

Прием пищи	№ рецептура*	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества, мг/сут						
				белок	жир	углеводы		А,мг/сут	В1,мг/сут	В2,мг/сут	С,мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо		
ПРИЕМ: 1 // ПОЛДНЬ: 1																	
Завтрак (25% от суточной потребности потребления пищевых веществ)	1П	Пирог с яблоками	125	8,5	5,12	19,57	120,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	1П**	Сыр порционный	15	3,48	4,43	0,00	54,00	0,00	0,01	0,05	0,11	17,00	5,35	75,00	0,15		
	ГТК№61	Ванильный соус с ванильным ароматом 170-30	200	14,57	1,65	68,45	304,00	0,00	0,33	0,21	0,19	157,2	47,92	204,63	2,09		
	1П	Батон пшеничный	20	2,30	0,87	17,40	78,60	0,00	0,03	0,00	0,00	5,70	3,90	0,00	0,36		
	201**	Чай с сахаром	200	0,07	0,20	0,01	40,00	0,00	0,00	0,00	0,03	10,94	1,40	2,80	0,32		
			всего порции		исходно: 580г												
			ИТОГО ЗАВТРАК		24,03		23,27	115,23	687,20	39,00	0,27	0,26	0,43	306,56	58,47	279,43	2,83
Обед (35% от суточной потребности потребления пищевых веществ)	45*	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,30	3,75	6,45	60,40	203,75	0,02	0,00	0,00	17,08	24,97	15,08	28,30	0,47	
	ГТК №62	Суп-пюре с грибами 250-25	275	5,42	8,62	12,78	168,86	149,29	0,05	0,04	0,49	27,92	10,44	37,64	0,64		
	ГТК№77	Котлеты из куриного филе	100	18,84	15,72	17,43	260,00	0,00	0,07	0,08	0,62	29,35	64,00	144,00	1,88		
	210**	Пюре картофельное	180	3,67	5,76	24,55	165,80	28,56	0,16	0,13	21,80	44,37	53,30	103,91	1,21		
	1П	Хлеб ржаной-пшеничный	40	3,20	0,48	19,60	88,80	0,00	0,07	0,04	0,00	18,03	18,83	60,28	1,51		
	1П	Хлеб пшеничный	50	3,83	0,45	28,00	125,00	0,00	0,00	0,03	0,00	10,00	7,00	32,50	0,55		
	236**	Компот из свежих плодов (яблоки)	180	0,14	0,14	25,09	102,60	0,00	0,00	0,02	0,81	12,76	4,63	3,96	0,85		
	231**	Чай свежий	100	0,10	0,30	10,30	47,00		0,02	0,02	5,00	19,00	12,00	16,00	2,30		
			всего порции - исх. 800г		10,25												
			ИТОГО ОБЕД		33,90		34,22	143,88	1016,46	351,60	0,39	0,35	45,80	186,47	165,27	426,60	8,89
ПОЛДНИК (15% от суточной потребности потребления пищевых веществ)	143**	Чай отварной	40	1,80	4,00	0,30	56,60	100,00	0,03	0,18	0,00	22,00	5,00	77,00	1,00		
	1*	Бутерброд с маслом сливочным 60-20	80	4,35	13,51	27,50	250,24	73,60	0,06	0,40	0,00	15,46	7,73	41,40	0,65		
	ГТК№78	Напиток из шиповника с сахаром	200	0,60	0,20	18,32	65,22	98,00	0,01	0,04	80,00	11,00	3,00	3,60	0,53		
	231**	Апельсин свежий	110	0,44	0,33	11,33	51,70	0,00	0,03	0,02	5,50	20,90	13,20	17,60	2,33		
			всего порции - исх. 350г		410												
			ИТОГО ПОЛДНИК		10,19		18,04	57,45	423,76	271,60	0,13	0,63	85,50	69,56	28,93	139,00	4,71

Пример меню	№ рецептуры	Наименование блюда	Питательная ценность, г				Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг/сут			
			Масса порции, г	белок	жир	углевод		А, ретинол, мкг	В1, мг	В2, мг	С, мг	Кальций	Магний	Фосфор	Железо
Завтрак (25% от суточной потребности пищевых веществ)															
	54.1.5*	Каша из смеси отрубной	100	1,38	4,80	7,7	76,00	1,15	0,02	0,05	2,80	52,00	18,00	36,00	4,17
	218*	Фруктовый напиток, в сахар 50/50	100	14,39	4,60	2,94	102,60	16,67	0,05	0,05	0,01	18,59	15,67	92,60	0,81
	305*	Рис отваренный	180	4,37	5,16	44,60	339,94	22,08	0,07	0,02	0,00	3,90	22,81	22,72	0,62
	111	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,40	0,36	14,10	66,60	0,00	0,05	0,03	0,00	6,52	14,12	45,21	1,13
	111	Хлеб пшеничный	35	2,68	0,32	19,06	87,50	0,00	0,00	0,02	0,00	7,00	4,96	22,55	0,30
	111	Слив. вассерлигге	180	0,90	0,00	18,00	37,80	0,00	0,01	0,01	3,60	12,60	7,20	12,60	1,26
	231**	Вареники	100	1,40	0,50	21,00	96,00	0,00	0,01	0,05	10,00	8,00	42,00	28,00	0,60
	всего (порция - по меню 350 г)		725	15,44	127,94	706,44	39,88	0,19	0,21	17,41	94,61	124,70	314,34	5,98	
	Итого завтрак														
Обед (35% от суточной потребности пищевых веществ)															
	111	Варя кабачковая	100	1,20	4,72	7,70	77,51	0,02	0,02	0,06	7,50	40,00	15,00	37,50	0,70
	78**	Суп картофельный с горохом	250	5,50	5,28	16,53	147,50	1,15	0,23	0,08	5,85	42,68	35,58	88,10	2,05
	ТТК5683	Говяд. из говядины 50/50	100	15,15	15,68	2,57	291,00	0,00	0,05	0,12	1,78	13,91	20,90	158,42	2,30
	207**	Макарон. отварные с маслом	180	6,62	5,42	51,73	701,60	72,08	0,07	0,00	0,00	5,85	25,34	44,60	1,35
	111	Хлеб ржаной-пшеничный	40	3,20	0,48	19,60	88,80	0,00	0,07	0,04	0,00	18,03	18,85	50,28	1,51
	241**	Котлет. из свейс с соусом	50	3,83	0,45	28,00	125,00	0,00	0,00	0,03	0,00	10,00	7,09	32,50	0,55
	111	Молоко 0,2 % (в индивидуальной упаковке)	180	0,59	0,09	28,80	118,80	0,00	0,02	0,02	0,65	29,23	15,71	21,10	0,61
	всего (порция - по меню 500 г)		1100	6,40	9,40	120,00	0,00	0,00	14,00	2,00	240,00	7,00	18,00	1,00	
	Итого обед														
	Итого полдник														
Ужин (15% от суточной потребности пищевых веществ)															
	ТТК568	Орешки бутерброд с сыром и помидорами	50	8,95	9,60	20,89	254,00	72,90	1,60	0,40	1,08	139,20	7,60	88,20	1,70
	261**	Чай с сахаром	200	0,07	0,70	10,01	40,00	0,00	0,00	0,00	0,03	10,94	1,40	2,80	0,23
	231**	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,00	0,00	0,00	0,03	9,85	1,26	2,52	0,21
	111	Печенье «Антивка»	36	2,00	4,50	17,00	170,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,02
	всего (порция - по меню 350 г)		376	14,70	57,70	461,00	72,90	1,62	0,40	1,14	169,99	10,26	93,52	3,16	
	Итого ужин														

[illegible]

Завтрак (25% от суточной потребности пищевых веществ)														
Пп	Наименование	100	1,20	4,72	7,70	77,51	0,02	0,02	0,06	7,56	40,00	15,00	37,50	0,70
ТТКС667	Копчености Острые	100	12,70	21,70	13,96	298,00	12,67	0,18	0,12	6,67	15,96	20,93	147,76	3,60
207**	Копчености остротные с маслом	180	6,62	5,42	31,73	201,60	22,68	0,07	0,00	0,00	5,83	25,34	44,60	1,33
111	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,40	0,36	14,70	66,60	0,06	0,05	0,03	0,00	13,52	14,12	15,21	1,13
111	Хлеб пшеничный	35	2,68	0,32	19,60	87,50	0,00	0,00	0,02	0,00	7,00	4,90	22,78	0,39
261**	Чай с сахаром	180	0,06	0,18	0,01	36,00	0,00	0,00	0,02	0,00	9,86	1,26	3,57	0,21
		625												
ИТОГО ЗАВТРАК			25,66	32,70	96,70	767,21	64,77	0,32	0,25	8,17	92,17	81,55	296,14	7,36

Обед (35% от суточной потребности пищевых веществ)														
Пп	Наименование	100	2,00	0,33	10,17	52,17	1,20	0,02	0,03	1,92	36,67	11,33	35,00	0,32
108*	Суп картофельный с капустой	250	3,36	4,59	18,79	143,75	21,05	0,01	0,08	5,75	33,40	25,35	72,23	1,18
ТТКС675	Плов из говядины 85/165	250	27,92	28,51	49,50	561,00	32,70	0,11	0,17	2,24	24,25	53,61	298,99	3,51
111	Хлеб ржаной-пшеничный	40	3,20	0,48	19,60	88,80	0,00	0,07	0,04	0,00	18,03	18,83	60,28	1,51
111	Хлеб пшеничный	50	3,83	0,45	28,00	125,00	0,00	0,00	0,03	0,00	10,00	7,00	32,50	0,55
ТТК М6195	Компот из ягод свежемороженных	180	0,27	0,08	11,10	44,17	3,02	0,01	0,01	23,76	9,05	8,40	8,00	0,35
		870												
ИТОГО ОБЕД			40,78	34,44	137,16	1014,89	57,97	0,21	0,37	33,61	131,38	124,52	486,99	7,41

[illegible]

Примечания		№ рецептуры*	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность (г/100 г)			Энергетическая ценность, ккал	Витаминный состав			Минеральное вещество (мг/100 г)			
					белок	жир	углеводы		А, рети экв. су	В1, мг/су	В2, мг/су	С, мг/су	Кальций	Магний	Фосфор
ПЕЧЕНЬЕ 1 ПЕЧЕНЬ: 5															
Обед (35% от суточной потребности пищевых веществ)	75*	Медь свежемолотая	100	2,37	0,10	22,87	185,30	30,92	0,05	1,20	5,67	59,22	60,92	38,13	1,70
	141**	Овес перловый	200	20,19	30,48	3,68	368,00	457,65	0,11	0,69	0,32	149,25	35,20	332,08	3,71
	111	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,60	0,21	9,80	44,40	171,61	0,04	0,26	0,12	50,15	9,45	124,53	1,39
	111	Батон пшеничный	20	2,20	0,87	17,40	78,60	0,00	0,03	0,00	0,00	5,70	3,90	0,00	0,36
	111	Пирожки	34	2,05	5,43	25,16	139,04	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед (35% от суточной потребности пищевых веществ)	264**	Кофейный напиток с молоком	180	2,84	2,41	14,35	45,00	18,00	0,04	0,14	1,17	113,70	12,60	81,00	0,13
	231**	Молоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,00	0,03	0,02	10,00	16,10	9,00	11,00	2,20
	всего (порция - по меню 356 г)			654	37,90	103,05	907,34	678,16	0,28	3,32	17,28	400,00	121,07	578,74	9,48
	ИТОГО ЗАВТРАК			31,65											
Обед (35% от суточной потребности пищевых веществ)	47*	Салат из кипяченой капусты	100	1,7	5	8,45	85,7	0,00	0,02	0,03	19,81	52,58	16,01	33,95	0,67
	72**	Рассольник ленинградский	250	2,02	5,10	12,00	105,00	130,00	0,10	0,05	8,13	29,15	24,18	56,73	0,93
	ТТКС669	Жаркое по-домашнему (свинина) 90-160	250	17,57	42,14	38,52	547,00	0,00	0,29	0,31	36,30	37,25	72,11	358,11	5,30
	111	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,20	0,48	19,60	88,80	0,00	0,07	0,04	0,00	18,03	18,83	60,28	1,51
	111	Хлеб пшеничный	50	3,83	0,45	28,00	125,00	0,00	0,00	0,03	0,00	10,00	7,00	32,50	0,55
Обед (35% от суточной потребности пищевых веществ)	111	Сов. картофель 0,2 в пром. т. с. упаковки	200	1,00	0,00	20,00	42,00	0,00	0,01	0,01	4,00	14,00	8,00	14,00	1,40
	231**	Апельсины свежие	100	0,40	0,30	10,30	47,00	0,00	0,03	0,02	5,00	19,00	12,00	16,00	2,30
	111	Варен. «золотые мяки»	15	0,75	4,50	9,00	79,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	всего (порция - по меню 800 г)			1005	57,97	145,87	1120,00	130,00	0,51	0,50	73,24	186,18	158,12	371,57	12,65
	ИТОГО ОБЕД			30,47											
Обед (35% от суточной потребности пищевых веществ)	ТТКС681	Бутерброд с сыром 60/10 30	100	11,60	16,60	30,46	314,00	118,00	0,08	0,14	0,22	728,10	18,90	192,00	0,98
	262**	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00	0,00	0,00	0,00	2,83	14,70	2,40	4,40	0,36
	111	Молоко 0,2 3,2% (в индивидуальной упаковке)	200	6,00	6,40	9,40	120,00	0,00	0,00	14,00	2,00	240,00	7,00	18,00	1,00
	всего (порция - по меню 356 г)			500	23,02	55,06	496,00	118,00	0,08	14,14	5,05	552,60	28,30	214,40	2,34
	ИТОГО ПОЛДНИК			17,73											

Прием пищи	№ рецептурный		Примечание к посту	Масса порции, г	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность, ккал	Витаминный			Минеральные вещества, мг /сут	
					белок	жир	углеводы		А,мкг /сут	В1,мг /сут	В2,мг /сут		С,мг /сут

ПРИЛОЖЕНИЕ 2 // ПП № 6

Завтрак (25% от суточной потребности пищевых веществ)	147**	Ябло отпарное	40	4.80	4.00	0.50	56.60	100.00	0.03	0.18	0.00	22.00	5.00	7.00	1.00
	182	Батон овсян. молочно-рыбный 200/10	210	3.05	8.20	28.04	211.32	76.25	0.03	0.05	0.00	6.17	21.53	66.42	0.48
	111	Хлеб ржан.-пшеничный	30	2.10	0.36	14.70	66.60	0.00	0.05	0.05	0.00	13.52	14.12	45.21	1.13
	111	Батон пшеничный	40	4.10	1.74	34.80	157.20	0.00	0.06	0.00	0.00	11.40	7.80	0.00	0.72
	262**	Чай с лимоном	200	0.13	0.02	15.20	62.00	0.00	0.00	0.30	2.83	14.20	2.40	4.40	6.50
	231**	Молоко скваш.	100	0.10	0.40	9.80	47.00	0.00	0.03	0.02	10.00	16.00	9.00	11.00	2.30
Итого завтрак	111	Какао в порошке молот.	15	0.75	4.50	9.00	79.50	0.00	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
		всего (порция)	635												
		Итого завтрак		18.93	16.22	121.84	680.22	126.25	0.22	0.26	12.83	83.29	59.85	204.03	5.89

Обед (35% от суточной потребности пищевых веществ)	84-134	Каша из смеси отпарной	100	1.38	4.50	7.7	76.00	1.13	0.02	0.03	3.80	32.00	18.00	36.00	1.17
	108*	Суп картофельный с капустой	250	3.36	4.59	18.79	143.75	21.05	0.01	0.08	5.75	33.40	25.35	72.23	1.18
	111	Рыбные палочки	100	11.16	14.65	16.67	266.00	22.50	0.07	0.16	0.30	24.88	26.62	103.91	0.71
	210**	Пюре картофельное	180	3.67	5.76	24.53	163.80	28.56	0.16	0.13	21.80	44.57	33.30	103.91	1.21
	111	Хлеб ржан.-пшеничный	40	3.20	0.48	19.60	88.80	0.00	0.07	0.04	0.00	18.03	18.83	60.28	1.51
	111	Хлеб пшеничный	50	3.83	0.45	28.00	125.00	0.00	0.00	0.03	0.00	10.00	7.00	32.50	0.55
Итого обед	256**	Компот из свежих яблок (яблочи)	180	0.14	0.14	25.09	102.60	0.00	0.00	0.02	0.81	12.76	4.63	3.96	0.83
		всего (порция)	900												
		Итого обед		26.95	30.57	140.35	965.95	73.24	0.33	0.38	32.46	175.44	133.72	471.08	7.16

Полдник (15% от суточной потребности пищевых веществ)	111	Орешки бутерброд с сыром и помидорами	50	8.95	9.60	20.89	254.00	22.90	1.60	0.40	1.08	149.20	7.60	88.20	1.70
	111	Напиток из шиповника с сахаром	200	0.60	0.20	18.52	65.22	98.00	0.01	0.04	80.00	11.00	3.00	3.00	0.53
	231**	Уксусный соус	110	0.44	0.33	11.33	51.70	0.00	0.03	0.02	5.50	20.90	13.20	17.60	2.53
		всего (порция)	360												
		Итого полдник		9.99	10.13	50.54	370.92	120.90	1.64	0.47	86.58	181.10	23.80	108.80	4.76

Прием пищи	№ рецептур	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамин				Минеральные вещества, мг/сут			
				белок	жир	углеводы		А, ретинол, мкг	В1, мг	В2, мг	С, мг	Кальций	Магний	Фосфор	Железо
Питание 2 и 11 июля 8															
Завтрак (25% от суточной потребности потребления пищевых веществ)	1.1*	Сыр творожный	10	2.32	2.95	0.60	36.00	26.90	0.00	0.05	0.07	88.00	1.50	50.00	0.10
	10**	Молоко с сахаром	8	0.04	3.63	0.07	33.00	70.00	0.00	0.01	0.00	1.20	0.00	1.80	0.01
	1.К. №80	Закуска из творога со сметаной 180/20	200	25.72	19.40	28.78	370.00	61.38	0.07	0.36	0.55	208.80	38.40	329.20	1.14
	1.11	Хлеб ржаной-пшеничный	85	2.00	0.50	13.75	55.50	0.00	0.04	0.03	0.00	11.27	11.77	37.68	0.24
	1.11	Хлеб пшеничный	30	2.50	0.27	16.80	75.00	0.00	0.00	0.02	0.00	6.80	4.20	19.50	0.33
	262**	Чай с сахаром	200	0.13	0.02	15.20	62.00	0.00	0.00	0.00	2.85	14.20	2.40	4.40	0.56
	261**	Молоко с сахаром	200	0.40	0.40	9.80	47.00	0.00	0.00	0.00	2.50	12.78	2.16	3.96	0.36
всего (порция не менее 50г)				370											
ИТОГО ЗАВТРАК				32.91	26.97	84.40	638.50	107.38	0.12	0.44	5.75	402.25	62.43	406.24	3.14
Обед (35% от суточной потребности потребления пищевых веществ)	54.21*	Кукуруза консервированная	100	2.00	0.33	10.17	52.17	1.20	0.02	0.03	1.92	36.67	11.33	55.90	0.32
	Т.К. №62	Суп-пюре с курицей 250/25	275	5.52	8.62	12.78	168.86	119.29	0.05	0.04	0.49	27.92	10.44	37.64	0.64
	318*	Фасоль отварная в соусе 50/50	100	14.29	4.60	2.94	102.60	16.67	0.05	0.05	0.01	18.59	15.67	97.06	0.81
	305**	Рис пропаренный	180	4.37	5.16	44.00	259.94	22.08	0.02	0.02	0.00	2.90	22.81	72.72	0.62
	1.11	Хлеб ржаной-пшеничный	40	3.20	0.48	19.60	88.80	0.00	0.07	0.04	0.00	18.03	18.83	60.28	1.51
	1.11	Хлеб пшеничный	43	3.30	0.39	24.00	107.50	0.00	0.00	0.03	0.00	8.60	6.02	27.95	0.47
	241**	Компот из смеси сухофруктов	180	0.59	0.09	28.80	118.80	0.00	0.02	0.02	0.65	29.23	15.71	21.10	0.61
1.11	Молоко (1/2, 3, 2%) (в индивидуальной упаковке)	260	6.00	6.40	9.40	120.00	0.00	0.00	14.00	2.00	240.00	7.00	18.00	1.00	
всего (порция не менее 50г)				1118											
ИТОГО ОБЕД				39.27	26.07	151.69	998.67	159.24	0.22	14.22	5.06	381.93	102.81	369.75	5.97
ПОЛДНИК (15% от суточной потребности потребления пищевых веществ)	45*	Салат из брокколи с курицей и морковью	100	1.30	3.25	6.45	60.40	203.75	0.02	0.00	17.08	24.97	15.08	28.30	0.47
	Т.К. №77	Котлеты из куриного фарша	100	15.84	15.22	17.13	260.00	0.00	0.07	0.08	0.62	29.33	64.00	144.00	1.38
	1.11	Хлеб ржаной-пшеничный	32	2.56	0.38	15.68	71.00	0.00	0.05	0.03	0.00	14.42	15.06	48.22	1.21
	1.11	Хлеб пшеничный	41	3.15	0.37	22.06	102.50	0.00	0.00	0.03	0.00	8.20	5.74	26.65	0.45
	261**	Чай с сахаром	200	0.07	0.20	10.01	40.00	0.00	0.00	0.00	0.03	10.94	1.40	2.80	0.23
	всего (порция не менее 50г)			473											
	ИТОГО ПОЛДНИК				22.92	19.43	72.23	533.90	203.75	0.14	0.14	17.74	87.87	101.28	249.97

Применение б/ма	№ рецептуры*	Наименование б/ма	Масса порции, г	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамин			Минеральные вещества, мг/г					
				белок	жир	углеводы		А, ретинол, мкг	В1, мг/г	В2, мг/г	С, мг/г	Кальций	Магний	Фосфор	Железо	
ПРИЕМ № 2 ИЛИ № 9																
Завтрак (25% от суточной потребности пищевых веществ)	47*	Суп из говяжьей капусты (100 г говяжьей капусты, 170 г картофеля)	100	1,7	5	8,15	85,7	0,00	0,02	0,03	19,81	52,75	16,01	33,95		
	ТКС№82		280	21,18	14,08	44,67	440,62	0,08	0,14	0,16	2,54	20,14	67,55	219,16		
	П1	Хлеб ржаной-пшеничный	27	2,16	0,32	13,35	59,94	0,00	0,05	0,03	0,00	12,17	12,71	40,69		
	П2	Хлеб пшеничный	35	2,68	0,32	19,60	87,50	0,00	0,00	0,02	0,00	7,06	4,90	22,75		
	261**	Чай с сахаром	180	0,06	0,18	9,01	36,00	0,00	0,00	0,02	0,00	9,86	1,26	2,52		
П3	Молоко 1,2 % жира (в индивидуальном употреблении)	200	6,00	6,40	9,40	120,00	0,00	0,00	14,00	2,00	25,00	7,00	18,00			
всего жиров не более 580г				792				829,76	0,08	0,20	14,26	29,55	341,72	109,43	337,07	8,74
ИТОГО ЗАВТРАК				38,28	26,30	104,36	829,76	0,08	0,20	14,26	29,55	341,72	109,43	337,07	8,74	
Обед (35% от суточной потребности пищевых веществ)	75*	Шпрот светловидная	100	2,37	0,10	22,87	185,70	0,02	0,03	4,20	5,67	59,22	60,92	30,15	1,70	
	66**	Пти из свежей капусты с картофелем (с курицей)250-25	275	1,78	4,95	7,90	87,50	140,25	0,05	0,05	15,78	49,25	22,13	49,00	0,83	
	187**	Телецки мясные (говядина) 65-35	100	8,37	8,72	9,06	149,09	13,00	0,05	0,08	3,11	37,66	16,66	105,49	1,34	
	302*	Каши раскатанная гречневая	180	10,30	7,30	46,36	292,50	0,00	0,24	0,13	0,00	17,78	162,90	244,68	5,47	
	П1	Хлеб ржаной-пшеничный	40	3,20	0,48	19,60	88,80	0,00	0,07	0,04	0,00	18,05	18,83	60,28	1,51	
П2	Хлеб пшеничный	50	3,83	0,45	28,00	125,00	0,00	0,00	0,03	0,00	10,00	7,00	32,50	0,55		
П3	Суп мясной 0,2 в промышленном употреблении	200	1,00	0,00	20,00	42,00	0,00	0,01	0,01	4,00	14,00	8,00	14,00	1,40		
всего жиров не менее 800г/				945				970,19	0,45	4,55	28,55	205,94	296,43	534,08	12,79	
ИТОГО ОБЕД				30,85	22,05	153,79	970,19	184,17	0,45	4,55	28,55	205,94	296,43	534,08	12,79	
ПОДЛИННИК (18% от суточной потребности пищевых веществ)	144**	Омлет из курицы	200	20,19	30,48	3,68	368,00	457,63	0,11	0,69	0,32	149,75	25,20	332,08	3,71	
	П1	Хлеб ржаной-пшеничный	20	1,60	0,24	9,80	44,40	171,61	0,04	0,26	0,12	56,15	9,45	124,53	1,39	
	П2	Хлеб пшеничный	25	1,76	0,21	12,88	57,50	0,00	0,00	0,16	0,00	4,60	3,22	14,95	0,25	
	ТКС№63	Чай с молоком	200	3,64	1,36	8,00	81,00	10,00	0,00	0,00	1,33	33,33	15,40	92,80	0,41	
	П3	Пряники	34	2,05	3,40	25,16	139,04	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
всего жиров не менее 350г/				477				689,94	0,15	1,12	1,77	245,82	53,27	564,36	5,76	
ИТОГО ПОДЛИННИК				29,24	35,68	59,52	689,94	639,24	0,15	1,12	1,77	245,82	53,27	564,36	5,76	

Прием пищи	№ рецептуры*	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность, ккал	Витаминно			Минеральные вещества, мг/г				
				белок	жир	углеводы		А,мг/сут	В1,мг/сут	В2,мг/сут	С,мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо

ПРИЛОЖЕНИЕ 2 // ДИЕТА № 10

Завтрак (25% от суточной потребности пищевых веществ)	1.11	Чай с лимоном	100	1.20	4.72	7.70	77.51	0.02	0.02	0.06	7.50	40.00	15.00	37.50	0.70
	1.12	Колбаса из свиного жира	100	15.84	15.22	17.13	260.00	0.00	0.07	0.08	0.62	29.33	64.00	144.00	1.38
	20.7**	Паштет из печени с маслом	180	6.62	5.42	31.73	201.60	22.08	0.07	0.10	0.00	5.83	25.34	44.60	1.33
	1.11	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2.40	0.76	14.70	66.60	0.00	0.05	0.05	0.00	13.52	14.12	45.21	1.13
	1.11	Хлеб пшеничный	30	2.30	0.27	16.80	75.00	0.00	0.00	0.02	0.00	6.00	4.20	19.50	0.33

1.12	Чай с лимоном	180	0.72	0.18	15.03	60.03	88.20	0.01	0.01	0.05	72.00	11.00	3.00	3.00	0.50
Итого (порция)			620	29.08	26.17	103.10	740.74	110.30	0.22	0.23	80.12	105.69	125.66	293.81	5.37

Обед (35% от суточной потребности пищевых веществ)	1.11	Суп из белокочанной капусты с морковью	170	1.30	3.25	6.45	60.40	203.75	0.02	0.00	17.08	24.97	15.08	28.30	0.47
	78.**	Суп картофельный с фасолью	250	5.50	5.28	16.53	147.50	120.00	0.23	0.08	5.83	42.68	35.58	88.10	2.05
	1.12	Хлеб (говядина) 60/100	250	22.25	17.12	35.90	366.87	125.00	0.03	0.05	6.25	62.75	13.75	75.00	0.25
	1.11	Хлеб ржаной-пшеничный	40	3.20	0.48	19.60	88.80	0.00	0.07	0.04	0.00	18.03	18.83	60.28	1.51
	1.11	Хлеб пшеничный	50	3.83	0.45	28.00	125.00	0.00	0.00	0.03	0.00	16.00	7.00	32.50	0.55

1.11	Компот из ягод, свежемороженых	180	0.27	0.08	11.10	44.17	3.02	0.01	0.01	0.04	23.70	9.03	8.40	8.00	0.35
20.7**	Будничная ершова	50	4.47	4.73	28.20	173.50	23.25	0.06	0.04	0.04	0.90	26.13	16.13	50.11	0.51
Итого ОБЕД			920	40.82	37.39	145.78	1 006.24	475.02	0.41	0.22	55.76	193.58	144.77	342.29	5.68

ПОЛДНИК (15% от суточной потребности пищевых веществ)	1.12	Ванильный соевый соус 170/30	200	14.53	14.65	68.45	394.00	0.00	0.23	0.21	0.19	157.72	47.92	201.63	2.09
	20.7**	Чай с лимоном	200	0.13	0.02	15.20	62.00	0.00	0.00	0.00	2.83	14.20	2.40	4.40	0.36
Итого ПОЛДНИК			400	14.66	14.67	83.65	456.00	0.00	0.23	0.21	3.02	171.92	50.32	206.03	2.45

Примечания				
№ рецептуры*				
Наименование блюда				
Масса порции, г				
Прямая ценность, г	белок			
	жир			
	углеводы			
Энергетическая ценность, ккал				
Адет, кг/сут				
Впитываю	В1, мг/сут			
	В2, мг/сут			
	С, мг/сут			
Минеральные вещества, мг/сут	Кальций			
	Магний			
	Фосфор			
	Железо			

ИЗДАНИЕ: 2 // ДИНА: СУББОТА

[illegible]

Обед (35% от суточной потребности потребления пищевых веществ)														
Зюб*	1 порция консервированный	100	2,88	2,73	5,78	59,20	14,66	0,07	0,03	9,70	23,92	20,18	61,33	0,70
ТГК №62	Курица с соусом 250 г	275	5,52	8,62	12,78	168,86	119,20	0,05	0,04	0,49	27,92	10,44	37,64	0,04
ТГК №67	Котлеты Курица	100	12,70	21,70	13,96	298,00	42,67	0,18	0,12	0,67	15,96	20,93	143,76	0,60
305*	Рис припущенный	180	4,37	5,16	44,00	239,24	22,08	0,02	0,02	0,00	2,90	22,81	72,72	0,62
П11	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,60	0,24	9,80	41,40	0,60	0,02	0,01	0,00	1,61	12,67	40,40	0,40
П11	Хлеб пшеничный	28	2,15	0,25	13,68	70,00	0,60	0,00	0,02	0,00	5,60	3,92	18,20	0,31
П11	Сок яблочный 0,2 в промысловый упаковке	200	1,00	0,00	20,00	42,06	0,00	0,01	0,01	4,00	14,00	8,00	14,00	1,40
П11	Левинье «Аппельс»	26	2,00	4,50	17,00	120,00	0,00	0,02	0,02	3,55	11,67	6,67	11,67	1,02
	весов формула	не исчисл. МНДЗ	979											
	ИТОГО ОБЕДА		32,22	43,19	139,00	1442,40	198,04	0,37	0,26	18,19	103,57	105,61	399,72	8,68

ПОЛДІНІК (15 ⁰⁰ м 07 с/г точкою потреби потребується пишесць внесень)														
1. КРБ68	1. Кривий Бугоррод с сиром и номисторан	50	8.95	9.60	20.89	254.00	72.96	1.60	0.40	1.08	149.20	7.60	88.20	1.76
266***	Квандо с мольном	200	4.08	3.54	17.58	118.00	24.10	0.06	0.18	1.38	152.22	21.34	124.56	0.18
231**	Алессина сляже	122	0.49	0.37	12.57	57.84	0.00	0.04	0.02	6.10	23.18	14.64	19.52	2.81
	всего (показ-на-мисл 2500)	372												
ИТОГО ПОД. ПИШ			13.52	13.51	51.04	429.34	97.30	1.69	0.60	8.76	324.00	43.58	242.28	4.98

СЕЗОН: Зима ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 12 лет и старше ЗАВТРАК

Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность, ккал			Витамины			Минеральные вещества, мг/сут			
белок	жир	углеводы	Энергетическая ценность, ккал	А, рет. экв./сут	В1, мг/сут	В2, мг/сут	С, мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо	
90	92	353	2720	900	1.4	1.6	70	1200	1200	300	18	
<i>Потребность в питательных веществах (учитывая по СибИИ 2.3.2.4.3590.20</i>												
<i>Потребность в питательных веществах, энергия, витаминизированных и минерализованных веществах (заправка — 25% от суточной нормы) по СибИИ 2.3.2.4.3590.20</i>												
22,50	23,00	93,75	680,00	225,00	0,35	0,40	17,50	500,00	500,00	75,00	4,50	
<i>Пример: заправка 25% от суточной потребности (пересчет по индексам веществ) — среднее значение за 10 дней</i>												
25,81	23,73	104,96	752,83	141,79	0,27	1,86	24,71	193,80	114,48	370,05	6,33	

СЕЗОН: Зима ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 12 лет и старше ОБЕД

Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность, ккал			Витамины			Минеральные вещества, мг/сут			
белок	жир	углеводы	Энергетическая ценность, ккал	А, рет. экв./сут	В1, мг/сут	В2, мг/сут	С, мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо	
90	92	353	2720	900	1.4	1.6	70	1200	1200	300	18	
<i>Потребность в питательных веществах (учитывая по СибИИ 2.3.2.4.3590.20</i>												
<i>Потребность в питательных веществах, энергия, витаминизированных и минерализованных веществах (заправка — 35% от суточной нормы) по СибИИ 2.3.2.4.3590.20</i>												
31,50	32,20	114,05	952,00	245,00	0,49	0,56	24,50	420,00	420,00	105,00	6,30	
<i>Пример: заправка 35% от суточной потребности (пересчет по индексам веществ) — среднее значение за 12 дней</i>												
34,50	35,64	141,70	1025,18	201,69	0,41	4,19	56,55	219,13	148,11	447,52	8,95	

СЕЗОН: Зима ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 12 лет и старше ПОЛДНИК

Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность, ккал			Витамины			Минеральные вещества, мг/сут			
белок	жир	углеводы	Энергетическая ценность, ккал	А, рет. экв./сут	В1, мг/сут	В2, мг/сут	С, мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо	
90	92	353	2720	900	1.4	1.6	70	1200	1200	300	18	
<i>Потребность в питательных веществах (учитывая по СибИИ 2.3.2.4.3590.20</i>												
<i>Потребность в питательных веществах, энергия, витаминизированных и минерализованных веществах (заправка — 15% от суточной нормы) по СибИИ 2.3.2.4.3590.20</i>												
16,5	13,8	57,45	408	135	0,21	0,24	10,5	180	180	45	2,7	
<i>Пример: заправка 15% от суточной потребности (пересчет по индексам веществ) — среднее значение за 12 дней</i>												
18,7	16,58	58,4	431,37	134,47	0,51	2,70	19,48	207,00	39,08	180,60	5,73	