



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
Выход: 60				

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
Белки, г	0,98
Углеводы, г	3,43
Энергетическая ценность, ккал	43,03

B1, мг	0,01
C, мг	15,38
A, мг	0,00
E, мг	1,10
D, мкг	0,00
B2, мг	0,01

Mg, мг	8,74
P, мг	18,40
Fe, мг	0,35
Ca, мг	25,74
K, мг	160,78
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
Выход: 75/25				

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 соус 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
---------	-------	--------	------	--------	-------

Согласовано

Руководитель учреждения _____

МЕНЮ
Для обучающихся 1-4 классов общеобразовательных организаций РТ

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										не рецен-тируе-тся	Сборник рецептур
		Жиры, г	Белки, г	Углевод, г, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Ca, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг								
Обед																											
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	0,01	203	2011					
	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	0,01	280	2008					
ГУЛШ ИЗ КУРИНЫХ ГРУДОК	150/40/1	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	0,00	378	2011					
ЧАЙ С МОЛОКОМ И С САХАРОМ	0																					2008					
	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	0,00							
ХЛЕБ РЖАНОЙ	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					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	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	0,00		2008					
ЯБЛОКО	685	16,28	28,89	94,15	639,93	0,30	16,09	13,11	6,28	0,40	0,24	80,93	281,52	7,35	161,79	885,87	17,03	0,05	0,02	0,02							
		16,28	28,89	94,15	639,93	0,30	16,09	13,11	6,28	0,40	0,24	80,93	281,52	7,35	161,79	885,87	17,03	0,05	0,02	0,02							
Итого за прием пищи:																											
Всего за день:																											



Директор ООО "Гарант" _____
И.Е. Бареев

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	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг				
Обед																							
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ	60	3,65	0,85	4,97	56,07	0,01	2,33	0,00	1,59	0,00	0,02	11,52	22,60	0,73	19,38	167,62	4,07	0,01	0,00	33	2012		
ПЮШ 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 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	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	Витамины								Минеральные вещества								№ рецеп-тур	Сборник рецептур
		Жиры, г	Белки, г	Углевод б, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	Ca, мг	К, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг				
Обед																							
САЛАТ ИЗ БЕЛОКУЧАНОЙ 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	5,89	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		
ФРИКАДЕЛКИ В СОУСЕ	50/50	10,28	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	280	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	4,28	4,70	0,42	12,13	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		2008		
Итого за прием пищи:	565	18,40	18,49	83,98	576,98	0,20	10,62	0,02	6,68	0,08	0,15	50,59	177,73	3,97	89,34	404,40	6,95	0,03	0,01				
Всего за день:	-	18,40	18,49	83,98	576,98	0,20	10,62	0,02	6,68	0,08	0,15	50,59	177,73	3,97	89,34	404,40	6,95	0,03	0,01				

4 День

Прiem пици, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Жиры, г	Белки, г	Углевод, г, 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								
Обед																											
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	3,65	0,85	4,97	56,07	0,01	2,33	0,00	1,59	0,00	0,02	11,52	22,60	0,73	19,38	167,62	4,07	0,01	0,00	33	2012						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗАКА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	5,18	4,54	20,54	146,82	0,12	0,00	0,02	2,57	0,08	0,06	67,96	101,01	2,38	16,92	141,84	1,42	0,01	0,00	324	2008						
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ 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	18,56	123,28	2,89	0,00	0,01	295	2011						
ЧАЙ С САХАРОМ	199/5	0,00	0,10	5,04	20,55	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,01	3,73	3,71	0,37	10,19	13,13	0,00	0,00	0,00	376	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						
ЯБЛОКО	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		2008						
Итого за прием пици:	685	18,71	20,57	76,71	558,60	0,32	14,35	6,45	9,24	0,26	0,19	122,87	272,10	8,78	94,75	845,37	11,90	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	94,75	845,37	11,90	0,03	0,01								

5 день

5 день															Минеральные вещества										№ рецеп-туры
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества									
		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	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг						
																				Обед					
	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					
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	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					
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	60/40	8,67	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					
КОТЛЕТА МЯСНАЯ С СОУСОМ	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					
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	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						
ХЛЕБ РЖАНОЙ	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						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ																									
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								№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Жиры, г	Белки, г	Углевода, г		С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Ca, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг					
Обед																							
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	1997		
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 РУБЕНЫЕ 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	18,56	123,28	2,89	0,00	0,01	296	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				
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	36,70	0,00	0,00	0,00		2008		
Итого за прием пищи:	560	19,56	34,10	86,71	659,39	0,62	2,60	7,34	12,33	0,24	0,31	124,78	383,92	8,30	228,13	1 003,54	19,12	0,04	0,01				
Всего за день:		19,56	34,10	86,71	659,39	0,62	2,60	7,34	12,33	0,24	0,31	124,78	383,92	8,30	228,13	1 003,54	19,12	0,04	0,01				

7 День

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		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							
Обед																										
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОУЩАННОЙ 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					
	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					
СОСИСКИ МУСУЛЬМАНСКИЕ (ХАЛДЫ) ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	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					
ЧАЙ С МОЛОКОМ И С САХАРОМ	0																				2008					
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					
БЕЛКО	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		2008					
	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							
Итого за прием пищи:																										
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-туры	Сборник рецептур			
		Жиры, г	Белки, г		Углевод, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Ca, мг	K, мг			I, мкг	F, 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	0,02	11,52	22,60	0,73	19,38	167,62	4,07	0,01	0,00	33	2012
КАША ГРЕЧЕВАЯ СО СЛОПЧАТАЯ	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
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
ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	185/105	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	12,10	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	86,19	598,40	0,38	4,16	0,03	9,63	0,04	0,27	177,82	356,62	8,15	81,42	744,69	11,61	0,05	0,00		
Всего за день:		17,10	22,77	86,19	598,40	0,38	4,16	0,03	9,63	0,04	0,27	177,82	356,62	8,15	81,42	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, 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								
Обед																											
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							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	0,58	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
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	1 147,67	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	1 147,67	24,37	0,07	0,01								

10 день

Принем 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	A, мг	E, мг	D, мкг	B2, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Ca, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг				
Обед																							
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ	60	3,65	0,85	4,97	56,07	0,01	2,33	0,00	1,59	0,00	0,02	11,52	22,60	0,73	19,38	167,62	4,07	0,01	0,00	33	2012		
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	160/5	4,70	5,91	37,79	217,26	0,07	0,00	0,02	1,27	0,08	0,02	11,35	45,81	1,07	31,81	69,65	1,19	0,01	0,01	203	2011		
ФРИКАДЕЛЬНИ 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	19,43	83,68	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	0,01	3,73	3,71	0,37	10,19	13,13	0,00	0,00	0,00	376	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		
РЯБЛОКО	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	14,87	17,74	87,10	555,32	0,25	15,37	0,05	7,06	0,16	0,16	69,33	211,60	6,86	115,18	845,39	62,23	0,23	0,02				
Всего за день:		14,87	17,74	87,10	555,32	0,25	15,37	0,05	7,06	0,16	0,16	69,33	211,60	6,86	115,18	845,39	62,23	0,23	0,02				

11 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины							Минеральные вещества							№ рецептур	Сборник рецептур	
		Жиры, г	Белки, г		Углевод, б/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
Обед																					
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	248,48	0,04	0,56	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 ЦИТРУСОВИКА	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	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	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	1 156,65	16,46	0,13	0,02	0,02	
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	1 156,65	16,46	0,13	0,02	0,02	

12 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	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг								
Обед																											
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	1997						
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	4,05	3,01	10,77	93,49	0,04	27,02	0,07	1,85	0,00	0,06	25,09	49,28	1,52	70,12	328,80	5,26	0,02	0,00	321	2011						
ОРИЗАДЕЛЬКИ В СОУСЕ	50/50	10,28	7,92	8,83	158,53	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	280	2011						
ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	165/105	0,00	0,14	10,03	41,55	0,00	0,82	0,00	0,00	0,00	0,01	4,28	4,70	0,42	12,13	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		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	72,67	189,62	4,60	126,94	686,17	11,87	0,06	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	72,67	189,62	4,60	126,94	686,17	11,87	0,06	0,00								