

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКУ «Комбинат школьного питания»

Н.И. Романенко

« 30 » сентября 2021 г.

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ С ТЕХНОЛОГИЧЕСКИМИ (ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКИМИ)

КАРТАМИ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮД

ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С ПИЩЕВОЙ АЛЛЕРГИЕЙ НА МОЛОЧНЫЙ БЕЛОК,

ОРГАНИЗАТОР ПИТАНИЯ МКУ «КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ

(КРАСНОЯРСКИЙ КРАЙ, Г. АЧИНСК, УЛ. КРАСНОГО ОКТЯБРЯ, СТРОЕНИЕ 34)

Разработано
Некоммерческой организацией
"Фонд санитарно-эпидемиологического
благополучия Красноярского края"
" " " 20 г. Регистр № 03/01/М от 4 мая 2021 г.
Полное или частичное копирование для исполь-
зования третьими лицами без разрешения
разработчика запрещено

г. Ачинск

2021 г.

Дети 6-11 лет (дети с пищевой аллергией на молочный белок)										Дети 12 лет и старше (дети с пищевой аллергией на молочный белок)									
№ ТК (ГТК)*	Наименование блюда	Вес блюда			Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК (ГТК)*	Наименование блюда	Вес блюда			Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)		
		3	4	5	Б	Ж	У				4	5	6	Б	Ж	У			
Завтрак										Завтрак									
1	Макаронные изделия отварные	150	5,71	0,68	33,62		159,00	1	Макаронные изделия отварные	180	6,79	0,80	39,97	190,00					
2	Яйцо вареное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	2	Яйцо вареное	40	5,10	4,60	0,30	63,00						
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	150	0,60	0,60	14,70	70,50						
ГП	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,05	42,00	3	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,05	42,00						
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00						
ГП	Хлеб пшеничный или багет	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ГП	Хлеб пшеничный или багет	30	2,40	0,05	12,03	62,40						
	Итого	530	13,79	5,91	70,74	392,60		Итого	630	16,36	6,35	90,49	487,90						
Обед										Обед									
4	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	1,14	5,34	4,62	71,40	4	Икра кабачковая (промышленного производства)	100	1,90	8,90	7,70	119,00						
5	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,68	4,49	17,85	121,00	5	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,68	4,49	17,85	121,00						
6	Котлеты или биточки рыбные	90	12,57	2,39	7,72	100,00	6	Котлеты или биточки рыбные	120	16,76	3,19	10,29	133,33						
7	Рис отварной с овощами	150	3,20	5,36	22,27	169,00	7	Рис отварной с овощами	180	3,84	6,43	26,72	202,80						
8	Кисель из свежих ягод	200	0,25	0,10	16,51	71,00	8	Кисель из свежих ягод	200	0,25	0,10	16,51	71,00						
ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	104,00	ГП	Хлеб пшеничный	65	5,20	0,10	26,07	135,20						
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	45	2,21	0,45	20,16	90,00						
	Итого	830	24,31	18,73	101,36	696,40		Итого	860	31,84	23,66	125,30	872,33						
Полдник										Полдник									
9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00	136,00	9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00	136,00						
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	150	0,60	0,60	14,70	70,50						
	Итого	300	1,00	0,40	42,80	183,00		Итого	350	1,20	0,60	47,70	206,50						
Норма выдачи спений 1,2 гр., соли 1,8 гр.										Норма выдачи спений 1,2 гр., соли 3 гр.									
	Итого за день		Б	Ж	У	Эн/ц		Итого за день		Б	Ж	У	Эн/ц						
			39,10	25,04	214,90	1272,00				49,40	30,61	263,49	1566,73						

Дети 6-11 лет (дети с пищевой аллергией на молочный белок)										Дети 12 лет и старше (дети с пищевой аллергией на молочный белок)									
№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда			Пищевые вещества (г)			Эн/д (ккал)	№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда			Пищевые вещества (г)			Эн/д (ккал)		
		3	4	5	6	Б	Ж				У	3	4	5	6	Б		Ж	У
День 2										День 2									
Завтрак										Завтрак									
10	Рагу из мяса (говядины)	220	9,71	13,31	20,82	251,00	10	Рагу из мяса (говядины)	220	9,71	13,31	20,82	251,00						
3	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,05	42,00	3	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,05	42,00						
ГП	Банан, или груша, или яблоко, или др.	115	1,72	0,57	24,15	110,00	ГП	Банан, или груша, или яблоко, или др.	115	1,72	0,57	24,15	110,00						
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00						
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ГП	Хлеб пшеничный или батон	30	2,40	0,05	12,03	62,40						
	Итого	575	14,01	14,11	71,99	484,60		Итого	595	15,30	14,23	80,49	525,40						
Обед										Обед									
11	Икра свекольная	60	1,44	4,26	6,24	69,00	11	Икра свекольная	100	2,40	7,10	10,40	115,00						
12	Рассольник ленинградский	250	2,05	5,25	16,25	121,25	12	Рассольник ленинградский	250	2,05	5,25	16,25	121,25						
13	Котлеты, биточки, шницели	90	14,83	11,87	13,63	220,00	13	Котлеты, биточки, шницели	100	16,48	13,19	15,14	244,44						
14	Макаронные изделия отварные с овощами	150	5,09	5,45	28,72	178,00	14	Макаронные изделия отварные с овощами	180	6,11	6,54	34,46	213,60						
9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00	136,00	9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00	136,00						
ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	104,00	ГП	Хлеб пшеничный	65	5,20	0,10	26,07	135,20						
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	45	2,21	0,45	20,16	90,00						
	Итого	770	29,48	27,88	130,23	888,25		Итого	940	35,05	32,63	155,48	1055,49						
Полдник										Полдник									
9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00	136,00	9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00	136,00						
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	150	0,60	0,60	14,70	70,50						
	Итого	300	1,00	0,40	42,80	183,00		Итого	350	1,20	0,60	47,70	206,50						
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.										Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.									
Итого за день										Итого за день									
			44,49	42,39	245,02	1555,85				51,55	47,46	283,67	1787,39						
					Эн/д							Эн/д							

Дети 6-11 лет (дети с пищевой аллергией на молочный белок)										Дети 12 лет и старше (дети с пищевой аллергией на молочный белок)									
№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/д (ккал)	№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/д (ккал)						
			Б	Ж	У					Б	Ж	У							
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7						
День 3																			
Завтрак																			
15	Плов из отварной птицы	160	12,19	12,11	28,88	273,52	15	Плов из отварной птицы	200	15,24	15,14	36,10	341,90						
16	Овощи натуральные свежие (или соленные) помидоры	60	0,66	0,12	2,28	14,14	16	Овощи натуральные свежие (или соленные) помидоры	100	1,10	0,20	3,80	24,00						
ГП	Сушки, булочки, баранки	40	4,28	0,48	28,48	135,60	ГП	Сушки, булочки, баранки	40	4,28	0,48	28,48	135,60						
9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00	136,00	9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00	136,00						
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00						
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ГП	Хлеб пшеничный или батон	30	2,40	0,05	12,03	62,40						
	Итого	500	20,31	12,94	109,61	640,86		Итого	600	25,09	16,17	126,85	759,90						
Обед																			
17	Зеленый горошек (или кукуруза) отварные	60	1,86	0,12	3,90	24,00	17	Зеленый горошек (или кукуруза) отварные	100	3,10	0,20	6,50	40,00						
18	Борщ с капустой и картофелем	250	1,83	5,00	10,65	95,00	18	Борщ с капустой и картофелем	250	1,83	5,00	10,65	95,00						
19	Рыба, тушеная в томате с овощами	90	8,66	4,91	4,04	96,00	19	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	9,62	5,46	4,49	106,67						
20	Картофель отварной	180	3,72	10,19	21,52	185,60	20	Картофель отварной	180	3,72	10,19	21,52	185,60						
8	Кисель из свежих ягод	200	0,25	0,10	16,51	71,00	8	Кисель из свежих ягод	200	0,25	0,10	16,51	71,00						
ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	104,00	ГП	Хлеб пшеничный	65	5,20	0,10	26,07	135,20						
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	45	2,21	0,45	20,16	90,00						
	Итого	860	21,79	21,37	89,01	635,60		Итого	940	25,93	21,50	105,90	723,47						
Полдник																			
9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00	136,00	9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00	136,00						
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	150	0,60	0,60	14,70	70,50						
	Итого	300	1,00	0,40	42,80	183,00		Итого	350	1,20	0,60	47,70	206,50						
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.																			
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.																			
Итого за день																			
			Б	Ж	У	Эн/д				Б	Ж	У	Эн/д						
			43,10	34,71	241,42	1459,46				52,22	38,27	280,45	1689,87						

Дети 6-11 лет (дети с пищевой аллергией на молочный белок)

№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
День 5						
Завтрак						
24	Жаркое по-домашнему (азу)	200	23,64	21,09	15,09	344,55
3	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,05	42,00
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	115	0,46	0,46	11,27	54,05
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	41,60
	Итого	555	26,68	21,78	53,38	522,20
Обед						
11	Икра морковная	60	1,26	4,08	8,28	75,00
26	Суп картофельный с бобовыми	250	5,49	5,38	23,56	157,00
27	Гуляш из говядины	90	13,15	16,22	3,22	211,80
1	Макаронные изделия отварные	150	5,71	0,68	33,62	159,00
28	Компот из смеси сухофруктов	200	0,55	0,00	21,13	90,00
ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	104,00
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
	Итого	830	31,63	27,41	122,20	856,80
Полдник						
9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00	136,00
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого	300	1,00	0,40	42,80	183,00
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.						
Итого за день			Б	Ж	У	Эн/л
			59,31	49,59	218,38	1562,00

Дети 12 лет и старше (дети с пищевой аллергией на молочный белок)

№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
День 5						
Завтрак						
24	Жаркое по-домашнему (азу)	200	23,64	21,09	15,09	344,55
3	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,05	42,00
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	115	0,46	0,46	11,27	54,05
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
ГП	Хлеб пшеничный или батон	30	2,40	0,05	12,03	62,40
	Итого	575	27,97	21,90	61,88	563,00
Обед						
11	Икра морковная	100	2,10	6,80	13,80	125,00
26	Суп картофельный с бобовыми	250	5,49	5,38	23,56	157,00
27	Гуляш из говядины	120	17,53	21,63	4,29	282,40
1	Макаронные изделия отварные	180	6,79	0,80	39,97	190,00
28	Компот из смеси сухофруктов	200	0,55	0,00	21,13	90,00
ГП	Хлеб пшеничный	65	5,20	0,10	26,07	135,20
ГП	Хлеб ржаной	45	2,21	0,45	20,16	90,00
	Итого	960	39,87	35,16	148,98	1069,60
Полдник						
9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00	136,00
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	150	0,60	0,60	14,70	70,50
	Итого	350	1,20	0,60	47,70	206,50
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.						
Итого за день			Б	Ж	У	Эн/л
			69,04	57,66	258,56	1839,10

Дети 6-11 лет (дети с пищевой аллергией на молочный белок)

№ ТК (ГТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б			
			4	5	6	
1		3	4	5	6	7
Завтрак						
1	Макаронные изделия отварные	150	5,71	0,68	33,62	159,00
	Яблоко, или груша, или банан, или др.	115	0,46	0,46	11,27	54,05
	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00
	Хлеб пшеничный или багет	20	1,60	0,03	8,02	41,60
3	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,05	42,00
	Итого	505	8,75	1,37	71,91	336,65
Обед						
11	Икра морковная	60	1,26	4,08	8,28	75,00
33	Супи картофельный с мясными фрикадельками из говядины	250	2,70	2,85	18,83	111,25
6	Котлеты или биточки рыбные	90	12,57	2,39	7,72	100,00
35	Рис, припущенный с томатом	150	3,80	8,05	33,51	222,30
8	Кисель из свежих ягод	200	0,25	0,10	16,51	71,00
	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	104,00
	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
	Итого	830	26,05	18,52	117,24	743,55
Полдник						
9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00	136,00
	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого	300	1,00	0,40	42,80	183,00
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.						
Итого за день			Б	Ж	У	Эн/ц
			35,80	20,29	231,95	1263,20

Дети 12 лет и старше (дети с пищевой аллергией на молочный белок)

№ ТК (ГТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б			
			4	5	6	
1		3	4	5	6	7
Завтрак						
1	Макаронные изделия отварные	180	6,79	0,80	39,97	190,00
	Яблоко, или груша, или банан, или др.	115	0,46	0,46	11,27	54,05
	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
	Хлеб пшеничный или багет	30	1,45	1,25	12,45	69,00
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,05	42,00
	Итого	555	10,17	2,81	87,18	415,05
Обед						
	Икра морковная	100	2,10	6,80	13,80	125,00
	Супи картофельный с мясными фрикадельками из говядины	250	2,70	2,85	18,83	111,25
	Котлеты или биточки рыбные	120	16,76	3,19	10,29	133,33
	Рис, припущенный с томатом	180	4,56	9,66	40,21	266,76
	Кисель из свежих ягод	200	0,25	0,10	16,51	71,00
	Хлеб пшеничный	65	5,20	0,10	26,07	135,20
	Хлеб ржаной	45	2,21	0,45	20,16	90,00
	Итого	960	33,78	23,15	145,87	932,54
Полдник						
	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00	136,00
	Яблоко, или груша, или банан, или др.	150	0,60	0,60	14,70	70,50
	Итого	350	1,20	0,60	47,70	206,50
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.						
Итого за день			Б	Ж	У	Эн/ц
			45,15	26,56	280,75	1554,09

Дети 6-11 лет (дети с пищевой аллергией на молочный блок)

Дети 12 лет и старше (дети с пищевой аллергией на молочный блок)

Дети 6-11 лет (дети с пищевой аллергией на молочный блок)										Дети 12 лет и старше (дети с пищевой аллергией на молочный блок)									
День 9										День 9									
№ ТК (ГТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/д (ккал)	№ ТК (ГТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/д (ккал)						
			Б	Ж	У					Б	Ж	У							
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7						
Завтрак																			
39	Каша перловая (или пшеничная, или ячневая, или пшенная)	150	4,74	0,57	34,09	161,00	39	Каша перловая (или пшеничная, или ячневая, или пшенная)	180	5,65	0,68	40,65	191,00						
2	Яйцо вареное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	2	Яйцо вареное	40	5,10	4,60	0,30	63,00						
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00						
ГП	Банан, или груша, или яблоко, или др.	115	1,72	0,57	24,15	110,00	ГП	Банан, или груша, или яблоко, или др.	115	1,72	0,57	24,15	110,00						
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ГП	Хлеб пшеничный или батон	30	2,40	0,05	12,03	62,40						
3	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,05	42,00	3	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,05	42,00						
	Итого	545	14,14	5,97	85,56	457,60		Итого	595	16,34	6,20	100,62	528,40						
Обед																			
17	Зеленый горошек (или кукуруза) отварные	60	1,86	0,12	3,90	24,00	1	Зеленый горошек (или кукуруза) отварные	100	3,10	0,20	6,50	40,00						
37	Суп с рыбными консервами	200	6,78	3,92	11,02	118,40	60	Суп с рыбными консервами	250	8,48	4,90	13,78	148,00						
27	Гуляш из говядины	90	13,15	16,22	3,22	211,80	27	Гуляш из говядины	120	17,53	21,63	4,29	282,40						
38	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,55	7,85	37,08	253,05	38	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,26	9,42	44,50	303,66						
8	Кисель из свежих ягод	200	0,25	0,10	16,51	71,00	8	Кисель из свежих ягод	200	0,25	0,10	16,51	71,00						
ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	104,00	ГП	Хлеб пшеничный	65	5,20	0,10	26,07	135,20						
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	45	2,21	0,45	20,16	90,00						
	Итого	780	36,06	29,26	104,12	842,25		Итого	960	47,03	36,80	131,81	1070,26						
Полдник																			
9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00	136,00	9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00	136,00						
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	150	0,60	0,60	14,70	70,50						
	Итого	300	1,00	0,40	42,80	183,00		Итого	350	1,20	0,60	47,70	206,50						
Норма выдачи спейрий 1,2 гр., соли 1,8 гр.																			
	Итого за день		Б	Ж	У	Эн/д		Итого за день		Б	Ж	У	Эн/д						
			51,20	35,63	232,48	1482,85				64,57	43,60	280,13	1805,16						

Дети 6-11 лет (дети с пищевой аллергией на молочный белок)										Дети 12 лет и старше (дети с пищевой аллергией на молочный белок)									
№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)						Эн/д (ккал)	№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)						Эн/д (ккал)
			День 10			День 10							День 10			День 10			
			Б	Ж	У	Б	Ж	У					Б	Ж	У	Б	Ж	У	
25	Плов из отварной говядины	200	15,06	17,15	39,26			372,00	25	Плов из отварной говядины	200	15,06	17,15	39,26			372,00		
16	Овощи натуральные свежие (или соленные) огурцы	60	0,48	0,06	1,50		8,40		16	Овощи натуральные свежие (или соленные) огурцы	100	0,80	0,10	2,50			14,00		
3	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,05		42,00		3	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,05			42,00		
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95		40,00		ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44			60,00		
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02		41,60		ГП	Хлеб пшеничный или батон	30	2,40	0,05	12,03			62,40		
	Итого	500	18,12	17,44	67,78		504,00			Итого	560	19,73	17,60	77,28			550,40		
40	Морская капуста	Обед							40	Морская капуста	Обед								
60		60	0,50	5,10	0,00		75,00		40	Морская капуста	100	0,83	8,50	0,00			125,00		
5	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,68	4,49	17,85		121,00		5	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,68	4,49	17,85			121,00		
22	Тертели из говядины "ежика"	90	10,77	16,26	11,13		234,00		22	Тертели из говядины "ежика"	100	11,97	18,07	12,37			260,00		
20	Картофель отварной	180	3,72	10,19	21,52		185,60		20	Картофель отварной	180	3,72	10,19	21,52			185,60		
9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00		136,00		9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00			136,00		
ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95		104,00		ГП	Хлеб пшеничный	65	5,20	0,10	26,07			135,20		
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44		60,00		ГП	Хлеб ржаной	45	2,21	0,45	20,16			90,00		
	Итого	860	22,74	37,09	115,89		915,60			Итого	940	26,21	41,80	130,97			1052,80		
9	Сок овощной, фруктовый	Полдник							9	Сок овощной, фруктовый	Полдник								
200		200	0,60	0,00	33,00		136,00		9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00			136,00		
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,40	0,40	9,80		47,00		ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	150	0,60	0,60	14,70			70,50		
300	Итого	300	1,00	0,40	42,80		183,00			Итого	350	1,20	0,60	47,70			206,50		
	Итого за день		Б	Ж	У		Эн/д			Итого за день		Б	Ж	У		Эн/д			
			41,86	54,93	226,47		1602,60					47,14	60,00	255,95		1809,70			
	Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.									Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.									

Средние показатели энергетической ценности и химического состава рациона питания детей 6-11 лет		Пищевые вещества (г)				Эн/л (ккал)
		Б	Ж	У	У	
Итого за 10 дней		427,95	362,05	2256,31		14221,55
Итого за 1 день		35,66	30,17	188,03		1185,13
Средние показатели энергетической ценности и химического состава рациона питания детей 12 лет и старше		Пищевые вещества (г)				Эн/л (ккал)
		Б	Ж	У	У	
Итого за 10 дней		513,24	414,20	2658,41		16721,97
Итого за 1 день		51,32	41,42	265,84		1672,20

Примечание: ГП - готовый продукт.

* в каждой технологической карте указано наименование сборника рецептур блюд и кулинарных изделий и номер рецептуры согласно сборника

Примечание: ГП - готовый продукт.

* в каждой технологической карте указано наименование сборника рецептур блюд и кулинарных изделий и номер рецептуры согласно сборника