

1 день

Сборник рецептур	№ техноло- гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	Витамины									Минеральные вещества						
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		C, мг	A, мкг рет. ЭКВ.	E, мг	D, мкг	B1, мг	B2, мг	B12, мкг	B6, мкг	РР, мг	Фоли- евая кисло- та, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	Zn, мг	I, мкг
Обед																							
1996	110/1996	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/10	2,3	6,2	12,3	160,7	8,7	225,7	2,3	0	0	0	0,1	0,6	11,1	52,5	54,4	26,7	1,3	0,6	6,3	
2003	63/2003	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ МЯСА КУР	10	1,5	1,5	0,8	23,5	0	2,7	0	0	0	0	0	0,4	0,6	4,4	13,8	2,0	0,1	0,1	0,5	
1996	460/1996	БИТОЧКИ ИЛИ КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	13,6	15,7	6,1	212,0	0,6	24,4	2,5	0	0,1	0,1	0,3	0,3	3,7	2,2	37,8	142,1	22,4	1,4	0,9	4,8
2017	142/2017	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ	150	3,5	9,4	24,4	194,1	11,9	171,3	4,0	0	0,2	0,1	0	0,4	1,5	13,2	25,7	86,9	36,0	1,6	0,6	7,6
КОНТР ОТ р.	7 к.о. 2002г	Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)	38	3,0	0,4	19	91,6	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,4	11,5	7,3	26,1	4,8	0,3	0,2	0,5
КОНТР ОТ р.	к.о.2023г	Хлеб ржано-пшеничный(Булка Тавдинская)	38	3,1	0,3	19,5	94,3	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,5	11,8	7,3	26,1	5,6	2,7	0,5	0,5
2003	82/2003	Кисель детский Витошка	200	0	0	24	95	20,1	130	2,3	1,7	0,4	0,4	0,5	0,4	3	120	7,3	0	1,6	0	0	0
Итого за прием пищи:				27,0	33,5	106,1	871,2	41,3	554,1	11,1	1,7	0,9	0,6	0,8	1,2	10,1	170,4	142,3	349,4	99,1	7,4	2,9	20,2
Итого за день:				27,0	33,5	106,1	871,2	41,3	554,1	11,1	1,7	0,9	0,6	0,8	1,2	10,1	170,4	142,3	349,4	99,1	7,4	2,9	20,2

2 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины									Минеральные вещества						
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		C, мг	A, мкг рет. ЭКВ.	E, мг	D, мкг	B1, мг	B2, мг	B12, мкг	B6, мкг	PP, мг	Фолиевая кислота, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	Zn, мг	I, мкг
Обед																							
10006	139/1996	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	2,6	2,4	18,9	107,9	6,6	161,8	1,3	0	0,1	0,1	0	0,2	1,0	9,8	25,1	57,6	23,5	1,1	0,5	4,8
2003	63/2003	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ МЯСА КУР	10	2,2	2,1	0,8	30,4	0,1	4,0	0	0	0	0	0	0,1	0,6	0,8	4,5	19,4	2,7	0,1	0,1	0,7
2003	42/2003	Котлета рыбная "ЛАДА"	90	11,8	10,4	8,6	337,0	1,4	15,4	2,3	0,1	0,1	0,1	0	0,1	1,1	5,5	42,9	184,1	43,0	1,4	0,8	93,6
2017	305/2017	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150	3,5	3,4	34,2	191,5	0	0	0,2	0	0	0	0	0,1	0,6	10	9,9	71,3	24,8	0,5	0,7	0,7
2017	330/2017	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,4	1	1,8	20,8	0	9	0	0	0	0	0	0	0	0,6	8,2	6,1	1,2	0	0	0,7
КОНТР ОТ р.	7 к.о. 2002г	Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)	38	3,0	0,4	19	91,6	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,4	11,5	7,3	26,1	4,8	0,3	0,2	0,5
КОНТР ОТ р.	к.о.2023г	Хлеб ржано-пшеничный(Булка Тавдинская)	38	3,1	0,3	19,5	94,3	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,5	11,8	7,3	26,1	5,6	2,7	0,5	0,5
10006	047/1996	НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,3	0,1	6,2	25,7	20	3,4	0,2	0	0	0	0	0	0,1	1,3	16,4	7,5	8,8	0,3	0	0,3
Всего за прием пищи:				26,9	20,1	109,0	899,2	28,1	193,6	4,0	0,1	0,4	0,2	0	0,5	4,3	51,3	121,6	398,2	114,4	6,4	2,8	101,8
Всего за день:				26,9	20,1	109,0	899,2	28,1	193,6	4,0	0,1	0,4	0,2	0	0,5	4,3	51,3	121,6	398,2	114,4	6,4	2,8	101,8

3 день

Сборник рецептур	№ технологи- ческой карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	Витамины								Минеральные вещества							
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		C, мг	A, мкг рет. экв.	E, мг	D, мкг	B1, мг	B2, мг	B12, мкг	B6, мкг	PP, мг	Фоли- евая кисло- та, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	Zn, мг	I, мкг
Обед																							
1996	138/1996	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	5,7	5,2	18,3	140,3	4,6	201,2	4,1	0	0,3	0	0	0,2	1,0	9,2	37,8	78,7	33,5	2,0	1,0	4,4
2003	63/2003	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ МЯСА КУР	20	4,3	4,3	1,7	61,4	0,2	7,9	0,2	0	0	0	0,1	0,1	1,1	1,5	8,7	38,5	5,4	0,4	0,3	1,3
1996	423/1996	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ С СОУСОМ	90/30	12,0	19,2	15,6	293,7	2,3	118,7	5,9	0	0	0	0,1	0,1	2,8	7,9	28,3	120,2	25,7	1,4	1,6	4,6
1996	482/1996	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,5	5,1	14,3	459,1	32,2	66,6	2,3	0	0,1	0,1	0	0,2	1,1	18,5	81,0	60,3	30,6	1,8	0,8	5,6
КОНТР. ОТ р	7 к.о. 2002г	Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)	38	3,0	0,4	19	91,6	0	0	0	0,1	0	0	0	0,4	11,5	7,3	26,1	4,8	0,3	0,2	0,5	
КОНТР. ОТ р	к.о. 2023г	Хлеб ржано-пшеничный(Булка Тавдинская)	38	3,1	0,3	19,5	94,3	0	0	0	0,1	0	0	0	0,5	11,8	7,3	26,1	5,6	2,7	0,5	0,5	
1997	702/1997	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	1	0	14,6	59,3	0,3	0	0	0	0	0	0	0	0,5	0	37,1	26,3	20,7	0,5	0	0
Итого за прием пищи:				32,6	34,5	103,0	1199,7	39,6	394,4	12,5	0	0,6	0,1	0,2	0,6	7,4	60,4	207,5	376,2	126,3	9,1	4,4	16,9
Итого за день:				32,6	34,5	103,0	1199,7	39,6	394,4	12,5	0	0,6	0,1	0,2	0,6	7,4	60,4	207,5	376,2	126,3	9,1	4,4	16,9

4 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины								Минеральные вещества							
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		C, мг	A, мкг рет. экв.	E, мг	D, мкг	B1, мг	B2, мг	B12, мкг	B6, мкг	PP, мг	Фолиевая кислота, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	Zn, мг	I, мкг
Обед																							
1996	120/1996	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/10	2,2	6,3	9,0	202,4	12,4	217,9	2,2	0	0	0	0,2	0,7	9,5	50,9	49,0	22,9	1,1	0,5	4,8	
2003	63/2003	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ МЯСА КУР	20	3,0	3,1	1,7	45,8	0,1	5,3	0,1	0	0	0	0,1	0,1	0,7	1,3	8,3	27,2	4,1	0,3	0,2	1,0
2017	301/2017	КНЕЛИ ИЗ МЯСА КУР С РИСОМ	90	15,7	18,7	4,8	239,9	0,7	27,4	2,2	0	0,1	0,1	0,4	0,4	4,3	4,2	13,5	133,7	18,1	1,1	1,2	3,5
2017	205/2017	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	150	4,8	7,5	28,5	196,7	2,0	352,8	4,1	0	0,1	0	0	0,1	0,7	10,9	23,0	54,8	18,8	1,2	0,5	2,1
1997	603/1997	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	30	0,3	0,6	2,1	13,8	0,3	43,2	0,3	0	0	0	0	0	0	0,7	4,4	4,8	2,8	0,1	0	0,1
КОНТР.ОТ р	7 к.о. 2002г	Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)	38	3,0	0,4	19	91,6	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,4	11,5	7,3	26,1	4,8	0,3	0,2	0,5
КОНТР.ОТ р	к.о.2023г	Хлеб ржано-пшеничный(Булка Тавдинская)	38	3,1	0,3	19,5	94,3	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,5	11,8	7,3	26,1	5,6	2,7	0,5	0,5
2003	66/2003	НАПИТОК ВИТАМИННЫЙ ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,7	0	8,5	36,9	88	0	0	0	0	0,1	0	0	0,2	0	13,2	1,4	3,2	0,3	0	0
Итого за прием пищи:				32,8	36,9	93,1	921,4	103,5	646,6	8,9	0	0,4	0,2	0,5	0,8	7,5	49,9	127,9	323,1	80,3	7,1	3,1	12,5
Нетто за день:				32,8	36,9	93,1	921,4	103,5	646,6	8,9	0	0,4	0,2	0,5	0,8	7,5	49,9	127,9	323,1	80,3	7,1	3,1	12,5

5 день

Сборник рецептур	№ технологи- ческой карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	Витамины									Минеральные вещества						
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		C, мг	A, мкг рет. экв.	E, мг	D, мкг	B1, мг	B2, мг	B12, мкг	B6, мкг	PP, мг	Фоли- евая кисло- та, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	Zn, мг	I, мкг
Обед																							
1007	174/1997	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ И СО СМЕТАНОЙ	250/10	2,2	6,3	13,2	180,8	8,0	173,3	2,2	0	0	0	0	0,1	0,7	8,7	41,3	51,1	21,4	0,9	0,4	4,0
2003	63/2003	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ МЯСА КУР	15	3,3	3,2	1,3	45,9	0,1	5,9	0,1	0	0	0	0,1	0,1	0,8	1,2	6,9	29,2	4,0	0,2	0,2	1,0
1006	416/1996	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	90	12,8	12,7	6,2	208,4	0,7	12,0	2,4	0	0	0,1	0,1	0,2	3,1	1,9	26,7	133,8	23,7	1,3	1,6	5,0
1006	256	КАША ПЕРЛОВАЯ С ОВОЩАМИ	150	4,7	4,4	31,3	187,1	0,5	72	2,8	0	0,1	0	0	0,2	0,8	13,2	23,3	152,8	20,8	1,0	0,6	0,5
1007	603/1997	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	30	0,3	0,6	2,1	13,8	0,3	43,2	0,3	0	0	0	0	0	0	0,7	4,4	4,8	2,8	0,1	0	0,1
КОНТР.ОТ Р.	7 к.о. 2002г	Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)	38	3,0	0,4	19	91,6	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,4	11,5	7,3	26,1	4,8	0,3	0,2	0,5
КОНТР.ОТ Р.	к.о.2023г	Хлеб ржано-пшеничный(Булка Тавдинская)	38	3,1	0,3	19,5	94,3	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,5	11,8	7,3	26,1	5,6	2,7	0,5	0,5
1007	702/1997	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,4	0	16,6	64,4	0	1	0	0	0	0	0	0	0,1	0	22,7	23,2	9,4	0,5	0	0
Итого за прием пищи:				29,8	27,9	109,2	886,3	9,6	307,4	7,8	0	0,3	0,1	0,2	0,6	6,4	49,0	139,9	447,1	92,5	7,0	3,5	11,6
Чтого за день:				29,8	27,9	109,2	886,3	9,6	307,4	7,8	0	0,3	0,1	0,2	0,6	6,4	49,0	139,9	447,1	92,5	7,0	3,5	11,6

6 день

Вариант циклического предназначения	№ технологи- ческой карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	Витамины								Минеральные вещества							
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		C, мг	A, мкг рет. экв.	E, мг	D, мкг	B1, мг	B2, мг	B12, мкг	B6, мкг	PP, мг	Фоли- евая кисло- та, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	Zn, мг	I, мкг
Обед																							
1996	129/1996	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/10	2,5	6,5	16,2	241,8	6,9	173,8	2,5	0	0,1	0,1	0	0,2	1,0	8,8	49,7	74,6	27,1	1,2	0,3	5,5
7003	63/2003	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ МЯСА КУР	10	2,2	2,1	0,8	30,4	0,1	4,0	0	0	0	0	0	0,1	0,6	0,8	4,5	19,4	2,7	0,1	0,1	0,7
1996	443/1996	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ (260)	260	16,8	19,9	24,9	311,5	13,4	490,6	4,1	0	0,3	0,2	0,3	0,8	5,3	17,3	42,4	205,4	56,0	2,8	1,6	11,4
0010 от р	7 к.о. 2002г	Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)	38	3,0	0,4	19	91,6	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,4	11,5	7,3	26,1	4,8	0,3	0,2	0,5
0010 от р	к.о.2023г	Хлеб ржано-пшеничный(Булка Тавдинская)	38	3,1	0,3	19,5	94,3	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,5	11,8	7,3	26,1	5,6	2,7	0,5	0,5
1996	647/1996	НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,3	0,1	6,2	25,7	20	3,4	0,2	0	0	0	0	0	0,1	1,3	16,4	7,5	8,8	0,3	0	0,3
шт за прием пищи:				27,9	29,3	86,6	795,3	40,4	671,8	6,8	0	0,6	0,3	0,3	1,1	7,9	51,5	127,6	359,1	105,0	7,4	2,7	18,9
шт за день:				27,9	29,3	86,6	795,3	40,4	671,8	6,8	0	0,6	0,3	0,3	1,1	7,9	51,5	127,6	359,1	105,0	7,4	2,7	18,9

7 день

Порядковый номер	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины									Минеральные вещества							
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		C, мг	A, мкг рет. ЭКВ.	E, мг	D, мкг	B1, мг	B2, мг	B12, мкг	B6, мкг	PP, мг	Фолиевая кислота, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	Zn, мг	I, мкг	
Обед																								
1096	138/1996	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	5,7	5,2	18,3	140,3	4,6	201,2	4,1	0	0,3	0	0	0,2	1,0	9,2	37,8	78,7	33,5	2,0	1,0	4,4	
7003	63/2003	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ МЯСА КУР	20	3,0	3,1	1,7	45,8	0,1	5,3	0,1	0	0	0	0	0,1	0,1	0,7	1,3	8,3	27,2	4,1	0,3	0,2	1,0
7003	64/2003	КОЛБАСКИ ВИТАМИННЫЕ	90	15,6	19,6	2,5	237,5	0,9	142,2	3,3	0	0,1	0,1	0,1	0,4	0,4	4,5	3,4	17,7	137,5	20,5	1,4	1,1	3,8
7017	305/2017	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150	3,5	3,4	34,2	191,5	0	0	0,2	0	0	0	0	0,1	0,6	10	9,9	71,3	24,8	0,5	0,7	0,7	0,7
1097	603/1997	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	30	0,3	0,6	2,1	13,8	0,3	43,2	0,3	0	0	0	0	0	0	0,7	4,4	4,8	2,8	0,1	0	0,1	0
НПР.ОТР.	7 к.о. 2002г	Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)	38	3,0	0,4	19	91,6	0	0	0	0,1	0	0	0	0	0,4	11,5	7,3	26,1	4,8	0,3	0,2	0,5	0,5
НПР.ОТР.	к.о.2023г	Хлеб ржано-пшеничный(Булка Тавдинская)	38	3,1	0,3	19,5	94,3	0	0	0	0,1	0	0	0	0	0,5	11,8	7,3	26,1	5,6	2,7	0,5	0,5	0,5
1096	588/1996	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,2	0	44,6	68	2	0	0	0	0,02	0,04	0	0	0,9	0	111	77	30	6	0	0	0
Итого за прием пищи:				36,4	32,6	141,9	882,8	7,9	391,9	8,0	0	0,62	0,14	0,5	0,8	8,6	47,9	203,7	448,7	126,1	13,3	3,7	11,0	
Итого за день:				36,4	32,6	141,9	882,8	7,9	391,9	8,0	0	0,62	0,14	0,5	0,8	8,6	47,9	203,7	448,7	126,1	13,3	3,7	11,0	

8 день

шник штур	№ техноло- гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	Витамины								Минеральные вещества							
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		C, мг	A, мкг рет. экв.	E, мг	D, мкг	B1, мг	B2, мг	B12, мкг	B6, мкг	РР, мг	Фоли- евая кисло- та, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	Zn, мг	I, мкг
Обед																							
808	110/1996	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/10	2,3	6,2	12,1	154,2	8,2	225,6	2,3	0	0	0	0	0,1	0,5	10,8	51,2	53,6	26,3	1,3	0,6	6,2
003	63/2003	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ МЯСА КУР	10	2,2	2,1	0,8	30,4	0,1	4,0	0	0	0	0	0	0,1	0,6	0,8	4,5	19,4	2,7	0,1	0,1	0,7
003	56/2003	ГОЛУБЦЫ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ С СОУСОМ	90/30	9,3	7,3	12,2	271,1	8,7	40,6	1,9	0	0	0,1	0	0,1	1,9	8,1	31,7	96,4	24,9	1,2	2,0	5,1
017	203/2017	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5	5,2	3,3	33,4	193,0	0	0	1,1	0	0,1	0	0	0,1	0,5	10,5	10,6	41,5	7,7	1	0,4	0,8
ПРИ ОТ Р	7 к.о. 2002г	Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)	38	3,0	0,4	19	91,6	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,4	11,5	7,3	26,1	4,8	0,3	0,2	0,5
ПРИ ОТ Р	к.о.2023г	Хлеб ржано-пшеничный(Булка Тавдинская)	38	3,1	0,3	19,5	94,3	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,5	11,8	7,3	26,1	5,6	2,7	0,5	0,5
017	379/2017	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,1	2,4	11,8	80,8	0,5	13,2	0	0	0	0,1	0	0	0,3	0	111,2	87,9	19,1	0,5	0,4	9
Итог прием пищи:				28,2	22,0	108,8	915,4	17,5	283,4	5,3	0	0,3	0,2	0	0,4	4,7	53,5	223,8	351,0	91,1	7,1	4,2	22,8
Итоги день:				28,2	22,0	108,8	915,4	17,5	283,4	5,3	0	0,3	0,2	0	0,4	4,7	53,5	223,8	351,0	91,1	7,1	4,2	22,8

9 день

Нормативный центр	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества						
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		C, мг	A, мкг рет. экв.	E, мг	D, мкг	B1, мг	B2, мг	B12, мкг	B6, мкг	PP, мг	Фолиевая кислота, мкг	Ca, мг	P, мг	Мg, мг	Fe, мг	Zn, мг	I, мкг	
Обед																								
1007	174/1997	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ И СО СМЕТАНОЙ	250/10	2,2	6,3	13,2	180,8	8,0	173,3	2,2	0	0	0	0	0,1	0,7	8,7	41,3	51,1	21,4	0,9	0,4	4,0	
7001	63/2003	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ МЯСА КУР	20	4,4	4,1	1,6	60,8	0,2	7,9	0,2	0	0	0	0,1	0,1	0,1	1,1	1,6	8,8	38,7	5,3	0,4	0,3	1,3
1008	460/1996	БИТОЧКИ ИЛИ КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	13,6	15,7	6,1	212,0	0,6	24,4	2,5	0	0,1	0,1	0,3	0,3	3,7	2,2	37,8	142,1	22,4	1,4	0,9	4,8	
7003	36/2003	РИС ПРИГУЩЕННЫЙ С ОВОЩАМИ	150	3,7	5,1	35,2	209,2	0,5	72	1,1	0	0	0	0	0,1	0,6	11,2	14,1	78,3	27,4	0,6	0,8	1,2	
0111/01 Р	7 к.о. 2002г	Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)	38	3,0	0,4	19	91,6	0	0	0	0,1	0	0	0	0	0,4	11,5	7,3	26,1	4,8	0,3	0,2	0,5	
0111/01 Р	к.о.2023г	Хлеб ржано-пшеничный(Булка Тавдинская)	38	3,1	0,3	19,5	94,3	0	0	0	0,1	0	0	0	0	0,5	11,8	7,3	26,1	5,6	2,7	0,5	0,5	
2003	66/2003	НАПИТОК ВИТАМИННЫЙ ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,7	0	8,5	36,9	88	0	0	0	0,1	0	0	0,2	0	13,2	1,4	3,2	0,3	0	0	0	
всего за прием пищи:				30,7	31,9	103,1	885,6	97,3	277,6	6,0	0	0,3	0,2	0,4	0,6	7,2	47,0	129,8	363,8	90,1	6,6	3,1	12,3	
всего за день:				30,7	31,9	103,1	885,6	97,3	277,6	6,0	0	0,3	0,2	0,4	0,6	7,2	47,0	129,8	363,8	90,1	6,6	3,1	12,3	

10 день

№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	Витамины									Минеральные вещества						
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	А, мкг рет. экв.	Е, мг	Д, мкг	В1, мг	В2, мг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фоли- евая кисло- та, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	Zn, мг	I, мкг
Обед																						
139/1996	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	2,6	2,4	18,9	107,9	6,6	161,8	1,3	0	0,1	0,1	0	0,2	1,0	9,8	25,1	57,6	23,5	1,1	0,5	4,8
63/2003	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ МЯСА КУР	15	3,3	3,2	1,3	45,9	0,1	5,9	0,1	0	0	0	0,1	0,1	0,8	1,2	6,9	29,2	4,0	0,2	0,2	1,0
423/1996	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ С СОУСОМ	90/30	12,0	19,2	15,6	293,7	2,3	118,7	5,9	0	0	0	0,1	0,1	2,8	7,9	28,3	120,2	25,7	1,4	1,6	4,6
463/1996	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,5	5,1	40,2	249,2	0	0	4,7	0	0,2	0,1	0	0,3	2,4	22,7	18,7	190,8	128,9	4,5	1,5	2,3
7 к.о. 2002г	Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)	38	3,0	0,4	19	91,6	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,4	11,5	7,3	26,1	4,8	0,3	0,2	0,5
к.о.2023г	Хлеб ржано-пшеничный(Булка Тавдинская)	38	3,1	0,3	19,5	94,3	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,5	11,8	7,3	26,1	5,6	2,7	0,5	0,5
81/2003	Напиток ВИТОШКА	200	0	0	17	80	20	120	2,34	1,68	0,3	0,34	0,5	0,36	3	120	0	0	0	0	0	0
ИТОГ ПИЩИ:			32,5	30,6	131,5	962,6	29,0	406,4	14,34	1,68	0,8	0,54	0,7	1,06	10,9	184,9	93,6	450,0	192,5	10,2	4,5	13,7
			32,5	30,6	131,5	962,6	29,0	406,4	14,34	1,68	0,8	0,54	0,7	1,06	10,9	184,9	93,6	450,0	192,5	10,2	4,5	13,7

Нормативные документы к рациону питания

1. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. г.Москва 1996г.
2. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. г.Москва 1997г.
3. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания обслуживающих учащихся образовательных учреждений Свердловской области. г. Екатеринбург 2003г.
4. Сборник технико-технологических карт на блюда и кулинарные изделия для предприятий общественного питания в оздоровительных учреждениях в Свердловской области. г.Екатеринбург 2007г.
5. Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. г.Москва 2017г.

Прошито, пронумеровано,
скреплено печатью *Ермакова*

Директор Ермакова Т.А.
ООО «ТКОП»



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 250795864576837559433845704902184217507778640401

Владелец Попова Юлия Витальевна

Действителен С 10.09.2025 по 10.09.2026