Цикличное десятидневное осеннее меню для организации для организации питания детей в возрасте от 3 до 7 лет с 10,5 часовым пребыванием в дошкольном образовательном учреждении в соответствии с физиологическими нормами потребления продуктов.

					1 день						
	Nº		Масса		П	ищевые веі	щества	_			
Сборник рецептур	техноло- гической карты	Прием пищи, наименование блюда	порци	Цена, руб.	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергети-ческая ценность, ккал			
	1			Завтрак			Ţ				
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	30	18,11	3,8	3,5	0,2	47,3			
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	95	5,53	2,3	3,0	14,4	93,8			
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИОРОВАННАЯ	40	7,84	0,8	3,6	3,1	47,6			
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185	2,60	0,2	0,0	9,1	38,5			
2008		ХЛЕБ,,КОЛОС,,	30	1,68	2,4	0,5	14,4	72,0			
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	6,88	0,1	5,8	0,1	53,0			
Итого за прием пищи:				42,64	9,5	16,3	41,4	352,1			
	T			II Завтрак		1					
2008	435	КЕФИР	150	12,45	4,4	3,8	6,0	79,5			
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	3,20	1,5	1,9	14,6	81,4			
Итого за прі	ием пищи:			15,65	5,8	5,6	20,6	160,9			
			_	Обед							
2012	62	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ И МЯСОМ	200	42,11	10,4	9,7	16,5	200,6			
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	95	50,94	20,4	9,5	5,8	192,6			
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	13,49	4,5	3,7	32,6	182,3			
к/к	к/к	ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	30	5,25	0,3	0,0	0,6	4,6			
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,77	0,0	0,0	8,7	34,8			
2008		ХЛЕБ,,КОЛОС,,	30	1,68	2,4	0,5	14,4	72,0			
2008		ХЛЕБУШЕК "РИЖСКИЙ НОВЫЙ"	37	2,14	2,4	0,4	18,2	87,3			
Итого за прием пищи:				118,38	40,3	23,8	96,8	774,2			
	T			Полдник		,					
2012	454	пирожок с повидлом	75	18,40	6,5	5,0	48,9	266,4			
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	13,14	5,1	4,4	8,4	94,3			
Итого за прием пищи:				31,54	11,6	9,3	57,3	360,7			
Всего за день: 208,					67,3	55,0	216,1	1647,9			
Сбалансиро	ванность:				1	0,8	3,2				

	Nº			п	 			
Сборник рецептур	техноло- гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порци и	Цена, руб.	Белки, г	ищевые ве Жиры, г	Углеводы, г	Энергети-ческая ценность, ккал
	•			Завтрак		l		
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	85/20	42,21	16,2	10,8	24,6	263,3
к/к	к/к	КАКАО	180	15,52	5,7	4,7	15,4	128,4
2008		ХЛЕБ "КОЛОС,,	30	1,68	2,4	0,5	14,4	72,0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	6,88	0,1	5,8	0,1	53,0
Итого за при	ием пищи:			66,29	24,4	21,8	54,5	516,6
			1	II Завтрак		1		
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	8,50	0,4	0,4	9,8	47,0
Итого за при	ием пищи:			8,50	0,4	0,4	9,8	47,0
				Обед			<u> </u>	
2012	85	СУП С КЛЕЦКАМИ	200	8,87	3,4	4,3	19,4	130,5
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	185	77,26	18,7	18,6	18,1	320,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,68	0,0	0,0	8,7	34,8
2008		ХЛЕБ "КОЛОС,,	30	1,68	2,4	0,5	14,4	72,0
2008		ХЛЕБУШЕК,,РИЖСКИЙ НОВЫЙ,,	37	2,14	2,4	0,4	18,2	87,3
Итого за при	ием пищи:		•	92,63	26,9	23,7	78,8	645,4
				Полдник		T		
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ	250	16,64	5,5	6,4	23,2	171,5
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	150	9,75	0,8	0,2	16,8	76,5
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	3,20	1,5	1,9	14,6	81,4
Итого за при	Итого за прием пищи: 29,59						54,6	329,4
Всего за ден	Всего за день: 197,01						197,7	1538,4
Сбалансиро	ванность:		1	0,9	3,3			

	Nº		Масса		П			
Сборник рецептур	техноло- гической карты	Прием пищи, наименование блюда	порци	Цена, руб.	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергети-ческая ценность, ккал
	-		T	Завтрак		1		
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	88	26,66	7,6	8,6	2,7	118,7
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	5,68	1,2	1,5	6,5	45,8
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/5	2,51	0,2	0,0	8,2	34,6
2008		ХЛЕБ "КОЛОС,,	30	1,68	2,4	0,5	14,4	72,0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	6,88	0,1	5,8	0,1	53,0
Итого за при	ием пищи:		1	43,41	11,5	16,4	31,8	324,0
				II Завтрак		1		
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	8,50	0,4	0,4	9,8	47,0
Итого за при	ием пищи:			8,50	0,4	0,4	9,8	47,0
	T			Обед		1	,	
2012	402	СУП "ХАРЧО" СО СМЕТАНОЙ	200	8,60	2,5	3,4	17,5	114,4
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	53,28	13,3	13,1	4,2	189,7
2008	210	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	140	7,90	6,0	4,4	36,6	209,8
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	5,25	0,3	0,0	0,6	4,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,59	0,0	0,0	7,7	31,0
2008		ХЛЕБ "КОЛОС,,	30	1,68	2,4	0,5	14,4	72,0
2008		ХЛЕБУШЕК,,РИЖСКИЙ НОВЫЙ,,	37	2,14	2,4	0,4	18,8	90,0
Итого за при	ием пищи:			81,44	26,9	21,7	99,7	711,4
				Полдник				
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	55	16,30	5,9	5,5	38,0	225,6
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	14,60	5,6	4,9	9,3	104,8
Итого за при	Итого за прием пищи:				11,6	10,4	47,3	330,4
Всего за ден				164,25	50,4	48,9	188,6	1412,8
Сбалансиро	ванность:				1	1,0	3,7	

4 день								
Сборник рецептур	№ техноло- гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порци и	Цена, руб.	П Белки, г	ищевые ве Жиры, г	щества Углеводы, г	Энергети-ческая ценность, ккал
	<u>-</u>		I	Завтрак	_	<u>.</u>		
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	16,84	6,7	7,0	25,1	191,5
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,90	0,3	0,0	11,2	46,2
2008		ХЛЕБ "КОЛОС,,	25	1,40	2,0	0,4	12,0	60,0
2008	13	масло (порциями)	8	6,88	0,1	5,8	0,1	53,0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	8,58	2,7	3,5	0,0	43,2
Итого за при	 ием пищи:	<u> </u>		34,60	11,8	16,7	48,5	393,9
	-			II Завтрак	•	•	. 1	•
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	8,50	0,4	0,4	9,8	47,0
Итого за при	ием пищи:			8,50	0,4	0,4	9,8	47,0
				Обед				
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ И МЯСОМ	200/10	36,75	13,9	10,3	25,2	249,5
2008	234	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	60	44,66	19,6	6,0	4,3	149,0
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	115	7,95	2,4	2,2	13,9	84,4
2012	382	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	180	15,44	0,9	0,2	32,0	138,7
2008		ХЛЕБ "КОЛОС,,	20	1,12	1,6	0,3	9,6	48,0
2008		ХЛЕБУШЕК,,РИЖСКИЙ НОВЫЙ,,	37	2,11	2,4	0,4	18,5	88,8
Итого за при	ием пищи:			108,03	40,8	19,3	103,4	758,5
	1	T		Полдник	1	1		
2012	196	ПУДИНГ МАННЫЙ СО СГУЩ.МОЛОКОМ	90	15,46	6,4	6,4	32,4	212,9
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	13,14	5,1	4,4	8,4	94,3
Итого за прі	Итого за прием пищи: 28,60					10,7	40,8	307,2
	Всего за день: 179,73					47,1	202,5	1506,5
Сбалансиро	ванность:		1	0,7	3,1			

	203,0 203,0 42,4 71,4 53,0 43,0 412,7
Завтрак 2008 189 КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ 250 17,79 6,5 7,6 27,0 2008 431 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 185 2,69 0,2 0,0 10,1 2008 БАТОН "ЮБИЛЕЙНЫЙ" в/с 0,4 кг. 30 2,14 2,4 0,3 14,7 2008 13 МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 8 6,88 0,1 5,8 0,1 2008 14 СЫР (ПОРЦИЯМИ) 12 8,58 2,7 3,5 0,0 Итого за прием пищи: 38,08 11,9 17,2 52,0 II Завтрак 2008 ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100 8,50 0,4 0,4 9,8 Итого за прием пищи: 8,50 0,4 0,4 9,8	42,4 71,4 53,0 43,0 412,7
2008 431 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 185 2,69 0,2 0,0 10,1 2008 БАТОН "ЮБИЛЕЙНЫЙ" в/с 0,4 кг. 30 2,14 2,4 0,3 14,7 2008 13 МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 8 6,88 0,1 5,8 0,1 2008 14 СЫР (ПОРЦИЯМИ) 12 8,58 2,7 3,5 0,0 Итого за прием пищи: 38,08 11,9 17,2 52,0 II Завтрак 2008 ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100 8,50 0,4 0,4 9,8	42,4 71,4 53,0 43,0 412,7
2008 БАТОН "ЮБИЛЕЙНЫЙ" в/с 0,4 кг. 30 2,14 2,4 0,3 14,7 2008 13 МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 8 6,88 0,1 5,8 0,1 2008 14 СЫР (ПОРЦИЯМИ) 12 8,58 2,7 3,5 0,0 Итого за прием пищи: 38,08 11,9 17,2 52,0 II Завтрак 2008 ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100 8,50 0,4 0,4 9,8 Итого за прием пищи: 8,50 0,4 0,4 9,8	71,4 53,0 43,0 412,7 47,0
2008 13 МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 8 6,88 0,1 5,8 0,1 2008 14 СЫР (ПОРЦИЯМИ) 12 8,58 2,7 3,5 0,0 Итого за прием пищи: 38,08 11,9 17,2 52,0 II Завтрак 2008 ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100 8,50 0,4 0,4 9,8 Итого за прием пищи: 8,50 0,4 0,4 9,8	53,0 43,0 412,7 47,0
2008 14 СЫР (ПОРЦИЯМИ) 12 8,58 2,7 3,5 0,0 Итого за прием пищи: 38,08 11,9 17,2 52,0 II Завтрак 2008 ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100 8,50 0,4 0,4 9,8 Итого за прием пищи: 8,50 0,4 0,4 9,8	43,0 412,7 47,0
Итого за прием пищи: 38,08 11,9 17,2 52,0 II Завтрак 2008 ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100 8,50 0,4 0,4 9,8 Итого за прием пищи: 8,50 0,4 0,4 9,8	412,7 47,0
II Завтрак 2008 ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100 8,50 0,4 0,4 9,8 Итого за прием пищи: 8,50 0,4 0,4 9,8	47,0
2008 ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100 8,50 0,4 0,4 9,8 Итого за прием пищи: 8,50 0,4 0,4 9,8	
Итого за прием пищи: 8,50 0,4 0,4 9,8	
	47.0
Обед	47,0
2008 93 СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ СО СМЕТАНОЙ 200 11,38 3,4 5,1 14,8	123,1
2012 276 ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 200 45,71 22,3 23,3 34,3	435,8
к/к к/к ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ 30 5,25 0,3 0,0 0,6	4,6
НАПИТОК ГРУШЕВЫЙ ИЗ ДИЧКИ 180 6,88 0,4 0,0 26,3	108,8
2008 ХЛЕБ "КОЛОС, 30 1,68 2,4 0,5 14,4	72,0
2008 ХЛЕБУШЕК,,РИЖСКИЙ НОВЫЙ,, 37 2,11 2,3 0,4 17,9	86,1
Итого за прием пищи: 73,01 31,1 29,2 108,3	830,3
Полдник	
2008 219 Сырники из творога 90 33,84 15,8 10,3 21,6	244,8
2008 434 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180 13,14 5,1 4,4 8,4	94,3
2008 ПОВИДЛО 15 3,38 0,1 0,0 9,6	38,6
Итого за прием пищи: 50,36 20,9 14,6 39,6 Всего за день: 169,95 64,3 61,5 209,6	377,7 1667,7
Всего за день: 169,95 64,3 61,5 209,6 Сбалансированность: 1 1,0 3,3	1007,7

Сосрыйт Токиопо- рементур Прием пищи, наименование Масро Порем По		Nº	N.	Marin		П	Пищевые вещества			
3 автрак 2012 157 NALIJA ГЕРКУЛЕС С ФРУКТАМИ 155 13.17 3.7 5.4 33.0 196.4		техноло- гической			Цена, руб.					
2008 XREG, KOROC, 20 1,12 1,8 0,3 9,6 46,0				1	Завтрак					
2008 XЛЕБ,КОЛОС 20 1.12 1.6 0.3 9.6 48.0 2008 13 МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 8 0.88 0.1 5.8 0.1 53.0 Итого за прием пищи: 24,53 5.6 11,5 51.0 33.4 2008 435 КЕВИР 150 12,45 4,4 3,8 6.0 79.5 мік мік ПЕЧЕНЬЕ 20 3.20 1.5 1.9 14.6 81.4 Итого за прием пищи: 15,55 5.8 5,6 20,6 160,9 2012 62 БОРЩ СО СМЕТАНОЙ 200 14,76 3,5 4,0 17,6 125,7 2012 304 ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 180 41,27 21,3 22,7 34,0 419,0 2008 30 САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ 50 8,73 0.8 1.6 2,6 28.8 НАПИТОК ГРУШЕВЬЙ ИЗ ДИЧКИ 180 6,88 0.4 0.0 25.5 105,5 2008 ХЛЕБ, КОПОС. 20 1,12 1,6 0.3 9,6 48.0 10 ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПРИСКИЙ НОВЫЙ 37 2,11 2,3 0.4 17,9 86.1 ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПРИКСКИЙ НОВЫЙ 37 2,11 2,3 0.4 17,9 86.1 ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПРИКСКИЙ НОВЫЙ 37 2,11 2,3 0.4 17,9 86.1 ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПРИКСКИЙ НОВЫЙ 37 2,11 2,3 0.4 17,9 86.1 ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПРИКСКИЙ НОВЫЙ 37 2,11 2,3 0.4 17,9 86.1 ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПРИКСКИЙ НОВЫЙ 37 2,11 2,3 0.4 17,9 86.1 ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПРИКСКИЙ НОВЫЙ 37 2,11 2,3 0.4 17,9 86.1 ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПРИЕМ ПРИЕМ ПРИЕМ ПРИЕМ ПРИЕМ ПРИЕМ ПРОЗА 1,5 0.3 1,5 0.4 1,5 0.3 1,5 0.4 1,5 0.3 1,5 0.4 1,5 0.3 1,5 0.4 1,5 0.3 1,5 0.4 1,5 0.3 1,5 0.4 1,5 0.3 1,5 0.4 1,5 0.4 1,5 0.3 1,5 0.4 1,5 0.3 1,5 0.4 1,5 0.3 1,5 0.4 1,5 0.3 1,5 0.4 1,5 0.3 1,5 0.4 1,5 0.3 1,5 0.4 1,5 0.4 1,5 0.5 1,5 0.4 1,5 0.5 1,5 0.4 1,5 0.5 1,5 0.5 1,5 0.4 1,5 0.5 1,5 0.5 1,5 0.4 1,5 0.5 1,5 0.5 1,5 0.4 1,5 0.5 1,5 0.5 1,5 0.5 1,5 0.5 1,5 0.4 1,5 0.5 1,5 0.5 1,5 0.5 1,5 0.5 1,5 0.5 1,5 0.5 1,5 0.5 1,5 0.4 1,5 0.5 1	2012	167	КАША ГЕРКУЛЕС С ФРУКТАМИ	155	13,17	3,7	5,4	33,0	196,4	
2008 13 МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 8 6,88 0,1 5,8 0,1 5,8 0,1 53,0 175 330,4 175,9 185,1 185,	к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	3,36	0,2	0,0	8,3	36,0	
Итого за прием пищи: 24,53 5,6 11,5 51,0 333,4 2008 435 КЕФИР 150 12,45 4,4 3,8 6,0 79,5 м/к к/к печенье 20 3,20 1,5 1,9 14,6 81,4 Итого за прием пищи: Обед 2012 62 БОРЩ СО СМЕТАНОЙ 200 14,76 3,5 4,0 17,6 125,7 2012 304 ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 180 41,27 21,3 22,7 34,0 419,9 2008 30 САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОБОЦЕЙ 50 8,73 0,8 1,6 2,6 28,8 4008 ДИТОК ГРУШЕВЫЙ ИЗ ДИЧКИ 180 6,88 0,4 0,0 25,5 105,6 2008 ХЛЕБ, КОЛОС., 20 1,12 1,8 0,3 9,6 48,0 2008 ХЛЕБ, КОЛОС., 20 1,12 1,8 0,3 9,6 48,0 2008 ХЛЕБ, КОЛОС.	2008		ХЛЕБ,,КОЛОС,,	20	1,12	1,6	0,3	9,6	48,0	
13 автраж	2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	6,88	0,1	5,8	0,1	53,0	
2008 435 КЕФИР 150 12,45 4,4 3,8 6,0 79,5 м/к м/к ПЕЧЕНЬЕ 20 3,20 1,5 1,9 14,6 81,4 Итого за прием пищи: 15,65 5,8 5,8 5,8 20,6 160,9 2012 62 БОРЩ СО СМЕТАНОЙ 200 14,76 3,5 4,0 17,6 125,7 2012 304 ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 180 41,27 21,3 22,7 34,0 419,9 2008 30 САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ 50 8,73 0,8 1,6 2,6 28,8 НАПИТОК ГРУШЕВЫЙ ИЗ ДИЧКИ 180 6,88 0,4 0,0 25,5 166,5 2008 ХЛЕБ "КОЛОС., 20 1,12 1,6 0,3 9,6 48,0 Итого за прием пищи: 74,87 29,8 29,0 107,2 814,0 ПОЛДНИК 2008 214 ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 88 26,58 7,6 8,3 2,7 115,9 2012 КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВАННАЯ) 40 9,33 1,2 0,1 2,5 15,5 15,5 2012 395 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180 12,31 4,8 3,9 15,8 113,3 208 208 ХЛЕБ "КОЛОС., 20 1,12 1,6 0,3 9,6 44,0 0,0 12,5 15,5 15,5 2012 395 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180 12,31 4,8 3,9 15,8 113,3 208 208 ХЛЕБ "КОЛОС., 20 1,12 1,6 0,3 9,6 44,0 0,0 9,6 44,90 4,94 15,2 12,5 30,6 297,8 29,0 100,5 100	Итого за прі	ием пищи:				5,6	11,5	51,0	333,4	
м/к к/к ПЕЧЕНЬЕ 20 3.20 1.5 1.9 14.6 81.4 Итого за прием пищи: 15.65 5.8 5.6 20.6 160.9 Обед 2012 62 БОРЩ СО СМЕТАНОЙ 200 14.76 3.5 4.0 17.6 125.7 2012 304 ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 180 41.27 21.3 22.7 34.0 419.9 2008 30 САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ 50 8.73 0.8 1.6 2.6 28.8 НАПИТОК ГРУШЕВЫЙ ИЗ ДИЧКИ 180 6.88 0.4 0.0 25.5 105.5 2008 ХЛЕБ "КОЛОС., 20 1.12 1.6 0.3 9.6 48.0 Итого за прием пищи: 74.87 29.8 29.0 107.2 814.0 ПОЛДНИК 2008 214 ОМПЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 88 26.58 7.6 8.3 2.7 115.9 2012 КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВАННАЯ) 40 9.93 1.2 0.1 2.5 15.5 2012 395 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180 12.31 4.8 3.9 15.8 118.3 2008 ХЛЕБ "КОЛОС., 20 1.12 1.6 0.3 9.6 44.0 Итого за прием пищи: 74.87 29.8 29.0 107.2 814.0 2012 КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВАННАЯ) 40 9.93 1.2 0.1 2.5 15.5 2012 ЗЭБ КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180 12.31 4.8 3.9 15.8 118.3 2008 ХЛЕБ "КОЛОС., 20 1.12 1.6 0.3 9.6 44.0 Итого за прием пищи: 74.94 15.2 12.5 30.6 297.8 ВОГОТОВ ЗВ ВОГОТОВ ЗВ ВСЕГО ЗВ ВВ.6 209.4 1000.1					іі Завтрак					
Итого за прием пищи: 15,65 5,8 5,6 20,6 160,9 2012 62 БОРЩ СО СМЕТАНОЙ 200 14,76 3,5 4,0 17,6 125,7 2012 304 ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 180 41,27 21,3 22,7 34,0 419,9 2008 30 САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ 50 8,73 0,8 1,6 2,6 28,8 НАПИТОК ГРУШЕВЫЙ ИЗ ДИЧКИ 180 6,88 0,4 0,0 25,5 105,5 2008 ХЛЕБ "КОЛОС., 20 1,12 1,6 0,3 9,6 48,0 4008 ХЛЕБ "КОЛОС., 20 1,12 1,6 0,3 9,6 48,0 1008 ХЛЕБ "КОЛОС., 20 1,12 1,6 0,3 9,6 48,0 1009 ХЛЕБ "КОЛОС., 20 1,12 1,6 0,3 9,6 48,0 1009 ХЛЕБ "КОЛОС., 20 1,12 2,8 29,0 107,2 814,0 <	2008	435	КЕФИР	150	12,45	4,4	3,8	6,0	79,5	
Обед 2012 62 БОРЩ СО СМЕТАНОЙ 200 14,76 3,5 4,0 17,6 125,7 2012 304 ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 180 41,27 21,3 22,7 34,0 419,9 2008 30 САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ 50 8,73 0,8 1,6 2,6 28,8 НАПИТОК ГРУШЕВЫЙ ИЗ ДИЧКИ 180 6,88 0,4 0,0 25,5 105,5 2008 ХЛЕБ "КОЛОС., 20 1,12 1,6 0,3 9,6 48,0 2008 ХЛЕБУШЕК, РИЖСКИЙ НОВЫЙ., 37 2,11 2,3 0,4 17,9 86,1 Итого за прием пищи: 74,87 29,8 29,0 107,2 814,0 2008 214 ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 88 26,58 7,6 8,3 2,7 115,9 2012 ЖУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВАННАЯ) 40 9,93 1,2 0,1 2,5 15,5 2012 395 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОК	к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	3,20	1,5	1,9	14,6	81,4	
2012 62 БОРЩ СО СМЕТАНОЙ 200 14,76 3,5 4,0 17,6 125,7 2012 304 ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 180 41,27 21,3 22,7 34,0 419,9 2008 30 САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ 50 8,73 0,8 1,6 2,6 28,8 НАПИТОК ГРУШЕВЫЙ ИЗ ДИЧКИ 180 6,88 0,4 0,0 25,5 105,5 2008 ХЛЕБ "КОЛОС" 20 1,12 1,6 0,3 9,6 48,0 2008 ХЛЕБ "КОЛОС" 20 1,12 1,6 0,3 9,6 48,0 ИТОГО ЗА ПРИВИК ТРУВИЕМ НОВЫЙ" 37 2,11 2,3 0,4 17,9 86,1 ИТОГО ЗА ПРИВИК ТОВОДНИК ТОВО	Итого за прі	ием пищи:		·I		5,8	5,6	20,6	160,9	
2012 304 ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 180 41,27 21,3 22,7 34,0 419,9 2008 30 САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ 50 8.73 0.8 1,6 2,6 28,8 НАПИТОК ГРУШЕВЫЙ ИЗ ДИЧКИ 180 6,88 0,4 0,0 25,5 105,5 2008 ХЛЕБ "КОЛОС., 20 1,12 1,6 0,3 9,6 48,0 2008 ХЛЕБУШЕК, РИЖСКИЙ НОВЫЙ, 37 2,11 2,3 0,4 17,9 86,1 ИТОГО ЗА ПРИМ ТОГО ЗА ПРИМ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180 12,31 4,8 3,9 15,8 118,3 2008 ХЛЕБ "КОЛОС., 20 1,12 1,6 0,3 9,6 48,0 2012 КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВАННАЯ) 40 9,93 1,2 0,1 2,5 15,5 2012 ЗЭБ КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180 12,31 4,8 3,9 15,8 118,3 2008 ХЛЕБ "КОЛОС., 20 1,12 1,6 0,3 9,6 48,0 ИТОГО ЗА ПРИМ ПИЦИ: 49,94 15,2 12,5 30,6 297,8 Весго за прим пици: 49,94 15,2 12,5 30,6 297,8 Весго за дремь: 164,99 56,5 58,6 209,4 1606,1		T	I	1	Обед					
2008 30 САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ 50 8,73 0,8 1,6 2,6 28,8 НАПИТОК ГРУШЕВЫЙ ИЗ ДИЧКИ 180 6,88 0,4 0,0 25,5 105,5 2008 ХЛЕБ "КОЛОС., 20 1,12 1,6 0,3 9,6 48,0 2008 ХЛЕБУШЕК, РИЖСКИЙ НОВЫЙ., 37 2,11 2,3 0,4 17,9 86,1 Итого за прием пищи: 74,87 29,8 29,0 107,2 814,0 ПОЛДНИК 2008 214 ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 88 26,58 7,6 8,3 2,7 115,9 2012 КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВАННАЯ) 40 9,93 1,2 0,1 2,5 15,5 2012 З95 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180 12,31 4,8 3,9 15,8 118,3 2008 ХЛЕБ "КОЛОС., 20 1,12 1,6 0,3 9,6 48,0 Итого за прием пищи: 49,94 15,2 12,5 30,6 297,8 Всего за день: <td>2012</td> <td>62</td> <td>БОРЩ СО СМЕТАНОЙ</td> <td>200</td> <td>14,76</td> <td>3,5</td> <td>4,0</td> <td>17,6</td> <td>125,7</td>	2012	62	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	14,76	3,5	4,0	17,6	125,7	
2008 ХЛЕБ "КОЛОС" 20 1,12 1,6 0,3 9,6 48,0 Итого за прием пищи: 74,87 29,8 29,0 107,2 814,0 2012 КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВАННАЯ) 40 9,93 1,2 0,1 2,5 15,8 118,3 2008 ХЛЕБ "КОЛОС" 20 1,12 1,6 0,3 9,6 48,0 118,3 2008 ХЛЕБ "КОЛОС" 20 1,12 1,6 0,3 9,6 48,0 118,3 2008 ХЛЕБ "КОЛОС" 20 1,12 1,6 0,3 9,6 48,0 118,3 2008 ХЛЕБ "КОЛОС" 20 1,12 1,6 0,3 9,6 48,0 116,	2012	304	плов из птицы	180	41,27	21,3	22,7	34,0	419,9	
2008 ХЛЕБ "КОЛОС, 20 1,12 1,6 0,3 9,6 48,0 2008 ХЛЕБУШЕК,,РИЖСКИЙ НОВЫЙ, 37 2,11 2,3 0,4 17,9 86,1 Итого за прием пищи: 74,87 29,8 29,0 107,2 814,0 ПОЛДНИК 2008 214 ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 88 26,58 7,6 8,3 2,7 115,9 2012 КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВАННАЯ) 40 9,93 1,2 0,1 2,5 15,5 2012 395 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180 12,31 4,8 3,9 15,8 118,3 2008 ХЛЕБ "КОЛОС., 20 1,12 1,6 0,3 9,6 48,0 Итого за прием пищи: 49,94 15,2 12,5 30,6 297,8 Всего за день: 164,99 56,5 58,6 209,4 1606,1	2008	30		50	8,73	0,8	1,6	2,6	28,8	
2008 ХЛЕБУШЕК,,РИЖСКИЙ НОВЫЙ,, 37 2,11 2,3 0,4 17,9 86,1 Итого за прием пищи: 74,87 29,8 29,0 107,2 814,0 ПОЛДНИК 2008 214 ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 88 26,58 7,6 8,3 2,7 115,9 2012 КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВАННАЯ) 40 9,93 1,2 0,1 2,5 15,5 2012 395 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180 12,31 4,8 3,9 15,8 118,3 2008 ХЛЕБ "КОЛОС" 20 1,12 1,6 0,3 9,6 48,0 Итого за прием пищи: 49,94 15,2 12,5 30,6 297,8 Всего за день: 164,99 56,5 58,6 209,4 1606,1			НАПИТОК ГРУШЕВЫЙ ИЗ ДИЧКИ	180	6,88	0,4	0,0	25,5	105,5	
Итого за прием пищи: 74,87 29,8 29,0 107,2 814,0 Итого за прием пищи: ПОЛДНИК 2008 214 ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 88 26,58 7,6 8,3 2,7 115,9 2012 КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВАННАЯ) 40 9,93 1,2 0,1 2,5 15,5 2012 395 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180 12,31 4,8 3,9 15,8 118,3 2008 XЛЕБ "КОЛОС" 20 1,12 1,6 0,3 9,6 48,0 Итого за прием пищи: 49,94 15,2 12,5 30,6 297,8 Всего за день: 164,99 56,5 58,6 209,4 1606,1	2008		ХЛЕБ "КОЛОС,,	20	1,12	1,6	0,3	9,6	48,0	
Полдник 2008 214 ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 88 26,58 7,6 8,3 2,7 115,9 2012 КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВАННАЯ) 40 9,93 1,2 0,1 2,5 15,5 2012 395 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180 12,31 4,8 3,9 15,8 118,3 2008 ХЛЕБ "КОЛОС,, 20 1,12 1,6 0,3 9,6 48,0 Итого за прием пищи: 49,94 15,2 12,5 30,6 297,8 Всего за день: 164,99 56,5 58,6 209,4 1606,1	2008		ХЛЕБУШЕК,,РИЖСКИЙ НОВЫЙ,,	37	2,11	2,3	0,4	17,9	86,1	
2008 214 ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 88 26,58 7,6 8,3 2,7 115,9 2012 КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВАННАЯ) 40 9,93 1,2 0,1 2,5 15,5 2012 395 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180 12,31 4,8 3,9 15,8 118,3 2008 ХЛЕБ "КОЛОС" 20 1,12 1,6 0,3 9,6 48,0 Итого за прием пищи: 49,94 15,2 12,5 30,6 297,8 Всего за день: 164,99 56,5 58,6 209,4 1606,1	Итого за пр	ием пищи:	l	1		29,8	29,0	107,2	814,0	
2012 КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВАННАЯ) 40 9,93 1,2 0,1 2,5 15,5 2012 395 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180 12,31 4,8 3,9 15,8 118,3 2008 ХЛЕБ "КОЛОС, 20 1,12 1,6 0,3 9,6 48,0 Итого за прием пищи: 49,94 15,2 12,5 30,6 297,8 Всего за день: 164,99 56,5 58,6 209,4 1606,1		<u> </u>			Полдник	1	1			
2012 395 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180 12,31 4,8 3,9 15,8 118,3 2008 ХЛЕБ "КОЛОС, 20 1,12 1,6 0,3 9,6 48,0 Итого за прием пищи: 49,94 15,2 12,5 30,6 297,8 Всего за день: 164,99 56,5 58,6 209,4 1606,1	2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	88	26,58	7,6	8,3	2,7	115,9	
2008 XЛЕБ "КОЛОС" 20 1,12 1,6 0,3 9,6 48,0 Итого за прием пищи: 49,94 15,2 12,5 30,6 297,8 Всего за день: 164,99 56,5 58,6 209,4 1606,1	2012		КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВАННАЯ)	40	9,93	1,2	0,1	2,5	15,5	
Итого за прием пищи: 49,94 15,2 12,5 30,6 297,8 Всего за день: 164,99 56,5 58,6 209,4 1606,1	2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	12,31	4,8	3,9	15,8	118,3	
Всего за день: 164,99 56,5 58,6 209,4 1606,1	2008		ХЛЕБ "КОЛОС"	20	1,12	1,6	0,3	9,6	48,0	
									297,8	
					164,99	56,5 1	58,6 1,0	209,4 3,7	1606,1	

	л депь № Пищевые вещества							
Сборник рецептур	техноло- гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергети-ческая ценность, ккал
	•		,	Завтрак				
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА"	250	16,28	5,9	6,6	22,7	174,1
к/к	ĸ/ĸ	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	2,42	0,2	0,0	7,2	30,7
2008		ХЛЕБ "КОЛОС,,	25	1,40	2,0	0,4	12,0	60,0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	6,88	0,1	5,8	0,1	53,0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	8,58	2,8	3,5	0,0	43,7
Итого за при	ием пищи:		l	35,56	10,9	16,3	42,0	361,5
			II	Завтрак	ı			
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	8,50	0,4	0,4	9,8	47,0
Итого за при	ием пищи:			8,50	0,4	0,4	9,8	47,0
				Обед				
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	5,08	3,1	2,4	20,9	118,1
2008	279	ЗРАЗЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	85	62,53	16,3	15,5	4,6	222,9
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	140	17,90	4,4	2,7	12,9	96,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,67	0,0	0,0	6,8	27,1
2008		ХЛЕБ "КОЛОС,,	30	1,68	2,4	0,5	14,4	72,0
2008		ХЛЕБУШЕК,,РИЖСКИЙ НОВЫЙ,,	37	2,11	2,3	0,4	17,9	86,1
Итого за при	 ием пищи:	<u> </u>		91,97	28,4	21,4	77,5	623,1
			ſ	Толдник				
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩ МОЛОКОМ	95	39,12	15,3	9,8	21,7	238,0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	13,14	5,1	4,4	8,4	94,3
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	3,20	1,5	1,9	14,6	81,4
Итого за при	 ием пищи:		55,46	21,8	16,1	44,7	413,7	
	Всего за день:					54,2	174,0	1445,3
Сбалансиро	ванность:				1	0,9	2,8	

	Nº		Manage					
Сборник рецептур	техноло- гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порци и	Цена, руб.	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергети-ческая ценность, ккал
	T		38	автрак				
2008	189	КАНРОПОМ КАННАМ АШАЗ	250	15,82	6,1	6,3	27,1	189,5
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	2,51	0,2	0,0	8,2	34,6
2008		БАТОН ЮБИЛЕЙНЫЙ В/С ., 0,4 КГ	30	2,14	2,3	0,3	14,3	69,3
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	6,88	0,1	5,8	0,1	53,0
Итого за прі	ием пищи:			27,35	8,6	12,4	49,7	346,3
	<u> </u>		II 3	Вавтрак				
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	8,50	0,4	0,4	9,8	47,0
Итого за прі	ием пищи:			8,50	0,4	0,4	9,8	47,0
	ı			Обед				
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	37,41	9,8	10,1	16,8	199,6
2008	236	РЫБА ПО ПОЛЬСКИ	75	48,03	20,0	4,0	1,7	125,7
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	13,35	4,4	3,7	32,5	181,3
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	4,50	0,2	0,0	0,5	3,9
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	11,70	0,9	0,2	19,6	89,0
2008		ХЛЕБ "КОЛОС,,	30	1,68	2,4	0,5	14,4	72,0
2008		ХЛЕБУШЕК,,РИЖСКИЙ НОВЫЙ,,	37	2,11	2,3	0,4	17,9	86,1
Итого за прі	ием пищи:		ı	118,78	40,0	18,8	103,4	757,6
	1		Пс	олдник				
2012	467	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	60	12,63	5,8	5,4	35,5	214,2
2008	434	молоко кипяченое	180	13,14	5,1	4,4	8,4	94,3
	Итого за прием пищи:					9,8	43,9	308,5
	Всего за день: 180,40					41,4	206,8	1459,4
Сбалансированность:						0,7	3,5	

Part		Nº	000	Масса		ı	Тищевые веще	ства	
2012 216 ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 88 27.97 7,8 9,8 2.7 129,0 2008		гической	Прием пищи, наименование блюда	порци и		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
2008		<u> </u>		38	автрак Г				
кік кік ЧАЯ С ЛИМОНОМ 180 2.42 0.2 0.0 7.2 30.7 2008 13 МАСЛО (ПОРЦИЯВМИ) 8 6.86 0.1 5.8 0.1 5.0 3.5 0.0 4.37 2008 14 Сыр (ПОРЦИЯВМИ) 12 8.56 2.0 3.5 0.0 4.37 Итого за прием пищи: 13 3875 13.8 23.2 27.5 376.9 2008 28 РАССОПЬНИК СО СМЕТАННОЙ 200 13.48 2.0 4 0.4 9.8 47.0 2008 283 ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ 80 68.42 14.0 13.8 6.5 20.2 2008 283 КАСЕЛЬИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО 180 15.44 0.9 0.0 4 3.2 32.0 32.0 32.0 32.0 32.0 32.0 32.0	2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	88	27,97	7,6	9,8	2,7	129,9
2008 13 МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 12 8.58 2.4 0.5 14.4 72.0	2008			40	7,84	0,8	3,6	3,1	47,6
2008 13 МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 8 6,88 0,1 5,8 0,1 53,0 2008 14 СЫР (ПОРЦИЯМИ) 12 8,58 2,8 3,5 0,0 43,7 Итого за прини лици: 55,77 13,8 22,2 27,5 376,9 2008 ВБЛОКО СВЕЖЕЕ 100 8,50 0,4 4 4,8 47,0 2008 ВВРАССОЛЬНИК СО СМЕТАННОЙ 200 13,48 2,8 4,3 17,5 124,6 2008 89 РАССОЛЬНИК СО СМЕТАННОЙ 200 13,48 2,8 4,3 17,5 124,6 2008 893 РАССОЛЬНИК СО СМЕТАННОЙ 200 13,48 2,8 4,3 17,5 124,6 2008 893 РАССОЛЬНИК ГО СМЕТАННОЙ 10 11,47 3,3 3,1 18,4 115,3 2012 382 КИСЕЛЬИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО 180 15,44 0,8 0,5 14,4 72,0 2008 ЖІЕБ	к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	2,42	0,2	0,0	7,2	30,7
Титого за примом пищи: 12 8.58 2.8 3.5 0.0 43,7	2008		ХЛЕБ "КОЛОС,,	30	1,68	2,4	0,5	14,4	72,0
Мтого за прием пищи:	2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	6,88	0,1	5,8	0,1	53,0
Вавтрак 100 8.50 0.4 0.4 9.8 47.0	2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	8,58	2,8	3,5	0,0	43,7
2008 ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100 8,50 0,4 0,4 9,8 47,0 Обед 2008 89 РАССОЛЬНИК СО СМЕТАННОЙ 200 13,48 2,8 4,3 17,5 124,6 2008 283 ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ 80 58,42 14,9 13,8 6,5 209,2 2008 56 ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ 140 11,47 3,3 3,1 18,4 115,3 2012 382 КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО 180 15,44 0,9 0,2 32,0 138,7 2008 ХЛЕБ "КОЛОС., 30 1,88 2,4 0,5 14,4 72,0 2008 ХЛЕБ "КОЛОС., 30 1,88 2,4 0,5 14,4 72,0 2008 ХЛЕБ "КОЛОС., 30 1,88 2,4 0,5 14,4 72,0 2012 ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ 120 38,85 16,1 11,6 20,5 288,5 2012 395	Итого за прі	ием пищи:		11.2		13,8	23,2	27,5	376,9
Мого за прием пищи: 8,50 0,4 0,4 9,8 47,0					-				
Обед 2008 89 РАССОЛЬНИК СО СМЕТАННОЙ 200 13,48 2,8 4,3 17,5 124,6 2008 283 ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ 80 58,42 14,9 13,8 6,5 209,2 2008 56 ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ 140 11,47 3,3 3,1 18,4 115,3 2012 382 КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО 180 15,44 0,9 0,2 32,0 138,7 2008 ХЛЕБ "КОЛОС., 30 1,68 2,4 0,5 14,4 72,0 2008 ХЛЕБ "КОЛОС., 30 1,68 2,4 0,5 14,4 72,0 2008 ХЛЕБУШЕК, РИЖСКИЙ НОВЫЙ, 37 2,11 2,3 0,4 17,9 86,1 Итого за прием пищи: 102,60 26,6 22,3 106,7 745,9 ПОЛДНИК 120 38,85 16,1 11,6 20,5 258,5 2012 395 КАКАО С МОЛОКОМ 180			ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100					
2008 89 РАССОЛЬНИК СО СМЕТАННОЙ 200 13,48 2,8 4,3 17,5 124,6 2008 283 ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ 80 58,42 14,9 13,8 6,5 209,2 2008 56 ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ 140 11,47 3,3 3,1 18,4 115,3 2012 382 КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО 180 15,44 0,9 0,2 32,0 138,7 2008 ХЛЕБ,КОЛОС., 30 1,68 2,4 0,5 14,4 72,0 2008 ХЛЕБУШЕК,РИЖСКИЙ НОВЫЙ., 37 2,11 2,3 0,4 17,9 86,1 Полдник 2012 ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ 120 38,85 16,1 11,6 20,5 258,5 2012 ЗЭБ КАКАО С МОЛОКОМ 180 15,17 5,5 4,7 15,4 127,0 2008 ВАФЛИ 15 4,50 0,4 0,5 11,6 53,1 Итого за прием пищи: 58,52 22,1 16,8 47,5 438,6	Итого за прі	ием пищи:				0,4	0,4	9,8	47,0
2008 283 ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ 80 58,42 14,9 13,8 6,5 209,2 2008 56 ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ 140 11,47 3,3 3,1 18,4 115,3 2012 382 КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО 180 15,44 0,9 0,2 32,0 138,7 2008 XЛЕБ "КОЛОС., 30 1,68 2,4 0,5 14,4 72,0 2008 XЛЕБУШЕК, РИЖСКИЙ НОВЫЙ., 37 2,11 2,3 0,4 17,9 86,1 Итого за прием пищи: 102,60 26,6 22,3 106,7 745,9 2012 ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ 120 38,85 16,1 11,6 20,5 258,5 2012 395 КАКАО С МОЛОКОМ 180 15,17 5,5 4,7 15,4 127,0 2008 ВАФЛИ 15 4,50 0,4 0,5 11,6 53,1 Итого за прием пищи: 58,52 22,1 16,8 47,5 438,6 Всего за день: 58,52 22,1 16,8 47,5					ОССД				
2008 56 ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ 140 11,47 3,3 3,1 18,4 115,3 2012 382 КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО 180 15,44 0,9 0,2 32,0 138,7 2008 ХЛЕБ "КОЛОС" 30 1,68 2,4 0,5 14,4 72,0 2008 ХЛЕБУШЕК "РИЖСКИЙ НОВЫЙ ,37 2,11 2,3 0,4 17,9 86,1 Итого за прием пищи: 120 38,85 16,1 11,6 20,5 258,5 2012 ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ 120 38,85 16,1 11,6 20,5 258,5 2012 395 КАКАО С МОЛОКОМ 180 15,17 5,5 4,7 15,4 127,0 2008 ВАФЛИ 15 4,50 0,4 0,5 11,6 53,1 Итого за прием пищи: 58,52 22,1 16,8 47,5 438,6 Всего за день: 522,49 62,9 62,6 191,5 1608,4	2008	89	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАННОЙ	200	13,48	2,8	4,3	17,5	124,6
2012 382 КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО 180 15,44 0,9 0,2 32,0 138,7 2008 ХЛЕБ "КОЛОС" 30 1,68 2,4 0,5 14,4 72,0 2008 ХЛЕБУШЕК,РИЖСКИЙ НОВЫЙ" 37 2,11 2,3 0,4 17,9 86,1 Итого за прием пищи: 102,60 26,6 22,3 106,7 745,9 ПОЛДНИК 2012 ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ 120 38,85 16,1 11,6 20,5 258,5 2012 395 КАКАО С МОЛОКОМ 180 15,17 5,5 4,7 15,4 127,0 2008 ВАФЛИ 15 4,50 0,4 0,5 11,6 53,1 Итого за прием пищи: 58,52 22,1 16,8 47,5 438,6 Всего за день: 224,99 62,9 62,6 191,5 1608,4	2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	58,42	14,9	13,8	6,5	209,2
2008 ХЛЕБ "КОЛОС" 30 1,68 2,4 0,5 14,4 72,0 2008 ХЛЕБУШЕК"РИЖСКИЙ НОВЫЙ" 37 2,11 2,3 0,4 17,9 86,1 Итого за прием пищи: 102,60 26,6 22,3 106,7 745,9 ПОЛДНИК 2012 ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ 120 38,85 16,1 11,6 20,5 258,5 2012 395 КАКАО С МОЛОКОМ 180 15,17 5,5 4,7 15,4 127,0 2008 ВАФЛИ 15 4,50 0,4 0,5 11,6 53,1 Итого за прием пищи: 58,52 22,1 16,8 47,5 438,6 Всего за день: 224,99 62,9 62,6 191,5 1608,4	2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	140	11,47	3,3	3,1	18,4	115,3
2008 ХЛЕБУШЕК,,РИЖСКИЙ НОВЫЙ,, 37 2,11 2,3 0,4 17,9 86,1 Итого за прием пищи: 102,60 26,6 22,3 106,7 745,9 ПОЛДНИК 2012 ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ 120 38,85 16,1 11,6 20,5 258,5 2012 395 КАКАО С МОЛОКОМ 180 15,17 5,5 4,7 15,4 127,0 2008 ВАФЛИ 15 4,50 0,4 0,5 11,6 53,1 Итого за прием пищи: 58,52 22,1 16,8 47,5 438,6 Всего за день: 224,99 62,9 62,6 191,5 1608,4	2012	382	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	180	15,44	0,9	0,2	32,0	138,7
Итого за прием пищи: 102,60 26,6 22,3 106,7 745,9 ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ 120 38,85 16,1 11,6 20,5 258,5 2012 395 КАКАО С МОЛОКОМ 180 15,17 5,5 4,7 15,4 127,0 2008 ВАФЛИ 15 4,50 0,4 0,5 11,6 53,1 Итого за прием пищи: 58,52 22,1 16,8 47,5 438,6 Всего за день: 224,99 62,9 62,6 191,5 1608,4	2008		ХЛЕБ "КОЛОС,,	30	1,68	2,4	0,5	14,4	72,0
Полдник 2012 ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ 120 38,85 16,1 11,6 20,5 258,5 2012 395 КАКАО С МОЛОКОМ 180 15,17 5,5 4,7 15,4 127,0 2008 ВАФЛИ 15 4,50 0,4 0,5 11,6 53,1 Итого за прием пищи: 58,52 22,1 16,8 47,5 438,6 Всего за день: 224,99 62,9 62,6 191,5 1608,4	2008		ХЛЕБУШЕК,,РИЖСКИЙ НОВЫЙ,,	37	2,11	2,3	0,4	17,9	86,1
2012 ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ 120 38,85 16,1 11,6 20,5 258,5 2012 395 КАКАО С МОЛОКОМ 180 15,17 5,5 4,7 15,4 127,0 2008 ВАФЛИ 15 4,50 0,4 0,5 11,6 53,1 Итого за прием пищи: 58,52 22,1 16,8 47,5 438,6 Всего за день: 224,99 62,9 62,6 191,5 1608,4	Итого за прі						22,3	106,7	745,9
2012 395 КАКАО С МОЛОКОМ 180 15,17 5,5 4,7 15,4 127,0 2008 ВАФЛИ 15 4,50 0,4 0,5 11,6 53,1 Итого за прием пищи: 58,52 22,1 16,8 47,5 438,6 Всего за день: 224,99 62,9 62,6 191,5 1608,4				110					
2008 ВАФЛИ 15 4,50 0,4 0,5 11,6 53,1 Итого за прием пищи: 58,52 22,1 16,8 47,5 438,6 Всего за день: 224,99 62,9 62,6 191,5 1608,4	2012		ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ	120	38,85	16,1	11,6	20,5	258,5
Итого за прием пищи: 58,52 22,1 16,8 47,5 438,6 Всего за день: 224,99 62,9 62,6 191,5 1608,4	2012	395	какао с молоком	180	15,17	5,5	4,7	15,4	127,0
Всего за день: 224,99 62,9 62,6 191,5 1608,4	2008		ВАФЛИ	15	4,50	0,4	0,5	11,6	53,1
POWER CONTROL OF THE					224,99	62,9	62,6 1,0	191,5 3,0	1608,4

	Nº				Пищевые вещества		_	
Сборник рецептур	техноло- гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергети-ческая ценность, ккал
	T	Т	Зав	втрак				
2008	60	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	60	22,18	12,9	7,9	0,8	126,3
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	14,78	4,5	4,8	32,6	192,0
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	2,51	0,2	0,0	8,2	34,6
2008		ХЛЕБ "КОЛОС,,	30	1,68	2,4	0,5	14,4	72,0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	6,88	0,1	5,8	0,1	53,0
Итого за пр	ием пищи:			48,03	20,0	18,9	56,1	477,9
			II 3a	втрак				
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	8,50	0,4	0,4	9,8	47,0
Итого за пр	ием пищи:		0	8,50	0,4	0,4	9,8	47,0
			<u> </u>	бед 				
2012	62	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ И МЯСОМ	200	43,15	10,6	9,7	17,2	203,9
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	75	49,41	20,1	6,5	2,6	153,1
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	4,82	3,3	2,8	19,6	117,3
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	4,50	0,2	0,0	0,5	3,9
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	3,10	0,0	0,0	7,7	31,0
2008		ХЛЕБ "КОЛОС,,	30	1,68	2,4	0,5	14,4	72,0
2008		ХЛЕБУШЕК,,РИЖСКИЙ НОВЫЙ,,	37	2,14	2,4	0,4	18,2	87,3
Итого за пр	ием пищи:		-	108,80	39,0	19,9	80,3	668,5
			Пол	ідник П				
2008	451	пирожок с повидлом	75	16,69	5,9	5,1	41,3	234,3
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК МОЛОЧНЫЙ	180	13,68	5,4	4,4	15,8	125,0
Итого за пр	ием пищи:	I	11,3	9,4	57,0	359,2		
Всего за де				195,70	70,7	48,7	203,2	1552,6
Сбалансиро	ванность:			1	0,7	2,9		