сахар	1,5	1,5													
Кофейный напиток (№253-2004, Пермь)			**200**	**3,4**	**3,2**	**17,3**	**112**	**1,27**	**0,04**	**0,00**	**0,00**	**136,00**	**103,00**	**0,00**	**0,04**
кофейный напиток	2	2													
сахар	12	12													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
вода кипяченая для сухого молока	88	88													
Хлеб пшеничный	40	40	**40**	**3,3**	**0,6**	**14,4**	**76**	**0,00**	**0,09**	**0,00**	**0,00**	**13,20**	**87,20**	**24,80**	**1,68**
или хлеб витаминизированный			**40**												
Хлеб ржаной	10	10	**10**	**0,5**	**0,1**	**4,4**	**20**	**0,00**	**0,01**	**0,00**	**0,00**	**1,80**	**8,70**	**1,90**	**0,28**
ОБЕД				***28***	***27***	***115***	***817***	***30,50***	***0***	***0***	***5***	***195***	***472***	***104***	***8***
Икра кабачковая промышленного производства	**63**	**60**	**60**	**0,9**	**2,5**	**6,1**	**51**	**3,00**	**0,02**	**0,00**	**1,32**	**16,94**	**17,68**	**0,00**	**0,45**
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
Рассольник Ленинградский с мясом со сметаной (№129-1996)			**250/10/5**	**4,8**	**6,5**	**15,6**	**140**	**6,70**	**0,08**	**0,02**	**0,07**	**20,37**	**84,09**	**15,13**	**0,16**
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	93	70													
01.11.-31.12. -30%	100	70													
01.01-29.02 - 35%	108	70													
01.03. - 40%	117	70													
крупа (перловая или пшеничная)	5	5													
морковь - до 01.01 - 20%	12,5	10													
с 01.01 - 25%	13	10													
лук репчатый	10	8													
огурцы солёные (без уксуса)	31	17													
масло сливочное	5	5													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													

или зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1													
Мясо тушеное с капустой (Бигус)ТТК			**210**	**15,5**	**16,8**	**20,3**	**294**	**11,80**	**0,06**	**0,00**	**3,05**	**86,66**	**157,02**	**43,79**	**2,56**
капуста белокочанная свежая	236	189													
морковь - до 01.01 - 20%	19	15													
с 01.01 - 25%	20	15													
лук репчатый	14	12													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	6	6													
говядина полуфабрикат	55	47													
или говядина 1 категории	64	47													
масло растительное	6	6													
Сок (посчитана пищевая ценность сока виноградного)	200	200	**200**	**0,2**	**0,0**	**34,0**	**137**	**9,00**	**0,02**	**0,00**	**0,22**	**44,30**	**48,00**	**0,00**	**0,96**
Хлеб пшеничный	60	60	**60**	**4,9**	**0,8**	**21,7**	**114**	**0,00**	**0,14**	**0,00**	**0,00**	**19,80**	**130,80**	**37,20**	**2,52**
или хлеб витаминизированный			**60**												
Хлеб ржаной	40	40	**40**	**1,9**	**0,4**	**17,5**	**81**	**0,00**	**0,03**	**0,00**	**0,00**	**7,20**	**34,80**	**7,60**	**1,12**
ПОЛДНИК				**4**	**12**	**59**	**365**	**7**	**0**	**0**	**1**	**103**	**120**	**8**	**1**
Булочка Творожная №786-2004			**60**	**3,2**	**11,9**	**21,5**	**206**	**0,06**	**0,05**	**0,00**	**1,20**	**35,28**	**60,48**	**8,17**	**0,50**
мука пшеничная	35	35													
сахар	5	5													
масло сливочное	1,2	1,2													
творог (массовая доля жира не более 9%)	19	18													
молоко питьевое	10	10													
яйцо куриное	6	6													
ванилин	0,04	0,04													
дрожжи прессованные	1,5	1,5													
масло растительное	1	1													

ЭКЗЕМПЛЯР ПРОВЕРЕН
Мера № 000870
АУ ТО «Центр технологического

Кисель из яблок + витамин "С" (642-2004)			**200**	**0,1**	**0,1**	**25,1**	**102**	**1,20**	**0,01**	**0,00**	**0,06**	**7,44**	**8,23**	**0,00**	**0,61**
яблоки свежие с удаленным семенным гнездом	34	30													
сахар	15	15													
мука картофельная (крахмал)	8	8													
Фрукт			**150**	**1,0**	**0,4**	**12,5**	**58**	**6,00**	**0,06**	**0,00**	**0,00**	**60,50**	**51,00**	**0,00**	**0,00**
УЖИН				**23**	**17**	**77**	**557**	**30,32**	**0,93**	**0,56**	**2,06**	**77,19**	**322,03**	**99,46**	**4,35**
Колобки мясо-картофельные с маслом (ТТК)			**80/5**	**12,5**	**11,2**	**7,2**	**180**	**1,65**	**0,05**	**0,02**	**1,50**	**13,50**	**54,50**	**8,40**	**0,18**
говядина 1 категории	84	62													
или говядина полуфабрикат	73	62													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	21	16													
01.11.-31.12. -30%	23	16													
01.01-29.02 - 35%	25	16													
01.03. - 40%	27	16													
лук репчатый	15	13													
яйцо куриное	10	10													
сухари пшеничные	6	6													
масло сливочное для смазки листа	4	4													
масло сливочное	5	5													
Овощи припущенные (524-2004)			**200**	**5,4**	**5,4**	**22,7**	**161**	**11,67**	**0,26**	**0,04**	**0,56**	**44,80**	**154,23**	**60,56**	**1,62**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	93	70													
01.11.-31.12. -30%	100	70													
01.01-29.02 - 35%	108	70													
01.03. - 40%	117	70													
горошек зеленый консервированный	86	56													
морковь - до 01.01 - 20%	66	53													
с 01.01 - 25%	70	53													
лук репчатый	33	28													
масло сливочное	7	7													
мука пшеничная	2,0	2,0													
Компот из изюма №638-2004			**200**	**0,3**	**0,0**	**19,5**	**79**	**17,00**	**0,50**	**0,50**	**0,00**	**0,29**	**0,00**	**0,00**	**0,03**
изюм	15	15													
сахар	10	10													

Хлеб пшеничный	40	40	40	3,3	0,6	14,4	76	0,00	0,09	0,00	0,00	13,20	87,20	24,80	1,68
или хлеб витаминизированный			40												
Хлеб ржаной	30	30	30	1,4	0,3	13,1	61	0,00	0,02	0,00	0,00	5,40	26,10	5,70	0,84
СОННИК				***3,4***	***4,7***	***16,0***	***120***	***0,00***	***0,00***	***0,00***	***0,00***	***272,00***	***213,00***	***2,55***	***0,00***
Кисломолочный напиток (ряженка, кефир, ацидофилин, снежок (р.645-1996)	167	160	160	3,4	4,7	16	120	0,00	0,00	0,00	0,00	272,00	213,00	2,55	0,00
ИТОГО:				**72**	**71**	**349**	**2323**	**70,4**	**1,6**	**0,6**	**8,9**	**942,4**	**1453,0**	**262,0**	**15,7**

9 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Витамины				Минералы, мг			
								С, мг	В1, мг	А, мкг рет.экв.	Е, мг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				**15**	**23**	**57**	**493**	**1**	**0**	**0**	**1**	**476**	**506**	**40**	**1**
Для бутерброда:															
Масло сливочное (порциями) (№96-2004)	5	5	5	0,1	3,7	0,1	34	0,00	0,00	0,20	0,01	1,20	1,50	0,00	0,01
Сыр (порциями) (№97-2004)	16	15	15	3,5	4,4	0,0	53	0,14	0,00	0,02	0,00	162,00	87,00	0,00	0,00
Хлеб пшеничный	10	10	10	0,8	0,1	3,6	19	0,00	0,02	0,00	0,00	3,30	21,80	6,20	0,42
или хлеб витаминизированный			10												
Пудинг из творога с молоком сгущенным (№362-2004)			170	8,5	13,3	32,5	284	0,39	0,07	0,03	1,25	223,83	325,12	22,74	0,23
творог (массовая доля жира не более 9%)	119	118													
крупа манная	10	10													
или мука пшеничная	12	12													
сахар	12	12													
яйцо куриное	6	6													
изюм	8,2	8													
масло сливочное	4,5	4,5													
сухари пшеничные	4,5	4,5													
сметана	4,5	4,5													

ЭКЗЕМПЛЯР ПОДЛИННЫЙ
Мерк № 00872
АНО «Центр стандартизации и метрологии»

масса готового пудинга		150													
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5													
молоко цельное сгущенное с сахаром	20	20													
Чай с молоком №630-1996			**200**	**1,8**	**1,3**	**16,2**	**84**	**0,18**	**0,02**	**0,00**	**0,00**	**83,97**	**61,54**	**9,54**	**0,11**
чай-заварка	0,55	0,55													
сахар	12	12													
молоко питьевое	50	50													
или молоко концентрированное	23	23													
или молоко сухое	6	6													
вода кипяченая для концентрированного молока	27	27													
вода кипяченая для сухого молока	44	44													
Хлеб ржаной	10	10	**10**	**0,5**	**0,1**	**4,4**	**20**	**0,00**	**0,01**	**0,00**	**0,00**	**1,80**	**8,70**	**1,90**	**0,28**
ОБЕД				**28**	**26**	**117**	**815**	**21,17**	**0**	**0**	**6**	**227**	**562**	**121**	**5**
Салат из белокочанной капусты с морковью (№43-2004)			**80**	**1,3**	**5,0**	**4,8**	**69**	**8,02**	**0,02**	**0,00**	**3,64**	**32,49**	**27,01**	**15,37**	**0,47**
капуста белокочанная свежая (стертая с солью)	119	60													
морковь - до 01.01 - 20%	23	18													
с 01.01 - 25%	24	18													
сахар	0,8	0,8													
масло растительное	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
Суп картофельный с крупой, с мясом (№138-2004)			**250/10**	**5,0**	**5,5**	**16,3**	**135**	**2,70**	**0,08**	**0,02**	**0,54**	**13,80**	**77,12**	**15,70**	**0,20**
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	100	75													
01.11.-31.12. -30%	107	75													
01.01-29.02 - 35%	116	75													
01.03. - 40%	125	75													
крупа (перловая, или пшеничная, или рисовая)	8	8													
морковь - до 01.01 - 20%	12,5	10													
с 01.01 - 25%	13	10													

лук репчатый	12	10													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
или зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1													
масло сливочное	5	5													
Рыба, запеченная в омлете с маслом (№148-2001, Пермь)			**90**	**12,0**	**10,3**	**7,2**	**170**	**0,13**	**0,09**	**0,03**	**1,45**	**29,98**	**169,52**	**20,99**	**0,45**
горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	110	77													
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	100	74													
мука пшеничная	3	3													
масло растительное	3	3													
яйцо куриное	25	25													
молоко питьевое	5	5													
масло сливочное	5	5													
Пюре картофельное (№520-2004)			**150**	**3,0**	**3,8**	**20,1**	**126**	**2,18**	**0,08**	**0,17**	**0,33**	**35,68**	**86,32**	**25,95**	**0,93**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	170	128													
01.11.-31.12. -30%	183	128													
01.01-29.02 - 35%	197	128													
01.03. - 40%	214	128													
молоко питьевое	23	23													
или молоко концентрированное	11	11													
или молоко сухое	3	3													
вода кипяченая для концентрированного молока	3	3													
вода кипяченая для сухого молока	5	5													
масло сливочное	5	5													
Компот из сухофруктов + Витамин "С" (№638-2004)			**200**	**0,3**	**0,0**	**18,0**	**73**	**0,14**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**15,90**	**12,06**	**10,70**	**0,47**
сухофрукты	18	18													
сахар	10	10													
Фрукт			**200**	**1,6**	**0,6**	**18,2**	**85**	**8,00**	**0,08**	**0,00**	**0,00**	**79,00**	**68,00**	**0,00**	**0,00**
Хлеб пшеничный	40	40	**40**	**3,3**	**0,6**	**14,4**	**76**	**0,00**	**0,09**	**0,00**	**0,00**	**13,20**	**87,20**	**24,80**	**1,68**
или хлеб витаминизированный			**40**												
Хлеб ржаной	40	40	**40**	**1,9**	**0,4**	**17,5**	**81**	**0,00**	**0,03**	**0,00**	**0,00**	**7,20**	**34,80**	**7,60**	**1,12**

полдник				12	15	47	368	1	0	0	1	351	274	42	0
Пирог манный ТТК			60	6,5	9,7	38,0	265	0,00	0,06	0,00	0,51	160,58	133,77	20,53	0,00
мука пшеничная	13	13													
сахар	12	12													
крупа манная	13	13													
яйцо куриное	14	14													
сметана	10	10													
двууглекислый натрий	0,6	0,6													
масло сливочное	4	4													
сахарная пудра для обсыпки	2	2													
масло растительное для смазки листа	0,3	0,3													
Молоко питьевое кипяченое 2,5 % №260-2004	210	200	200	5,4	5,2	8,6	103	0,94	0,05	0,02	0,00	190,08	140,58	21,92	0,15
УЖИН				18	22	86	612	9,05	0,17	0,02	2,90	114,97	375,42	103,40	6,49
Нарезка из свеклы с огурцом №21-2004, Пермь			80	1,0	5,0	4,1	65	0,95	0,01	0,00	1,84	21,70	24,50	4,85	0,76
свекла до 01.01 -20%	73	58													
с 01.01 - 25%	77	58													
огурцы солёные (без уксуса)	44	24													
или огурцы свежие парниковые	24	24													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
масло растительное на полив при подаче	5	5													
Тефтели из говядины запеченные с соусом (№461-2004)			100	7,3	11,3	7,7	162	0,10	0,03	0,00	0,30	12,03	91,26	13,50	0,05
говядина 1 категории	54	40													
или говядина полуфабрикат	47	40													
или фарш промышленного производства	40	40													
Хлеб пшеничный	8	8													
лук репчатый	15	13													
масло сливочное	6	6													
мука пшеничная	2	2													
Масса тефтелей		60													
Соус красный основной		**40**													
бульон или вода питьевая	40	40													

масло сливочное	2,4	2,4													
мука пшеничная	2	2													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и	6	6													
морковь - до 01.01 - 20%	8	6													
с 01.01 - 25%	8	6													
лук репчатый	1,0	0,8													
сахар	0,5	0,5													
Гречка вязкая (№302-2004)			**150**	**4,7**	**4,8**	**20,6**	**144**	**0,00**	**0,01**	**0,02**	**0,60**	**8,54**	**106,71**	**55,50**	**2,50**
крупа гречневая	38	38													
вода питьевая	121	121													
масло сливочное	5	5													
Сок (посчитана средняя пищевая ценность соков - яблочного,	200	200	**200**	**0,2**	**0,1**	**28,1**	**114**	**8,00**	**0,01**	**0,00**	**0,16**	**55,00**	**44,00**	**0,00**	**0,80**
Хлеб ржаной	25	25	**25**	**1,2**	**0,3**	**11,0**	**51**	**0,00**	**0,02**	**0,00**	**0,00**	**4,50**	**21,75**	**4,75**	**0,70**
Хлеб пшеничный	40	40	**40**	**3,3**	**0,6**	**14,4**	**76**	**0,00**	**0,09**	**0,00**	**0,00**	**13,20**	**87,20**	**24,80**	**1,68**
или хлеб витаминизированный			**40**												
СОННИК				***3,4***	***4,7***	***16,0***	***120***	***0,00***	***0,00***	***0,00***	***0,00***	***272,00***	***213,00***	***2,55***	***0,00***
Кисломолочный напиток (ряженка, кефир, ацидофилин, снежок (р.645-1996)	167	160	**160**	**3,4**	**4,7**	**16**	**120**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**272,00**	**213,00**	**2,55**	**0,00**
ИТОГО:				**76**	**91**	**322**	**2408**	**31,9**	**0,9**	**0,5**	**10,6**	**1441,0**	**1930,5**	**309,9**	**13,0**

10 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Витамины				Минералы, мг			
								С, мг	В1, мг	А, мкг рет.экв.	Е, мг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				***13***	***14***	***78***	***488***	***1***	***0***	***0***	***1***	***170***	***249***	***36***	***1***
Бутерброд с маслом с джемом или повидлом (№ 1,2-2004)			**20/5/10**	**1,5**	**3,6**	**15,2**	**99**	**0,12**	**0,02**	**0,00**	**0,76**	**4,78**	**5,87**	**3,25**	**0,00**
хлеб пшеничный	20	20													
масло сливочное	5	5													

ЭКЗЕМПЛЯР ПИСАЛ
Меню № 000870
МУ ЦОО «Центр технологического сопровождения»

ароматизаторов, консервантов и красителей)	10,2	10													
Каша боярская с маслом (из пшена с изюмом) №94-2001, Пермь пшенная			**200/5**	**9,2**	**9,6**	**39,0**	**279**	**0,63**	**0,18**	**0,06**	**0,06**	**156,87**	**190,37**	**17,98**	**0,23**
крупа пшено	32	32													
изюм	18,2	18													
молоко питьевое	125	125													
или молоко концентрированное	58	58													
или молоко сухое	15	15													
вода кипяченая для концентрированного молока	68	68													
вода кипяченая для сухого молока	110	110													
сахар	3	3													
соль йодированная	1	1													
яйцо куриное	12	12													
масло сливочное	5	5													
Чай с лимоном (№686-2004)			**200/5**	**0,2**	**0,0**	**12,7**	**52**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,20**	**0,00**	**0,00**	**0,02**
чай-заварка	0,55	0,55													
сахар	12	12													
лимон	6	5													
Хлеб ржаной	10	10	**10**	**0,5**	**0,1**	**4,4**	**20**	**0,00**	**0,01**	**0,00**	**0,00**	**1,80**	**8,70**	**1,90**	**0,28**
Хлеб пшеничный	20	20	**20**	**1,6**	**0,3**	**7,2**	**38**	**0,00**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**6,60**	**43,60**	**12,40**	**0,84**
или хлеб витаминизированный			**20**												
ОБЕД				**29**	**27**	**112**	**803**	**29,19**	**0**	**0**	**7**	**200**	**483**	**126**	**7**
Винегрет овощной (60-1996)			**80**	**1,0**	**5,0**	**5,7**	**72**	**3,11**	**0,03**	**0,00**	**1,89**	**18,42**	***33,76***	**16,29**	**0,65**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	24	18													
01.11.-31.12. -30%	26	18													
01.01-29.02 - 35%	28	18													
01.03. - 40%	30	18													
свекла до 01.01 -20%	23	18													
с 01.01 - 25%	24	18													
морковь - до 01.01 - 20%	20	16													
с 01.01 - 25%	21	16													

или капуста квашеная промышленного производства	20	18													
или капуста свежая белокочанная	36	18													
лук репчатый	13	11													
масло растительное	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
Суп с рыбными консервами (№64-2004)			**250/30**	**8,1**	**3,9**	**11,2**	**112**	**8,03**	**0,08**	**0,11**	**0,02**	**15,03**	**57,64**	**23,15**	**0,08**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	133	100													
01.11.-31.12. -30%	143	100													
01.01-29.02 - 35%	154	100													
01.03. - 40%	167	100													
морковь - до 01.01 - 20%	12,5	10													
с 01.01 - 25%	13	10													
лук репчатый	12	10													
рыбные консервы (в масле или собственном соку)	32	30													
масло сливочное	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
или зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1													
ИЛИ															
Суп с рыбными фрикадельками (№142-2004)			**250/40**	**8,0**	**4,2**	**11,5**	**116**	**2,90**	**0,10**	**0,02**	**0,16**	**19,96**	**95,80**	**25,60**	**0,04**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	110	83													
01.11.-31.12. -30%	119	83													
01.01-29.02 - 35%	128	83													
01.03. - 40%	139	83													
морковь - до 01.01 - 20%	12,5	10													
с 01.01 - 25%	13	10													
лук репчатый	12	10													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	3	3													
масло сливочное	5	5													

ЖУРНАЛ-ОРИГИНАЛ
Меню № 00870
АУ ТО «Центр технологического контроля»

горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	56	39													
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	53	39													
яйцо куриное	2,0	2,0													
лук репчатый	10	8													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
или зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1													
Жаркое из птицы (446-1996)			**200/40**	**12,7**	**16,6**	**21,5**	**286**	**4,85**	**0,13**	**0,20**	**4,67**	**36,39**	**172,42**	**51,83**	**2,25**
курица потрошеная 1 категории	66	58													
или окорочок куриный	63	58													
или грудка куриная	61	58													
масло растительное	4	4													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	142	107													
01.11.-31.12. -30%	153	107													
01.01-29.02 - 35%	165	107													
01.03. - 40%	179	107													
морковь - до 01.01 - 20%	56	45													
с 01.01 - 25%	60	45													
лук репчатый	30	25													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	13	13													
масло растительное	5	5													
Сок (посчитана средняя пищевая ценность соков - яблочного, виноградного, сливового, мультифруктового)	200	200	**200**	**0,2**	**0,1**	**28,1**	**114**	**8,00**	**0,01**	**0,00**	**0,16**	**55,00**	**44,00**	**0,00**	**0,80**
ИЛИ Сок витаминизированный			**200**												
Фрукт			**130**	**1,0**	**0,2**	**9,0**	**42**	**5,20**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**53,00**	**44,00**	**0,00**	**0,00**
Хлеб пшеничный	40	40	**40**	**3,3**	**0,6**	**14,4**	**76**	**0,00**	**0,09**	**0,00**	**0,00**	**13,20**	**87,20**	**24,80**	**1,68**
или хлеб витаминизированный			**40**												

Хлеб ржаной	60	60	60	2,4	0,6	21,9	101	0,06	0,04	0,60	0,06	9,00	43,50	9,50	1,40
ПОЛДНИК				**14**	**13**	**48**	**364**	**3**	**0**	**0**	**2**	**293**	**228**	**36**	**0**
Пицца ТТК			**80**	**10,2**	**9,8**	**30,2**	**250**	**0,00**	**0,06**	**0,02**	**0,89**	**149,19**	**143,93**	**20,20**	**0,00**
мука пшеничная	38	38													
дрожжи прессованные	0,8	0,8													
масло сливочное	1,6	1,6													
сахар	2	2													
соль йодированная	0,2	0,2													
яйцо куриное	3	3													
колбаса вареная высшего сорта	15,5	15													
сыр	17	15													
помидоры свежие	16,3	16													
зелень свежая (петрушка, укроп)	3	2													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	2	2													
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2													
Шоколадный напиток "Несквик" ТТК			**200**	**3,4**	**3,4**	**17,4**	**114**	**3,16**	**0,17**	**0,20**	**1,00**	**143,71**	**83,70**	**15,96**	**0,11**
быстрорастворимый витаминизированный шоколадный напиток "Несквик"	10	10													
сахар	5	5													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54													
вода кипяченая для сухого молока	88	88													
УЖИН				**24**	**18**	**81**	**577**	**8,01**	**0,30**	**0,01**	**1,25**	**73,03**	**322,79**	**70,80**	**5,19**
Шницели из говядины с маслом сливочным №451-2004			**80/5**	**12,6**	**12,4**	**9,6**	**200**	**0,08**	**0,05**	**0,01**	**0,50**	**28,50**	**61,80**	**8,72**	**0,16**
говядина 1 категории	80	59													
или говядина полуфабрикат	70	59													
хлеб пшеничный	14	14													
молоко питьевое	19	19													

ЭКЗЕМПЛЯР ОРИГИНАЛ
Меню № 600870
АУ ДО «Центр технологического

сухари пшеничные	8	8													
масло растительное	5	5													
масло сливочное	5	5													
Гарнир пшеничный вязкий с морковью (ТТК)			**180**	**5,2**	**4,4**	**26,3**	**166**	**1,33**	**0,10**	**0,00**	**0,67**	**15,84**	**121,80**	**21,96**	**1,18**
морковь - до 01.01 - 20%	84	67													
с 01.01 - 25%	89	67													
крупа пшеничная	42	42													
масло растительное	4	4													
Компот из свежих плодов + Витамин "С" №585-1996			**200**	**0,2**	**0,0**	**13,6**	**55**	**6,60**	**0,01**	**0,00**	**0,08**	**6,79**	**4,09**	**3,42**	**0,91**
яблоки свежие	45,4	40													
или груши свежие	44	40													
или слива или персик свежие	44	40													
или абрикосы свежие	46	40													
или апельсины свежие	60	40													
или черешня или вишня свежие	42	40													
сахар	10	10													
Хлеб ржаной	30	30	**30**	**1,4**	**0,3**	**13,1**	**61**	**0,00**	**0,02**	**0,00**	**0,00**	**5,40**	**26,10**	**5,70**	**0,84**
Хлеб пшеничный	50	50	**50**	**4,1**	**0,7**	**18,1**	**95**	**0,00**	**0,12**	**0,00**	**0,00**	**16,50**	**109,00**	**31,00**	**2,10**
или хлеб витаминизированный			**50**												
СОННИК				***3,4***	***4,7***	***16,0***	***120***	***0,00***	***0,00***	***0,00***	***0,00***	***272,00***	***213,00***	***2,55***	***0,00***
Кисломолочный напиток (ряженка, кефир, ацидофилин, снежок (р.645-1996)	167	160	**160**	**3,4**	**4,7**	**16**	**120**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**272,00**	**213,00**	**2,55**	**0,00**
ИТОГО:				**82**	**76**	**335**	**2352**	**41,1**	**1,2**	**0,6**	**10,7**	**1008,2**	**1494,5**	**270,6**	**13,5**

11 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Витамины				Минералы, мг			
								С, мг	В1, мг	А, мкг рет.экв.	Е, мг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо

ЗАВТРАК				14	21	61	493	2	0	0	1	396	342	40	1
Бутерброд с маслом (№1-2004)			20/10	1,6	7,4	10,0	113	0,00	0,02	0,00	0,64	6,40	16,00	2,80	0,20
хлеб пшеничный	20	20													
масло сливочное	10	10													
Каша рисовая молочная жидкая с маслом (311-2004)			200/5	7,7	9,9	30,5	242	0,92	0,08	0,06	0,15	210,35	183,70	35,45	0,45
крупа рисовая	25	25													
молоко питьевое	176	176													
или молоко концентрированное	81	81													
или молоко сухое	21	21													
вода кипяченая для концентрированного молока	95	95													
вода кипяченая для сухого молока	155	155													
сахар	3	3													
соль йодированная	1	1													
масло сливочное	5	5													
Какао с молоком (№642-1996)			200	4,0	3,9	16,6	118	0,70	0,04	0,00	0,00	177,00	133,70	0,00	0,05
какао - порошок	3	3													
сахар	12	12													
молоко питьевое	130	130													
или молоко концентрированное	60	60													
или молоко сухое	16	16													
вода кипяченая для концентрированного молока	70	70													
вода кипяченая для сухого молока	114	114													
Хлеб ржаной	10	10	10	0,5	0,1	4,4	20	0,00	0,01	0,00	0,00	1,80	8,70	1,90	0,28
ОБЕД				29	19	126	787	86,52	0	0	3	165	422	79	6
Помидоры соленые или свежие			60	0,6	0,0	0,7	5	6,00	0,02	0,00	0,34	8,40	15,60	6,00	0,54
помидоры соленые или свежие	109	60													
или помидоры свежие парниковые	61	60													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
Суп картофельный с мясными фрикадельками (№138-2004)			250/20	5,6	2,9	19,5	127	6,83	0,08	0,10	0,30	15,95	79,73	23,83	1,23
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	100	75													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 000870
АУ ТО «Центр по санитарно-эпидемиологическому контролю»

01.11.-31.12. -30%	107	75													
01.01-29.02 - 35%	116	75													
01.03. - 40%	125	75													
морковь - до 01.01 - 20%	12,5	10													
с 01.01 - 25%	13	10													
лук репчатый	12	10													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
или зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1													
масло сливочное	5	5													
фрикадельки:															
говядина 1 категории	31	23													
или говядина п/ф	27	23													
лук репчатый	4	3													
вода питьевая	2	2													
яйцо куриное	2	2													
Колбаса вареная отварная с маслом (№413-2004)			**80/5**	**10,6**	**9,8**	**0,2**	**131**	**0,00**	**0,03**	**0,00**	**0,72**	**26,23**	**98,21**	**0,00**	**0,00**
колбаса вареная, сосиски, сардельки "высший сорт"	82	80													
масло сливочное	5	5													
Макароны отварные с подгарнировкой (№332-2004)			**150**	**3,8**	**4,0**	**24,3**	**148**	**1,49**	**0,04**	**0,01**	**0,14**	**9,84**	**34,09**	**12,11**	**0,56**
макаронные изделия	35	35													
масло сливочное	5	5													
Кукуруза консервированная (после термической обработки)	84	50													
или помидоры свежие парниковые	51	50													
Отвар из плодов шиповника (№705-2004)			**200**	**0,6**	**0,2**	**17,2**	**73**	**65,00**	**0,01**	**0,00**	**1,38**	**10,85**	**2,85**	**2,91**	**0,15**
шиповник	15	15													
сахар	10	10													
Хлеб пшеничный	40	40	**40**	**3,3**	**0,6**	**14,4**	**76**	**0,00**	**0,09**	**0,00**	**0,00**	**13,20**	**87,20**	**24,80**	**1,68**
или хлеб витаминизированный			**40**												
Хлеб ржаной	50	50	**50**	**2,4**	**0,5**	**21,9**	**101**	**0,00**	**0,04**	**0,00**	**0,00**	**9,00**	**43,50**	**9,50**	**1,40**
Фрукт			**180**	**1,7**	**0,8**	**27,7**	**125**	**7,20**	**0,06**	**0,00**	**0,00**	**71,60**	**61,20**	**0,00**	**0,00**

полдник				11	14	50	370	2	0	1	0	149	168	22	1
родукт творожный в индивидуальной упаковке ромышленного производства			100	3,9	5,4	11,0	108	0,60	0,03	0,00	0,00	124,00	95,00	15,00	0,10
йцо отварное (№337-2004)			40	4,8	4,1	0,3	57	0,02	0,00	0,60	0,24	19,36	66,82	4,18	0,87
ондитерское изделие промышленного производства лосчитана средняя пищевая ценность - печенье			50	2,7	4,2	20,3	130	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
исель из свежих ягод + Витамин С, №590-1996			200	0,10	0,00	18,80	76	1,20	0,00	0,00	0,00	5,50	6,34	2,90	0,20
клюква, или брусника, или смородина	21,2	20													
крахмал	6	6													
сахар	13	13													
УЖИН				25	20	75	583	24,83	0,37	0,40	5,16	176,29	442,60	103,76	4,68
ыба "Лакомка" ТТК			80	14,3	12,6	3,0	183	0,90	0,10	0,30	3,40	21,60	125,30	16,00	0,60
горбуша потрошенная с головой	113	79													
ли минтай потрошенный обезглавленный	101	75													
или кета неразделанная	136	79													
мука пшеничная	2	2													
масло растительное	5	5													
сыр	7	6													
сметана	6	6													
лук репчатый	31	26													
масло сливочное	8	8													
ложный гарнир (№524-2004)			220	4,9	6,5	20,7	161	19,93	0,12	0,10	1,76	109,69	130,55	52,01	0,48
Картофель припущенный		**120**													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	160	120													
01.11.-31.12. -30%	172	120													
01.01-29.02 - 35%	185	120													
01.03. - 40%	200	120													
масло сливочное	6	6													
Морковь припущенная		**100**													
морковь - до 01.01 - 20%	126	101													
с 01.01 - 25%	134	101													
мука пшеничная	2	2													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 000870
(ХТО «Центр технологического контроля»)

Сок (посчитана пищевая ценность сока яблочного с мякотью)	200	200	200	0,8	0,0	22,6	94	4,00	0,02	0,00	0,00	24,00	56,00	0,00	0,80
Хлеб ржаной	25	25	25	1,2	0,3	11,0	51	0,00	0,02	0,00	0,00	4,50	21,75	4,75	0,70
Хлеб пшеничный	50	50	50	4,1	0,7	18,1	95	0,00	0,12	0,00	0,00	16,50	109,00	31,00	2,10
или хлеб витаминизированный			50												
СОННИК				*3,4*	*4,7*	*16,0*	*120*	*0,00*	*0,00*	*0,00*	*0,00*	*272,00*	*213,00*	*2,55*	*0,00*
Кисломолочный напиток (ряженка, кефир, ацидофилин, снежок (р.645-1996)	167	160	160	3,4	4,7	16	120	0,00	0,00	0,00	0,00	272,00	213,00	2,55	0,00
ИТОГО:				82	78	329	2352	114,8	0,9	1,2	9,1	1157,8	1588,2	247,7	12,4

12 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Витамины				Минералы, мг			
								С, мг	В1, мг	А, мкг рет.экв.	Е, мг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				15	20	64	493	0	0	0	1	296	336	39	2
Бутерброд с сыром (№3-2004)			20/15	4,1	2,8	10,8	85	0,07	0,03	0,00	0,60	135,00	100,00	12,54	0,31
хлеб пшеничный	20	20													
сыр	15,2	15													
Ватрушка "Царская"с молоком сгущенным (творожное блюдо) (ТТК)			150/20	10,2	16,7	36,3	336	0,25	0,06	0,02	0,60	158,90	227,48	24,38	0,90
творог (массовая доля жира не более 9%)	105	103													
крупа манная	2,5	2,5													
яйцо куриное	20	20													
сахар	10	10													
крошка		**25**													
сахар	7	7													
мука пшеничная	10	10													
масло сливочное	10	10													
масло растительное для смазки листа	3	3													

Масса готовой ватрушки		160													
сгущенное молоко с сахаром	20	20													
Чай с сахаром (№685-2004)			**200**	**0,2**	**0**	**12,7**	**52**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,20**	**0,00**	**0,00**	**0,02**
чай-заварка	0,55	0,55													
сахар	12	12													
Хлеб ржаной	10	10	**10**	**0,5**	**0,1**	**4,4**	**20**	**0,00**	**0,01**	**0,00**	**0,00**	**1,80**	**8,70**	**1,90**	**0,28**
ОБЕД				**32**	**29**	**105**	**812**	**19,69**	**0**	**0**	**5**	**205**	**610**	**100**	**7**
Сельдь с луком с маслом (№89-2004)			**60**	**7,6**	**8,7**	**0,8**	**112**	**0,98**	**0,01**	**0,01**	**4,00**	**38,32**	**148,65**	**19,01**	**0,30**
сельдь слабосоленая	95	45													
лук репчатый	12	10													
масло растительное на полив при подаче	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
или															
Салат рыбный с маслом (ТТК)			**60**	**6,4**	**6,6**	**0,5**	**87**	**1,10**	**0,03**	**0,02**	**2,00**	**18,17**	**119,20**	**11,49**	**0,23**
минтай потрошенный обезглавленный (филе без кожи и костей)	65	43													
масса припущенной рыбы		**35**													
огурцы солёные (без уксуса)	18	10													
лук репчатый	2,4	2													
яйцо куриное (1/4 яйца разрезанного без измельчения)	10	10													
масло растительное	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
Суп лапша - домашняя с курицей (№148-2004)			**250/15**	**5,3**	**4,8**	**12,8**	**116**	**5,65**	**0,04**	**0,02**	**0,05**	**16,30**	**59,50**	**11,16**	**0,60**
курица потрошеная 1 категории	24	22													
лапша - домашняя															
мука пшеничная	18	18													
яйцо куриное	5	5													
вода питьевая	3,5	3,5													
соль йодированная	0,5	0,5													
или макаронные изделия промышленного производства	20	20													
морковь - до 01.01 - 20%	12,5	10													

ОБЕЗЛИЧЕННЫЙ ЭКЗЕМПЛЯР
Меню № 00870
АУ ПО «Центр планирования и контроля»

Тюмень 2014г.

с 01.01 - 25%	13	10													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
или зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1													
Запеканка картофельная с мясом с соусом сметанным (157-2004)			**230**	**12,5**	**14,1**	**23,2**	**270**	**1,06**	**0,10**	**0,03**	**0,73**	**28,73**	**164,56**	**39,04**	**2,59**
говядина полуфабрикат	93	79													
или говядина 1 категории	107	79													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	219	165													
01.11.-31.12. -30%	236	165													
01.01-29.02 - 35%	254	165													
01.03. - 40%	276	165													
масло сливочное	5	5													
яйцо куриное	4	4													
сухари пшеничные	3	3													
Соус сметанный (№600-2004)		**30**													
сметана	15	15													
мука пшеничная	3	3													
бульон или отвар	15	15													
Сок (посчитана пищевая ценность сока яблочного с мякотью)	200	200	**200**	**0,8**	**0,0**	**22,6**	**94**	**4,00**	**0,02**	**0,00**	**0,00**	**24,00**	**56,00**	**0,00**	**0,80**
Фрукт			**200**	**1,6**	**0,6**	**18,2**	**85**	**8,00**	**0,08**	**0,00**	**0,00**	**79,00**	**68,00**	**0,00**	**0,00**
Хлеб пшеничный	40	40	**40**	**3,3**	**0,6**	**14,4**	**76**	**0,00**	**0,09**	**0,00**	**0,00**	**13,20**	**87,20**	**24,80**	**1,68**
или хлеб витаминизированный			**40**												
Хлеб ржаной	30	30	**30**	**1,4**	**0,3**	**13,1**	**61**	**0,00**	**0,02**	**0,00**	**0,00**	**5,40**	**26,10**	**5,70**	**0,84**
ПОЛДНИК				**10**	**11**	**57**	**366**	**10**	**0**	**0**	**0**	**288**	**255**	**29**	**0**
Шарлотка яблочная простая (технико-технологическая карта)			**80**	**3,2**	**5,1**	**30,0**	**179**	**0,90**	**0,03**	**0,02**	**0,48**	**18,64**	**46,80**	**7,02**	**0,00**
мука пшеничная	16	16													
яйцо куриное	22	22													
сахар	22	22													
натрий двууглекислый	0,8	0,8													
лимон (для сока)	11	4													

гнездом	45,6	40													
масло сливочное для смазки листа	1,6	1,6													
Молоко питьевое кипяченое 2,5 % №260-2004	210	200	**200**	**5,4**	**5,2**	**8,6**	**103**	**0,94**	**0,05**	**0,02**	**0,00**	**190,08**	**140,58**	**21,92**	**0,15**
УЖИН				**18**	**21**	**89**	**613**	**23,17**	**0,70**	**0,80**	**2,70**	**52,47**	**342,05**	**79,28**	**5,16**
Нарезка из моркови с огурцом (ТТК)			**80**	**0,9**	**4**	**3,52**	**54**	**5,90**	**0,03**	**0,00**	**2,00**	**18,45**	**33,05**	**6,26**	**0,48**
морковь - до 01.01 - 20%	73	58													
с 01.01 - 25%	77	58													
огурцы солёные (без уксуса)	38	21													
масло растительное на полив при подаче	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
Плов из говядины (р.443-2004)			**200**	**11,9**	**16,0**	**40,4**	**353**	**0,27**	**0,06**	**0,30**	**0,70**	**16,03**	**200,05**	**43,47**	**2,27**
говядина 1 категории	64	47													
или говядина полуфабрикат	55	47													
крупа рисовая	58	58													
масло сливочное	12	12													
лук репчатый	12	10													
морковь - до 01.01 - 20%	18	14													
с 01.01 - 25%	19	14													
Компот из изюма №638-2004			**200**	**0,3**	**0,0**	**19,5**	**79**	**17,00**	**0,50**	**0,50**	**0,00**	**0,29**	**0,00**	**0,00**	**0,03**
изюм	15	15													
сахар	10	10													
Хлеб ржаной	25	25	**25**	**1,2**	**0,3**	**11,0**	**51**	**0,00**	**0,02**	**0,00**	**0,00**	**4,50**	**21,75**	**4,75**	**0,70**
Хлеб пшеничный	40	40	**40**	**3,3**	**0,6**	**14,4**	**76**	**0,00**	**0,09**	**0,00**	**0,00**	**13,20**	**87,20**	**24,80**	**1,68**
или хлеб витаминизированный			**40**												
СОННИК				***3,4***	***4,7***	***16,0***	***120***	***0,00***	***0,00***	***0,00***	***0,00***	***272,00***	***213,00***	***2,55***	***0,00***
Кисломолочный напиток (ряженка, кефир, ацидофилин, снежок (р.645-1996)	167	160	**160**	**3,4**	**4,7**	**16,0**	**120**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**272,00**	**213,00**	**2,55**	**0,00**
ИТОГО:				**79**	**85**	**331**	**2404**	**53,0**	**1,3**	**0,9**	**9,2**	**1113,0**	**1756,6**	**249,3**	**13,6**
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 12 ДНЕЙ:				**78**	**79**	**335**	**2357**	**63**	**1,2**	**0,9**	**10**	**1106**	**1658**	**260**	**15**
Потребность в пищевых веществах для детей с 7 до				**77**	**79**	**335**		**60**	**1,2**	**0,7**	**10**	**1100**	**1650**	**250**	**12**

*Таблица 1, "потребность в пищевых веществах и энергии обучающихся общеобразовательных учреждений в возрасте с 7 до 11 и с 11 лет и старше", СанПиН 2.4.5.2409-08 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования" .

Тюмень 2014г.