

4

2-х недельное для обучающихся 5-11 классов (возрастная категория: с 12 лет и старше) льготной категории Ісмена

Оказание услуг по организации горячего питания обучающихся, получающих начальное общее образование, получающих основное общее и среднее общее образование, для школ Симферопольского района на 2024-2025 учебный год * Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций, Сборник технических нормативов, под редакцией члена-корреспондента Российской Академии Наук В. Р. Кучмы, Москва 2016 г.

* Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях, Сборник технических нормативов, издательство Москва "Дели плюс" 2017 г. (2011 г.), рекомендовано НИИ питания РАМН, руководители разработки сборника Могильный М.П. (ГОУ ВПО ШТУ), Тутельян В.А.(ГУУ НИИ питания РАМН)

эпидемиологическому благополучию населения Первый заместитель исполнительного директора В.И.Тобис, ГУ НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростов НЦ здоровья детей РАМН *Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции для питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, разработанная ГОУ высшего профессионального образования Московский государственный университет прикладной биотехнологии (МГУПБ) И.О. ректора Е.И.Титов, Московский фонд содействия санитарно-Директор В.Р.Кучма, 2006 г *Семидневные меню для основных вариангов стандартных диет оптимизированного состава, применяемых в лечебно-профилактических учреждениях здравоохранения и учреждениях (отделениях) социального обслуживания граждан пожилого возраста и инвалидов: практ. руководство (нормативный документ) / Сост. Б.С.Каганов, А.С. Шарафетдинов, Э.Н.Преображенская и др.- М.:2010.

*СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и MP 2.4.0179-20

*Картотека блюд дистического (лечебного и профилактического питания) оптимизированного состава для детей, Департамента здравоохранения г. Москвы / Сост. д.м.н., профессор Шарафетдинов Х.Х., д.м.н., профессор Конь И.Я., д.м.н. и др.- М.:2011 *Семидневные меню для основных вариантов стандартных диет с использованием блюд оптимизированного состава, применяемых в лечебном питании в медицинских организациях Российской Федерации (практическое руководство для врачей-дистологов, медицинских сестер дистических, специалистов по организации питания в стационарных учреждениях социального обслуживания граждан пожилого возраста и инвалидов, специалистов общественного питания) Тутельян В. А., Гаппаров М.М.Г., 2014г. - с. 459

*Картотека блюд лечебного и рационального питания в учреждениях системы здравоохранения. / Практическое руководство для врачей-дистологов, дистсестер, специалистов общественного питания и заведующих производством. Том 1, 2, М. А. Самсонов, 1995/96 г.

биотехнологии и безопасности пищи, Отраслевой союз развития социального питания, НП СРО «АПСПОЗ» —М.: Издатель Научный центр здоровья детей / Сост. Г.Г. Онищенко, В.А.Тутельян, Д.Б. *Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. / Сборник технических нормативов ФГАУ НЦЗД Минздрава России, ФГБУН ФИЦ Питания, Никитюк, В.В. Чернигов и др.- М.:2022. — 698 с.

Acus !										
				1					N P	
№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г.	белки, г.	жиры, г.	ы г. углеводы, г.	Энергетическая	Вит. С, мг.	Са, мг.	Мg, мг.	Fe, мг.
Завтрак						Hennik ing hadii				
7.30/2014	Икра из кабачков (консервы)	50	080	3.15	3.70	15.40	050	10.50	02.0	0
226/2016	Макароны, запеченные с сыром	200	16.66	19.73	18 00	70.717	000	05,01	20.01	com.
18/2016	Хлеб пшеничный	05	3 80	0.40	24.00	111,01	600	70.087	16,07	1,5/
19/2016	Хлеб ржаной	205	3 30	0,40	15.70	07.00	00.00	11,50	16,50	0,95
420/2016	Чай с сахаром	200	000	00.0	10,70	07.00	000	16.50	05.87	2,25
	Итого завтрак:	250	24.56	23.88	100 07	20,493	0.03	232.07	2,20	0,43
Обец			active.	0010-7	10007	02,70	9,04	37/,50	/0,/1	2,05
70/2015	Овощи натуральные консервированные (огурцы)*	100	0.80	0.10	1.70	13.00	200	23.00	14.00	090
132/2016	Суп картофельный с горохом	250	5.87	5.55	19.27	150.85	11 50	61.25	38.76	250
327/2022	Капуста тушеная с мясом	250	7,31	10.53	17.30	195.43	91 45	108.20	44.25	1 83
349/2017	Компот из смеси сухофруктов	200	1,16	0.30	47,26	196.38	080	5 84	33 00	96.0
18/2016	Хлеб пшеничный	40	3,04	0.32	19.68	94.00	00.0	9.20	13.20	0.76
19/2016	Хлеб ржаной	30	1,98	0.36	10,02	52.20	00.00	06.6	17 10	135
	Итого обед:	870	20,16	17,16	115,23	701.86	108.75	217.39	159.81	8 00
	Beero:	1420	44,72	41,04	216,20	1396,75	117,39	545,25	230,52	13.05
День 2										
		Macca		Пище	Пищевая ценность			-		
ле, рецептура	Наименование блюда	порций, г.	белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.	Энергетическая	Вит. С, мг.	Са, мг.	Мg, мг.	Fe, мг.
Завтрак						HORIOGIB, RRAIL.				
268/2016	Каша рисовая молочная жилкая	250	15,80	8,50	39.50	258.50	14.50	258 90	45.80	1.25
13/2016	Масло сливочное	10	80,0	8,25	80.0	74,80	0.00	1.20	000	0.00
18/2016	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	000	11.50	16.50	0.95
19/2016	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	09.69	00.00	13,20	22.80	1.80
420/2016	Чай с сахаром	200	0,00	00.00	66'9	27,93	0,05	2,69	2,20	0.43
	Итого завтрак:	550	22,32	17,63	84,53	548,33	14,55	287,49	87,30	4,45
Coeff										3
/0/2015	Овощи натуральные консервированные (помидоры*)	100	1,10	0,11	1,60	16,00	10,00	14,00	20,00	06.0
131/2010	Свекольник со сметаной	250	2,34	4,75	17,23	121,34	16,99	44.05	30,49	1.51
TTK	Шницель рубленый куриный с соусом	100	18,59	11,38	15,17	174,90	1,21	1.25	2.04	0.08
TTK	Каша пшеничная	180	8,06	1,44	47.30	246,24	00.00	30,56	87.95	2.46
18/2016	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	00.00	9,20	13,20	0,76
19/2016	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	89'9	34,80	000	09'9	11,40	06.0
457/2016	Компот из ягод	200	0,20	80.0	8,45	36,73	40,00	7,41	6.20	0.28
	Итого обед:	890	34,65	18,32	116,111	724,01	68,20	113,07	171,28	68'9
	Boons									

No.		Macca		Пише	Пищевая ценность					
ere, peueurypa	Наименование блюда	поринй, г.	белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.	Энергетическая	Вит. С, мг.	Ca, Mr.	Мg, мг.	Fe, мг.
Завтрак						ACHIOCIE, ANGIL				,
373/2017	Яблоки, фаршированные творогом	120	13.00	202	23.83	21516	7 23	133 661	22.21	100
12.10/2014	Печенье сахарное	30	200	2 94	22,02	100,000	000	0.70	17,27	2,05
18/2016	Хлеб пшеничный	20	3.80	0.40	24.52	117.50	0,00	8,70	12,00	0,63
19/2016	Хлеб ржаной	05	3.30	0.40	15.70	00,00	0,00	05,11	06,91	0,95
420/2016	Чай с сахаром	000	0000	800	10,70	00,78	0,00	16,50	28,50	2,25
	Итого завтрак:	750	0,00	000	0,99	21,93	0,05	2,69	2,20	0,43
Обед		004	CC+777	10,39	94,44	571,79	7,38	162,04	81,41	6,31
8.9/2011	Икра свекольная	100	1.95	8 43	11.57	130.08	14.60	37.50	25.17	1.00
157/20216	Щи из свежей капусты	250	161	4 18	8 34 #	70.50	20 55	57,58	70.00	05.1
255/2015	Печень по-строгановски	100	13.97	16.89	18.95	205.23	76 51	140.50	16.73	0,74
203/2017	Макароны отварные	180	6.54	6.94	36.54	23.4.85	000	14 57	10,73	27.00
18/2016	Хлеб пшеничный	40	3,04	0.32	19.68	94.00	000	000	12.20	00,1
19/2016	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52 20	000	06.6	17.10	1 25
349/2017	Компот из смеси сухофруктов	200	1,16	0,30	47,26	196.38	0.80	5.84	33.00	960
	Итого обед:	900	30,55	37,41	152,35	992.25	71.46	300 21	135.03	11 50
	Bcero:	1350	52,90	48,40	246.79	1564.04	78 84	\$C C9F	217.34	17.90
lens 4								Carlano.	24/102	41,907
		Macco		Пище	Пищевая ценность					
ле, рецептура	Наименование блюда	порций, г.	белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.	Энергетическая	Вит. С, мг.	Са, мг.	Мg, мг.	Fe, Mr.
Завтрак						HCHHOCID, REALI.				
181/2017	Каша жидкая молочная манная	250	6.94	12.18	48.13	330 68	1 33	159.25	20 00	
18/2016	Хлеб пшеничный	20	3.80	0.40	24.60	117.50	2000	11.50	1,650	0,30
19/2016	Хлеб ржаной	20	3,30	090	16.70	00.73	0000	16.50	06,01	0,90
420/2016	Чай с сахаром	200	0.00	000	00.9	27.03	0,00	05,01	20,30	2,2
	Ивого завтрак:	550	14.04	13.18	ct 96	563.11	1 37	102.04	02,2	0,45
Обед				avia.	71607	2009,11	1641	103,04	07,07	4,19
67/2017	Винегрет овощной	100	1.40	10.00	0.72	125.10	690	31.20	10.53	000
122/2016	Рассольник Ленинградский	250	2.48	4 39	17.18	119.03	16.70	02,10	26,61	797
605/2022	Ежики куриные с соусом	100	4.91	11.71	9.48	165.61	7.38	23,59	14.05	00,1
341/2016	Каша гречневая	180	761	5 89	34 33	05,000	0000	15.07	120.12	3,19
18/2016	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	00,027	00.00	0.30	120,13	4,04
19/2016	Хлеб ржаной	40	2,64	0.72	12.26	00.4%	0000	07.6	15,20	0,76
451/2016	Компот из плолов свежих (аблоки)	000	000	0,40	13,30	09,60	000	13,20	22,80	1,80
	Wroto ofer-	200	0,08	80,0	6,95	37,33	2,00	3,41	1,80	0,46
	Bearn	016	CI'77	25,87	103,69	831,07	30,77	121,08	218,97	12,67
	Deci 0.	1461	101 72		4 4 4 4					

1	Пашанования	Macca		Пиш	Пищевая ценность			-		
	таписнование однода	порций, г.	белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.		Вит. С, мг.	Са, мг.	Мg, мг.	Fe, мг.
Завтрак						HCHHOCIB, KKEIL.				
193/2016	Каша жидкая молочная геркулесовая	050	(1.7)	10.06	02.70					
209/2016	Яйцо вареное	05	27.50	10,00	8/'07	77,577	4,20	139,03	53,86	1,25
18/2016	Хлеб пшеничный	20	2,08	4,60	0,28	63,00	0,04	27,50	00'9	1.25
420/2016	Usă c cayanou	20	3,80	0,40	24,60	117,50	00'0	11,50	16.50	0.05
	Total Canadion	200	00,00	00,00	66'9	27,93	0,05	2.69	2.20	0.43
Обел	rioto sasipak:	550	15,60	15,06	58,65	433,70	4,29	180,72	78.56	3.88
70/2015	Objective transfer tr					V =				
1007101	Боли в натуральные консервированные (огурцы)*	100	0,80	0,10	1,70	13,00	5.00	23 00	14.00	0.60
331/2016	продительного и картофелем	250	1,80	4,93	10,94	103,75	19.99	62.85	24.65	111
187016	TUIOB AS ITHUBI	240	24,42	8,18	45,06	351.80	5.00	26.64	110.75	2.14
10/2010	Алео пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94.00	000	020	13.20	0.76
240,0017	Алео ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52.20	000	000	07.01	0,0
1107/646	Компот из смеси сухофруктов	200	0,75	00'0	18,33	66 33	0096	18 91	17,10	CC,1
	Итого обец:	860	32,79	13.89	105.72	80 189	55 00	140 00	10.20	797
	Bcero:	1410	48 39	28.05	16427	00,100	25,27	149,80	191,70	6,78
Неделя 2						0/4111	07,00	330,32	270,26	10,66
no o										
No nomentana	W	Macca		Пяще	Пищевая ценность			-		
es, penentypa	паименование блюда	порций, г.	белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.	Энергетическая	Вит. С, мг.	Са, мг.	Мg, мг.	Fe, Mr.
Завтрак						ценность, ккал.				
210/2016	Омлет натуральный	110	10.01	1100						
62/2015	Салат из моркови с сахаром	100	1 17	0.00	76'1	161,88	0,43	86,51	14,59	2,10
18/2016	Хлеб пшеничный	05	7.00	80.0	10,20	47,47	4,50	24,42	34,20	0,65
19/2016	Хлеб ржаной	00	3,80	0,40	24,60	117,50	00,00	11,50	16,50	0,95
420/2016	Чай с сахаром	000	0000	0,60	16,70	87,00	0,00	16,50	28,50	2,25
	Wrore sagrage:	200	0,00	0,00	66'9	27,93	0,05	2,69	2,20	0,43
Обел		arc	18,48	12,98	60,41	441,78	4,98	141,62	95,99	6,38
70/2015	Овощи натуральные консервированные (помилоры*)	100	1 10							
157/20216	Щи из свежей капусты	050	101	1,0	1,00	16,00	10,00	14,00	20,00	06'0
TTK	Шницель мясной с соусом	007	1,91	4,18	8,34	79,50	29,55	53,54	20,96	0,74
203/2017	Макароны отварные	100	14,09	17,95	15,57	255,18	1,19	286,96	51,90	1,36
18/2016	Хлеб пшеничный	180	6,54	6,94	36,54	234,85	00'0	14,57	71.6	1,00
19/2016	Хиеб пжацой	30	87.7	0,24	14,76	70,50	00,00	06'9	06'6	0.57
349/2017	Koming us check groothwaren	20	1,32	0,24	89'9	34,80	00,00	09'9	11,40	06.0
	Harries as career cyaoqupyrios	200	0,75	00,00	18,33	66,33	26,00	18.21	12.00	0.80
	MITOTO GOGEL:	880	28,59	29,63	18'66	757,16	66,74	400.78	135.93	86.9
	Bcero:	1200	100						20000	0760

				C 411.44	The same of the same					
Ne, peuenrypa	Наименование блюда	Macca	,	TI MINITE	тищевая ценность	Энергетическая	BHT, C. Mr.	Ca Mr	Maur	F. P.
Cantinaz		порций, г.	белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.	пенность, ккап.	DHI. C, MI.	Ca, Mr.	Mg, Mr.	Fe, MF.
January .										
IIK	Каша жидкая молочная геркулесовая	250	11,50	12,58	39.29	324.95	4.20	173 70	67.33	1 56
18/2016	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19 68	94.00	000	000	12.20	05.1
420/2016	Чай с сахаром	200	000	000	6 00	27.03	00.0	07.6	02,61	0,76
403/2016	Яблоки	100	0.40	0.00	0.00	47.00	co'n	2,69	2,20	0,43
	Итого завтрак:	290	14 04	12.30	7,00	47,00	10,00	16,00	00.6	2,20
Обед		200	14,74	00,00	6/.6/	493,88	14,25	201,68	91,73	4.95
70/2015	Овощи натуральные консервированные (огурпы)*	100	08.0	010	1 30	00 61	1			*
131/2010	Свекольник со сметаной	250	2,34	0,10	1,703	13,00	2,00	23,00	14,00	09'0
471/2022	Фишболы с соусом	100	4C+7	4,73		121,34	16,99	44,05	30,49	1,51
TTK	Каша пшеничная	100	20,02	7,44	/5,11	110,56	2,43	295,43	35,51	1,02
18/2016	Хлеб пшенивитй	190	9,00	1,44	47,30	246,24	00,00	30,56	87,95	2,46
19/2016	Xied meanox	30	3,04	0,32	19,68	94,00	00'0	9,20	13,20	92,0
451/2016	Variation	30	1.98	0,36	10,02	52,20	00'0	06*6	17,10	1.35
01071101	Manual Ma	200	80,0	80.0	8,95	37,33	2,00	3,41	1,80	0,46
	Poere.	906	36,35	16,49	116,45	674,67	26,42	415,55	200,05	8,16
	DUCH U.	1490	51,29	29,79	192,20	1168.55	40.67	61723	701 77	13.12
Acillo 8										21600
,		Marca		Пище	Пищевая ценность					
re, penentypa	Панменование блюда	порций, г.	белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.	Энергетическая	Вит. С, мг.	Са, мг.	Мg, мг.	Fe, мг.
зявтряк						dentification waster				
70/2015	Овощи натуральные консервиров. (помидор)*	50	990	500	08.0	00.0	00.5	000		
331/2016	Плов из птицы	200	20.35	15.80	27.55	0,00	2.00	00'/	10,00	0,45
18/2016	Хлеб пшеничный	0.5	3.80	0.40	07.40	112.23	4,17	77.70	67,29	1,78
19/2016	Хлеб ржаной	80	2.30	0,40	24.00	05,11	00.0	11,50	16,50	0,95
420/2016	Чай с сахаром	200	0000	0,00	10,70	87,00	0.00	16,50	28,50	2,25
	Итого завтрак:	007	0,00	000	6,99	27.93	0,05	2,69	2,20	0,43
Обед		nec	11,62	10,65	86,64	533,60	9,22	59,89	149,49	5,86
67/2017	Винегрет овошной	001	1 40	0001	000					
132/2016	Company of the second	200	1,40	10,00	7/,0	125,10	9,62	31,20	19,52	0,82
524/2022	Control Contro	250	5,87	5,55	19,27	150,85	11,50	61,25	38,26	2,50
32412022	голуоцы ленивые	240	20,42	22,34	21,61	371,06	70,98	166,84	56.96	2.98
18/2016	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	00.00	9.20	13.20	92.0
19/2016	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0000	9.90	17.10	1.35
349/2017	Компот из смеси сухофруктов	200	0,75	00,00	18,33	66,33	26.00	1821	12.00	0.87
	Итого обед:	098	33,46	38,57	89,62	859,54	118,10	296.60	157.04	9.22
	D-1111					,		0000		124

ad Compand to a		Macca		Пищ	Пищевая ценность					
	лаименование олюда	порций, г.	белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.	Энергетическая	Вит. С, мг.	Са, мг.	Мg, мг.	Fe, мг.
Завтрак						ценность, ккал.				
XTT	Каша жидкая молочная геркулесовая	250	11 50	12 58	30.30	30 105	00.7	000		
18/2016	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.33	10.70	324,93	4,20	173,79	67,33	1,56
420/2016	Чай с сахаром	200	1000	0,00	19,08	94,00	00.00	9,20	13,20	92,0
403/2016	Яблоки	100	0,00	000	6,99	27,93	0,05	2,69	2,20	0,43
	Wroto 22prinate	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	16,00	00'6	2,20
Обед	Leaves Caron Dan.	066	14,94	13,30	75,75	493,88	14,25	201,68	91,73	4,95
70/2015	OROHIU IISTAMBILI III IA I	000	1							
131/2010	Change mary partengie Achter bin posah Hale (orypubl)*	100	0,80	0,10	1,70	13,00	5,00	23,00	14,00	09'0
0102/15/	Съскольник со сметанои	250	2,34	4,75	17,23	121,34	16,99	44,05	30,49	1.51
7707/14	Фишоолы с соусом	100	20,05	9,44	11,57	110,56	2,43	295,43	35,51	1.02
ALIK	Каша пшеничная	180	8,06	1,44	47,30	246,24	00.00	30.56	87.95	2.46
18/2016	Хлео пшеничный	40	3,04	0,32	19.68	94 00	0.00	0.00	13.20	25.0
19/2016	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52.20	000	00.0	17.10	1.75
451/2016	Компот из плодов свежих (яблоки)	200	80'0	0.08	8 95	37.33	2000	2,30	17,10	1,55
	Итого обед:	006	36,35	16,49	116.45	674.67	26.47	415.55	1,00	0,40
	Beero:	1490	51.29	29.79	102 20	1100 55	40.00	74.0,00	200,03	0,10
усир о				П						77,01
М. пенентупа	Пописоположения	Macca		пище	инщевая ценность					
Saurnage	танменование олюда	порций, г.	белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.	Вят. С, мг.	Са, мг.	Мg, мг.	Fe, мг.
70/07										
221/2013	Овощи натуральные консервиров. (помидор)*	50	99'0	0,05	08'0	8,00	5.00	7.00	10.00	0.45
100001	TUIOB H3 IITHUB	200	20,35	15,80	37,55	293,17	4.17	22.20	97.79	1 78
10/2010	Алео пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117.50	000	11.50	05.91	0.05
19/2016	Хлео ржаной	50	3,30	09'0	16.70	87.00	000	16.50	28 50	300
470/7016	Чай с сахаром	200	00,00	00'0	66'9	27.93	0.05	2 69	2.00	0.42
	Итого завтрак:	550	28,11	16,85	86,64	533.60	9.22	59.89	149 49	78.5
Tann										anic
67/2017	Винегрет овощной	100	1,40	10,00	0,72	125.10	696	31.20	10.52	0.60
132/2016	Суп картофельный с горохом	250	5,87	5,55	19.27	150.85	11.50	61.25	38.36	20,0
524/2022	Голубцы ленивые	240	20.42	22.34	2161	371.06	20.07	100001	0700	00.0
18/2016	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	04.00	0,00	100,04	30,90	86'7
19/2016	Хлеб ржаной	30	1 98	0.36	10.02	57.70	0000	0.50	02,61	0,16
349/2017	Компот из смеси сухофруктов	200	0.75	0000	10,02	32,20	0,00	9,90	17,10	1,35
	Итого обед:	860	33.46	38 57	69 63	00,33	26,00	18,21	12,00	0,82
	D			i choa	70,00	937,34	110,10	730.00	3/1	9.22

/Ten. 9										
		Macca		Пищев	Пищевая ценность	- Mariana		(13	F
М, рецептуря	Наименование блюда	порций, г.	белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.	Вит. С, мг.	Ca, Mr.	Мg, мг.	Fe, Mr.
laurpag										
7.30/2014	Икра из кабачков (консервы)	20	08'0	3,15	3,70	45,40	8,50	10,50	2,60	0,05
226/2016	Макароны, запеченные с сыром	200	16,66	19,73	48,99	417,07	60.0	286,67	20,91	1,37
18/2016	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	00.00	11,50	16,50	0,95
19/2016	Хлеб ржиюй	50	3,30	09'0	16,70	87,00	00.00	16.50	28,50	2,25
54-3ru/2021	Чай с лимоном и сахаром	200	90.0	0.01	7,20	30,31	2,85	5,49	3,04	0,47
	Итого завтрак:	550	24,62	23,89	101,19	697,28	11,44	330,66	71,55	5,09
Обед										
54-83	Салат из капусты	100	1,67	10,17	79.6	135,83	38,50	45,00	16,67	09,0
122/2016	Рассольник Ленинградский	250	2,48	4,39	17,18	118,93	16,78	25,39	26,56	1,00
292/2022	Запеканка картофельная с мясом птицы	240	8,12	22,57	25,01	378,00	6,22	60,02	130,91	4,72
18/2016	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	00,00	9,20	13,20	0,76
19/2016	Хлеб ржаной	30	86,1	0,36	10,02	52,20	00,0	06,6	17,10	1,35
457/2016	Компот из ягод	200	0,20	80,0	8,45	36,73	40,00	7,41	6,20	0,28
	Итого обед:	098	17,49	37,89	00,06	815,69	101,49	156,92	210,64	8,71
	BCEFO:	1410	42,11	61,78	191,18	1512,97	112,93	487,58	282,18	13,80
Henr. 10								10		
				Пищев	Пищевая ценность					
Ля, рецептура	Наименование блюда	порций, г.	белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.	Вит. С, мг.	Са, мг.	Мg, мг.	Fe, мг.
Завтрак										
198/2016	Каша пшенная молочная с курагой	250	15,25	18,78	49,99	422,50	2,53	212,66	91,69	1,71
13/2016	Масло сливочное	10	80,0	7,25	0,13	66,10	00.0	2,40	0,05	0,02
18/2016	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,00	11,50	16,50	0,95
19/2016	Хлеб ржаной	50	3,30	09'0	16,70	87,00	0,00	16,50	28,50	2,25
420/2016	Чай с сахаром	200	00,00	0,00	66'9	27,93	0,05	2,69	2,20	0,43
	Итого завтрак:	560	22,43	27,03	98,40	721,03	2,58	245,75	116,41	5,36
Обед										
62/2015	Салат из моркови с сахаром	100	1,17	80,0	10,20	47,47	4,50	24,42	34,20	0,65
137/2016	Суп крестьянский	250	2,74	6,48	13,66	126,38	23,65	41,04	30,19	96,0
406/2022	Паста сливочная	240	20,48	23,78	37,72	446,66	20,56	169,63	61,31	1,78
18/2016	Хлеб пленичняй	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	9,76
19/2016	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	06.6	17,10	1,35
349/2017	Компот из смеси сухофруктов	200	0,75	00,00	18,33	66,33	26.00	18,21	12,00	0,82
	Итого обед:	860	30,16	31,02	109,60	833,04	74,71	272,40	168,00	6,32
	Bcero:	1420	52,59	58,05	208,01	1554,07	77,28	518,15	284,41	11,68
	ВСЕГО за 10 дией:	14200	493,81	448,04	1955,97	13569,75	801,32	4564,54	2662,73	136,14
	СРЕДИЕЕ ЗА ГЛЕНЬ:	1420	49,38	44,80	195,60	1356,97	80,13	456,45	266,27	13,61

Овощи натуральные - допускается использование иных овещей;