



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	59	59	5,9	5,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,3	0,3
САХАР ПЕСОК	1,8	1,8	0,18	0,18
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,71	0,6
Выход: 70				

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	3,07
Белки, г	1,14
Углеводы, г	4,05
Энергетическая ценность, ккал	50,11

B1, мг	0,01
C, мг	17,94
A, мг	0,00
E, мг	1,27
D, мкг	0,00
B2, мг	0,01

Mg, мг	10,20
P, мг	21,48
Fe, мг	0,40
Ca, мг	30,03
K, мг	187,55
I, мкг	1,95
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
---------	-------	--------	------	--------	-------



Утверждаю

Директор

Валеев Ильдус Ирекович/

ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 104 ГП СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ

1. ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ

Настоящая технико-технологическая карта распространяется на блюдо " СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ", вырабатываемое и реализуемое ООО "Гарант продукт+".

2. ТРЕБОВАНИЯ К СЫРЬЮ

Продовольственное сырье, пищевые продукты и полуфабрикаты, используемые для приготовления блюда " СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ", 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
КАРТОФЕЛЬ				
с 01.01 по 29.02	62,15	40,4	6,22	4,04
с 01.03 по 31.07	67,33	40,4	6,73	4,04
с 01.08 по 31.08	50,5	40,4	5,05	4,04
с 01.09 по 31.10	53,87	40,4	5,39	4,04
с 01.11 по 31.12	57,71	40,4	5,77	4,04
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	16,2	16,2	1,62	1,62
МОРКОВЬ				
с 01.01 по 31.08	10	7,5	1	0,75
с 01.09 по 31.12	9,38	7,5	0,94	0,75
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,93	7,5	0,89	0,75
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,3	0,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,6	1,6	0,16	0,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	170	170	17	17
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ		12		1,2
ПОЛУФАБР.ГОВЯД.КОТЛЕТН.МЯСО	9,1	9,1	0,91	0,91
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	1,8	1,8	0,18	0,18
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,5	2,5	0,25	0,25
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,4	1,2	0,14	0,12
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,05	0,05
Выход: 200/12				

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.: Делли принт, 2011.-544с.", санитарных норм и правил и технологическими рекомендациями для импортного сырья.

Картофель нарезают крупными кубиками, морковь нарезают мелкими кубиками, лук мелко рубят. Подготовленный горох кладут в бульон или воду, доводят до кипения, добавляют картофель, слегка пассерованные или припущенные морковь и лук и варят до готовности.

Масса гороха лушеного на 1000 г супа - 80 г.

Примечание:

1. Нормы закладки основных овощей (картофеля, капусты, свеклы и т.п.), указанные в рецептурах, могут быть изменены (увеличены или уменьшены), но не более чем на 10-15% при условии сохранения общей массы закладываемых овощей.
3. Норма для всех супов, кроме молочных, лаврового листа - 0,04 г, соли - 6-10 г на 1000 г супа. Лавровый лист и соль кладут в суп за 5-10 мин до окончания варки.
4. Морковь, лук, томатное пюре перед закладкой в заправочные супы слегка пассеруют или припускают. Это улучшает вкусовые качества и внешний вид супа. Пассерование не должно быть продолжительным, перегрев жира не допускается. Корень петрушки следует класть в суп в сыром виде за 20-25 мин до окончания варки. Сладкий перец мелко шинкуют и закладывают в суп в слегка пассерованном или сыром виде.
5. Слабая пассеровка овощей производится с добавлением соли и сахара в количестве 2-3% к массе овощей. Время слабого пассерования овощей уменьшается в 2 раза.
6. При отпуске горячие супы должны иметь температуру 75-80 °С

фрикадельки мясные

Котлетное мясо с добавлением сырого репчатого лука измельчают дважды на мясорубке, разделяют в виде шариков массой 10-12 г. Фрикадельки варят на пару 20-25 мин или припускают в сотейнике под крышкой 15-20 мин

В случае отсутствия необходимого соуса или гарнира в текущем справочнике 2012 года, используйте "Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Делли принт, 2011." - рецепты обоих справочников одинаковы.

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: картофель и овощи нарезаны кубиками, сохранили форму нарезки (не разрезаны и не помяты), горох (кроме лушеного) - в виде целых, неразваренных зерен. Фрикадельки одинакового размера.

Консистенция: картофель - мягкие; горох лушенный - пюреобразный, соблюдается соотношение жидкой и плотной частей супа; фрикадельки - упругие, сочные.

Цвет: бульона - светло-желтый (горчиный) - супа горохового;

Вкус: умеренно соленый, свойственный гороху.

Запах: продуктов, входящих в суп

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	4,18
Белки, г	6,33
Углеводы, г	15,89
Энергетическая ценность, ккал	126,42

B1, мг	0,15
C, мг	3,73
A, мг	0,15
E, мг	2,88
D, мкг	0,00
B2, мг	0,07

Mg, мг	29,28
P, мг	78,54
Fe, мг	1,73
Ca, мг	37,48
K, мг	410,40
I, мкг	4,54
F, мг	0,02
Se, мг	0,00

Согласовано

Руководитель учреждения _____

МЕНЮ (44,20 Рубля)

1 день

Директор ООО "Татарстан-Казань" _____
Иванов Иван Иванович



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										Сборник рецептов																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																												
		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	К, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг		І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг	І, мг

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										№ рецеп-туры	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	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг								
Обед																											
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	70	4,26	0,99	5,80	65,42	0,01	2,72	0,00	1,86	0,00	0,02	13,44	26,36	0,86	22,61	195,55	4,75	0,01	0,00	33	2012						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	170	4,54	5,14	23,23	154,20	0,14	0,00	0,02	2,88	0,06	0,07	76,96	114,13	2,70	19,00	160,37	1,61	0,01	0,00	324	2008						
МЯСНЫЕ ФРИКАДЕЛКИ В СОУСЕ	100	10,09	7,90	8,70	157,13	0,03	0,19	0,00	3,01	0,00	0,06	13,56	69,73	0,60	12,01	148,39	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	4,27	4,70	0,42	12,11	21,44	0,00	0,00	0,00	377	2011						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,12	1,53	10,04	47,36	0,03	0,00	0,00	0,39	0,00	0,01	6,60	16,80	0,40	4,60	25,80	0,00	0,00	0,00		2008						
ХЛЕБ РУЖАНОЙ	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						
Итого за прием пищи:	580	19,19	17,02	66,28	506,45	0,25	3,73	0,02	8,58	0,06	0,19	118,63	249,12	5,78	73,93	578,75	10,53	0,04	0,00								
Всего за день:		19,19	17,02	66,28	506,45	0,25	3,73	0,02	8,58	0,06	0,19	118,63	249,12	5,78	73,93	578,75	10,53	0,04	0,00								

3 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 БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	70	3,56	1,09	4,64	55,57	0,01	11,21	0,00	1,51	0,00	0,02	9,04	17,45	0,56	27,26	115,33	1,87	0,01	0,00	35	2008			
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	170	4,51	6,46	39,48	224,46	0,11	0,00	0,00	1,55	0,00	0,04	27,90	64,21	1,15	37,78	107,25	0,40	0,01	0,01	202,1	2011			
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ 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	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	10,18	13,13	0,00	0,00	0,00	376	2011			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,12	1,53	10,04	47,36	0,03	0,00	0,00	0,39	0,00	0,01	6,60	16,80	0,40	4,60	25,80	0,00	0,00	0,00		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			
Итого за прием пищи:	580	17,40	21,49	78,55	555,55	0,25	11,23	6,42	7,18	0,18	0,14	67,43	208,55	4,54	101,98	411,99	6,28	0,02	0,02					
Всего за день:		17,40	21,49	78,55	555,55	0,25	11,23	6,42	7,18	0,18	0,14	67,43	208,55	4,54	101,98	411,99	6,28	0,02	0,02					

4 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	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Ca, мг	K, мг	I, мкг	F, мг			Se, мг
Обед																					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	70	4,26	0,99	5,80	65,42	0,01	2,72	0,00	1,86	0,00	0,02	13,44	26,36	0,86	22,61	195,55	4,75	0,01	0,00	33	2012
СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/12	4,17	6,30	15,88	126,40	0,15	3,73	0,15	2,88	0,00	0,06	29,27	78,53	1,72	37,45	410,40	4,53	0,03	0,00	104 ГП	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 ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,12	1,53	10,04	47,36	0,03	0,00	0,00	0,39	0,00	0,01	6,60	16,80	0,40	4,60	25,80	0,00	0,00	0,00		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	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
Итого за прием пищи:	522	8,73	10,28	50,23	321,52	0,23	7,27	0,15	5,57	0,00	0,12	57,39	143,79	4,20	80,39	680,39	10,40	0,04	0,00		
Всего за день:		8,73	10,28	50,23	321,52	0,23	7,27	0,15	5,57	0,00	0,12	57,39	143,79	4,20	80,39	680,39	10,40	0,04	0,00		



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	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Ca, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг					
Обед																								
САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	70	3,07	1,14	4,04	50,11	0,01	17,94	0,00	1,27	0,00	0,01	10,20	21,48	0,41	30,03	187,55	1,95	0,01	0,00	47	2011			
ПОРЕ КАРТОВЕЛЬНОЕ	170	4,35	3,51	24,15	150,22	0,14	11,76	0,03	0,23	0,06	0,11	34,01	94,78	1,37	46,97	862,37	9,63	0,04	0,00	312	2011			
СОСИСКИ МУСУЛЬМАНСКИЕ (ХАЛПЫ) 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 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	10,17	13,13	0,00	0,00	0,00	376	2011			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,12	1,53	10,04	47,36	0,03	0,00	0,00	0,39	0,00	0,01	6,60	16,80	0,40	4,60	25,80	0,00	0,00	0,00		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			
Итого за прием пищи:	580	26,36	15,84	53,32	516,35	0,33	30,17	0,04	2,91	0,06	0,26	73,41	264,05	4,63	121,62	1 304,28	12,99	0,05	0,00					
Всего за день:		26,36	15,84	53,32	516,35	0,33	30,17	0,04	2,91	0,06	0,26	73,41	264,05	4,63	121,62	1 304,28	12,99	0,05	0,00					

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Жиры, г	Белки, г	Углевод. в, 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 С ЯБЛОКАМИ	70	3,60	0,70	6,20	61,05	0,03	2,43	1,02	1,88	0,00	0,03	18,66	27,00	0,77	25,81	141,56	2,85	0,03	0,00	71	1997				
СУП КАРТОВЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ С КУРИЦЕЙ	200/12	5,32	3,89	11,51	109,65	0,05	2,10	0,18	1,37	0,00	0,05	16,78	49,15	0,75	28,78	182,67	2,63	0,03	0,00	112	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 ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,12	1,53	10,04	47,36	0,03	0,00	0,00	0,39	0,00	0,01	6,60	16,80	0,40	4,60	25,80	0,00	0,00	0,00		2008				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,18	1,32	8,48	40,79	0,04	0,00	0,00	0,44	0,00	0,02	3,90	17,40	0,60	3,60	27,20	1,12	0,00	0,00						
ХЛЕБ РУКАНОЙ	522	9,22	7,58	46,26	300,40	0,15	5,35	1,20	4,08	0,00	0,12	50,11	115,05	3,14	74,90	398,67	6,60	0,06	0,00						
Итого за прием пищи:																									
Всего за день:		9,22	7,58	46,26	300,40	0,15	5,35	1,20	4,08	0,00	0,12	50,11	115,05	3,14	74,90	398,67	6,60	0,06	0,00						

7 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	Р, мг	Fe, мг	Ca, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг				
Обед																							
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ И МОРКОВЬЮ	60	5,67	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	170	4,51	6,46	39,48	224,46	0,11	0,00	0,00	1,55	0,00	0,04	27,90	64,21	1,15	37,78	107,25	0,40	0,01	0,01	202,1	2011		
КУРИНЫЕ ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ	70/30	3,63	9,81	6,26	95,07	0,04	0,10	6,24	0,95	0,17	0,03	10,13	67,15	0,79	13,46	102,31	2,80	0,00	0,01	297	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 ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,12	1,53	10,04	47,36	0,03	0,00	0,00	0,39	0,00	0,01	6,60	16,80	0,40	4,60	25,80	0,00	0,00	0,00		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		
Итого за прием пищи:	570	14,31	20,05	73,19	500,49	0,24	6,55	6,63	5,99	0,17	0,13	63,60	188,31	3,99	93,02	376,48	6,29	0,02	0,02				
Всего за день:		14,31	20,05	73,19	500,49	0,24	6,55	6,63	5,99	0,17	0,13	63,60	188,31	3,99	93,02	376,48	6,29	0,02	0,02				

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. в, 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	Ғ, мг			Se, мг
Обед																					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	70	4,26	0,99	5,80	65,42	0,01	2,72	0,00	1,86	0,00	0,02	13,44	26,36	0,86	22,61	195,55	4,75	0,01	0,00	33	2012
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ С КУРИЦЕЙ	200/12	5,32	3,89	11,51	109,65	0,05	2,10	0,18	1,37	0,00	0,05	16,78	49,15	0,75	28,78	182,67	2,63	0,03	0,00	112	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	12,07	21,44	0,00	0,00	0,00	377	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,12	1,53	10,04	47,36	0,03	0,00	0,00	0,39	0,00	0,01	6,80	16,80	0,40	4,60	25,80	0,00	0,00	0,00		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
Итого за прием пищи:	522	9,88	7,87	45,86	304,77	0,13	5,64	0,18	4,06	0,00	0,11	44,89	114,41	3,23	71,66	452,66	8,50	0,04	0,00		
Всего за день:		9,88	7,87	45,86	304,77	0,13	5,64	0,18	4,06	0,00	0,11	44,89	114,41	3,23	71,66	452,66	8,50	0,04	0,00		

9 день

Принем 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	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Ca, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг		
Обед																					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	70	0,07	0,86	6,77	31,95	0,03	1,36	1,35	0,43	0,00	0,04	23,22	33,61	0,61	31,21	135,87	3,40	0,03	0,00	41	2012
ГОРОХОВОЕ ПОРЕ	170	5,22	17,60	36,80	264,82	0,48	0,00	0,02	7,28	0,08	0,10	64,69	161,85	5,00	76,78	577,57	4,18	0,02	0,00	199	2011
МАСЛЕННЫЕ ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ	100	10,09	7,90	8,70	157,13	0,03	0,19	0,00	3,01	0,00	0,06	13,56	69,73	0,60	12,01	148,39	3,05	0,02	0,00	280	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	10,17	13,13	0,00	0,00	0,00	376	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,12	1,53	10,04	47,36	0,03	0,00	0,00	0,39	0,00	0,01	6,60	16,80	0,40	4,60	25,80	0,00	0,00	0,00		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
Итого за прием пищи:	580	15,68	29,31	75,83	562,60	0,61	1,57	1,37	11,55	0,08	0,24	115,60	303,10	7,78	138,37	927,96	11,75	0,07	0,00		
Всего за день:		15,68	29,31	75,83	562,60	0,61	1,57	1,37	11,55	0,08	0,24	115,60	303,10	7,78	138,37	927,96	11,75	0,07	0,00		

10 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	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Ca, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг				
Обед																							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	70	4,26	0,99	5,80	65,42	0,01	2,72	0,00	1,86	0,00	0,02	13,44	26,36	0,86	22,61	195,55	4,75	0,01	0,00	33	2012		
РАУ ИЗ ПИЦЦЫ	200	10,92	18,91	19,44	249,27	0,15	9,15	11,83	3,43	0,32	0,13	41,34	173,28	2,28	37,23	781,35	11,35	0,04	0,01	289	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 ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,12	1,53	10,04	47,36	0,03	0,00	0,00	0,39	0,00	0,01	6,60	16,80	0,40	4,60	25,80	0,00	0,00	0,00		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	3,80	27,20	1,12	0,00	0,00		2008		
Итого за прием пищи:	510	15,48	22,89	53,79	444,39	0,23	12,69	11,83	6,12	0,32	0,19	69,45	238,55	4,76	80,15	1 051,34	17,22	0,05	0,01				
Всего за день:		15,48	22,89	53,79	444,39	0,23	12,69	11,83	6,12	0,32	0,19	69,45	238,55	4,76	80,15	1 051,34	17,22	0,05	0,01				

11 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины								Минеральные вещества								№ рецептур	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				
Обед																							
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	70	3,07	1,14	4,04	50,11	0,01	17,94	0,00	1,27	0,00	0,01	10,20	21,48	0,41	30,03	187,55	1,95	0,01	0,00	47	2011		
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	170	4,51	6,46	39,48	224,46	0,11	0,00	0,00	1,55	0,00	0,04	27,90	64,21	1,15	37,78	107,25	0,40	0,01	0,01	202,1	2011		
ГУЛЯШ ИЗ КУРИНЫХ ГРУДОК	60	5,72	10,16	2,11	98,87	0,04	0,58	6,98	1,67	0,19	0,04	9,88	69,44	0,75	12,98	125,54	3,49	0,00	0,01	280	2008		
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	10,17	13,13	0,00	0,00	0,00	376	2011		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,12	1,53	10,04	47,36	0,03	0,00	0,00	0,39	0,00	0,01	6,60	16,80	0,40	4,60	25,80	0,00	0,00	0,00		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		
Итого за прием пищи:	540	13,60	20,71	69,19	482,14	0,23	18,54	6,98	5,32	0,19	0,13	62,11	193,04	3,88	99,16	486,47	6,96	0,02	0,02				
Всего за день:		13,60	20,71	69,19	482,14	0,23	18,54	6,98	5,32	0,19	0,13	62,11	193,04	3,88	99,16	486,47	6,96	0,02	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, 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 С ЯБЛОКАМИ	70	3,60	0,70	6,20	61,05	0,03	2,43	1,02	1,88	0,00	0,03	18,66	27,00	0,77	25,81	141,56	2,85	0,03	0,00	71	1997				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРИНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/12	2,90	4,60	16,72	111,31	0,10	7,68	1,89	1,09	0,05	0,07	26,61	73,96	1,20	28,34	568,22	6,08	0,03	0,00	77	2012				
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 ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,12	1,53	10,04	47,36	0,03	0,00	0,00	0,39	0,00	0,01	6,60	16,80	0,40	4,60	25,80	0,00	0,00	0,00		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				
Итого за прием пищи:	522	6,80	8,29	51,47	302,06	0,20	10,93	2,91	3,80	0,05	0,14	59,95	139,86	3,59	74,48	784,22	10,05	0,06	0,00						
Всего за день:		6,80	8,29	51,47	302,06	0,20	10,93	2,91	3,80	0,05	0,14	59,95	139,86	3,59	74,48	784,22	10,05	0,06	0,00						