,42	16,85	14,23	4,42
257/21	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ТОМАТОМ	130	4,37	5,14	28,96	179,61	0,08	0,03	2,34	26,0	10,01	39,42	8,84	0,76
ТТК №18	КОМПЛОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,51	0,11	24,61	101,47	0,03	0,02			18,06	28,64	9,32	0,70
114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ. (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
Итого по подменю:			31,07	21,30	103,47	729,90	0,42	0,34	57,68	68,9	120,42	314,90	103,82	8,55

ПОЛДНИК

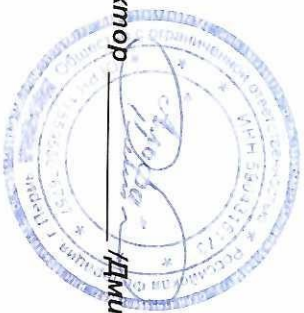
572/13	ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ	70	6,45	8,69	35,58	246,29	0,13	0,13	8,47	40,7	20,36	75,07	20,43	6,37
534/13	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,60	5,00	9,40	105,00	0,08	0,30	2,60	20,0	28,00	0,20	28,00	40,00
118/13	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	шт	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорий, ккал	Витамины, мг							Минеральные вещества, мг					
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe					
УЖИН																			
Итого по подменю: 12,45 14,09 54,78 395,69 0,24 0,45 21,07 60,7 64,36 86,27 57,43 48,57																			
320/2013	ЗАПЕКАНКА МОРКОВНАЯ С ТВОРОГОМ	200	21,40	14,11	35,26	353,67	0,15	0,38	6,82	75,8	143,26	241,65	74,73	7,67					
516/13	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО(35)	35	0,01		5,60	22,45					0,05			0,01					
ТТК №24	ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)(200)	200	1,40	1,25	12,42	66,53	0,02	0,08	0,65	5,0	7,36	0,09	7,03	10,03					
114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)	10	0,76	0,08	4,92	23,44	0,01				2,00	6,50	1,40	0,11					
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62					
Итого по подменю:			24,69	15,66	68,08	512,07	0,20	0,47	7,47	80,8	157,27	269,44	88,16	18,44					
Итого за день: 0,00 руб.			82,08	67,08	294,22	2108,85	1,09	1,52	90,57	286,7	535,01	889,72	324,23	99,13					

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой ступени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20 %	24,43	26,47	20,43	22,71
2-ой завтрак: 5 %	1,39	0,25	5,80	3,61
Обед: 35 %	86,35	39,40	42,32	46,73
Полдник: 15 %	23,81	23,67	21,00	22,14
Ужин: 25 %	45,80	26,10	24,64	27,62
Итого за день: 100 %	181,78	115,88	114,20	122,81

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,7 : 3,0



Директор Д.М.Иштуреев К.Э./

Зав. производством //

Калькулятор

День 8

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (САНАТОРНЫЕ ГР.)

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe		

ЗАВТРАК

270/13	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ(170)	170	6,16	5,68	31,82	203,07	0,14	0,17	1,11	25,7	26,66	90,12	32,30	18,52
534/13	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,60	5,00	9,40	105,00	0,08	0,30	2,60	20,0	28,00	0,20	28,00	40,00
3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ(30/5)	35	2,30	4,50	15,49	111,62	0,03	0,02		20,0	6,90	21,00	3,90	0,37
Итого по подменю:			14,06	15,18	56,71	419,69	0,25	0,49	3,71	65,7	61,56	111,32	64,20	58,89

2-ой ЗАВТРАК

537/13	СОК ПОРЦ.(150)	150	0,75	0,15	15,15	64,95	0,02	0,02	3,00		10,50	10,50	6,00	2,10
Итого по подменю:			0,75	0,15	15,15	64,95	0,02	0,02	3,00		10,50	10,50	6,00	2,10

ОБЕД

113/13	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	60	0,48	0,06	1,02	6,54	0,01	0,01	3,00		13,80	14,40	8,40	0,36
66/11	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ.(200)	200	1,76	4,65	9,07	85,14	0,07	0,06	16,84	26,0	26,66	47,06	17,80	0,63
328/2021	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ.220	220	18,29	30,25	34,51	483,43	0,26	0,16	44,57	26,4	26,51	129,05	51,38	2,08
500/2018	НАПИТОК МОРКОВНО-ЯБЛОЧНЫЙ(200)	200	0,68	0,32	16,72	72,45	0,04	0,04	5,90		17,45	26,59	18,91	1,17
114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
Итого по подменю:			23,85	35,66	81,04	740,42	0,42	0,29	70,31	52,4	93,02	251,30	104,29	5,08

ПОЛДНИК

432/2011	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ(60)	60	4,31	5,72	36,98	216,62	0,07	0,04	0,06	9,4	9,56	41,03	7,20	1,54
535/13	КЕФИР	200	5,80	5,00	8,00	100,20	0,08	0,34	1,40	40,0	240,00	180,00	28,00	0,20
Итого по подменю:			10,11	10,72	44,98	316,82	0,15	0,38	1,46	49,4	249,56	221,03	35,20	1,74

УЖИН

51/13	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (60)	60	0,86	3,05	5,02	51,01	0,01	0,02	5,71		21,13	24,61	12,56	0,80
-------	-------------------------------	----	------	------	------	-------	------	------	------	--	-------	-------	-------	------

№ реч.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг							Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe				
406/13	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ(80/50)	80/50	21,70	14,73	11,32	264,62	0,36	2,53	37,59	9377,2	35,53	379,93	23,67	7,98				
182/2016	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	130	1,43	2,45	14,84	87,13	0,02	0,01		12,4	2,34	30,93	10,00	0,21				
ТТК №22	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)200	200	0,06	0,01	10,28	41,42			2,76									
114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)	10	0,76	0,08	4,92	23,44	0,01				2,00	6,50	1,40	0,11				
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62				
Итого по подменю:			25,93	20,54	56,26	513,60	0,42	2,57	46,06	9389,6	68,72	464,73	53,49	9,80				
Итого за день:			0,00 руб.	74,70	82,25	254,14	2055,48	1,26	3,75	124,54	9557,1	483,36	1058,88	263,18	77,61			

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20 %	26,48	25,30	21,61	23,30
2-ой завтрак: 5 %	1,39	0,25	5,80	3,61
Обед: 35 %	152,50	49,88	31,13	51,32
Полдник: 15 %	19,06	18,02	17,13	17,63
Ужин: 25 %	48,04	34,25	23,40	29,61
Итого за день: 100 %	247,46	127,70	99,07	125,47

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,6 : 1,9



Директор /Дмитриев К.Э./

Зав. производством

(Signature)

Калькулятор

(Signature)

День 9

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (САНАТОРНЫЕ ГР.)

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мг	Fe		

ЗАВТРАК

268/13	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ(165)	165	5,03	5,41	26,30	174,07	0,07	0,15	1,14	25,1	18,44	22,91	16,82	17,78
514/13	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-ОЙ ВАРИАНТ)200	200	3,29	2,80	14,90	97,96	0,04	0,15	1,30	10,0	16,86	13,20	22,50	20,47
4	БУТЕРБРОД С СЫРОМ(30/5/10)	45	4,67	7,54	15,49	148,45	0,04	0,05	0,07	41,0	104,90	79,00	8,90	0,44
Итого по подменю:			12,99	15,75	56,69	420,48	0,15	0,35	2,51	76,1	140,20	115,11	48,22	38,69

2-ой ЗАВТРАК

537/13	СОК ПОРЦ.(150)	150	0,75	0,15	15,15	64,95	0,02	0,02	3,00		10,50	10,50	6,00	2,10
Итого по подменю:			0,75	0,15	15,15	64,95	0,02	0,02	3,00		10,50	10,50	6,00	2,10

ОБЕД

ТТК № 9	САЛАТ ИЗ ОТВАРНЫХ ОВОЩЕЙ	60	1,25	3,31	8,57	69,09	0,07	0,06	8,87		15,53	44,12	24,80	0,61
152/2013	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	2,25	2,37	16,61	96,81	0,09	0,05	13,20		12,16	50,84	19,24	0,79
335/2021	ЗАПЕКАНКА КАПУСТАНАЯ С МЯСОМ.(200)	200	23,13	18,33	13,67	312,11	0,13	0,31	48,54	43,4	74,07	274,15	49,15	10,05
ТТК №17	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК(180)	180	0,14	0,14	12,53	51,98	0,01	0,01	3,60		6,03	3,96	3,24	0,82
114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)	10	0,76	0,08	4,92	23,44	0,01				2,00	6,50	1,40	0,11
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
Итого по подменю:			28,65	24,45	66,18	599,41	0,33	0,44	74,21	43,4	114,39	400,77	102,83	13,00

ПОЛДНИК

609/13	ПЕЧЕНЬЕ (30)	30	2,25	2,94	22,32	124,74	0,02	0,02			3,0	8,70	27,00	6,00	0,63
536/13	ЙОГУРТ ПОРЦ.	200	8,00	5,00	24,00	173,00									
118/13	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	шт	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20	
Итого по подменю:			10,65	8,34	56,12	342,14	0,05	0,04	10,00	3,0	24,70	38,00	15,00	2,83	

УЖИН

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витаминны, мг							Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe				
300/2018	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	200	29,28	15,45	17,76	327,21	0,20	0,38	4,62	142,9	86,23	375,50	71,72	6,61				
ТТК №25	ЧАЙ С МОЛОКОМ (2-ОЙ ВАРИАНТ)(200)	200	1,40	1,25	12,39	66,39	0,02	0,08	0,65	5,0	7,33	0,07	7,02	10,03				
114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)	10	0,76	0,08	4,92	23,44	0,01				2,00	6,50	1,40	0,11				
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62				
Итого по подменю:			32,56	17,00	44,95	463,02	0,25	0,47	5,27	147,9	100,16	403,27	85,14	17,37				
Итого за день:			0,00 руб.	85,60	65,69	239,09	1890,00	0,80	1,32	94,99	270,5	389,95	967,65	257,19	73,99			

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой ступени

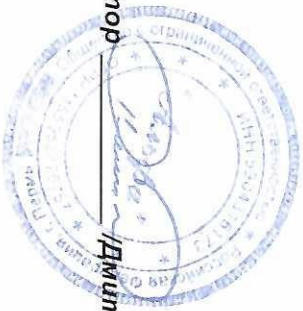
Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20 %	24,54	26,27	21,75	23,44
2-ой завтрак: 5 %	1,39	0,25	5,80	3,61
Обед: 35 %	53,15	40,75	27,08	34,31
Полдник: 15 %	19,72	13,90	21,50	19,01
Ужин: 25 %	52,94	28,78	16,86	24,77
Итого за день: 100 %	151,74	109,95	93,00	105,13

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,8 : 3,0

Директор _____ /Дмитриев К.Э./

Зав. производством _____ //

Калькулятор _____ //



День 10

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (САНАТОРНЫЕ ГР.)

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн., ккал	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мг	Fe			
ЗАВТРАК																	
319/13	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА(200)	200	42,63	17,33	30,45	448,32	0,12	0,58	1,02	71,6	243,67	362,44	54,97	10,49			
449/2013	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ	50	1,28	2,41	8,20	59,60	0,02	0,06	0,49	11,7	6,24	2,36	5,57	7,54			
467/2018	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ С МОЛОКОМ	200	4,98	4,23	17,38	127,49	0,06	0,23	1,95	15,0	21,30	0,15	21,00	30,03			
3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ(30/5)	35	2,30	4,50	15,49	111,62	0,03	0,02		20,0	6,90	21,00	3,90	0,37			
Итого по подменю: 51,19 28,47 71,52 747,03 0,23 0,89 3,46 118,4 278,11 385,95 85,44 48,43																	

2-ой ЗАВТРАК

537/13	СОК ПОРЦ.(150)	150	0,75	0,15	15,15	64,95	0,02	0,02	3,00		10,50	10,50	6,00	2,10
Итого по подменю: 0,75 0,15 15,15 64,95 0,02 0,02 3,00 10,50 10,50 6,00 2,10														

ОБЕД

28/2021	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	60	0,66	3,70	6,37	61,43	0,01	0,02	5,58		17,28	18,88	10,17	0,92
147/13	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (200)	200	1,65	5,43	7,41	85,08	0,05	0,05	24,13	8,0	33,82	41,42	17,56	0,61
331/18	БИФШТЕКС РУБЛЕННЫЙ ПАРОВОЙ(80)	80	18,45	12,68	0,02	188,00	0,07	0,18	6,4	10,75	217,06	25,34	3,11	
182/2016	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (130)	130	1,81	2,50	18,84	105,11	0,02	0,01		12,4	2,78	39,03	12,70	0,26
ТТК №19	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (200)	200			10,00	40,00					0,30			0,03
144/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
Итого по подменю: 25,21 24,69 62,36 572,48 0,19 0,28 29,71 26,8 73,53 350,59 73,57 5,77														

ПОЛДНИК

459/2011	ШАНЕЖКА НАПИВНАЯ С ЯЙЦОМ(60)	60	5,56	2,32	29,66	161,80	0,08	0,08	0,02	31,7	16,61	60,76	8,30	0,79
534/13	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,60	5,00	9,40	105,00	0,08	0,30	2,60	20,0	28,00	0,20	28,00	40,00

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг					
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe				
118/13	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	шт	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00	16,00	11,00	9,00	2,20					
Итого по подменю:			11,56	7,72	48,86	311,20	0,19	0,40	12,62	51,7	60,61	71,96	45,30	42,99				

УЖИН

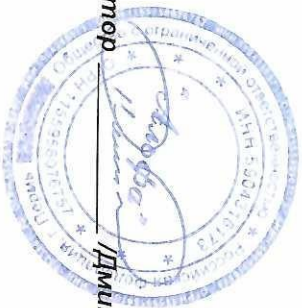
352/13	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ(70)	70	11,44	3,27	5,58	97,52	0,08	0,12	1,59	36,5	31,89	145,26	34,76	2,21
ТТК № 14	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ.	200	4,72	12,21	20,65	211,38	0,14	0,19	36,50	18,0	54,91	82,31	47,65	13,24
ТТК №23	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (2-ой ВАРИАНТ)(180)	180	0,06	0,01	9,22	37,15			2,48		2,78	1,38	0,76	0,07
114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)	10	0,76	0,08	4,92	23,44	0,01				2,00	6,50	1,40	0,11
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
Итого по подменю:			18,10	15,79	50,25	415,47	0,25	0,32	40,57	54,5	96,18	256,65	89,57	16,25

Итого за день: 0,00 руб. 106,81 76,82 248,14 2111,13 0,88 1,91 89,36 251,4 518,93 1075,65 299,88 115,54

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20 %	91,83	38,20	27,44	38,40
2-ой завтрак: 5 %	1,39	0,25	5,80	3,61
Обед: 35 %	46,69	41,03	25,84	32,90
Полдник: 15 %	22,13	13,12	18,69	17,43
Ужин: 25 %	33,65	26,03	20,93	23,98
Итого за день: 100 %	195,69	118,63	98,71	116,32

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,7 : 2,4



Директор Дмитриев К.Э./

Зав. производством

Калькулятор

Подразделение: ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (САНАТОРНЫЕ ГР.)

Ведомость контроля за рационом питания за период Осень-Зима 2022 года

ООО "АЛЬФА"
ООО "АЛЬФА"

..... 2022 года

Наименование группы пищевой продукции	Количество пищевой продукции в нетто по дням в (г/мл) на одного человека										Среднее за период	Отклонение от нормы (Ср-Н) *100				
	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день						
1. ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ		1,10		0,90			1,10	1,00		1,10					0,52	
2. КАКАО-ПОРОШОК			2,80				4,50								0,50	
3. КАРТОФЕЛЬ	169,20	350,70	140,70	18,00	149,20	155,10	130,59	238,00	93,00	75,40					0,70	
4. КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	10,00	0,00	10,00	30,10	10,00	10,00	10,00		30,00	0,10					150,00	
5. КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК		2,00			3,20	2,00									10,00	
6. КРУПЫ (ЗЛАКИ), БОБОВЫЕ	38,00	16,00	21,90	38,00	36,10	43,60	45,00	54,00	35,40	38,40					1,24	
7. МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	39,00			39,00			39,00		8,00						1,30	
8. МАСЛО КОРОВЬЕ СЛАДОСЛИВОЧНОЕ	22,80	31,30	28,80	29,00	26,20	22,80	34,30	32,25	36,10	23,80					36,64	
9. МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	4,60	5,10	5,00	6,20	4,00	5,90	4,50	5,80	5,00	4,70					35,00	
10. МОЛОКО И КИСЛОМОЛОЧН. ПРОДУКТЫ С М.Д.Ж. НЕ НИЖЕ 2%	505,80	383,50	420,00	612,00	527,00	400,30	421,00	489,80	487,50	502,50					12,50	
11. МУКА КАРТОФЕЛЬНАЯ (КРАХМАЛ)	12,00			4,20			4,20								12,00	
12. МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ	1,20	33,20		35,20	8,00	3,70	36,90	35,95	16,00	38,90					28,74	
															30,00	
															5,08	
															5,00	
															474,94	
															500,00	
															2,04	
															2,00	
															20,91	
															20,00	

Сгр.