

## МЕНЮ

## 1-4 класс (66,76)

| 1 день   | 2 день                             | 3 день   | 4 день  | 5 день                             | 6 день  |
|--|------------------------------------|--|---|------------------------------------|---|
| <b>Обед</b>                                      |                                    |  |   |                                    |   |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ<br>60                           | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 60                 | САЛАТ ИЗ<br>БЕЛОКОЧАННОЙ<br>КАПУСТЫ 60           | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 60                                  | САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ<br>КАПУСТЫ 60   | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С<br>ЯБЛОКАМИ 60                   |
| МАКАРОННЫЕ<br>ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ<br>С МАСЛОМ 150/5 | ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ 200                 | МАКАРОННЫЕ<br>ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ<br>С МАСЛОМ 150/5 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ<br>ВЯЗАЯ С МАСЛОМ<br>СЛИВОЧНЫМ 150/5 | ПЮРЕ<br>КАРТОФЕЛЬНОЕ 150           | ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ<br>150                               |
| ГУЛЯШ ИЗ КУРИНЫХ<br>ГРУДОК 100                   | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>СУХОФРУКТОВ 200 | ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ<br>100                         | КОТЛЕТЫ<br>РУБЛЕННЫЕ ИЗ<br>КУРИЦЫ С СОУСОМ<br>60/40 | КОТЛЕТА МЯСНАЯ С<br>СОУСОМ 60/40   | КОТЛЕТЫ<br>РУБЛЕННЫЕ ИЗ<br>КУРИЦЫ С СОУСОМ<br>60/40 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ И С<br>САХАРОМ 150/40/10           | ХЛЕБ РЖАНОЙ 20                     | ЧАЙ С САХАРОМ С<br>ЛИМОНОМ 185/10/5              | ЧАЙ С САХАРОМ 195/5                                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>СУХОФРУКТОВ 200 | КАКАО С МОЛОКОМ<br>200                              |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ 20                                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30                  | ХЛЕБ РЖАНОЙ 20                                   | ХЛЕБ РЖАНОЙ 20                                      | ХЛЕБ РЖАНОЙ 20                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ 20                                      |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30                                |                                    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30                                | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30                                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30                                   |
| ЯБЛОКО 120                                       |                                    |  | ЯБЛОКО 120  |                                    |   |

## МЕНЮ

## 1-4 класс (66,76)

| 7 день  | 8 день                            | 9 день              | 10 день                                    | 11 день                         | 12 день                           |
|---|-----------------------------------|---------------------|--|---------------------------------|-----------------------------------|
| <b>Обед</b>   |                                   |                     |  |                                 |                                   |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ И МОРКОВЬЮ 60             | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 60                | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 60 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 60                         | САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ 60   | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ 60    |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ 150/5              | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150    | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 200   | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ 160/5 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150           | КАПУСТА ТУШЕНАЯ 150               |
| СОСИСКИ МУСУЛЬМАНСКИЕ (КАЛГАЛЬ) ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ 75/25 | КОТЛЕТА МЯСНАЯ С СОУСОМ 60/40     | КАКАО С МОЛОКОМ 200 | ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ 60/30  | ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ 50/50    | ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ 50/50         |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ И С САХАРОМ 150/40/10                     | ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОННОМ 185/10/5 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 20      | ЧАЙ С САХАРОМ 195/5                        | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 200 | ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОННОМ 185/10/5 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ 20  | ХЛЕБ РЖАНОЙ 20                    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30   | ХЛЕБ РЖАНОЙ 20                             | ХЛЕБ РЖАНОЙ 20                  | ХЛЕБ РЖАНОЙ 20                    |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30                                       | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30                 |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30                          | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30                 |
| ЯБЛОКО 120  |                                   |                     | ЯБЛОКО 120                                 |                                 |                                   |

## МЕНЮ

1-4 класс (66,76)

ДЕНЬ 1

| Наименование блюда                          | Выход     |          | Химический состав |              |              | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|----------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|
|   | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |
| <b>Обед</b>                                 |           |          |                   |              |              |                               |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ                            | 60        |          | 0,75              | 0,06         | 5,94         | 28,04                         |
| МОРКОВЬ                                     | 72,5      | 58       | 0,75              | 0,06         | 4,00         | 20,30                         |
| САХАР ПЕСОК                                 | 2         | 2        | 0,00              | 0,00         | 1,94         | 7,74                          |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ        | 150/5     |          | 5,90              | 4,71         | 37,66        | 216,60                        |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ                | 55        | 55       | 5,87              | 0,70         | 37,62        | 180,32                        |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                           | 2,6       | 2,6      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 315       | 315      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ           | 5         | 5        | 0,03              | 4,01         | 0,04         | 36,28                         |
| ГУЛЯШ ИЗ КУРИНЫХ ГРУДОК                     | 100       |          | 16,93             | 9,70         | 3,54         | 166,19                        |
| КУРИЦА (ГРУДКА НА КОСТИ)                    | 82        | 79,8     | 16,46             | 3,85         | 1,03         | 101,35                        |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ           | 6         | 6        | 0,00              | 5,81         | 0,00         | 52,32                         |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                              | 3,5       | 3,5      | 0,16              | 0,00         | 0,65         | 3,46                          |
| МОРКОВЬ                                     | 8,13      | 6,5      | 0,08              | 0,01         | 0,44         | 2,21                          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                | 6         | 5        | 0,07              | 0,01         | 0,40         | 1,99                          |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                    | 1,5       | 1,5      | 0,16              | 0,02         | 1,02         | 4,86                          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                           | 1,7       | 1,7      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ И С САХАРОМ                   | 150/40/10 |          | 1,23              | 0,97         | 11,74        | 60,85                         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                | 40        | 40       | 1,13              | 0,97         | 1,86         | 20,95                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 100       | 100      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ                         | 0,5       | 0,5      | 0,10              | 0,00         | 0,20         | 1,20                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 54        | 54       | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| САХАР ПЕСОК                                 | 10        | 10       | 0,00              | 0,00         | 9,68         | 38,70                         |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                 | 20        |          | 1,32              | 0,18         | 8,48         | 40,79                         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20        | 20       | 1,32              | 0,18         | 8,48         | 40,79                         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 30        |          | 2,29              | 0,19         | 15,05        | 71,05                         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 30        | 30       | 2,29              | 0,19         | 15,05        | 71,05                         |
| ЯБЛОКО                                      | 120       |          | 0,48              | 0,48         | 11,76        | 56,40                         |
| ЯБЛОКИ                                      | 120       | 120      | 0,48              | 0,48         | 11,76        | 56,40                         |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                       |           |          | <b>28,90</b>      | <b>16,29</b> | <b>94,17</b> | <b>639,92</b>                 |
|   |           |          | <b>28,90</b>      | <b>16,29</b> | <b>94,17</b> | <b>639,92</b>                 |

## МЕНЮ

1-4 класс (66,76)

ДЕНЬ 2

| Наименование блюда                             | Выход     |          | Химический состав |              |              | Энергетическая ценность, ккал |
|--|-----------|----------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|
|  | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |
| <b>Обед</b>                                    |           |          |                   |              |              |                               |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                                | 60        |          | 0,84              | 3,66         | 4,97         | 56,07                         |
| СВЕКЛА   | 72,75     | 58,2     | 0,84              | 0,06         | 4,97         | 23,71                         |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ              | 3,6       | 3,6      | 0,00              | 3,60         | 0,00         | 32,36                         |
| ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ                                 | 200       |          | 18,45             | 13,74        | 44,46        | 373,23                        |
| КУРИЦА (ГРУДКА НА КОСТИ)                       | 71        | 68       | 14,03             | 3,28         | 0,87         | 86,36                         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                              | 0,5       | 0,5      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ              | 10,2      | 10,2     | 0,00              | 9,88         | 0,00         | 88,95                         |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                   | 13,45     | 11,3     | 0,16              | 0,02         | 0,90         | 4,49                          |
| МОРКОВЬ  | 17,13     | 13,7     | 0,17              | 0,01         | 0,92         | 4,66                          |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                                 | 4,7       | 4,7      | 0,22              | 0,00         | 0,86         | 4,65                          |
| КРУПА РИСОВАЯ                                  | 57,2      | 57       | 3,87              | 0,55         | 40,91        | 184,12                        |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                    | 200       |          | 1,24              | 2,13         | 23,37        | 117,45                        |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)                             | 20        | 20       | 1,24              | 2,13         | 9,82         | 63,27                         |
| САХАР ПЕСОК                                    | 14        | 14       | 0,00              | 0,00         | 13,55        | 54,18                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                  | 200       | 200      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 20        |          | 1,32              | 0,18         | 8,48         | 40,79                         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20        | 20       | 1,32              | 0,18         | 8,48         | 40,79                         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                 | 30        |          | 2,29              | 0,19         | 15,05        | 71,05                         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                 | 30        | 30       | 2,29              | 0,19         | 15,05        | 71,05                         |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                          |           |          | <b>24,14</b>      | <b>19,90</b> | <b>96,33</b> | <b>658,59</b>                 |

## МЕНЮ

**1-4 класс (66,76)**

**ДЕНЬ 3**

| Наименование блюда                          | Выход     |          | Химический состав |              |              | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|----------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|
|   | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |
| <b>Обед</b>                                 |           |          |                   |              |              |                               |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ               | 60        |          | 0,93              | 3,05         | 3,93         | 47,46                         |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                        | 66,8      | 53,4     | 0,93              | 0,05         | 2,43         | 14,50                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 6         | 6        | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| САХАР ПЕСОК                                 | 1,5       | 1,5      | 0,00              | 0,00         | 1,50         | 5,99                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ           | 3         | 3        | 0,00              | 3,00         | 0,00         | 26,97                         |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ        | 150/5     |          | 5,90              | 4,71         | 37,66        | 216,60                        |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ                | 55        | 55       | 5,87              | 0,70         | 37,62        | 180,32                        |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                           | 2,6       | 2,6      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 315       | 315      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ           | 5         | 5        | 0,03              | 4,01         | 0,04         | 36,28                         |
| ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ                           | 100       |          | 13,42             | 15,77        | 3,97         | 211,67                        |
| ГОВЯДИНА Б/К                                | 70,5      | 70       | 12,63             | 10,86        | 0,00         | 148,02                        |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ           | 5         | 5        | 0,00              | 4,85         | 0,00         | 43,60                         |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                | 10,71     | 9        | 0,13              | 0,02         | 0,72         | 3,58                          |
| МОРКОВЬ                                     | 11,25     | 9        | 0,12              | 0,01         | 0,60         | 3,06                          |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                              | 7         | 7        | 0,33              | 0,00         | 1,29         | 6,93                          |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                    | 2         | 2        | 0,21              | 0,03         | 1,36         | 6,48                          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                           | 2         | 2        | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ                     | 185/10/5  |          | 0,15              | 0,01         | 10,03        | 41,55                         |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ                         | 0,5       | 0,5      | 0,10              | 0,00         | 0,20         | 1,20                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 56,6      | 56,6     | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| САХАР ПЕСОК                                 | 10        | 10       | 0,00              | 0,00         | 9,68         | 38,70                         |
| ЛИМОН                                       | 5,5       | 5        | 0,05              | 0,01         | 0,15         | 1,65                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 138,75    | 138,75   | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                 | 20        |          | 1,32              | 0,18         | 8,48         | 40,79                         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20        | 20       | 1,32              | 0,18         | 8,48         | 40,79                         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 30        |          | 2,29              | 0,19         | 15,05        | 71,05                         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 30        | 30       | 2,29              | 0,19         | 15,05        | 71,05                         |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                       |           |          | <b>24,01</b>      | <b>23,91</b> | <b>79,12</b> | <b>629,12</b>                 |

## МЕНЮ

**1-4 класс (66,76)**

**ДЕНЬ 4**

| Наименование блюда                          | Выход     |          | Химический состав |              |              | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|----------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|
|   | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |
| <b>Обед</b>                                 |           |          |                   |              |              |                               |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                             | 60        |          | 0,84              | 3,66         | 4,97         | 56,07                         |
| СВЕКЛА                                      | 72,75     | 58,2     | 0,84              | 0,06         | 4,97         | 23,71                         |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ           | 3,6       | 3,6      | 0,00              | 3,60         | 0,00         | 32,36                         |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ    | 150/5     |          | 4,55              | 5,19         | 20,54        | 146,82                        |
| КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА                      | 37,2      | 37       | 4,52              | 1,18         | 20,50        | 110,54                        |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 118       | 118      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                           | 1,5       | 1,5      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ           | 5         | 5        | 0,03              | 4,01         | 0,04         | 36,28                         |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ С СОУСОМ        | 60/40     |          | 11,00             | 9,04         | 10,86        | 166,82                        |
| КУРИЦА (ГРУДКА НА КОСТИ)                    | 47,6      | 44,6     | 9,21              | 2,15         | 0,57         | 56,64                         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 11        | 11       | 0,81              | 0,07         | 5,35         | 25,27                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 15        | 15       | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ                         | 6         | 6        | 0,77              | 0,00         | 3,58         | 17,39                         |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ           | 5         | 5        | 0,00              | 4,85         | 0,00         | 43,60                         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                           | 1         | 1        | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 51        | 51       | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ           | 2         | 2        | 0,00              | 1,94         | 0,00         | 17,44                         |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                    | 2         | 2        | 0,21              | 0,03         | 1,36         | 6,48                          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                           | 0,4       | 0,4      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| ЧАЙ С САХАРОМ                               | 195/5     |          | 0,10              | 0,00         | 5,04         | 20,55                         |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ                         | 0,5       | 0,5      | 0,10              | 0,00         | 0,20         | 1,20                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 48,2      | 48,2     | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| САХАР ПЕСОК                                 | 5         | 5        | 0,00              | 0,00         | 4,84         | 19,35                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 146,25    | 146,25   | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                 | 20        |          | 1,32              | 0,18         | 8,48         | 40,79                         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20        | 20       | 1,32              | 0,18         | 8,48         | 40,79                         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 30        |          | 2,29              | 0,19         | 15,05        | 71,05                         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 30        | 30       | 2,29              | 0,19         | 15,05        | 71,05                         |
| ЯБЛОКО                                      | 120       |          | 0,48              | 0,48         | 11,76        | 56,40                         |
| ЯБЛОКИ                                      | 120       | 120      | 0,48              | 0,48         | 11,76        | 56,40                         |
|   |           |          | <b>20,58</b>      | <b>18,74</b> | <b>76,70</b> | <b>558,50</b>                 |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                       |           |          | <b>20,58</b>      | <b>18,74</b> | <b>76,70</b> | <b>558,50</b>                 |

## МЕНЮ

**1-4 класс (66,76)**

**ДЕНЬ 5**

| Наименование блюда                          | Выход     |          | Химический состав |              |              | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|----------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|
|   | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |
| <b>Обед</b>                                 |           |          |                   |              |              |                               |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ                   | 60        |          | 0,98              | 2,66         | 3,43         | 43,03                         |
| КАПУСТА КВАШЕНАЯ                            | 50,6      | 50,6     | 0,91              | 0,05         | 1,52         | 11,64                         |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ           | 2,6       | 2,6      | 0,00              | 2,60         | 0,00         | 23,37                         |
| САХАР ПЕСОК                                 | 1,5       | 1,5      | 0,00              | 0,00         | 1,50         | 5,99                          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                | 6,1       | 5,1      | 0,07              | 0,01         | 0,41         | 2,03                          |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                           | 150       |          | 3,15              | 4,25         | 21,38        | 136,87                        |
| КАРТОФЕЛЬ                                   | 170,93    | 128,2    | 2,48              | 0,49         | 20,27        | 95,75                         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                | 23,1      | 23,1     | 0,65              | 0,56         | 1,08         | 12,10                         |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ           | 4         | 4        | 0,02              | 3,20         | 0,03         | 29,02                         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                           | 1,5       | 1,5      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 89,8      | 89,8     | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| КОТЛЕТА МЯСНАЯ С СОУСОМ                     | 60/40     |          | 9,72              | 8,88         | 11,43        | 164,66                        |
| ПОЛУФАБР.ГОВЯД.КОТЛЕТН.МЯСО                 | 44,4      | 44,4     | 7,66              | 3,92         | 0,00         | 65,94                         |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                | 5,95      | 5        | 0,07              | 0,01         | 0,40         | 1,99                          |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ                         | 6         | 6        | 0,77              | 0,00         | 3,58         | 17,39                         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 10,8      | 10,8     | 0,80              | 0,07         | 5,26         | 24,81                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 14,4      | 14,4     | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                           | 0,78      | 0,78     | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ           | 3         | 3        | 0,00              | 2,91         | 0,00         | 26,16                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 42        | 42       | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ           | 2         | 2        | 0,00              | 1,94         | 0,00         | 17,44                         |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                    | 2         | 2        | 0,21              | 0,03         | 1,36         | 6,48                          |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                              | 4,5       | 4,5      | 0,21              | 0,00         | 0,83         | 4,45                          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                           | 0,4       | 0,4      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                 | 200       |          | 1,24              | 2,13         | 23,37        | 117,45                        |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)                          | 20        | 20       | 1,24              | 2,13         | 9,82         | 63,27                         |
| САХАР ПЕСОК                                 | 14        | 14       | 0,00              | 0,00         | 13,55        | 54,18                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 200       | 200      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                 | 20        |          | 1,32              | 0,18         | 8,48         | 40,79                         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20        | 20       | 1,32              | 0,18         | 8,48         | 40,79                         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 30        |          | 2,29              | 0,19         | 15,05        | 71,05                         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 30        | 30       | 2,29              | 0,19         | 15,05        | 71,05                         |
|   |           |          | <b>18,70</b>      | <b>18,29</b> | <b>83,14</b> | <b>573,85</b>                 |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                       |           |          | <b>18,70</b>      | <b>18,29</b> | <b>83,14</b> | <b>573,85</b>                 |

## МЕНЮ

1-4 класс (66,76)

ДЕНЬ 6

| Наименование блюда                          | Выход     |          | Химический состав |              |              | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|----------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|
|   | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |
| <b>Обед</b>                                 |           |          |                   |              |              |                               |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ                 | 60        |          | 0,60              | 3,09         | 5,33         | 52,34                         |
| МОРКОВЬ                                     | 55        | 44       | 0,55              | 0,04         | 2,95         | 14,94                         |
| ЯБЛОКИ                                      | 13,6      | 12       | 0,05              | 0,05         | 1,18         | 5,64                          |
| САХАР ПЕСОК                                 | 1,2       | 1,2      | 0,00              | 0,00         | 1,20         | 4,79                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ           | 3         | 3        | 0,00              | 3,00         | 0,00         | 26,97                         |
| ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ                              | 150       |          | 15,50             | 4,28         | 32,41        | 230,30                        |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                           | 1         | 1        | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ                               | 69,5      | 69,4     | 15,48             | 1,08         | 32,38        | 201,28                        |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ           | 4         | 4        | 0,02              | 3,20         | 0,03         | 29,02                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 200       | 200      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ С СОУСОМ        | 60/40     |          | 11,00             | 9,04         | 10,86        | 166,82                        |
| КУРИЦА (ГРУДКА НА КОСТИ)                    | 47,6      | 44,6     | 9,21              | 2,15         | 0,57         | 56,64                         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 11        | 11       | 0,81              | 0,07         | 5,35         | 25,27                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 15        | 15       | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ                         | 6         | 6        | 0,77              | 0,00         | 3,58         | 17,39                         |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ           | 5         | 5        | 0,00              | 4,85         | 0,00         | 43,60                         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                           | 1         | 1        | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 51        | 51       | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ           | 2         | 2        | 0,00              | 1,94         | 0,00         | 17,44                         |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                    | 2         | 2        | 0,21              | 0,03         | 1,36         | 6,48                          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                           | 0,4       | 0,4      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| КАКАО С МОЛОКОМ                             | 200       |          | 3,40              | 2,80         | 14,59        | 98,09                         |
| КАКАО-ПОРОШОК                               | 2,5       | 2,5      | 0,59              | 0,37         | 0,25         | 7,01                          |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                | 100       | 100      | 2,81              | 2,43         | 4,66         | 52,38                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 110       | 110      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| САХАР ПЕСОК                                 | 10        | 10       | 0,00              | 0,00         | 9,68         | 38,70                         |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                 | 20        |          | 1,32              | 0,18         | 8,48         | 40,79                         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20        | 20       | 1,32              | 0,18         | 8,48         | 40,79                         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 30        |          | 2,29              | 0,19         | 15,05        | 71,05                         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 30        | 30       | 2,29              | 0,19         | 15,05        | 71,05                         |
|   |           |          | <b>34,11</b>      | <b>19,58</b> | <b>86,72</b> | <b>659,39</b>                 |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                       |           |          | <b>34,11</b>      | <b>19,58</b> | <b>86,72</b> | <b>659,39</b>                 |



## МЕНЮ

**1-4 класс (66,76)**

**ДЕНЬ 7**

| Наименование блюда                              | Выход     |          | Химический состав |              |              | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|----------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|
|   | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |
| <b>Обед</b>                                     |           |          |                   |              |              |                               |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ И МОРКОВЬЮ        | 60        |          | 0,82              | 5,86         | 3,89         | 72,27                         |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                            | 42        | 33,6     | 0,58              | 0,03         | 1,53         | 9,13                          |
| МОРКОВЬ   | 24,13     | 19,3     | 0,24              | 0,02         | 1,29         | 6,56                          |
| САХАР ПЕСОК                                     | 1,1       | 1,1      | 0,00              | 0,00         | 1,07         | 4,26                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ               | 6         | 6        | 0,00              | 5,81         | 0,00         | 52,32                         |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ            | 150/5     |          | 5,90              | 4,71         | 37,66        | 216,60                        |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ                    | 55        | 55       | 5,87              | 0,70         | 37,62        | 180,32                        |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                               | 2,6       | 2,6      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                   | 315       | 315      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ               | 5         | 5        | 0,03              | 4,01         | 0,04         | 36,28                         |
| СОСИКИ МУСУЛЬМАНСКИЕ (ХАЛЯЛЬ) ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ | 75/25     |          | 8,24              | 18,64        | 1,57         | 207,33                        |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                   | 25        | 25       | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ               | 1,3       | 1,3      | 0,00              | 1,26         | 0,00         | 11,34                         |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                        | 1,2       | 1,2      | 0,13              | 0,02         | 0,81         | 3,89                          |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                                  | 2,5       | 2,5      | 0,12              | 0,00         | 0,47         | 2,47                          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                               | 0,3       | 0,3      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| СОСИКИ МУСУЛЬМАНСКИЕ (ХАЛЯЛЬ)                   | 75        | 74,9     | 7,99              | 17,36        | 0,29         | 189,63                        |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ И С САХАРОМ                       | 150/40/10 |          | 1,23              | 0,97         | 11,74        | 60,85                         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                    | 40        | 40       | 1,13              | 0,97         | 1,86         | 20,95                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                   | 100       | 100      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ                             | 0,5       | 0,5      | 0,10              | 0,00         | 0,20         | 1,20                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                   | 54        | 54       | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| САХАР ПЕСОК                                     | 10        | 10       | 0,00              | 0,00         | 9,68         | 38,70                         |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                     | 20        |          | 1,32              | 0,18         | 8,48         | 40,79                         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ     | 20        | 20       | 1,32              | 0,18         | 8,48         | 40,79                         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                  | 30        |          | 2,29              | 0,19         | 15,05        | 71,05                         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                  | 30        | 30       | 2,29              | 0,19         | 15,05        | 71,05                         |
| ЯБЛОКО  | 120       |          | 0,48              | 0,48         | 11,76        | 56,40                         |
| ЯБЛОКИ  | 120       | 120      | 0,48              | 0,48         | 11,76        | 56,40                         |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                           |           |          | <b>20,28</b>      | <b>31,03</b> | <b>90,15</b> | <b>725,29</b>                 |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                           |           |          | <b>20,28</b>      | <b>31,03</b> | <b>90,15</b> | <b>725,29</b>                 |

## МЕНЮ

**1-4 класс (66,76)**

**ДЕНЬ 8**

| Наименование блюда                          | Выход     |          | Химический состав |              |              | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|----------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|
|   | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |
| <b>Обед</b>                                 |           |          |                   |              |              |                               |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                             | 60        |          | 0,84              | 3,66         | 4,97         | 56,07                         |
| СВЕКЛА                                      | 72,75     | 58,2     | 0,84              | 0,06         | 4,97         | 23,71                         |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ           | 3,6       | 3,6      | 0,00              | 3,60         | 0,00         | 32,36                         |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                  | 150       |          | 8,44              | 4,21         | 38,24        | 224,28                        |
| КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА                      | 69        | 69       | 8,43              | 2,21         | 38,22        | 206,14                        |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 115       | 115      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                           | 1,5       | 1,5      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ           | 2,5       | 2,5      | 0,01              | 2,00         | 0,02         | 18,14                         |
| КОТЛЕТА МЯСНАЯ С СОУСОМ                     | 60/40     |          | 9,72              | 8,88         | 11,43        | 164,66                        |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 42        | 42       | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ           | 2         | 2        | 0,00              | 1,94         | 0,00         | 17,44                         |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                    | 2         | 2        | 0,21              | 0,03         | 1,36         | 6,48                          |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                              | 4,5       | 4,5      | 0,21              | 0,00         | 0,83         | 4,45                          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                           | 0,4       | 0,4      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| ПОЛУФАБР.ГОВЯД.КОТЛЕТН.МЯСО                 | 44,4      | 44,4     | 7,66              | 3,92         | 0,00         | 65,94                         |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                | 5,95      | 5        | 0,07              | 0,01         | 0,40         | 1,99                          |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ                         | 6         | 6        | 0,77              | 0,00         | 3,58         | 17,39                         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 10,8      | 10,8     | 0,80              | 0,07         | 5,26         | 24,81                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 14,4      | 14,4     | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                           | 0,78      | 0,78     | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ           | 3         | 3        | 0,00              | 2,91         | 0,00         | 26,16                         |
| ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ                     | 185/10/5  |          | 0,15              | 0,01         | 10,03        | 41,55                         |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ                         | 0,5       | 0,5      | 0,10              | 0,00         | 0,20         | 1,20                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 56        | 56       | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| САХАР ПЕСОК                                 | 10        | 10       | 0,00              | 0,00         | 9,68         | 38,70                         |
| ЛИМОН                                       | 5,5       | 5        | 0,05              | 0,01         | 0,15         | 1,65                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 138,75    | 138,75   | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                 | 20        |          | 1,32              | 0,18         | 8,48         | 40,79                         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20        | 20       | 1,32              | 0,18         | 8,48         | 40,79                         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 30        |          | 2,29              | 0,19         | 15,05        | 71,05                         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 30        | 30       | 2,29              | 0,19         | 15,05        | 71,05                         |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                       |           |          | <b>22,76</b>      | <b>17,13</b> | <b>88,20</b> | <b>598,40</b>                 |

## МЕНЮ

**1-4 класс (66,76)**

**ДЕНЬ 9**

| Наименование блюда                          | Выход     |          | Химический состав |              |              | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|----------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|
|   | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |
| <b>Обед</b>                                 |           |          |                   |              |              |                               |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ                            | 60        |          | 0,75              | 0,06         | 5,94         | 28,04                         |
| МОРКОВЬ                                     | 72,5      | 58       | 0,75              | 0,06         | 4,00         | 20,30                         |
| САХАР ПЕСОК                                 | 2         | 2        | 0,00              | 0,00         | 1,94         | 7,74                          |
| РАГУ ИЗ ПТИЦЫ                               | 200       |          | 18,91             | 10,92        | 19,44        | 249,28                        |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                           | 1,5       | 1,5      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| КУРИЦА (ГРУДКА НА КОСТИ)                    | 81,3      | 79,3     | 16,36             | 3,82         | 1,02         | 100,72                        |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ           | 2,3       | 2,3      | 0,00              | 2,23         | 0,00         | 20,06                         |
| КАРТОФЕЛЬ                                   | 121,87    | 91,4     | 1,78              | 0,36         | 14,45        | 68,27                         |
| МОРКОВЬ                                     | 24,25     | 19,4     | 0,24              | 0,02         | 1,30         | 6,59                          |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                              | 5,5       | 5,5      | 0,25              | 0,00         | 1,02         | 5,44                          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                | 13,6      | 11,4     | 0,16              | 0,02         | 0,90         | 4,53                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ           | 4,6       | 4,6      | 0,00              | 4,46         | 0,00         | 40,11                         |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                    | 1,1       | 1,1      | 0,12              | 0,01         | 0,75         | 3,56                          |
| КАКАО С МОЛОКОМ                             | 200       |          | 3,40              | 2,80         | 14,59        | 98,09                         |
| КАКАО-ПОРОШОК                               | 2,5       | 2,5      | 0,59              | 0,37         | 0,25         | 7,01                          |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                | 100       | 100      | 2,81              | 2,43         | 4,66         | 52,38                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 110       | 110      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| САХАР ПЕСОК                                 | 10        | 10       | 0,00              | 0,00         | 9,68         | 38,70                         |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                 | 20        |          | 1,32              | 0,18         | 8,48         | 40,79                         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20        | 20       | 1,32              | 0,18         | 8,48         | 40,79                         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 30        |          | 2,29              | 0,19         | 15,05        | 71,05                         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 30        | 30       | 2,29              | 0,19         | 15,05        | 71,05                         |
|   |           |          | <b>26,67</b>      | <b>14,15</b> | <b>63,50</b> | <b>487,25</b>                 |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                       |           |          | <b>26,67</b>      | <b>14,15</b> | <b>63,50</b> | <b>487,25</b>                 |

## МЕНЮ

**1-4 класс (66,76)**

**ДЕНЬ 10**

| Наименование блюда                          | Выход     |          | Химический состав |              |              | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|----------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|
|   | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |
| <b>Обед</b>                                 |           |          |                   |              |              |                               |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                             | 60        |          | 0,84              | 3,66         | 4,97         | 56,07                         |
| СВЕКЛА                                      | 72,75     | 58,2     | 0,84              | 0,06         | 4,97         | 23,71                         |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ           | 3,6       | 3,6      | 0,00              | 3,60         | 0,00         | 32,36                         |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ        | 160/5     |          | 5,92              | 4,71         | 37,79        | 217,26                        |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ                | 55,2      | 55,2     | 5,89              | 0,70         | 37,75        | 180,98                        |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                           | 2,7       | 2,7      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 318,7     | 318,7    | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ           | 5         | 5        | 0,03              | 4,01         | 0,04         | 36,28                         |
| ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ         | 60/30     |          | 6,80              | 5,68         | 4,02         | 93,21                         |
| РЫБА ТРЕСКА ФАРШ                            | 34,5      | 34,5     | 5,66              | 0,34         | 0,00         | 24,43                         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 4,9       | 4,9      | 0,31              | 0,04         | 2,02         | 9,69                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 7,1       | 7,1      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                          | 0,07 шт.  | 3,68     | 0,46              | 0,41         | 0,03         | 5,61                          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                | 7,02      | 5,9      | 0,08              | 0,01         | 0,47         | 2,35                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ           | 3,5       | 3,5      | 0,00              | 3,40         | 0,00         | 30,53                         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                           | 1,4       | 1,4      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 35        | 35       | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ           | 1,5       | 1,5      | 0,00              | 1,46         | 0,00         | 13,09                         |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                    | 1,4       | 1,4      | 0,15              | 0,02         | 0,95         | 4,54                          |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                              | 3         | 3        | 0,14              | 0,00         | 0,55         | 2,97                          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                           | 0,3       | 0,3      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| ЧАЙ С САХАРОМ                               | 195/5     |          | 0,10              | 0,00         | 5,04         | 20,55                         |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ                         | 0,5       | 0,5      | 0,10              | 0,00         | 0,20         | 1,20                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 48,2      | 48,2     | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| САХАР ПЕСОК                                 | 5         | 5        | 0,00              | 0,00         | 4,84         | 19,35                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 146,25    | 146,25   | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                 | 20        |          | 1,32              | 0,18         | 8,48         | 40,79                         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20        | 20       | 1,32              | 0,18         | 8,48         | 40,79                         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 30        |          | 2,29              | 0,19         | 15,05        | 71,05                         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 30        | 30       | 2,29              | 0,19         | 15,05        | 71,05                         |
| ЯБЛОКО                                      | 120       |          | 0,48              | 0,48         | 11,76        | 56,40                         |
| ЯБЛОКИ                                      | 136,3     | 120      | 0,48              | 0,48         | 11,76        | 56,40                         |
|   |           |          | <b>17,75</b>      | <b>14,90</b> | <b>87,11</b> | <b>555,33</b>                 |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                       |           |          | <b>17,75</b>      | <b>14,90</b> | <b>87,11</b> | <b>555,33</b>                 |

## МЕНЮ

**1-4 класс (66,76)**

**ДЕНЬ 11**

| Наименование блюда                          | Выход     |          | Химический состав |              |              | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|----------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|
|   | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |
| <b>Обед</b>                                 |           |          |                   |              |              |                               |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ                   | 60        |          | 0,98              | 2,66         | 3,43         | 43,03                         |
| КАПУСТА КВАШЕНАЯ                            | 50,6      | 50,6     | 0,91              | 0,05         | 1,52         | 11,64                         |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ           | 2,6       | 2,6      | 0,00              | 2,60         | 0,00         | 23,37                         |
| САХАР ПЕСОК                                 | 1,5       | 1,5      | 0,00              | 0,00         | 1,50         | 5,99                          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                | 6,1       | 5,1      | 0,07              | 0,01         | 0,41         | 2,03                          |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                           | 150       |          | 3,15              | 4,25         | 21,38        | 136,87                        |
| КАРТОФЕЛЬ                                   | 170,93    | 128,2    | 2,48              | 0,49         | 20,27        | 95,75                         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ                | 23,1      | 23,1     | 0,65              | 0,56         | 1,08         | 12,10                         |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ           | 4         | 4        | 0,02              | 3,20         | 0,03         | 29,02                         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                           | 1,5       | 1,5      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 89,8      | 89,8     | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ                      | 50/50     |          | 14,38             | 20,62        | 1,70         | 249,48                        |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 56        | 56       | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ           | 2,5       | 2,5      | 0,00              | 2,43         | 0,00         | 21,81                         |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                    | 2,5       | 2,5      | 0,26              | 0,03         | 1,70         | 8,10                          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                           | 0,5       | 0,5      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                           | 0,5       | 0,5      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ                    | 90        | 80       | 14,12             | 14,28        | 0,00         | 184,69                        |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ           | 4         | 4        | 0,00              | 3,88         | 0,00         | 34,88                         |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА                 | 200       |          | 0,49              | 0,20         | 21,55        | 99,37                         |
| ШИПОВНИК СУХОЙ                              | 15        | 15       | 0,49              | 0,20         | 7,03         | 41,32                         |
| САХАР ПЕСОК                                 | 15        | 15       | 0,00              | 0,00         | 14,52        | 58,05                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 200       | 200      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                 | 20        |          | 1,32              | 0,18         | 8,48         | 40,79                         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20        | 20       | 1,32              | 0,18         | 8,48         | 40,79                         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 30        |          | 2,29              | 0,19         | 15,05        | 71,05                         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 30        | 30       | 2,29              | 0,19         | 15,05        | 71,05                         |
|   |           |          | <b>22,61</b>      | <b>28,10</b> | <b>71,59</b> | <b>640,59</b>                 |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                       |           |          | <b>22,61</b>      | <b>28,10</b> | <b>71,59</b> | <b>640,59</b>                 |

## МЕНЮ

**1-4 класс (66,76)**

**ДЕНЬ 12**

| Наименование блюда                          | Выход     |          | Химический состав |              |              | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|----------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|
|   | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |
| <b>Обед</b>                                 |           |          |                   |              |              |                               |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ                 | 60        |          | 0,60              | 3,09         | 5,33         | 52,34                         |
| МОРКОВЬ                                     | 55        | 44       | 0,55              | 0,04         | 2,95         | 14,94                         |
| ЯБЛОКИ                                      | 13,6      | 12       | 0,05              | 0,05         | 1,18         | 5,64                          |
| САХАР ПЕСОК                                 | 1,2       | 1,2      | 0,00              | 0,00         | 1,20         | 4,79                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ           | 3         | 3        | 0,00              | 3,00         | 0,00         | 26,97                         |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ                             | 150       |          | 3,01              | 4,05         | 10,78        | 93,50                         |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                        | 179,1     | 143,2    | 2,50              | 0,14         | 6,53         | 38,90                         |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ           | 4         | 4        | 0,00              | 3,88         | 0,00         | 34,88                         |
| МОРКОВЬ                                     | 3,13      | 2,5      | 0,03              | 0,00         | 0,16         | 0,85                          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                | 5,9       | 5        | 0,07              | 0,01         | 0,40         | 1,99                          |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                              | 5,5       | 5,5      | 0,25              | 0,00         | 1,02         | 5,44                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 3,6       | 3,6      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                    | 1,5       | 1,5      | 0,16              | 0,02         | 1,02         | 4,86                          |
| САХАР ПЕСОК                                 | 1,7       | 1,7      | 0,00              | 0,00         | 1,65         | 6,58                          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                           | 1,3       | 1,3      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ                         | 50/50     |          | 7,92              | 10,30        | 8,83         | 159,53                        |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 51        | 51       | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ           | 2,2       | 2,2      | 0,00              | 2,13         | 0,00         | 19,19                         |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                    | 2,2       | 2,2      | 0,23              | 0,03         | 1,49         | 7,13                          |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                           | 0,5       | 0,5      | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| ПОЛУФАБР.ГОВЯД.КОТЛЕТН.МЯСО                 | 38        | 38       | 6,56              | 3,36         | 0,00         | 56,43                         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 7,6       | 7,6      | 0,56              | 0,05         | 3,70         | 17,46                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 10,5      | 10,5     | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                | 5,71      | 4,8      | 0,07              | 0,01         | 0,38         | 1,91                          |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                    | 4,8       | 4,8      | 0,50              | 0,06         | 3,26         | 15,55                         |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ           | 4,8       | 4,8      | 0,00              | 4,66         | 0,00         | 41,86                         |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 19        | 19       | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ                     | 185/10/5  |          | 0,15              | 0,01         | 10,03        | 41,55                         |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ                         | 0,5       | 0,5      | 0,10              | 0,00         | 0,20         | 1,20                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 56,6      | 56,6     | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| САХАР ПЕСОК                                 | 10        | 10       | 0,00              | 0,00         | 9,68         | 38,70                         |
| ЛИМОН                                       | 5,5       | 5        | 0,05              | 0,01         | 0,15         | 1,65                          |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                               | 138,75    | 138,75   | 0,00              | 0,00         | 0,00         | 0,00                          |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                 | 20        |          | 1,32              | 0,18         | 8,48         | 40,79                         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20        | 20       | 1,32              | 0,18         | 8,48         | 40,79                         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 30        |          | 2,29              | 0,19         | 15,05        | 71,05                         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 30        | 30       | 2,29              | 0,19         | 15,05        | 71,05                         |
|   |           |          | <b>15,29</b>      | <b>17,82</b> | <b>58,50</b> | <b>458,76</b>                 |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                       |           |          | <b>15,29</b>      | <b>17,82</b> | <b>58,50</b> | <b>458,76</b>                 |

Согласовано

Руководитель учреждения \_\_\_\_\_

Утверждаю  
Директор ООО "Гарант-продукт" \_\_\_\_\_ И.И. Валеев

Для обучающихся 1-4 классов общеобразовательных организаций РТ

1 день

МЕНЮ

| Прием пищи, наименование блюда       | Масса порции | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая ценность, ккал | Витамины    |              |              |             |             |             |              |               |             |               |               |              | Минеральные вещества |             |        |        |       |        |       |        |       |  | № рецептур | Сборник рецептур |
|--------------------------------------|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|--------------|--------------|-------------|-------------|-------------|--------------|---------------|-------------|---------------|---------------|--------------|----------------------|-------------|--------|--------|-------|--------|-------|--------|-------|--|------------|------------------|
|                                      |              | Жиры, г          | Белки, г     | Углевод, г   |                               | В1, мг      | С, мг        | А, мг        | Е, мг       | Д, мкг      | В2, мг      | В9, мг       | Р, мг         | Fe, мг      | Ca, мг        | К, мг         | Л, мкг       | F, мг                | Se, мг      | Na, мг | Mg, мг | P, мг | Ca, мг | K, мг | Cl, мг | S, мг |  |            |                  |
| <b>Обед</b>                          |              |                  |              |              |                               |             |              |              |             |             |             |              |               |             |               |               |              |                      |             |        |        |       |        |       |        |       |  |            |                  |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ                     | 60           | 0,06             | 0,75         | 5,94         | 28,04                         | 0,03        | 2,90         | 1,44         | 0,37        | 0,00        | 0,04        | 22,04        | 31,90         | 0,58        | 29,62         | 116,06        | 2,90         | 0,03                 | 0,00        | 0,00   | 41     | 2012  |        |       |        |       |  |            |                  |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 150/5        | 4,70             | 5,89         | 37,66        | 216,60                        | 0,07        | 0,00         | 0,02         | 1,27        | 0,08        | 0,02        | 11,27        | 45,59         | 1,07        | 31,29         | 69,58         | 1,18         | 0,01                 | 0,01        | 203    | 2011   |       |        |       |        |       |  |            |                  |
| ГУЛЯШ ИЗ КУРИНЫХ ГРУДОК              | 100          | 9,70             | 16,93        | 3,52         | 166,19                        | 0,06        | 0,96         | 11,63        | 2,85        | 0,32        | 0,07        | 16,47        | 115,72        | 1,26        | 21,73         | 209,17        | 5,83         | 0,00                 | 0,01        | 280    | 2008   |       |        |       |        |       |  |            |                  |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ И С САХАРОМ            | 150/40/10    | 0,97             | 1,23         | 11,74        | 60,86                         | 0,01        | 0,23         | 0,01         | 0,00        | 0,00        | 0,05        | 7,85         | 32,51         | 0,40        | 49,45         | 71,56         | 3,60         | 0,00                 | 0,00        | 378    | 2011   |       |        |       |        |       |  |            |                  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                          | 20           | 0,18             | 1,32         | 8,48         | 40,79                         | 0,04        | 0,00         | 0,00         | 0,44        | 0,00        | 0,02        | 3,80         | 17,40         | 0,80        | 3,60          | 27,20         | 1,12         | 0,00                 | 0,00        |        | 2008   |       |        |       |        |       |  |            |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                       | 30           | 0,19             | 2,29         | 15,05        | 71,05                         | 0,05        | 0,00         | 0,00         | 0,59        | 0,00        | 0,02        | 9,90         | 25,20         | 0,60        | 6,90          | 38,70         | 0,00         | 0,00                 | 0,00        |        | 2008   |       |        |       |        |       |  |            |                  |
| ВЯЛОКО                               | 120          | 0,48             | 0,48         | 11,76        | 56,40                         | 0,04        | 12,00        | 0,01         | 0,76        | 0,00        | 0,02        | 9,60         | 13,20         | 2,64        | 19,20         | 333,60        | 2,40         | 0,01                 | 0,00        |        | 2008   |       |        |       |        |       |  |            |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>          | <b>685</b>   | <b>16,28</b>     | <b>28,89</b> | <b>94,15</b> | <b>639,93</b>                 | <b>0,30</b> | <b>16,09</b> | <b>13,11</b> | <b>6,28</b> | <b>0,40</b> | <b>0,24</b> | <b>80,93</b> | <b>281,52</b> | <b>7,35</b> | <b>161,79</b> | <b>865,87</b> | <b>17,03</b> | <b>0,05</b>          | <b>0,02</b> |        |        |       |        |       |        |       |  |            |                  |
| <b>Всего за день:</b>                |              | <b>16,28</b>     | <b>28,89</b> | <b>94,15</b> | <b>639,93</b>                 | <b>0,30</b> | <b>16,09</b> | <b>13,11</b> | <b>6,28</b> | <b>0,40</b> | <b>0,24</b> | <b>80,93</b> | <b>281,52</b> | <b>7,35</b> | <b>161,79</b> | <b>865,87</b> | <b>17,03</b> | <b>0,05</b>          | <b>0,02</b> |        |        |       |        |       |        |       |  |            |                  |

## 2 ДЕНЬ

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |          |            | Энергетическая ценность, ккал | Витамины |       |       |       |        |        |        |        |        |        | Минеральные вещества |        |       |        |        |      |      |      |    |      | № рецептур | Сборник рецептур |
|--------------------------------|--------------|------------------|----------|------------|-------------------------------|----------|-------|-------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|----------------------|--------|-------|--------|--------|------|------|------|----|------|------------|------------------|
|                                |              | Жиры, г          | Белки, г | Углевод, г |                               | В1, мг   | С, мг | А, мг | Е, мг | Д, мкг | В2, мг | Мg, мг | Р, мг  | Fe, мг | Ca, мг | К, мг                | І, мкг | F, мг | Se, мг |        |      |      |      |    |      |            |                  |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                | 60           | 3,65             | 0,85     | 4,97       | 56,07                         | 0,01     | 2,33  | 0,00  | 1,59  | 0,00   | 0,00   | 0,00   | 0,02   | 0,00   | 0,02   | 11,52                | 22,60  | 0,73  | 19,38  | 167,62 | 4,07 | 0,01 | 0,00 | 33 | 2012 |            |                  |
| ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ                 | 200          | 13,75            | 18,45    | 44,47      | 373,22                        | 0,09     | 1,57  | 10,08 | 4,90  | 0,27   | 0,08   | 43,77  | 182,79 | 1,72   | 25,30  | 277,27               | 6,39   | 0,04  | 0,02   | 291    | 2011 |      |      |    |      |            |                  |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ    | 200          | 2,13             | 1,24     | 23,37      | 117,46                        | 0,23     | 0,00  | 0,00  | 3,00  | 2,00   | 0,31   | 9,00   | 0,00   | 0,00   | 8,35   | 1,02                 | 0,00   | 1,44  | 1,80   | 349    | 2011 |      |      |    |      |            |                  |
| ХЛЕБ РЖАНОИ                    | 20           | 0,18             | 1,32     | 8,48       | 40,79                         | 0,04     | 0,00  | 0,00  | 0,44  | 0,00   | 0,02   | 3,80   | 17,40  | 0,80   | 3,60   | 27,20                | 1,12   | 0,00  | 0,00   | 2008   |      |      |      |    |      |            |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                 | 30           | 0,19             | 2,29     | 15,05      | 71,05                         | 0,05     | 0,00  | 0,00  | 0,59  | 0,00   | 0,02   | 9,90   | 25,20  | 0,60   | 6,90   | 38,70                | 0,00   | 0,00  | 0,00   | 2008   |      |      |      |    |      |            |                  |
| Итого за прием пищи:           | 510          | 19,90            | 24,15    | 96,34      | 658,59                        | 0,42     | 3,90  | 10,08 | 10,52 | 2,27   | 0,45   | 77,99  | 247,99 | 3,85   | 63,53  | 511,81               | 11,58  | 1,49  | 1,82   |        |      |      |      |    |      |            |                  |
| Всего за день:                 |              | 19,90            | 24,15    | 96,34      | 658,59                        | 0,42     | 3,90  | 10,08 | 10,52 | 2,27   | 0,45   | 77,99  | 247,99 | 3,85   | 63,53  | 511,81               | 11,58  | 1,49  | 1,82   |        |      |      |      |    |      |            |                  |



## 3 День

| Прием пищи, наименование блюда       | Масса порции | Пищевые вещества |          |                | Энергетическая ценность, ккал | Обед      |        |       |       |       |        |        |        |       |        |        | № рецептур | Сборник рецептур |       |        |       |
|--------------------------------------|--------------|------------------|----------|----------------|-------------------------------|-----------|--------|-------|-------|-------|--------|--------|--------|-------|--------|--------|------------|------------------|-------|--------|-------|
|                                      |              | Жиры, г          | Белки, г | Углевод. вл, г |                               | Витаминны | В1, мг | С, мг | А, мг | Е, мг | Д, мкг | В2, мг | Мg, мг | Р, мг | Fe, мг | Ca, мг |            |                  | K, мг | I, мкг | F, мг |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ        | 60           | 3,05             | 0,93     | 3,93           | 47,46                         | 0,01      | 9,61   | 0,00  | 1,29  | 0,00  | 0,02   | 7,75   | 14,96  | 0,48  | 23,37  | 98,85  | 1,60       | 0,00             | 0,00  | 35     | 2008  |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 150/5        | 4,70             | 5,99     | 37,66          | 216,60                        | 0,07      | 0,00   | 0,02  | 1,27  | 0,08  | 0,02   | 11,27  | 45,59  | 1,07  | 31,29  | 69,59  | 1,18       | 0,01             | 0,01  | 203    | 2011  |
| ГУЛПИ ИЗ ГОВЯДИНЫ                    | 100          | 15,76            | 13,40    | 3,96           | 211,66                        | 0,05      | 1,80   | 0,20  | 2,64  | 0,00  | 0,09   | 20,37  | 121,71 | 1,89  | 20,21  | 325,82 | 6,69       | 0,04             | 0,00  | 256    | 2011  |
| ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ              | 185/10/5     | 0,00             | 0,14     | 10,03          | 41,55                         | 0,00      | 0,82   | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 0,01   | 4,27   | 4,70   | 0,42  | 12,11  | 21,44  | 0,00       | 0,00             | 0,00  | 377    | 2011  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                          | 20           | 0,19             | 1,32     | 8,48           | 40,79                         | 0,04      | 0,00   | 0,00  | 0,44  | 0,00  | 0,02   | 3,80   | 17,40  | 0,80  | 3,60   | 27,20  | 1,12       | 0,00             | 0,00  |        | 2008  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                       | 30           | 0,19             | 2,29     | 15,05          | 71,05                         | 0,05      | 0,00   | 0,00  | 0,59  | 0,00  | 0,02   | 9,90   | 25,20  | 0,60  | 6,90   | 38,70  | 0,00       | 0,00             | 0,00  |        | 2008  |
| Итого за прием пищи:                 | 565          | 23,88            | 23,97    | 79,11          | 629,11                        | 0,22      | 12,23  | 0,22  | 6,23  | 0,08  | 0,18   | 57,36  | 229,56 | 5,26  | 97,48  | 581,59 | 10,59      | 0,05             | 0,05  |        |       |
| Всего за день:                       |              | 23,88            | 23,97    | 79,11          | 629,11                        | 0,22      | 12,23  | 0,22  | 6,23  | 0,08  | 0,18   | 57,36  | 229,56 | 5,26  | 97,48  | 581,59 | 10,59      | 0,05             | 0,05  |        |       |

## 4 ДЕНЬ

| Прием пищи, наименование блюда          | Масса порции | Пищевые вещества |          |             | Энергетическая ценность, ккал | Витамины |       |       |       |        |        |        |        |        |        |         | Минеральные вещества |        |        |      |      |      |      |  | № рецептур | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|----------|-------------|-------------------------------|----------|-------|-------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|----------------------|--------|--------|------|------|------|------|--|------------|------------------|
|   |              | Жиры, г          | Белки, г | Углевода, г |                               | В1, мг   | С, мг | А, мг | Е, мг | Д, мкг | В2, мг | Мg, мг | Р, мг  | Fe, мг | Ca, мг | К, мг   | І, мкг               | F, мг  | Se, мг |      |      |      |      |  |            |                  |
| САЛАТ ИЗ ОВЕЖКИ                         | 60           | 3,66             | 0,86     | 4,97        | 56,07                         | 0,01     | 2,33  | 0,00  | 1,59  | 0,00   | 0,00   | 0,00   | 0,02   | 11,52  | 22,60  | 0,73    | 19,38                | 167,62 | 4,07   | 0,01 | 0,00 | 33   | 2012 |  |            |                  |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150/5        | 5,19             | 4,54     | 20,54       | 146,82                        | 0,12     | 0,00  | 0,02  | 2,57  | 0,08   | 0,06   | 0,06   | 0,04   | 67,96  | 101,01 | 2,38    | 16,92                | 141,84 | 1,42   | 0,01 | 0,00 | 324  | 2008 |  |            |                  |
| КОТЛЕТЫ РУБЕЖНЫЕ ИЗ КУРИЦЫ С СОУСОМ     | 60/40        | 9,03             | 10,99    | 10,87       | 166,82                        | 0,06     | 0,00  | 6,42  | 3,29  | 0,18   | 0,04   | 0,04   | 16,36  | 88,98  | 1,26   | 18,56   | 123,28               | 2,89   | 0,00   | 0,01 | 295  | 2011 |      |  |            |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ                           | 195/5        | 0,00             | 0,10     | 5,04        | 20,55                         | 0,00     | 0,02  | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,01   | 3,73   | 3,71   | 3,71   | 0,37   | 10,20   | 13,14                | 0,00   | 0,00   | 0,00 | 376  | 2011 |      |  |            |                  |
| ХЛЕБ РЖАНОИ                             | 20           | 0,18             | 1,32     | 8,48        | 40,79                         | 0,04     | 0,00  | 0,44  | 0,44  | 0,00   | 0,02   | 3,80   | 17,40  | 0,80   | 3,60   | 27,20   | 1,12                 | 0,00   | 0,00   | 0,00 | 2008 | 2008 |      |  |            |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                          | 30           | 0,48             | 2,29     | 15,05       | 71,05                         | 0,05     | 0,00  | 0,00  | 0,59  | 0,00   | 0,00   | 9,90   | 25,20  | 0,60   | 6,90   | 38,70   | 0,00                 | 0,00   | 0,00   | 0,00 | 2008 | 2008 |      |  |            |                  |
| РЕЛОКО                                  | 120          | 0,48             | 0,48     | 11,76       | 56,40                         | 0,04     | 12,00 | 0,01  | 0,76  | 0,00   | 0,02   | 9,60   | 13,20  | 2,64   | 19,20  | 33,60   | 2,40                 | 0,01   | 0,00   | 0,01 | 0,00 | 2008 | 2008 |  |            |                  |
| Итого за прием пищи:                    | 685          | 18,71            | 20,57    | 76,71       | 558,50                        | 0,32     | 14,35 | 6,45  | 9,24  | 0,26   | 0,19   | 122,87 | 272,10 | 8,78   | 94,76  | 84,5,38 | 11,90                | 0,03   | 0,03   | 0,01 |      |      |      |  |            |                  |
| Всего за день:                          |              | 18,71            | 20,57    | 76,71       | 558,50                        | 0,32     | 14,35 | 6,45  | 9,24  | 0,26   | 0,19   | 122,87 | 272,10 | 8,78   | 94,76  | 84,5,38 | 11,90                | 0,03   | 0,03   | 0,01 |      |      |      |  |            |                  |

5 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |          |            | Энергетическая ценность, ккал | Витамины |       |       |       |        |        |        |        |        |        | Минеральные вещества |        |       |        |     |      |  |  |  |  | № рецептур | Сборник рецептур |
|--------------------------------|--------------|------------------|----------|------------|-------------------------------|----------|-------|-------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|----------------------|--------|-------|--------|-----|------|--|--|--|--|------------|------------------|
|                                |              | Жиры, г          | Белки, г | Углевод, г |                               | В1, мг   | С, мг | А, мг | Е, мг | Д, мкг | В2, мг | Мg, мг | Р, мг  | Fe, мг | Ca, мг | К, мг                | І, мкг | Ф, мг | Se, мг |     |      |  |  |  |  |            |                  |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ     | 60           | 2,66             | 0,98     | 3,42       | 43,03                         | 0,01     | 15,38 | 0,00  | 1,10  | 0,00   | 0,01   | 8,74   | 18,40  | 0,35   | 25,74  | 160,77               | 1,67   | 0,01  | 0,00   | 47  | 2011 |  |  |  |  |            |                  |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ              | 150          | 4,26             | 3,16     | 21,38      | 136,67                        | 0,12     | 10,38 | 0,03  | 0,22  | 0,06   | 0,10   | 30,23  | 85,17  | 1,22   | 44,11  | 782,91               | 8,69   | 0,03  | 0,00   | 312 | 2011 |  |  |  |  |            |                  |
| КОТЛЕТА МЯСНАЯ С СОУСОМ        | 60/40        | 8,87             | 9,72     | 11,42      | 164,66                        | 0,06     | 1,01  | 0,02  | 2,37  | 0,00   | 0,08   | 22,80  | 100,27 | 1,21   | 17,14  | 226,67               | 3,94   | 0,03  | 0,00   | 270 | 2011 |  |  |  |  |            |                  |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ    | 200          | 2,13             | 1,24     | 23,37      | 117,46                        | 0,23     | 0,00  | 0,00  | 3,00  | 2,00   | 0,31   | 9,00   | 0,00   | 0,00   | 8,35   | 1,02                 | 0,00   | 1,44  | 1,80   | 349 | 2011 |  |  |  |  |            |                  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                    | 20           | 0,18             | 1,32     | 8,48       | 40,79                         | 0,04     | 0,00  | 0,00  | 0,44  | 0,00   | 0,02   | 3,80   | 17,40  | 0,80   | 3,60   | 27,20                | 1,12   | 0,00  | 0,00   |     | 2008 |  |  |  |  |            |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                 | 30           | 0,19             | 2,29     | 15,05      | 71,05                         | 0,05     | 0,00  | 0,00  | 0,59  | 0,00   | 0,02   | 9,90   | 25,20  | 0,60   | 6,90   | 38,70                | 0,00   | 0,00  | 0,00   |     | 2008 |  |  |  |  |            |                  |
| Итого за прием пищи:           | 560          | 18,29            | 18,71    | 83,12      | 573,86                        | 0,51     | 26,77 | 0,05  | 7,72  | 2,06   | 0,54   | 84,47  | 246,44 | 4,18   | 105,84 | 1 217,27             | 15,42  | 1,51  | 1,80   |     |      |  |  |  |  |            |                  |
| Всего за день:                 |              | 18,29            | 18,71    | 83,12      | 573,86                        | 0,51     | 26,77 | 0,05  | 7,72  | 2,06   | 0,54   | 84,47  | 246,44 | 4,18   | 105,84 | 1 217,27             | 15,42  | 1,51  | 1,80   |     |      |  |  |  |  |            |                  |

## 6 день

| Прием пищи, наименование блюда        | Масса порции | Пищевые вещества |              |                | Энергетическая ценность, ккал | Витамины    |             |             |              |             |             |               |               |             |               |                 | Минеральные вещества |             |             |     |      |  |  |  | № рецептур | Сборник рецептур |
|---------------------------------------|--------------|------------------|--------------|----------------|-------------------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|-------------|-------------|---------------|---------------|-------------|---------------|-----------------|----------------------|-------------|-------------|-----|------|--|--|--|------------|------------------|
|                                       |              | Жиры, г          | Белки, г     | Углевод. ра, г |                               | В1, мг      | С, мг       | А, мг       | Е, мг        | Д, мкг      | В2, мг      | В9, мкг       | Р, мг         | Fe, мг      | Ca, мг        | К, мг           | І, мкг               | F, мг       | Se, мг      |     |      |  |  |  |            |                  |
| <b>Обед</b>                           |              |                  |              |                |                               |             |             |             |              |             |             |               |               |             |               |                 |                      |             |             |     |      |  |  |  |            |                  |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ           | 60           | 3,09             | 0,60         | 5,32           | 52,34                         | 0,02        | 2,08        | 0,88        | 1,61         | 0,00        | 0,03        | 16,01         | 23,16         | 0,66        | 22,14         | 121,40          | 2,44                 | 0,02        | 0,00        | 71  | 1987 |  |  |  |            |                  |
| ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ                        | 150          | 4,28             | 15,50        | 32,41          | 230,30                        | 0,42        | 0,00        | 0,02        | 6,40         | 0,06        | 0,09        | 56,96         | 142,44        | 4,40        | 67,41         | 508,60          | 3,67                 | 0,02        | 0,00        | 199 | 2011 |  |  |  |            |                  |
| КОТЛЕТЫ РУБЕЦЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ С СОУСОМ | 60/40        | 9,03             | 10,99        | 10,87          | 166,82                        | 0,06        | 0,00        | 6,42        | 3,29         | 0,18        | 0,04        | 16,36         | 88,98         | 1,26        | 16,56         | 123,28          | 2,89                 | 0,00        | 0,01        | 295 | 2011 |  |  |  |            |                  |
| КАКАО С МОЛОКОМ                       | 200          | 2,79             | 3,40         | 14,58          | 98,09                         | 0,03        | 0,52        | 0,02        | 0,00         | 0,00        | 0,11        | 21,75         | 86,74         | 0,58        | 109,52        | 184,36          | 9,00                 | 0,00        | 0,00        | 382 | 2011 |  |  |  |            |                  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                           | 20           | 0,18             | 1,32         | 8,48           | 40,79                         | 0,04        | 0,00        | 0,00        | 0,44         | 0,00        | 0,02        | 3,80          | 17,40         | 0,80        | 3,60          | 27,20           | 1,12                 | 0,00        | 0,00        |     | 2008 |  |  |  |            |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                        | 30           | 0,19             | 2,29         | 15,05          | 71,05                         | 0,05        | 0,00        | 0,00        | 0,59         | 0,00        | 0,02        | 9,90          | 25,20         | 0,60        | 6,90          | 38,70           | 0,00                 | 0,00        | 0,00        |     | 2008 |  |  |  |            |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>           | <b>560</b>   | <b>19,56</b>     | <b>34,10</b> | <b>86,71</b>   | <b>659,39</b>                 | <b>0,62</b> | <b>2,60</b> | <b>7,34</b> | <b>12,33</b> | <b>0,24</b> | <b>0,31</b> | <b>124,78</b> | <b>383,92</b> | <b>8,30</b> | <b>228,13</b> | <b>1 003,54</b> | <b>19,12</b>         | <b>0,04</b> | <b>0,01</b> |     |      |  |  |  |            |                  |
| <b>Всего за день:</b>                 |              | <b>19,56</b>     | <b>34,10</b> | <b>86,71</b>   | <b>659,39</b>                 | <b>0,62</b> | <b>2,60</b> | <b>7,34</b> | <b>12,33</b> | <b>0,24</b> | <b>0,31</b> | <b>124,78</b> | <b>383,92</b> | <b>8,30</b> | <b>228,13</b> | <b>1 003,54</b> | <b>19,12</b>         | <b>0,04</b> | <b>0,01</b> |     |      |  |  |  |            |                  |

## 7 ДЕНЬ

| Принем пищи, наименование блюда                  | Масса порции  | Пищевые вещества |          |                | Энергетическая ценность, ккал | Витамины |       |       |       |        |        |        |        |        |        |        |        |       |        | Минеральные вещества |        |        |        |        |       |        |       |        |      | № рецептур | Сборник рецептур |
|--|---------------|------------------|----------|----------------|-------------------------------|----------|-------|-------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|-------|--------|----------------------|--------|--------|--------|--------|-------|--------|-------|--------|------|------------|------------------|
|  |               | Жиры, г          | Белки, г | Углевод. бл, г |                               | В1, мг   | С, мг | А, мг | Е, мг | Д, мкг | В2, мг | В6, мг | Р, мг  | Fe, мг | Ca, мг | К, мг  | Л, мкг | F, мг | Se, мг | В1, мг               | В2, мг | В6, мг | Fe, мг | Ca, мг | К, мг | Л, мкг | F, мг | Se, мг |      |            |                  |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКОНЧАНОЙ КАПУСТЫ И МОРКОВЬЮ         | 60            | 5,87             | 0,83     | 3,89           | 72,26                         | 0,02     | 6,43  | 0,39  | 2,66  | 0,00   | 0,02   | 11,44  | 19,04  | 0,48   | 23,39  | 100,79 | 1,97   | 0,01  | 0,00   |                      |        |        |        |        |       |        |       | 39     | 2008 |            |                  |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ             | 150/5         | 4,70             | 5,89     | 37,66          | 216,60                        | 0,07     | 0,00  | 0,02  | 1,27  | 0,08   | 0,02   | 11,27  | 45,59  | 1,07   | 31,29  | 69,58  | 1,18   | 0,01  | 0,01   |                      |        |        |        |        |       |        |       | 203    | 2011 |            |                  |
| СОСИСКИ МУСЛИМАНСКИЕ (ХАЛДИЛЬ) ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ | 75/25         | 18,64            | 8,24     | 1,57           | 207,32                        | 0,11     | 0,45  | 0,01  | 0,58  | 0,00   | 0,10   | 15,07  | 109,88 | 1,28   | 26,25  | 188,23 | 0,29   | 0,00  | 0,00   |                      |        |        |        |        |       |        |       | 254    | 2008 |            |                  |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ И С САХАРОМ                        | 150/40/1<br>0 | 0,97             | 1,23     | 11,74          | 60,86                         | 0,01     | 0,23  | 0,01  | 0,00  | 0,00   | 0,05   | 7,85   | 32,51  | 0,40   | 49,45  | 71,56  | 3,60   | 0,00  | 0,00   |                      |        |        |        |        |       |        |       | 378    | 2011 |            |                  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                      | 20            | 0,18             | 1,32     | 8,48           | 40,79                         | 0,04     | 0,00  | 0,00  | 0,44  | 0,00   | 0,02   | 3,80   | 17,40  | 0,80   | 3,60   | 27,20  | 1,12   | 0,00  | 0,00   |                      |        |        |        |        |       |        |       |        | 2008 |            |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 30            | 0,19             | 2,29     | 15,05          | 71,05                         | 0,05     | 0,00  | 0,00  | 0,59  | 0,00   | 0,02   | 9,90   | 25,20  | 0,60   | 6,90   | 38,70  | 0,00   | 0,00  | 0,00   |                      |        |        |        |        |       |        |       |        | 2008 |            |                  |
| РЯДОКО   | 120           | 0,48             | 0,48     | 11,76          | 56,40                         | 0,04     | 12,00 | 0,01  | 0,76  | 0,00   | 0,02   | 9,60   | 13,20  | 2,64   | 19,20  | 333,60 | 2,40   | 0,01  | 0,00   |                      |        |        |        |        |       |        |       |        | 2008 |            |                  |
| Итого за прием пищи:                             | 685           | 31,03            | 20,28    | 90,15          | 725,28                        | 0,34     | 19,11 | 0,44  | 6,30  | 0,08   | 0,25   | 68,93  | 262,82 | 7,27   | 160,08 | 829,66 | 10,56  | 0,03  | 0,01   |                      |        |        |        |        |       |        |       |        |      |            |                  |
| Всего за день:                                   |               | 31,03            | 20,28    | 90,15          | 725,28                        | 0,34     | 19,11 | 0,44  | 6,30  | 0,08   | 0,25   | 68,93  | 262,82 | 7,27   | 160,08 | 829,66 | 10,56  | 0,03  | 0,01   |                      |        |        |        |        |       |        |       |        |      |            |                  |

## 8 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |          |              | Энергетическая ценность, ккал | Витамины |       |       |       |        |        |        |        |        |        |        | Минеральные вещества |       |        |      |      |      |  |  |  |  | № рецеп-тур | Сборник рецептур |
|--------------------------------|--------------|------------------|----------|--------------|-------------------------------|----------|-------|-------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|----------------------|-------|--------|------|------|------|--|--|--|--|-------------|------------------|
|                                |              | Жиры, г          | Белки, г | Углевод-ы, г |                               | В1, мг   | С, мг | А, мг | Е, мг | Д, мкг | В2, мг | Мg, мг | Р, мг  | Fe, мг | Ca, мг | K, мг  | I, мкг               | F, мг | Se, мг |      |      |      |  |  |  |  |             |                  |
| <b>Обед</b>                    |              |                  |          |              |                               |          |       |       |       |        |        |        |        |        |        |        |                      |       |        |      |      |      |  |  |  |  |             |                  |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                | 60           | 3,65             | 0,85     | 4,97         | 56,07                         | 0,01     | 2,33  | 0,00  | 1,59  | 0,00   | 0,04   | 0,02   | 11,52  | 22,60  | 0,73   | 19,38  | 167,62               | 4,07  | 0,01   | 0,00 | 33   | 2012 |  |  |  |  |             |                  |
| КАША ПЕЧЕНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ     | 150          | 4,21             | 8,45     | 38,24        | 224,28                        | 0,22     | 0,00  | 0,01  | 4,64  | 0,04   | 0,12   | 125,53 | 186,45 | 4,39   | 22,30  | 263,06 | 2,48                 | 0,01  | 0,00   | 323  | 2008 |      |  |  |  |  |             |                  |
| КОЛЛЕТА МЯСНАЯ С СОУСОМ        | 60/40        | 8,87             | 9,72     | 11,42        | 164,66                        | 0,06     | 1,01  | 0,02  | 2,37  | 0,00   | 0,08   | 22,80  | 100,27 | 1,21   | 17,14  | 226,67 | 3,94                 | 0,03  | 0,00   | 270  | 2011 |      |  |  |  |  |             |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ        | 185/10/5     | 0,00             | 0,14     | 10,03        | 41,55                         | 0,00     | 0,82  | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,01   | 4,27   | 4,70   | 0,42   | 12,09  | 21,44  | 0,00                 | 0,00  | 0,00   | 377  | 2011 |      |  |  |  |  |             |                  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                    | 20           | 0,18             | 1,32     | 8,48         | 40,79                         | 0,04     | 0,00  | 0,00  | 0,44  | 0,00   | 0,02   | 3,80   | 17,40  | 0,80   | 3,60   | 27,20  | 1,12                 | 0,00  | 0,00   |      | 2008 |      |  |  |  |  |             |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                 | 30           | 0,19             | 2,29     | 15,05        | 71,05                         | 0,05     | 0,00  | 0,00  | 0,59  | 0,00   | 0,02   | 9,90   | 25,20  | 0,60   | 6,90   | 38,70  | 0,00                 | 0,00  | 0,00   |      |      |      |  |  |  |  |             |                  |
| Итого за прием пищи:           | 560          | 17,10            | 22,77    | 88,19        | 598,40                        | 0,38     | 4,16  | 0,03  | 9,63  | 0,04   | 0,27   | 177,82 | 356,62 | 8,15   | 81,41  | 744,69 | 11,61                | 0,05  | 0,00   |      |      |      |  |  |  |  |             |                  |
| Всего за день:                 |              | 17,10            | 22,77    | 88,19        | 598,40                        | 0,38     | 4,16  | 0,03  | 9,63  | 0,04   | 0,27   | 177,82 | 356,62 | 8,15   | 81,41  | 744,69 | 11,61                | 0,05  | 0,00   |      |      |      |  |  |  |  |             |                  |

## 9 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |          |               | Энергетическая ценность, ккал | Витамины |       |       |       |        |        |        |        |        |        |         | Минеральные вещества |       |        |     |      |  |  |  |  |  | № рецептур | Сборник рецептур |
|--------------------------------|--------------|------------------|----------|---------------|-------------------------------|----------|-------|-------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|----------------------|-------|--------|-----|------|--|--|--|--|--|------------|------------------|
|                                |              | Жиры, г          | Белки, г | Углевод. в, г |                               | В1, мг   | С, мг | А, мг | Е, мг | Д, мкг | В2, мг | В6, мг | Р, мг  | Fe, мг | Ca, мг | К, мг   | Л, мкг               | Ф, мг | Se, мг |     |      |  |  |  |  |  |            |                  |
| <b>Обед</b>                    |              |                  |          |               |                               |          |       |       |       |        |        |        |        |        |        |         |                      |       |        |     |      |  |  |  |  |  |            |                  |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ               | 60           | 0,06             | 0,75     | 5,94          | 28,04                         | 0,03     | 2,90  | 1,44  | 0,37  | 0,00   | 0,04   | 22,04  | 31,90  | 0,58   | 28,62  | 116,06  | 2,90                 | 0,03  | 0,00   | 41  | 2012 |  |  |  |  |  |            |                  |
| РАГУ ИЗ ПТИЦЫ                  | 200          | 10,92            | 18,91    | 19,44         | 249,27                        | 0,15     | 9,15  | 11,83 | 3,43  | 0,32   | 0,13   | 41,34  | 173,29 | 2,28   | 37,23  | 781,35  | 11,35                | 0,04  | 0,01   | 289 | 2011 |  |  |  |  |  |            |                  |
| КАКАО С МОЛОКОМ                | 200          | 2,79             | 3,40     | 14,58         | 98,09                         | 0,03     | 0,52  | 0,02  | 0,00  | 0,00   | 0,11   | 21,75  | 86,74  | 0,59   | 109,52 | 184,36  | 9,00                 | 0,00  | 0,00   | 382 | 2011 |  |  |  |  |  |            |                  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                    | 20           | 0,18             | 1,32     | 8,48          | 40,79                         | 0,04     | 0,00  | 0,00  | 0,44  | 0,00   | 0,02   | 3,80   | 17,40  | 0,80   | 3,60   | 27,20   | 1,12                 | 0,00  | 0,00   |     | 2008 |  |  |  |  |  |            |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                 | 30           | 0,19             | 2,29     | 15,05         | 71,05                         | 0,05     | 0,00  | 0,00  | 0,59  | 0,00   | 0,02   | 9,90   | 25,20  | 0,60   | 6,90   | 38,70   | 0,00                 | 0,00  | 0,00   |     | 2008 |  |  |  |  |  |            |                  |
| Итого за прием пищи:           | 510          | 14,14            | 26,67    | 63,49         | 487,24                        | 0,30     | 12,57 | 13,29 | 4,83  | 0,32   | 0,32   | 98,83  | 334,53 | 4,84   | 186,87 | 1147,67 | 24,37                | 0,07  | 0,01   |     |      |  |  |  |  |  |            |                  |
| Всего за день:                 |              | 14,14            | 26,67    | 63,49         | 487,24                        | 0,30     | 12,57 | 13,29 | 4,83  | 0,32   | 0,32   | 98,83  | 334,53 | 4,84   | 186,87 | 1147,67 | 24,37                | 0,07  | 0,01   |     |      |  |  |  |  |  |            |                  |

## 10 день

| Прием пищи, наименование блюда       | Масса порции | Пищевые вещества |          |                | Энергетическая ценность, ккал | Витамины |       |       |       |        |        |        |       |        |        |       |        |        |        | № рецептур | Сборник рецептур |     |      |
|--------------------------------------|--------------|------------------|----------|----------------|-------------------------------|----------|-------|-------|-------|--------|--------|--------|-------|--------|--------|-------|--------|--------|--------|------------|------------------|-----|------|
|                                      |              | Жиры, г          | Белки, г | Углевод. бл, г |                               | В1, мг   | С, мг | А, мг | Е, мг | Д, мкг | В2, мг | Мг, мг | Р, мг | Fe, мг | Ca, мг | К, мг | І, мкг | Н, мг  | Se, мг |            |                  |     |      |
| Обед                                 |              |                  |          |                |                               |          |       |       |       |        |        |        |       |        |        |       |        |        |        |            |                  |     |      |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                      | 60           | 3,65             | 0,85     | 4,97           | 56,07                         | 0,01     | 2,33  | 0,00  | 1,59  | 0,00   | 0,00   | 0,00   | 0,02  | 11,52  | 22,60  | 0,73  | 19,36  | 167,62 | 4,07   | 0,01       | 0,00             | 33  | 2012 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 160/5        | 4,70             | 5,92     | 37,86          | 217,58                        | 0,07     | 0,00  | 0,02  | 1,27  | 0,08   | 0,02   | 0,08   | 0,02  | 11,37  | 45,89  | 1,08  | 31,84  | 69,97  | 1,19   | 0,01       | 0,01             | 203 | 2011 |
| ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ  | 60/30        | 5,67             | 6,79     | 4,01           | 93,20                         | 0,04     | 1,02  | 0,02  | 2,41  | 0,08   | 0,05   | 0,01   | 0,01  | 19,43  | 83,66  | 0,65  | 24,10  | 195,29 | 53,45  | 0,20       | 0,01             | 240 | 2011 |
| ЧАЙ С САХАРОМ                        | 195/5        | 0,00             | 0,10     | 5,04           | 20,55                         | 0,00     | 0,02  | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00   | 0,00   | 0,01  | 3,73   | 3,71   | 0,37  | 10,20  | 13,14  | 0,00   | 0,00       | 0,00             | 376 | 2011 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                          | 20           | 0,19             | 1,32     | 8,48           | 40,79                         | 0,04     | 0,00  | 0,00  | 0,44  | 0,00   | 0,02   | 0,00   | 0,02  | 3,80   | 17,40  | 0,80  | 3,60   | 27,20  | 1,42   | 0,00       | 0,00             |     | 2008 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                       | 30           | 0,19             | 2,29     | 15,05          | 71,05                         | 0,05     | 0,00  | 0,00  | 0,59  | 0,00   | 0,02   | 0,00   | 0,02  | 9,90   | 25,20  | 0,60  | 6,90   | 38,70  | 0,00   | 0,00       | 0,00             |     | 2008 |
| РЯБИКО                               | 120          | 0,48             | 0,48     | 11,76          | 56,40                         | 0,04     | 12,00 | 0,01  | 0,76  | 0,00   | 0,02   | 0,16   | 0,16  | 69,35  | 211,68 | 6,97  | 115,22 | 845,52 | 62,23  | 0,23       | 0,02             |     | 2008 |
| Итого за прием пищи:                 |              | 14,87            | 17,75    | 87,17          | 555,64                        | 0,25     | 15,37 | 0,05  | 7,06  | 0,16   | 0,16   | 0,16   | 0,16  | 69,35  | 211,68 | 6,97  | 115,22 | 845,52 | 62,23  | 0,23       | 0,02             |     |      |
| Всего за День:                       |              | 14,87            | 17,75    | 87,17          | 555,64                        | 0,25     | 15,37 | 0,05  | 7,06  | 0,16   | 0,16   | 0,16   | 0,16  | 69,35  | 211,68 | 6,97  | 115,22 | 845,52 | 62,23  | 0,23       | 0,02             |     |      |



## 11 день

| Принем пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |          |            | Энергетическая ценность, ккал | Витамины |       |       |       |        |        |        |        |        |        | Минеральные вещества |        |       |        |     |      |  |  |  |  | № рецептур | Сборник рецептур |
|---------------------------------|--------------|------------------|----------|------------|-------------------------------|----------|-------|-------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|----------------------|--------|-------|--------|-----|------|--|--|--|--|------------|------------------|
|                                 |              | Жиры, г          | Белки, г | Углевод, г |                               | В1, мг   | С, мг | А, мг | Е, мг | Д, мкг | В2, мг | Мg, мг | Р, мг  | Fe, мг | Ca, мг | К, мг                | І, мкг | F, мг | Se, мг |     |      |  |  |  |  |            |                  |
| <b>Обед</b>                     |              |                  |          |            |                               |          |       |       |       |        |        |        |        |        |        |                      |        |       |        |     |      |  |  |  |  |            |                  |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ       | 60           | 2,66             | 0,98     | 3,42       | 43,03                         | 0,01     | 15,38 | 0,00  | 1,10  | 0,00   | 0,01   | 8,74   | 18,40  | 0,35   | 25,74  | 160,77               | 1,67   | 0,01  | 0,00   | 47  | 2011 |  |  |  |  |            |                  |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ               | 150          | 4,26             | 3,16     | 21,38      | 136,87                        | 0,12     | 10,38 | 0,03  | 0,22  | 0,06   | 0,10   | 30,23  | 85,17  | 1,22   | 44,11  | 762,91               | 8,69   | 0,03  | 0,00   | 312 | 2011 |  |  |  |  |            |                  |
| ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ          | 50/50        | 20,61            | 14,38    | 1,70       | 249,48                        | 0,04     | 0,58  | 0,06  | 2,89  | 0,00   | 0,10   | 14,02  | 121,54 | 1,21   | 17,52  | 158,52               | 4,98   | 0,09  | 0,02   | 312 | 2008 |  |  |  |  |            |                  |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА     | 200          | 0,20             | 0,49     | 21,55      | 99,38                         | 0,01     | 66,00 | 0,12  | 0,00  | 0,00   | 0,04   | 4,10   | 2,30   | 0,41   | 16,47  | 8,55                 | 0,00   | 0,00  | 0,00   | 388 | 2011 |  |  |  |  |            |                  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                     | 20           | 0,18             | 1,32     | 8,48       | 40,79                         | 0,04     | 0,00  | 0,00  | 0,44  | 0,00   | 0,02   | 3,80   | 17,40  | 0,80   | 3,60   | 27,20                | 1,12   | 0,00  | 0,00   |     | 2008 |  |  |  |  |            |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                  | 30           | 0,19             | 2,29     | 15,05      | 71,05                         | 0,05     | 0,00  | 0,00  | 0,59  | 0,00   | 0,02   | 9,90   | 25,20  | 0,60   | 6,90   | 38,70                | 0,00   | 0,00  | 0,00   |     | 2008 |  |  |  |  |            |                  |
| Итого за прием пищи:            | 560          | 28,10            | 22,62    | 71,58      | 640,60                        | 0,27     | 92,34 | 0,21  | 5,24  | 0,06   | 0,29   | 70,79  | 270,01 | 4,59   | 114,34 | 1 156,               | 16,46  | 0,13  | 0,02   |     | 2008 |  |  |  |  |            |                  |
| Всего за день:                  |              | 28,10            | 22,62    | 71,58      | 640,60                        | 0,27     | 92,34 | 0,21  | 5,24  | 0,06   | 0,29   | 70,79  | 270,01 | 4,59   | 114,34 | 1 156,               | 16,46  | 0,13  | 0,02   |     |      |  |  |  |  |            |                  |

12 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |          |              | Энергетическая ценность, ккал | Витамины |       |       |       |        |        |        |        |        |        |        | Минеральные вещества |       |        |        |        |        |        |        |        |        |        | № рецеп-туры | Сборник рецептур |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |
|--------------------------------|--------------|------------------|----------|--------------|-------------------------------|----------|-------|-------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|----------------------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------------|------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
|                                |              | Жиры, г          | Белки, г | Углевод Ы, г |                               | В1, мг   | С, мг | А, мг | Е, мг | Д, мкг | В2, мг | В9, мг | Р, мг  | Fe, мг | Ca, мг | К, мг  | І, мкг               | F, мг | Se, мг | Мg, мг | Мn, мг | Na, мг | Кl, мг | Сu, мг | Сr, мг | Сo, мг | Сi, мг |              |                  | Сb, мг | Сd, мг | Сe, мг | Сf, мг | Сg, мг | Сh, мг | Сi, мг | Сj, мг | Сk, мг | Сl, мг | Сm, мг | Сn, мг | Сo, мг |
| <b>Обед</b>                    |              |                  |          |              |                               |          |       |       |       |        |        |        |        |        |        |        |                      |       |        |        |        |        |        |        |        |        |        |              |                  |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ    | 60           | 3,09             | 0,60     | 5,32         | 52,34                         | 0,02     | 2,08  | 0,88  | 1,61  | 0,00   | 0,03   | 16,01  | 23,16  | 0,66   | 22,14  | 121,40 | 2,44                 | 0,02  | 0,00   | 0,00   | 71     | 1997   |        |        |        |        |        |              |                  |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ                | 150          | 4,05             | 3,01     | 10,77        | 93,49                         | 0,04     | 27,02 | 0,07  | 1,85  | 0,00   | 0,06   | 26,09  | 49,28  | 1,52   | 70,12  | 328,80 | 5,26                 | 0,02  | 0,00   | 0,00   | 321    | 2011   |        |        |        |        |        |              |                  |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |
| ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ            | 50/50        | 10,26            | 7,92     | 8,83         | 159,53                        | 0,03     | 0,19  | 0,00  | 3,09  | 0,00   | 0,06   | 13,59  | 69,88  | 0,60   | 12,05  | 148,63 | 3,05                 | 0,02  | 0,00   | 0,00   | 280    | 2011   |        |        |        |        |        |              |                  |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |
| ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ        | 165/10/5     | 0,00             | 0,14     | 10,03        | 41,55                         | 0,00     | 0,82  | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,01   | 4,27   | 4,70   | 0,42   | 12,11  | 21,44  | 0,00                 | 0,00  | 0,00   | 0,00   | 377    | 2011   |        |        |        |        |        |              |                  |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |
| ХЛЕБ РУЖАНОЙ                   | 20           | 0,18             | 1,32     | 8,46         | 40,79                         | 0,04     | 0,00  | 0,00  | 0,44  | 0,00   | 0,02   | 3,80   | 17,40  | 0,80   | 3,60   | 27,20  | 1,12                 | 0,00  | 0,00   | 0,00   |        | 2008   |        |        |        |        |        |              |                  |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                 | 30           | 0,19             | 2,29     | 15,05        | 71,05                         | 0,05     | 0,00  | 0,00  | 0,59  | 0,00   | 0,02   | 9,90   | 25,20  | 0,60   | 6,90   | 38,70  | 0,00                 | 0,00  | 0,00   | 0,00   |        | 2008   |        |        |        |        |        |              |                  |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |
| Итого за прием пищи:           | 560          | 17,79            | 15,28    | 58,48        | 458,75                        | 0,18     | 30,11 | 0,95  | 7,58  | 0,00   | 0,20   | 72,66  | 189,62 | 4,60   | 126,92 | 686,17 | 11,87                | 0,06  | 0,00   | 0,00   |        |        |        |        |        |        |        |              |                  |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |
| Всего за день:                 |              | 17,79            | 15,28    | 58,48        | 458,75                        | 0,18     | 30,11 | 0,95  | 7,58  | 0,00   | 0,20   | 72,66  | 189,62 | 4,60   | 126,92 | 686,17 | 11,87                | 0,06  | 0,00   | 0,00   |        |        |        |        |        |        |        |              |                  |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |

Утверждаю

Директор

/Валеев Ильдус Ирекович/

## ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 47 САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ

### 1. ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ

Настоящая технико-технологическая карта распространяется на блюдо "САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ", вырабатываемое и реализуемое ООО "Гарант продукт+".

### 2. ТРЕБОВАНИЯ К СЫРЬЮ

Продовольственное сырье, пищевые продукты и полуфабрикаты, используемые для приготовления блюда "САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ", должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество (декларация соответствия и пр.).

### 3. РЕЦЕПТУРА

| Наименование сырья и продуктов    | Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г |       | Расход сырья и продуктов на 100 порций, кг |       |
|-----------------------------------|---|-------|--|-------|
|                                   | брутто                                  | нетто | брутто                                     | нетто |
| КАПУСТА КВАШЕНАЯ                  | 50,6                                    | 50,6  | 5,06                                       | 5,06  |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 2,6                                     | 2,6   | 0,26                                       | 0,26  |
| САХАР ПЕСОК                       | 1,5                                     | 1,5   | 0,15                                       | 0,15  |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                      | 6,1                                     | 5,1   | 0,61                                       | 0,51  |
| <b>Выход: 60</b>                  |   |       |  |       |

### 4. ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Подготовка сырья производится в соответствии с рекомендациями сборника "Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.", санитарных норм и правил и технологическими рекомендациями для импортного сырья.

Квашеную капусту перебирают, крупные части измельчают, затем добавляют шинкованный репчатый , сахар и заправляют растительным маслом.

### 5. ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ, РЕАЛИЗАЦИИ И ХРАНЕНИЮ

Срок хранения до реализации - не более 1 часа.

Срок реализации согласно СанПиН 2.3/2.4.3590-20 - не более 2 часов с момента приготовления.

### 6. ПОКАЗАТЕЛИ КАЧЕСТВА И БЕЗОПАСНОСТИ

#### 6.1. Органолептические показатели качества:

Внешний вид: салат уложен горкой. Поверхность блестит от растительного масла, лук зеленый мелко нашинкован, лук репчатый - полукольцами.

Консистенция: хрустящая, сочная.

Цвет: белый со слегка темноватым оттенком.

Вкус: квашеной капусты, приятно-кисловатый со слегка ощутимой сладостью. Умеренно соленый.

Запах: свойственный квашеной капусте в смеси с растительным маслом.

6.2. Микробиологические показатели безопасности блюда, должны соответствовать требованиям ТР ТС 021/2011, приложения 1, 2. Показатели качества и безопасности: физико-химические показатели, содержание токсичных элементов, антибиотиков, нитратов, пестицидов, микотоксинов, радионуклидов и др. должны соответствовать требованиям ТР ТС 021/2011, приложение 3.

### 7. ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:**

|                               |       |        |       |        |        |
|-------------------------------|-------|--------|-------|--------|--------|
| Жиры, г                       | 2,66  | В1, мг | 0,01  | Mg, мг | 8,74   |
| Белки, г                      | 0,98  | С, мг  | 15,38 | P, мг  | 18,40  |
| Углеводы, г                   | 3,43  | A, мг  | 0,00  | Fe, мг | 0,35   |
| Энергетическая ценность, ккал | 43,03 | E, мг  | 1,10  | Ca, мг | 25,74  |
|                               |       | D, мкг | 0,00  | K, мг  | 160,78 |
|                               |       | B2, мг | 0,01  | I, мкг | 1,67   |
|                               |       |        |       | F, мг  | 0,01   |
|                               |       |        |       | Se, мг | 0,00   |

Утверждаю

Директор

/Валеев Ильдус Ирекович/

**ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 254**  
**СОСИСКИ МУСУЛЬМАНСКИЕ (ХАЛЯЛЬ) ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ**

**1. ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ**

Настоящая технико-технологическая карта распространяется на блюдо " СОСИСКИ МУСУЛЬМАНСКИЕ (ХАЛЯЛЬ) ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ", вырабатываемое и реализуемое ООО "Гарант продукт+".

**2. ТРЕБОВАНИЯ К СЫРЬЮ**

Продовольственное сырье, пищевые продукты и полуфабрикаты, используемые для приготовления блюда " СОСИСКИ МУСУЛЬМАНСКИЕ (ХАЛЯЛЬ) ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ", должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество (декларация соответствия и пр.).

**3. РЕЦЕПТУРА**

| Наименование сырья и продуктов    | Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г |       | Расход сырья и продуктов на 100 порций, кг |       |
|-----------------------------------|---|-------|--|-------|
|                                   | брутто                                  | нетто | брутто                                     | нетто |
| СОУС ТОМАТНЫЙ №348                |   | 25    |  | 2,5   |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                     | 25                                      | 25    | 2,5  | 2,5   |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 1,3                                     | 1,3   | 0,13                                       | 0,13  |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ          | 1,2                                     | 1,2   | 0,12                                       | 0,12  |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                    | 2,5                                     | 2,5   | 0,25                                       | 0,25  |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                 | 0,3                                     | 0,3   | 0,03                                       | 0,03  |
| СОСИСКИ МУСУЛЬМАНСКИЕ (ХАЛЯЛЬ)    | 75                                      | 74,9  | 7,5  | 7,49  |
| <b>Выход: 75/25</b>               |   |       |  |       |

**4. ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС**

Подготовка сырья производится в соответствии с рекомендациями сборника "Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.", санитарных норм и правил и технологическими рекомендациями для импортного сырья.

Сосиски (искусственную оболочку с сосисок предварительно снимают) кладут в кипящую воду, доводят до кипения и варят при слабом кипении: сосиски — 3-5 мин. Во избежание повреждения натуральной оболочки и ухудшения вкуса сосиски не следует хранить в горячей воде.

соус томатный №348

Томатную пасту разводят водой в соотношении 1:1. Готовят белый соус.

В конце варки добавляют соль. Готовый соус процеживают и доводят до кипения. Соус томатный служит основой для приготовления производных соусов. При использовании его как самостоятельного соуса заправляют лимонной кислотой (0,03 г) и маслом (1,5 г)

**5. ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ, РЕАЛИЗАЦИИ И ХРАНЕНИЮ**

Гарниры — каши рассыпчатые и вязкие, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные, капуста тушеная.

Соусы — томатный.

Оптимальная температура подачи 65° С.

Срок хранения до реализации - не более 1 часа.

Срок реализации согласно СанПиН 2.3/2.4.3590-20 - не более 2 часов с момента приготовления.

**6. ПОКАЗАТЕЛИ КАЧЕСТВА И БЕЗОПАСНОСТИ**

6.1. Органолептические показатели качества:

- Внешний вид — на тарелке уложены 1-2 сосиски, рядом — гарнир;
- цвет сосисок — от сероватого до светло-розового, соуса — оранжево-красный (томатный) или коричнево-красноватый (красный основной);
- вкус, запах — характерные для вареных сосисок;
- консистенция — мягкая, упругая.

6.2. Микробиологические показатели безопасности блюда, должны соответствовать требованиям ТР ТС 021/2011, приложения 1, 2. Показатели качества и безопасности: физико-химические показатели, содержание токсичных элементов, антибиотиков, нитратов, пестицидов, микотоксинов, радионуклидов и др. должны соответствовать требованиям ТР ТС 021/2011, приложение 3.

**7. ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ**

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:**

|         |       |        |      |        |       |
|---------|-------|--------|------|--------|-------|
| Жиры, г | 18,64 | В1, мг | 0,11 | Mg, мг | 15,07 |
|---------|-------|--------|------|--------|-------|