

1 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Цена, руб.	Масса порции	Пищевые вещества		Витамины		Минеральные вещества												
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг
Завтрак																					
2011	175	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА	34,38	250	7,1	13,2	40,0	307,4	0,6	0,1	0,1	0,2	140,5	159,1	38,9	0,9	240,7	12,0	0,0	0,0	
		ВЕТЧИНА	20,00	30	5,2	10,2	0,1	90,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	11,19	12	0,1	9,9	0,1	89,8	0,0	0,0	0,1	0,2	1,4	2,3	0,0	0,0	1,8	0,0	0,0	0,0	
2008	40	БАТОН	3,92	40	3,0	1,2	20,6	104,8	0,0	0,0	0,0	0,0	7,6	26,0	5,2	0,4	36,8	0,0	0,0	0,0	
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	17,26	200	3,8	3,0	24,4	141,0	0,5	0,0	0,1	0,0	111,4	95,6	27,5	0,9	207,3	9,0	0,0	0,0	
Итого за прием пищи:																					
			86,75	19,0	37,4	85,1	733,0	1,1	0,2	0,3	0,2	0,4	260,9	282,9	71,6	2,2	486,5	21,0	0,0	0,0	
Витаминизация 1 смена																					
2008		ЯБЛОКО	19,81	100	0,4	0,4	9,8	47,0	10,0	0,0	0,0	0,0	16,0	11,0	8,0	2,2	278,0	2,0	0,0	0,0	
Итого за прием пищи:																					
			19,81	0,4	0,4	9,8	47,0	10,0	0,0	0,0	0,0	16,0	11,0	8,0	2,2	278,0	2,0	0,0	0,0	0,0	
Обед																					
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С КУРИЦЕЙ	24,41	280	11,2	7,4	21,4	197,7	5,7	0,2	0,1	0,2	0,0	53,6	127,7	41,9	2,5	605,7	6,0	0,0	0,1
2011	281	ПОДЖАРКА ИЗ ФИЛЕ КУРИЦЫ 100	69,79	100	29,7	3,5	361,6	3,1	0,1	0,2	0,1	0,0	35,2	183,8	24,8	2,0	317,5	8,0	0,0	0,1	
2011	171,1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧЕВАЯ 200	21,61	200	11,5	8,6	52,1	331,8	0,0	0,3	0,2	0,0	0,1	36,3	256,0	171,3	6,0	359,2	3,1	0,0	0,0
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	2,65	200/15	0,1	0,0	14,7	59,3	0,0	0,0	0,0	0,0	10,8	3,7	3,8	0,4	13,5	0,0	0,0	0,0	
		Хлеб Пшеничный 40	3,00	40	3,1	0,2	20,1	94,7	0,0	0,1	0,0	0,0	9,2	33,6	13,2	0,8	51,6	0,0	0,0	0,0	
Итого за прием пищи:																					
			121,46	45,8	46,0	111,9	1 045,0	8,8	0,7	0,5	0,3	0,1	145,1	604,8	255,0	11,8	1 347,5	17,1	0,0	0,2	

2 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Цена, руб.	Масса порции	Пищевые вещества		Витамины		Минеральные вещества												
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг
Завтрак																					
2012	226	ОМЛЕТ Натуральный	68,01	250	17,1	19,9	6,5	282,6	0,9	0,1	0,6	0,3	2,3	231,4	297,0	30,2	2,5	385,4	35,1	0,0	0,0
2008	40	БАТОН	3,92	40	3,0	1,2	20,6	104,8	0,0	0,0	0,0	0,0	7,6	26,0	5,2	0,4	36,8	0,0	0,0	0,0	
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	12,17	15	0,1	12,4	0,1	112,2	0,0	0,0	0,0	0,1	0,2	1,8	2,9	0,0	0,0	2,3	0,0	0,0	
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	2,65	200/15	0,1	0,0	14,7	59,3	0,0	0,0	0,0	0,0	10,8	3,7	3,8	0,4	13,5	0,0	0,0	0,0	
Итого за прием пищи:																					
			86,75	20,3	33,4	43,9	558,9	0,9	0,1	0,6	0,4	2,5	251,5	329,5	39,2	3,3	437,9	35,1	0,0	0,0	
Обед																					
2011	104	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	49,16	300	10,6	21,3	223,3	10,7	0,1	0,1	0,3	0,1	49,1	147,5	41,8	2,4	881,9	10,8	0,0	0,1	
2011	295	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	53,33	80	20,0	20,4	10,0	303,9	0,8	0,1	0,1	0,0	0,0	23,1	180,8	26,9	2,2	280,1	4,7	0,0	0,1
2011	202,1	Макаронные изделия отварные с маслом 200	11,88	200	7,3	6,5	46,6	273,7	0,0	0,1	0,0	0,0	0,1	41,8	57,0	14,2	1,3	86,2	1,0	0,0	0,0
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	4,09	200/15/7	0,1	0,0	14,9	60,8	0,8	0,0	0,0	0,0	12,5	4,7	4,3	0,4	21,3	0,0	0,0	0,0	
		Хлеб Пшеничный 40	3,00	40	3,1	0,2	20,1	94,7	0,0	0,1	0,0	0,0	9,2	33,6	13,2	0,8	51,6	0,0	0,0	0,0	
Итого за прием пищи:																					
			121,46	40,9	37,8	112,8	956,6	12,3	0,4	0,3	0,3	0,2	135,6	423,5	100,5	7,2	1 321,2	16,5	0,0	0,2	

3 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Цена, руб.	Масса порции	Пищевые вещества		Витамины		Минеральные вещества												
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг
Завтрак																					
2008		МОРОЖЕНЫЕ ПАЛОЧКИ	6,51	100	1,0	0,1	5,5	28,0	4,0	0,0	0,1	2,0	0,0	40,8	44,0	30,4	0,8	160,0	4,0	0,0	0,0
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩ. МОЛОКОМ 150/50	73,67	200	32,3	24,1	65,9	615,0	0,6	0,1	0,5	0,1	0,3	411,8	433,4	56,5	1,2	472,9	6,5	0,0	0,1
2008	40	БАТОН	3,92	40	3,0	1,2	20,6	104,8	0,0	0,0	0,0	0,0	7,6	26,0	5,2	0,4	36,8	0,0	0,0	0,0	
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	2,65	200/15	0,1	0,0	14,7	59,3	0,0	0,0	0,0	0,0	10,8	3,7	3,8	0,4	13,5	0,0	0,0	0,0	
Итого за прием пищи:																					
			86,75	36,4	25,3	106,7	807,1	4,6	0,2	0,6	2,1	0,3	471,0	507,1	95,9	2,8	683,1	10,5	0,0	0,1	
Витаминизация 1 смена																					
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	19,81	200	1,0	0,2	19,6	83,4	1,6	0,0	0,0	0,0	12,6	12,6	7,2	2,5	240,0	2,0	0,0	0,0	
Итого за прием пищи:																					
			19,81	1,0	0,2	19,6	83,4	1,6	0,0	0,0	0,0	12,6	12,6	7,2	2,5	240,0	2,0	0,0	0,0	0,0	

Обед																					
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	250	13,06	1,8	5,7	12,1	110,1	7,9	0,0	0,0	0,2	0,0	49,1	46,8	23,1	1,1	335,5	5,8	0,0	0,0
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ с курицей 300	300	62,64	18,1	25,8	43,4	479,1	23,0	0,3	0,3	0,1	0,0	49,4	251,3	70,9	3,5	1 706,6	16,8	0,0	0,2
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	200/15	2,65	0,1	0,0	14,7	59,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	10,8	3,7	3,8	0,4	13,5	0,0	0,0	0,0
2008		Хлеб Пшеничный 40	40	3,00	3,1	0,2	20,1	94,7	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0	9,2	33,6	13,2	0,8	51,6	0,0	0,0	0,0
		ЙОГУРТ	125	40,11	2,5	1,9	3,8	60,0	0,9	0,0	0,2	0,0	0,0	150,0	118,8	17,5	0,0	182,5	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				121,46	25,6	33,6	94,0	803,2	31,8	0,4	0,5	0,3	0,0	288,5	454,2	128,5	5,8	2 289,6	22,6	0,0	0,2

ОАО "Общепит"

4 день

Сборник рецептур гической казды	№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества		Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества						
					Белки, г	Жиры, г			С, мг	B1, мг	B2, мг	A, мг	D, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг
Завтрак																					
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ	250	23,01	10,0	14,0	53,2	379,6	0,6	0,2	0,2	0,1	0,2	140,1	212,3	58,4	1,7	301,6	13,4	0,0	0,0
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	12,60	4,6	5,9	0,0	72,8	0,1	0,0	0,1	0,1	0,0	176,0	100,0	7,0	0,2	17,6	0,0	0,0	0,0
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	9,69	0,1	8,3	0,1	74,8	0,0	0,0	0,0	0,1	0,2	1,9	0,0	0,0	0,0	1,5	0,0	0,0	0,0
2008		БАТОН	40	3,92	3,0	1,2	20,6	104,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	7,6	26,0	5,2	0,4	36,8	0,0	0,0	0,0
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	14,01	3,8	3,0	24,4	141,0	0,5	0,0	0,1	0,0	0,0	111,4	95,6	27,5	0,9	207,3	9,0	0,0	0,0
		Сырок творожный глазированный	45	23,52	6,1	0,2	1,6	33,8	0,0	0,0	0,2	0,0	0,0	73,8	68,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				86,75	27,6	32,5	99,8	806,7	1,3	0,3	0,6	0,2	0,3	510,2	503,8	99,1	3,2	564,8	22,4	0,0	0,0

Обед

2011	96	РАССОЛЬНИК Ленинградский	250	15,67	2,4	6,0	17,3	135,5	7,1	0,1	0,1	0,2	0,0	37,2	70,8	26,6	1,1	517,9	5,1	0,0	0,0
2011	231	ПОДЖАРКА ИЗ РЫБЫ	65	36,08	9,8	5,5	5,1	109,0	1,6	0,1	0,1	0,0	0,0	36,5	145,5	33,5	0,8	301,2	88,0	0,0	0,4
2011	304	РЫБ ОТВАРНОЙ	200	20,00	4,9	7,9	51,8	297,9	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	37,9	101,5	37,1	0,8	75,0	1,0	0,0	0,0
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6,76	0,0	0,0	19,4	77,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	8,5	0,0	1,8	0,0	1,2	0,0	0,0	0,0
2008		Хлеб Пшеничный 40	40	3,00	3,1	0,2	20,1	94,7	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0	9,2	33,6	13,2	0,8	51,6	0,0	0,0	0,0
		Апельсин	200	39,95	1,8	0,4	16,2	86,0	120,0	0,1	0,1	0,0	0,0	68,0	46,0	26,0	0,6	394,0	4,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				121,46	22,0	20,0	129,8	800,6	126,7	0,3	0,2	0,3	0,1	197,3	397,4	138,2	4,0	1 340,9	98,0	0,0	0,5

ОАО "Общепит"

5 день

Сборник рецептур гической казды	№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества		Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества						
					Белки, г	Жиры, г			С, мг	B1, мг	B2, мг	A, мг	D, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг
Завтрак																					
2011	174	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ	250	22,60	8,9	13,7	47,8	350,7	0,7	0,1	0,2	0,1	0,2	176,4	261,8	39,0	1,2	296,6	11,3	0,0	0,0
2011	15	ВЕТЧИНА	25	16,39	4,3	8,5	0,1	75,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
2011	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	18,90	7,0	8,9	0,0	109,2	0,2	0,0	0,1	0,1	0,0	264,0	150,0	10,5	0,3	26,4	0,0	0,0	0,0
2008		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	9,69	0,1	8,3	0,1	74,8	0,0	0,0	0,0	0,1	0,2	1,2	1,9	0,0	0,0	1,5	0,0	0,0	0,0
2011	379	БАТОН	40	4,92	3,0	1,2	20,6	104,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	7,6	26,0	5,2	0,4	36,8	0,0	0,0	0,0
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	14,25	3,3	2,4	26,6	142,2	0,5	0,0	0,1	0,0	0,0	111,4	87,9	19,0	0,4	169,6	9,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				86,75	26,5	42,9	95,1	856,7	1,4	0,2	0,4	0,3	0,3	560,6	527,5	73,8	2,3	530,9	20,3	0,0	0,1

Витаминизация 1 смена

2008		Нектарин	100	19,81	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				19,81	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Обед																					
2011	99	СУП ОВОЩНОЙ С КУРИЦЕЙ	250	34,45	6,1	6,4	11,1	126,4	8,8	0,1	0,1	0,2	0,0	41,9	82,0	25,6	1,2	437,9	5,0	0,0	0,1
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	35	6,74	0,3	0,0	0,9	4,9	3,5	0,0	0,0	0,0	0,0	8,0	14,6	4,9	0,3	49,2	1,0	0,0	0,0
2011	271	Котлета домашняя	80	44,76	8,6	14,4	0,0	176,0	0,1	0,1	0,1	0,0	0,0	11,2	85,7	13,2	1,3	166,2	3,7	0,0	0,0
2011	312	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 200	200	28,42	4,5	7,1	30,4	203,6	14,8	0,2	0,1	0,0	0,1	60,8	120,4	42,8	1,7	1 083,8	12,0	0,0	0,0
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	4,09	0,1	0,0	14,9	60,8	0,8	0,0	0,0	0,0	0,0	12,5	4,7	4,3	0,4	21,3	0,0	0,0	0,0
		Хлеб Пшеничный 40	40	3,00	3,1	0,2	20,1	94,7	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0	9,2	33,6	13,2	0,8	51,6	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				121,46	22,6	28,1	80,3	666,4	28,0	0,4	0,3	0,2	0,1	143,7	341,0	104,1	5,8	1 811,9	21,7	0,0	0,1

6 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества									
					Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг
Завтрак																					
2011	181	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ	250	24,14	7,1	12,8	37,8	293,9	0,6	0,1	0,1	0,1	0,2	133,0	115,7	20,1	0,4	224,0	10,7	0,0	0,0
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	20,00	5,0	4,5	0,3	61,3	0,0	0,0	0,2	0,1	0,9	19,9	69,6	4,3	0,9	56,4	8,1	0,0	0,0
2008		БАТОН	40	3,92	3,0	1,2	20,6	104,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	7,6	26,0	5,2	0,4	36,8	0,0	0,0	0,0
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	4,09	0,0	14,9	60,8	0,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	12,5	4,7	4,3	0,4	21,3	0,0	0,0	0,0
2008		ЙОГУРТ	125	34,60	2,5	1,9	3,8	60,0	0,9	0,0	0,2	0,0	0,0	150,0	118,8	17,5	0,0	182,5	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:																					
Витаминация 1 смена																					
2008		ЯБЛОКО	100	19,81	0,4	9,8	47,0	10,0	0,0	0,0	0,0	0,0	16,0	11,0	8,0	2,2	278,0	2,0	0,0	0,0	
Итого за прием пищи:																					
Обед																					
2011	108	СУП КАРТОВЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ с курицей	300	44,26	11,5	12,2	28,2	268,9	6,1	0,1	0,3	0,2	51,4	131,7	32,3	1,7	534,2	7,3	0,0	0,0	
2011	24	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	50	17,84	0,5	3,1	1,8	37,6	8,4	0,0	0,0	0,0	9,2	17,1	8,1	0,5	104,8	1,2	0,0	0,0	
2008	254	Сосиска отварная	59	29,42	6,6	14,4	0,2	155,9	0,0	0,1	0,0	0,0	21,2	95,6	11,8	1,2	0,0	0,0	0,0	0,0	
2011	202.1	Макаронные изделия отварные с маслом 200	200	11,88	7,3	6,5	46,6	273,7	0,0	0,1	0,0	0,0	41,8	57,0	14,2	1,3	86,2	1,0	0,0	0,0	
2011	375	КОМПОТ ИЗ СИМ ЯГОД	200	15,06	0,2	28,7	118,5	0,9	0,0	0,0	0,0	0,0	17,4	7,3	7,2	0,3	94,8	2,9	0,0	0,0	
2008		Хлеб Пшеничный 40	40	3,00	3,1	0,2	20,1	94,7	0,0	0,1	0,0	0,0	9,2	33,6	13,2	0,8	51,6	0,0	0,0	0,0	
Итого за прием пищи:																					
ОАО "Общепит"																					

7 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества									
					Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг
Завтрак																					
2011	174	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ	250	27,13	7,3	13,6	52,3	361,1	0,7	0,1	0,2	0,1	0,2	141,4	167,1	39,1	0,7	239,3	12,0	0,0	0,0
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЙМИ)	10	9,69	0,1	8,3	0,0	74,8	0,0	0,0	0,1	0,2	1,2	1,9	0,0	0,0	1,5	0,0	0,0	0,0	
2011	15	СЫР (ПОРЦИЙМИ)	18	11,76	4,2	5,3	0,0	65,5	0,1	0,0	0,1	0,0	158,4	90,0	6,3	0,2	15,8	0,0	0,0	0,0	
2011		ВЕТЧИНА	30	20,00	5,2	10,2	0,1	90,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
2011	379	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	14,25	3,3	2,4	26,6	142,2	0,5	0,0	0,1	0,0	0,0	111,4	87,9	19,0	0,4	169,6	9,0	0,0	0,0
2008		БАТОН	40	3,92	3,0	1,2	20,6	104,8	0,0	0,0	0,0	0,0	7,6	26,0	5,2	0,4	36,8	0,0	0,0	0,0	
Итого за прием пищи:																					
Обед																					
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 300	300	15,37	2,4	7,5	11,1	127,1	14,8	0,1	0,2	0,0	65,1	56,3	25,9	1,2	395,2	5,7	0,0	0,0	
2011	295	КОТЛЕТЫ РУБЕНЫЕ ИЗ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	80	53,33	20,0	20,4	10,0	303,9	0,8	0,1	0,0	0,0	23,1	180,8	26,9	2,2	280,1	4,7	0,0	0,1	
2011	171.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ 200	200	21,61	11,5	8,6	52,1	331,8	0,0	0,3	0,2	0,0	0,1	36,3	256,0	171,3	6,0	359,2	3,1	0,0	0,0
2012	348	Соус красной основной	50	2,47	0,4	2,5	2,5	33,8	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	6,3	6,3	2,9	0,1	29,9	0,4	0,0	0,0
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	200/15	2,65	0,1	0,0	14,7	59,3	0,0	0,0	0,0	0,0	10,8	3,7	3,8	0,4	13,5	0,0	0,0	0,0	
2011		Хлеб Пшеничный 40	40	3,00	3,1	0,2	20,1	94,7	0,0	0,1	0,0	0,0	9,2	33,6	13,2	0,8	51,6	0,0	0,0	0,0	
2011	15	Сыр Холланд	20	23,03	5,0	5,1	0,0	66,7	0,2	0,0	0,0	0,0	170,0	102,4	7,2	0,2	19,0	0,0	0,0	0,0	
Итого за прием пищи:																					
ОАО "Общепит"																					

8 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества								
					Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг
Завтрак																				
2011	399	БЛИНЧИКИ СО СМЕТАНОЙ	158	51,24	0,4	2,2	0,5	30,0	0,0	0,0	0,0	0,0	11,0	7,2	1,0	0,0	16,4	1,4	0,0	0,0
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	200/15	2,65	0,1	0,0	14,7	59,3	0,0	0,0	0,0	0,0	10,8	3,7	3,8	0,4	13,5	0,0	0,0	0,0
2008		ЙОГУРТ	125	32,86	2,5	1,9	3,8	60,0	0,9	0,0	0,2	0,0	150,0	118,8	17,5	0,0	182,5	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:																				
ОАО "Общепит"																				

Витаминизация 1 смена																													
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	19,81	1,0	0,2	19,6	83,4	1,6	0,0	0,0	0,0	12,6	12,6	7,2	2,5	240,0	2,0	0,0	0,0									
Итого за прием пищи:											19,81	1,0	0,2	19,6	83,4	1,6	0,0	0,0	0,0	12,6	12,6	7,2	2,5	240,0	2,0	0,0	0,0		
Обед																													
2011	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ	250	18,34	2,1	2,8	17,6	104,7	7,0	0,1	0,1	0,2	0,0	31,7	60,4	25,4	1,0	496,5	4,8	0,0	0,0								
2012	292	МАКАРОННИК С МЯСОМ ПТИЦЫ	290	93,36	33,6	38,6	59,2	720,0	2,0	0,2	0,2	0,2	0,5	77,3	298,9	48,2	3,9	477,0	8,7	0,0	0,2								
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6,76	0,0	0,0	19,4	77,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	8,5	0,0	1,8	0,0	1,2	0,0	0,0	0,0								
Итого за прием пищи:											121,46	38,8	41,7	116,3	996,8	9,0	0,4	0,3	0,4	0,5	126,6	393,0	88,6	5,7	1 026,3	13,6	0,0	0,2	0,0

9 день																												
Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества		Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества														
					Белки, г	Жиры, г			С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	И, мкг	Se, мг	F, мг							
Завтрак																												
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СУЩ. МОЛОКОМ	250	80,18	37,5	27,6	59,1	644,9	0,6	0,1	0,5	0,2	0,3	399,5	459,3	57,8	1,5	439,8	5,7	0,0	0,1							
2008		БАТОН	40	3,92	3,0	1,2	20,6	104,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	7,6	26,0	5,2	0,4	36,9	0,0	0,0	0,0							
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	200/15	2,65	0,1	0,0	14,7	59,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	10,8	3,7	3,8	0,4	13,5	0,0	0,0	0,0							
Итого за прием пищи:											86,75	40,6	28,7	94,4	809,0	0,6	0,1	0,6	0,2	0,3	417,8	489,0	66,8	2,3	490,0	5,7	0,0	0,1
Обед																												
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	300	46,69	7,5	3,5	21,0	145,4	8,4	0,1	0,1	0,2	0,0	38,3	76,7	32,5	1,3	602,6	6,0	0,0	0,0							
2011	279	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С РИСОМ	80	46,07	8,8	14,5	8,5	199,7	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	10,6	79,7	12,0	1,1	156,8	3,3	0,0	0,0							
2011	312	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	200	21,61	4,5	7,1	30,4	203,6	14,8	0,2	0,1	0,0	0,1	60,8	120,4	42,8	1,7	1 083,8	12,0	0,0	0,0							
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	4,09	0,1	0,0	14,9	60,8	0,8	0,0	0,0	0,0	0,0	12,5	4,7	4,3	0,4	21,3	0,0	0,0	0,0							
Итого за прием пищи:											121,46	23,9	25,3	94,8	704,3	24,0	0,4	0,3	0,3	0,1	131,4	315,0	104,8	5,3	1 916,1	21,3	0,0	0,1

10 день																												
Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества		Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества														
					Белки, г	Жиры, г			С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	И, мкг	Se, мг	F, мг							
Завтрак																												
2011	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	270	39,13	12,1	22,1	22,4	339,0	0,1	0,1	0,1	0,1	0,2	313,4	182,5	18,0	1,0	76,5	0,5	0,0	0,0							
2011	14	ВЕТЧИНА	30	20,00	5,2	10,2	0,1	90,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0							
2008		МАСЛО (ТОРЦИЯМИ)	10	9,69	0,1	8,3	0,1	74,8	0,0	0,0	0,0	0,1	0,2	1,2	1,9	0,0	0,0	1,5	0,0	0,0	0,0							
2011	382	БАТОН	40	3,92	3,0	1,2	20,6	104,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	7,6	26,0	5,2	0,4	36,8	0,0	0,0	0,0							
Итого за прием пищи:											86,75	24,1	44,7	67,6	749,6	0,6	0,1	0,2	0,2	0,4	433,6	306,0	50,6	2,3	322,1	9,5	0,0	0,0
Витаминизация 1 смена																												
2008		Негарин	100	19,81	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0							
Итого за прием пищи:											19,81	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Обед																												
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКУЧАННОЙ КАПУСТЫ и Моркови	100	9,75	1,5	5,1	9,2	89,6	14,7	0,0	0,0	0,2	0,0	42,7	27,9	15,2	0,8	165,0	2,8	0,0	0,0							
2011	103	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ и с курицей 300	300	41,01	9,0	8,2	24,9	209,8	8,6	0,1	0,1	0,2	0,0	42,1	120,2	37,8	1,7	682,6	6,9	0,0	0,1							
2011	291	ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ	300	59,42	24,7	27,9	59,1	587,4	2,6	0,1	0,2	0,4	0,0	46,4	276,8	63,4	2,4	422,7	6,9	0,0	0,2							
2011	342.1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	8,28	0,2	27,0	111,1	1,6	0,0	0,0	0,0	0,0	13,2	4,0	4,4	0,8	112,4	0,8	0,0	0,0	0,0							
Итого за прием пищи:											121,46	38,4	41,6	140,3	1 092,7	27,5	0,4	0,4	0,9	0,0	153,5	462,5	134,0	6,6	1 434,3	17,5	0,0	0,3