

Смирнова

г. Мурманск
Муниципальное бюджетное учреждение
«Центр питания»
СММ/ЗБ



ПРИМЕРНОЕ

ДВАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ГОРЯЧЕГО

ТРЕХРАЗОВОГО ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ

В КАТЕГОРИИ С 5-го по 11-ый класс

Находящихся в общеобразовательных учреждениях г. Мурманска



Утверждаю:
Директор

Муниципального автономного
учреждения образования
города Мурманска

«Центр питания»

А.А. Цыганков

«12» февраля 2024 года.

Адресация	Пример ципки, наименование блюда	Масса порции, г	Исходные вещества (г)			Энергетическая ценность, ккал	Витаминный состав																		
			Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	A	E	Ca	P	Mg	Fe											
ЗАВТРАК																									
1120 УРЦД, Пермь 2013	Каша молочная из рисовой крупы	290	16,88	6,63	47,48	314,13	0,24	0,03	2,19	0,82	164,12	223,00	48,33	0,60											
1120 УРЦД, Пермь 2013	Бутерброд с мясом и сыром	60	2,74	13,84	18,00	207,52	0,05	0,00	60,00	0,50	49,20	13,00	6,05	0,00											
1120 УРЦД, Пермь 2013	Пирожок с яблоком (яблочный)	180	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,00	0,00	0,20	34,00	23,00	13,00	0,30											
499 УРЦД, Пермь 2013	Каша с яблоком сушенным	200	2,20	2,20	22,40	118,00	0,02	0,20	0,01	0,00	62,00	71,00	23,00	1,00											
ИТОГО ЗАВТРАК													630	22,72	24,87	95,98	682,65	0,35	60,23	279,92	1,82	309,32	330,00	90,88	1,99
ОБЕД																									
1120 УРЦД, Пермь 2013	Салат на белокочанной капусте с корнролом	100	1,60	9,27	10,56	136,00	0,03	0,58	0,00	4,93	48,80	35,20	21,18	0,66											
1120 УРЦД, Пермь 2013	Овощной салат	250	2,61	7,99	20,55	157,49	0,02	9,14	9,23	0,25	97,64	92,81	20,00	0,10											
1120 УРЦД, Пермь 2013	Паста "Болоньезе"	210	22,33	16,41	55,31	454,56	0,42	11,20	163,00	4,11	130,25	124,40	16,50	0,05											
108 УРЦД, Пермь 2013	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,06	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55											
1120 УРЦД, Пермь 2013	Пирожок с яблоком (яблочный)	100	0,80	0,40	8,10	42,00	0,02	1,80	0,00	0,30	40,00	34,00	25,00	0,80											
512 УРЦД, Пермь 2013	Компот из яблок, корицы сушеной (черносидный)	200	0,30	0,00	20,10	81,00	0,00	0,80	0,00	0,30	10,00	6,00	3,00	0,60											
ИТОГО ОБЕД													910	31,44	34,27	139,02	993,25	0,30	23,75	255,39	10,16	306,29	374,91	92,68	2,76
УЖИН																									
1120 УРЦД, Пермь 2013	Тертая мясная в соусе сметанно-томатном	110	8,68	10,67	11,99	178,77	0,04	2,11	0,06	1,25	54,41	102,37	18,01	0,51											
1120 УРЦД, Пермь 2013	Картофельная запеканка	720	8,75	11,63	17,76	197,61	0,11	4,98	0,01	0,00	178,92	0,00	0,00	4,29											
108 УРЦД, Пермь 2013	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	164,50	0,08	0,00	0,00	0,77	14,00	45,50	9,80	0,77											
506 УРЦД, Пермь 2013	Кисель из яблок сушеных	200	0,30	0,00	31,10	126,00	0,00	0,10	0,00	0,00	14,00	12,00	3,00	0,70											
ИТОГО УЖИН													600	23,05	22,86	95,29	666,88	0,23	52,14	0,06	2,02	261,34	159,87	31,41	6,27
ПОЛДИНЬ																									
516 УРЦД, Пермь 2013	Брюссельская капуста	250	7,25	6,25	10,00	125,00	0,10	1,75	0,05	0,00	300,00	225,00	35,00	0,25											
513 УРЦД, Пермь 2013	Пирожок пшеничный с капустой	100	7,67	5,33	52,84	290,67	0,03	21,85	0,07	0,63	72,20	62,00	11,00	1,16											
ИТОГО ПОЛДИНЬ													350	14,92	11,58	62,84	415,67	0,13	23,60	0,12	0,63	37,20	28,70	46,00	1,41
ВСЕГО ЗАВТРАК+ОБЕД+УЖИН													1710	77,21	80,00	330,29	2342,38	0,88	344,12	535,37	13,50	906,95	814,78	214,87	10,93
ВСЕГО ЗА УЖИН+ПОЛДИНЬ													6928	68,72	297,84	2091,57	2091,57	0,78	315,58	535,43	12,11	1022,81	941,91	229,66	6,07
ВСЕГО ЗА УЖИН+ПОЛДИНЬ													9233	91,58	393,13	2758,45	2758,45	1,01	367,72	535,49	14,03	1284,15	1107,78	260,47	12,34

№ рецептуры	Продукция, наименование, группа	Масса рецептура, г	Плотность вещества (г)			Удельный вес	Энергетическая ценность, ккал	Витаминный состав						Минеральный состав (мг)					
			Велич	Жирн	Углевод			В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe				
УЛЕТТАК																			
ТРЕ №164	Заправка для творажного сыра (проколочным)	200/301	20,01	21,19	69,46	548,90	0,23	0,01	198,93	0,62	292,35	335,30	87,50	0,25					
112-УРЦП, Пермь 2013	Плоды сливок (группа)	120	0,48	0,36	12,36	26,40	0,02	6,00	0,00	0,48	22,80	44,40	19,30	2,76					
501-УРЦП, Пермь 2013	Кремный напиток-молоком	280	3,20	2,70	15,90	70,00	0,04	1,30	0,02	0,00	126,00	90,00	14,00	0,10					
Итого: УЛЕТТАК		580	24,69	24,25	97,72	664,30	0,29	7,31	198,97	1,19	441,15	459,70	120,70	3,09					
ОСЯИ																			
67-ЗАСН	Овруч сырные	100	0,80	0,10	1,60	13,00	0,03	3,00	0,00	0,00	23,00	24,00	14,00	0,60					
ТРЕ №644	Сыр сырный	300	7,02	9,36	19,38	218,34	0,18	2,31	160,42	2,91	49,80	236,02	85,90	0,03					
ТРЕ №11	Котлетки рыбные (продукты в породе) соевый белок	120	10,38	14,01	9,69	200,00	0,09	0,04	0,04	0,04	207,66	154,22	12,67	0,45					
ТРЕ №1512	Кантованное пюре	230	6,06	9,45	42,13	283,56	0,20	1,02	86,25	0,23	59,80	131,10	16,80	4,83					
109-УРЦП, Пермь 2013	Сметанной	80	5,28	0,96	26,72	139,20	0,14	0,00	0,00	1,12	28,00	126,40	37,60	3,12					
112-УРЦП, Пермь 2013	Пюре из сливок (банан)	100	1,50	0,50	21,00	96,00	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60					
ТРЕ №180	Компот из смеси ягод	200	0,50	0,00	27,00	99,00	0,01	0,50	0,00	0,00	28,00	19,00	7,00	0,14					
Итого: ОСЯИ		1130	34,54	34,88	147,72	1049,10	0,70	18,87	246,71	4,98	404,76	718,74	195,97	9,77					
УЖАН																			
10.1-ЗАСН	Кефирная консервированная	100	2,20	0,40	11,20	58,00	0,02	4,80	0,02	0,00	1,20	50,00	0,00	0,40					
ТРЕ №77	Омлет из печени	120	13,77	14,60	11,12	243,14	0,30	8,64	210,00	0,00	26,40	0,00	0,00	6,24					
ТРЕ №296	Битур джеманский	220	2,64	7,82	38,50	234,96	0,22	1,58	140,00	0,22	24,20	119,99	22,45	0,02					
108-УРЦП, Пермь 2013	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,04	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44					
512-УРЦП, Пермь 2013	Компот из яблок и слив (сладкий) (сироп)	200	0,30	0,00	20,10	81,00	0,00	0,80	0,00	0,00	10,00	6,00	3,00	0,60					
Итого: УЖАН 20-25%		680	21,95	23,14	100,60	711,10	0,58	15,82	350,02	0,66	71,80	201,99	31,05	7,70					
БОЛДНИК																			
516-УРЦП, Пермь 2013	Жагжаса	250	7,25	6,25	10,00	125,00	0,10	14,25	0,05	0,00	300,00	225,00	35,00	0,25					
573-УРЦП, Пермь 2013	Рисовый пудинг-желе	100	13,33	18,00	87,20	537,00	0,12	0,17	0,13	1,20	31,70	95,00	20,00	1,33					
Итого: БОЛДНИК		350	20,58	21,25	97,20	662,00	0,22	14,42	0,18	1,50	331,70	370,00	55,00	1,58					
ВОЕ О.В.З.И.ДЕНЬ С УЖИНОМ																			
Итого: ВОЕ О.В.З.И.ДЕНЬ С УЖИНОМ		7218	81,57	81,57	346,04	2444,50	1,57	42,00	795,70	6,74	912,21	1380,43	347,72	20,56					
ВОЕ О.В.З.И.ДЕНЬ С ПОДНИКОМ																			
Итого: ВОЕ О.В.З.И.ДЕНЬ С ПОДНИКОМ		7581	79,88	79,88	342,64	2395,40	1,24	40,60	445,86	7,28	1172,11	1498,44	371,67	14,44					
ВСЕГО ЗА 3-И ДЕНЬ																			
Итого: ВСЕГО ЗА 3-И ДЕНЬ		9776	103,02	103,02	443,24	3106,50	1,79	56,42	298,88	7,94	1246,01	1700,43	340,72	22,14					

№ рецептуры	Продукты, наименование, количество	Масса порции, г	Итого в рецептуре (г)			Энергетическая ценность, ккал	Витаминизация (мг)							Минеральные вещества (мг)		
			Белки	Жиры	Углеводы		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe		
ЗАВТРАК																
ТТК № 630	Булочка с сыром	60	10,36	7,98	19,67	150,70	0,10	0,00	75,000	0,78	128,22	102,10	9,00	0,90		
ТТК № 591	Капуста печеная мюсливая	250	12,05	14,97	52,17	408,50	0,25	0,00	228,75	0,08	49,31	151,37	37,50	0,25		
Итого в рецептуре (ккал)		150	1,20	0,60	12,15	70,50	0,03	27,000	0,005	60,00	51,00	37,50	1,20			
499 УРЦД. Перев. 2013	Чай с лимонкой	200	0,10	0,00	15,20	61,00	0,00	2,800	0,00	14,20	4,00	2,00	0,40			
ИТОГО ЗАВТРАК																
		660	23,71	22,85	99,39	690,70	0,38	27,780	303,75	0,81	231,73	308,47	86,00	2,75		
ОБЕД																
103 УРЦД	Икра кабачковая	100	2,00	9,00	8,54	122,00	0,02	7,000	0,00	0,00	41,00	38,00	15,00	0,70		
ТТК № 251/1	Шницель свиной капустный	300	3,12	4,20	18,92	125,16	0,12	25,200	1,200	21,60	150,00	109,20	6,00	0,24		
ТТК № 228	Картофельная запеканка с мясом	200	21,02	21,18	63,07	440,48	0,30	5,320	0,00	0,00	260,48	30,60	4,66	0,08		
109 УРЦД. Перев. 2013	Хлеб ржаной	65	4,29	0,78	21,71	113,10	0,12	0,000	0,00	0,91	35,00	102,70	30,53	2,34		
112 УРЦД. Перев. 2013	Пюре картофельное (суповое)	100	0,40	0,30	10,30	47,00	0,02	5,000	0,00	0,40	19,00	12,00	16,00	2,30		
518 УРЦД. Перев. 2013	Сок фруктовый (мультифрукт)	200	1,40	0,00	17,80	136,80	0,09	0,070	0,00	0,98	1,9180	1,5330	0,28	0,31		
ИТОГО ОБЕД																
		965	32,23	35,36	140,14	984,54	0,67	42,59	12,00	23,80	625,28	444,80	72,99	6,07		
УЖИН																
ТТК № 247/1	Выпечка из творога заваренные с сыром	230/50	21,14	23,35	50,98	513,20	0,10	0,56	1,49	1,05	364,65	546,87	60,58	1,49		
112 УРЦД. Перев. 2013	Пюре картофельное (суповое)	120	1,80	0,60	25,20	115,20	0,04	12,000	0,00	0,48	9,60	33,60	50,40	0,72		
ТТК № 283	Кисель из ягод замороженных (брусника)	200	0,20	0,20	22,00	90,00	0,00	0,500	0,00	0,10	4,40	4,70	0,70	0,06		
ИТОГО УЖИН 20-25%																
		600	23,14	24,15	98,18	718,40	0,14	13,06	1,49	1,63	378,65	585,17	111,68	2,27		
ПОУДИНК																
516 УРЦД. Перев. 2013	Аппетитный	250	7,25	6,25	10,00	125,00	0,10	14,250	0,05	0,00	300,00	225,00	35,00	0,25		
55 ОРКМВК	Булочка мясная с вареном	100	14,90	16,40	57,60	436,00	0,13	4,700	0,12	2,43	450,22	104,72	43,15	1,72		
Мушкетер 1988	Итого в подлинке	350	22,15	22,65	67,60	561,00	0,23	18,95	0,17	2,43	345,22	359,72	78,15	1,97		
	Рисово-яч. 5-и-днев. с суповым		79,08	82,46	337,21	2393,64	1,19	328,45	317,04	26,33	1255,66	1338,44	270,17	11,13		
	БЕЛО-ЯЧ. 5-И-ДЕНЬ с подлинком		78,09	80,96	307,18	2236,24	1,28	334,34	315,92	28,13	1222,23	1112,99	226,64	10,89		
	БЕЛО-ЯЧ. 5-И-ДЕНЬ		101,23	108,11	405,31	2954,64	1,42	347,40	317,41	28,76	1600,88	1698,16	348,32	13,16		

№ п/п	№ пачеты/группы	Имя ребенка, наименование группы	Масса попушки, г	Итоговые результаты (г)			Усредненные значения	Витаминный состав (мкг)					Минеральный состав (мг)			
				Витамин А	Витамин С	Витамин Е		Витамин В1	Витамин В2	Витамин В6	Витамин В12	Витамин Р	Магний	Кальций	Железо	Цинк
ЗАРПАК																
1	ТТК № 203	Бутерброд с сыром и мясом	70	7,98	6,72	14,84	151,76	0,07	0,00	0,20	89,75	71,47	6,30	0,63		
2	ТТК № 2701	Каша рисовая молочная	240	12,94	13,86	48,73	362,49	0,17	0,00	246,66	1,16	139,70	20,67	22,45	0,80	
3	ТТК УРЦП Пермь 2013	Лепешки с яблоком (суши)	100	6,40	0,80	10,80	47,00	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	12,00	16,00	2,30	
4	499 УРЦП Пермь 2013	Каша с яблоком, сушеным	200	2,20	2,20	22,40	118,00	0,07	0,20	0,01	0,00	62,00	7,00	23,00	1,00	
ИТОГО ЗАРПАК																
ОБЕД																
5	119 УРЦП Пермь 2013	Яйца сваренные	100	2,53	7,10	10,40	115,00	0,03	7,90	0,00	3,80	44,00	58,00	30,00	1,18	
6	ТТК № 1881	Суп с картофельными клецками	300	6,87	8,40	17,28	208,80	0,20	0,30	165,00	1,74	144,00	98,40	12,00	0,42	
7	ТТК № 88	Шницель мясной с соусом сметанным	105	11,22	7,52	11,91	141,48	0,06	0,02	0,03	0,45	26,06	126,32	17,13	0,06	
8	ТТК № 1501	Картофельное пюре	220	5,80	9,04	40,57	271,24	0,20	0,98	82,50	0,22	57,20	123,40	35,20	4,62	
9	108 УРЦП Пермь 2013	Хлеб пшеничный	80	6,08	0,64	39,36	188,00	0,09	0,00	0,00	0,88	16,00	52,00	11,20	0,88	
10	112 УРЦП Пермь 2013	Лепешки с яблоком (суши)	100	0,90	0,90	8,10	42,00	0,04	60,00	0,00	0,20	34,00	23,00	13,00	0,30	
11	512 УРЦП Пермь 2013	Каша из пшеничной муки с яблоком (суши)	200	0,50	0,00	20,10	81,00	0,00	0,80	0,00	0,00	10,00	6,00	3,00	0,60	
ИТОГО ОБЕД																
УЖИН																
12	40 Лепешки прип. 2007	Салат картофельный с морковью и салатом горошком	100	1,95	1,88	9,20	77,62	0,10	15,28	0,00	4,00	20,00	67,15	25,71	1,00	
13	ТТК № 5	Тертая картошка (пюре) с овощами	120	9,10	9,52	18,80	195,20	0,02	2,00	0,02	0,21	18,88	7,70	19,98	0,64	
14	ТТК № 1551	Картофельная запеканка	200	7,96	10,58	16,15	179,65	0,10	45,32	0,00	0,00	162,67	0,00	0,00	3,90	
15	112 УРЦП Пермь 2013	Лепешки с яблоком (суши)	100	0,80	0,70	7,80	38,00	0,06	38,00	0,00	0,20	35,00	11,00	17,00	0,10	
16	108 УРЦП Пермь 2013	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	106,75	0,02	0,00	0,50	9,00	29,25	6,30	0,50		
17	512 УРЦП Пермь 2013	Каша из пшеничной муки с яблоком (суши)	200	0,30	0,00	20,10	81,00	0,00	0,80	0,00	0,00	10,00	6,00	3,00	0,60	
ИТОГО УЖИН 20,5%																
ПОЛУЧЕНИЕ																
18	516 УРЦП Пермь 2013	Простокваша	250	7,25	6,25	10,00	125,00	0,10	1,73	0,05	0,00	300,00	225,00	33,00	0,25	
19	565 УРЦП Пермь 2013	Сырковая лепешка	100	8,4	16,6	87,8	534	0,10	0,00	0,08	1,12	13,63	53,30	10,00	0,83	
ИТОГО ПОЛУЧЕНИЕ																
ВЕТО ЗА ВЕСАМИ																
ВЕТО ЗА ВЕСАМИ																
ИТОГО ЗА ВЕСАМИ																
20	516 УРЦП Пермь 2013	Простокваша	250	7,25	6,25	10,00	125,00	0,10	1,73	0,05	0,00	300,00	225,00	33,00	0,25	
21	565 УРЦП Пермь 2013	Сырковая лепешка	100	8,4	16,6	87,8	534	0,10	0,00	0,08	1,12	13,63	53,30	10,00	0,83	
ИТОГО ПОЛУЧЕНИЕ																
ВЕТО ЗА ВЕСАМИ																
ВЕТО ЗА ВЕСАМИ																
ИТОГО ЗА ВЕСАМИ																
22	516 УРЦП Пермь 2013	Простокваша	250	7,25	6,25	10,00	125,00	0,10	1,73	0,05	0,00	300,00	225,00	33,00	0,25	
23	565 УРЦП Пермь 2013	Сырковая лепешка	100	8,4	16,6	87,8	534	0,10	0,00	0,08	1,12	13,63	53,30	10,00	0,83	
ИТОГО ПОЛУЧЕНИЕ																
ВЕТО ЗА ВЕСАМИ																
ВЕТО ЗА ВЕСАМИ																
ИТОГО ЗА ВЕСАМИ																
24	516 УРЦП Пермь 2013	Простокваша	250	7,25	6,25	10,00	125,00	0,10	1,73	0,05	0,00	300,00	225,00	33,00	0,25	
25	565 УРЦП Пермь 2013	Сырковая лепешка	100	8,4	16,6	87,8	534	0,10	0,00	0,08	1,12	13,63	53,30	10,00	0,83	
ИТОГО ПОЛУЧЕНИЕ																
ВЕТО ЗА ВЕСАМИ																
ВЕТО ЗА ВЕСАМИ																
ИТОГО ЗА ВЕСАМИ																
26	516 УРЦП Пермь 2013	Простокваша	250	7,25	6,25	10,00	125,00	0,10	1,73	0,05	0,00	300,00	225,00	33,00	0,25	
27	565 УРЦП Пермь 2013	Сырковая лепешка	100	8,4	16,6	87,8	534	0,10	0,00	0,08	1,12	13,63	53,30	10,00	0,83	
ИТОГО ПОЛУЧЕНИЕ																
ВЕТО ЗА ВЕСАМИ																
ВЕТО ЗА ВЕСАМИ																
ИТОГО ЗА ВЕСАМИ																
28	516 УРЦП Пермь 2013	Простокваша	250	7,25	6,25	10,00	125,00	0,10	1,73	0,05	0,00	300,00	225,00	33,00	0,25	
29	565 УРЦП Пермь 2013	Сырковая лепешка	100	8,4	16,6	87,8	534	0,10	0,00	0,08	1,12	13,63	53,30	10,00	0,83	
ИТОГО ПОЛУЧЕНИЕ																
ВЕТО ЗА ВЕСАМИ																
ВЕТО ЗА ВЕСАМИ																
ИТОГО ЗА ВЕСАМИ																
30	516 УРЦП Пермь 2013	Простокваша	250	7,25	6,25	10,00	125,00	0,10	1,73	0,05	0,00	300,00	225,00	33,00	0,25	
31	565 УРЦП Пермь 2013	Сырковая лепешка	100	8,4	16,6	87,8	534	0,10	0,00	0,08	1,12	13,63	53,30	10,00	0,83	
ИТОГО ПОЛУЧЕНИЕ																
ВЕТО ЗА ВЕСАМИ																
ВЕТО ЗА ВЕСАМИ																
ИТОГО ЗА ВЕСАМИ																
32	516 УРЦП Пермь 2013	Простокваша	250	7,25	6,25	10,00	125,00	0,10	1,73	0,05	0,00	300,00	225,00	33,00	0,25	
33	565 УРЦП Пермь 2013	Сырковая лепешка	100	8,4	16,6	87,8	534	0,10	0,00	0,08	1,12	13,63	53,30	10,00	0,83	
ИТОГО ПОЛУЧЕНИЕ																
ВЕТО ЗА ВЕСАМИ																
ВЕТО ЗА ВЕСАМИ																
ИТОГО ЗА ВЕСАМИ																
34	516 УРЦП Пермь 2013	Простокваша	250	7,25	6,25	10,00	125,00	0,10	1,73	0,05	0,00	300,00	225,00	33,00	0,25	
35	565 УРЦП Пермь 2013	Сырковая лепешка	100	8,4	16,6	87,8	534	0,10	0,00	0,08	1,12	13,63	53,30	10,00	0,83	
ИТОГО ПОЛУЧЕНИЕ																
ВЕТО ЗА ВЕСАМИ																
ВЕТО ЗА ВЕСАМИ																
ИТОГО ЗА ВЕСАМИ																
36	516 УРЦП Пермь 2013	Простокваша	250	7,25	6,25	10,00	125,00	0,10	1,73	0,05	0,00	300,00	225,00	33,00	0,25	
37	565 УРЦП Пермь 2013	Сырковая лепешка	100	8,4	16,6	87,8	534	0,10	0,00	0,08	1,12	13,63	53,30	10,00	0,83	
ИТОГО ПОЛУЧЕНИЕ																
ВЕТО ЗА ВЕСАМИ																
ВЕТО ЗА ВЕСАМИ																
ИТОГО ЗА ВЕСАМИ																
38	516 УРЦП Пермь 2013	Простокваша	250	7,25	6,25	10,00	125,00	0,10	1,73	0,05	0,00	300,00	225,00	33,00	0,25	
39	565 УРЦП Пермь 2013	Сырковая лепешка	100	8,4	16,6	87,8	534	0,10	0,00	0,08	1,12	13,63	53,30	10,00	0,83	
ИТОГО ПОЛУЧЕНИЕ																
ВЕТО ЗА ВЕСАМИ																
ВЕТО ЗА ВЕСАМИ																
ИТОГО ЗА ВЕСАМИ																
40	516 УРЦП Пермь 2013	Простокваша	250	7,25	6,25	10,00	125,00	0,10	1,73	0,05	0,00	300,00	225,00	33,00	0,25	
41	565 УРЦП Пермь 2013	Сырковая лепешка	100	8,4	16,6	87,8	534	0,10	0,00	0,08	1,12	13,63	53,30	10,00	0,83	
ИТОГО ПОЛУЧЕНИЕ																
ВЕТО ЗА ВЕСАМИ																
ВЕТО ЗА ВЕСАМИ																
ИТОГО ЗА ВЕСАМИ																
42	516 УРЦП Пермь 2013	Простокваша	250	7,25	6,25	10,00	125,00	0,10	1,73	0,05	0,00	300,00	225,00	33,00	0,25	
43	565 УРЦП Пермь 2013	Сырковая лепешка	100	8,4	16,6	87,8	534	0,10	0,00	0,08	1,12	13,63	53,30	10,00	0,83	
ИТОГО ПОЛУЧЕНИЕ																
ВЕТО ЗА ВЕСАМИ																
ВЕТО ЗА ВЕСАМИ																
ИТОГО ЗА ВЕСАМИ																
44	516 УРЦП Пермь 2013	Простокваша	250	7,25	6,25	10,00	125,00	0,10	1,73	0,05	0,00	300,00	225,00	33,00	0,25	
45	565 УРЦП Пермь 2013	Сырковая лепешка	100	8,4	16,6	87,8	534	0,10	0,00	0,08	1,12	13,63	53,30	10,00	0,83	
ИТОГО ПОЛУЧЕНИЕ																
ВЕТО ЗА ВЕСАМИ																
ВЕТО ЗА ВЕСАМИ																
ИТОГО ЗА ВЕСАМИ																
46	516 УРЦП Пермь 2013	Простокваша	250	7,25	6,25	10,00	125,00	0,10	1,73	0,05	0,00	300,00	225,00	33,00	0,25	
47	565 УРЦП Пермь 2013	Сырковая лепешка	100	8,4	16,6	87,8	534	0,10	0,00	0,08	1,12	13,63	53,30	10,00	0,83	
ИТОГО ПОЛУЧЕНИЕ																
ВЕТО ЗА ВЕСАМИ																
ВЕТО ЗА ВЕСАМИ																
ИТОГО ЗА ВЕСАМИ																
48	516 УРЦП Пермь 2013	Простокваша	250	7,25	6,25	10,00	125,00	0,10	1,73	0,05	0,00	300,00	225,00	33,00	0,25	
49	565 УРЦП Пермь 2013	Сырковая лепешка	100	8,4	16,6	87,8	534	0,10	0,00	0,08	1,12	13,63	53,30	10,00	0,83	
ИТОГО ПОЛУЧЕНИЕ																
ВЕТО ЗА ВЕСАМИ																
ВЕТО ЗА ВЕСАМИ																
ИТОГО ЗА ВЕСАМИ																
50	516 УРЦП Пермь 2013	Простокваша	250	7,25	6,25	10,00	125,00	0,10	1,73	0,05	0,00	300,00	225,00	33,00	0,25	
51	565 УРЦП Пермь 2013	Сырковая лепешка	100	8,4	16,6	87,8	534	0,10	0,00	0,08	1,12	13,63	53,30	10,00	0,83	
ИТОГО ПОЛУЧЕНИЕ																
ВЕТО ЗА ВЕСАМИ																
ВЕТО ЗА ВЕСАМИ																
ИТОГО ЗА ВЕСАМИ																
52	516 УРЦП Пермь 2013	Простокваша	250	7,25	6,25	10,00	125,00	0,10	1,73	0,05	0,00	300,00	2			

Меню: 10 дней

531110000

№ рецептуры	Пример пищевого назначения блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, ккал	Вит	Минеральные вещества (мг)						
			Всич	Жиры	Углеводы			Вит А	Вит В	Вит С	Вит Е	Вит К	Вит Р	Вит Мг
116 № 145/1	Каша геркулесовая, молочная	230	16,87	1,64	60,77	371,76	0,32	0,02	197,69	0,92	113,65	193,29	37,03	0,12
116 № 145/2	Бульон с картофелем	66	2,74	10,04	18,00	207,52	0,05	0,00	60,00	0,30	49,20	13,00	6,05	1,28
112 УРЦП, Пермь 2013	Пюре свежесваренное (картофель)	100	0,80	0,20	7,50	36,00	0,05	38,00	0,20	35,00	1,00	17,00	0,10	0,10
501 УРЦП, Пермь 2013	Кофейный напиток с сахаром	200	3,20	2,70	15,90	79,00	0,04	1,30	0,02	0,00	126,00	90,00	14,00	0,10
	Итого в обед	596	23,61	24,58	102,17	696,28	0,27	15,30	345,62	1,42	276,78	180,06	72,05	13,38
	Обед													
104 № 65/1	Кукуруза консервированная	100	2,20	0,40	11,20	58,00	0,02	4,80	0,02	0,00	3,20	50,00	0,00	0,40
104 № 65/2	Борщ	300	5,02	9,75	34,14	184,28	0,12	27,78	37,20	50,00	126,00	126,00	6,00	0,05
112 УРЦП, Пермь 2013	Фрикадельки из оленины в соусе брусничном	120	10,58	14,58	21,99	206,83	0,03	4,15	1,15	1,35	204,58	143,00	17,10	13,00
112 УРЦП, Пермь 2013	Каша гречневая с маслом и луком	220	9,78	7,59	29,09	246,57	0,07	0,00	213,88	0,97	85,89	217,49	9,77	0,10
108 УРЦП, Пермь 2013	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141,00	0,07	0,00	0,00	0,66	12,00	39,00	8,40	0,66
518 УРЦП, Пермь 2013	Сок фруктовый (мультифрукт)	200	1,40	0,00	17,80	136,80	0,09	0,07	0,00	0,98	119,80	151,30	0,28	0,31
	Итого в обед	1000	33,54	32,40	143,74	973,48	0,40	36,80	366,10	53,96	551,27	728,79	41,50	14,53
	Ужин													
112 УРЦП, Пермь 2013	Оладьи с молоком и сметаной	200/80	21,96	23,37	69,66	565,01	0,30	5,18	141,35	5,85	321,33	239,34	39,17	2,00
112 УРЦП, Пермь 2013	Пюре свежесваренное (овсяное)	120	0,96	0,48	9,72	56,40	0,02	216,00	0,00	0,36	48,00	40,80	3,00	0,96
519 УРЦП, Пермь 2013	Шашлык свиной	200	0,70	0,50	21,22	97,00	0,01	70,00	0,00	0,00	12,00	3,00	3,00	1,50
	Итого в ужин 50-25%	600	23,62	24,15	100,60	718,41	0,33	291,18	141,35	6,21	381,33	283,14	72,17	4,46
	Полдник													
516 УРЦП, Пермь 2013	Английский	250	7,25	6,25	10,00	125,00	0,10	14,25	0,05	0,00	300,00	225,00	35,00	0,25
146, Сораник шк 2007	Кефир Столичный	100	4,61	22,80	61,54	469,00	0,00	0,10	0,00	0,00	24,20	0,00	5,30	0,46
	Итого в полдник	350	11,86	29,05	71,54	594,00	0,10	14,35	0,05	0,00	324,20	225,00	40,30	0,71
	Обедо-ужинный десерт													
	Всего за 10 дней в среднем		80,77	81,13	346,51	2389,47	1,00	343,23	853,07	61,59	1269,38	1191,09	185,72	32,57
	Всего за 10 дней в полднике		69,01	86,03	317,45	2263,76	0,77	66,45	711,17	55,38	1157,29	1133,85	153,85	28,62
	Всего за 10 дней		92,63	100,18	418,05	2982,17	1,10	357,63	853,12	61,59	1533,58	1416,99	226,02	33,08

Меню: 12 день

5-11мг/дц

№ рецептуры	Имя пациента, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, ккал	Минеральные вещества (мг)																		
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Кс											
ЗАВТРАК																									
ТК № 259/1	Каша молочная из пшеничной крупы	290	16,88	6,63	47,48	314,13	0,24	0,03	219,91	0,82	164,17	223,00	48,33	0,60											
ТК № 188	Булочка с маслом и джемом	60	2,74	13,84	18,00	207,52	0,05	0,00	60,00	0,30	49,20	13,00	6,05	0,00											
112 УРЛПТ. Бермя 2013	Пирожок свежий (вафельный)	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	60,00	0,00	0,20	34,00	23,00	13,00	0,30											
499 УРЛПТ. Бермя 2013	Канно с кефиром сушенным	200	2,20	2,20	22,40	118,00	0,02	0,20	0,01	0,00	64,00	71,00	23,00	1,00											
ИТОГО ЗАВТРАК													650	22,72	22,87	92,98	664,65	0,35	60,23	279,92	191,32	309,92	330,00	90,38	1,90
ОБЕД																									
4 УРЛПТ. Бермя 2013	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,60	9,77	10,56	136,00	0,03	30,48	0,00	1,95	48,40	35,20	21,18	0,66											
ТК № 210/1	Соколитик	250	2,61	7,39	20,15	157,19	0,07	9,17	92,39	0,35	97,64	97,81	20,00	0,10											
ТК № 365	Паста "Болоньезе"	240	22,33	16,41	53,31	454,56	0,12	11,20	163,00	4,11	130,25	124,40	16,50	0,05											
108 УРЛПТ. Бермя 2013	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,06	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55											
112 УРЛПТ. Бермя 2013	Людоедские (квас)	100	0,80	0,40	8,10	47,00	0,02	180,00	0,00	0,30	40,00	34,00	25,00	0,80											
512 УРЛПТ. Бермя 2013	Компот из яблок (квас) аром. сушеных (ферментиров)	200	0,30	0,30	20,10	81,00	0,00	0,80	0,00	0,00	10,00	6,00	3,00	0,60											
ИТОГО ОБЕД													910	31,44	34,27	139,02	993,25	0,30	231,75	255,39	10,16	336,29	324,91	92,68	2,76
УЖИН																									
ТК № 60	Тертая мякоть в соусе сметанно-томатном	110	8,68	10,67	11,99	178,72	0,04	2,18	0,06	1,25	54,41	107,37	18,64	0,51											
ТК № 155	Каша овсяная "шучая"	220	8,75	11,63	17,76	197,61	0,11	49,86	0,00	0,00	178,93	0,00	0,00	4,29											
108 УРЛПТ. Бермя 2013	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	164,50	0,08	0,00	0,00	0,72	14,00	43,50	9,80	0,77											
506 УРЛПТ. Бермя 2013	Квас из ржаной сушеной	200	0,30	0,00	31,10	126,00	0,00	0,10	0,00	0,00	14,00	12,00	3,00	0,70											
ИТОГО УЖИН 20:35%													680	23,05	22,86	95,29	666,88	0,23	52,14	0,06	2,02	261,34	159,87	31,41	6,27
ТОДАНИК																									
516 УРЛПТ. Бермя 2013	Простокваша	250	7,25	6,25	10,00	125,00	0,10	1,75	0,05	0,00	300,00	225,00	35,00	0,25											
543 УРЛПТ. Бермя 2013	Пирожок тепленький с капустой	100	7,87	5,33	52,84	290,67	0,03	21,85	0,07	0,69	77,20	62,00	11,00	1,16											
ИТОГО ТОДАНИК													350	15,12	11,58	62,84	415,67	0,13	23,60	0,12	0,65	377,20	287,00	46,00	1,41
ВСЕГО ЗА 12 И ДЕНЬ В УЖИНЕ														77,21	80,00	330,29	2342,78	0,88	344,12	535,37	13,50	906,95	814,78	214,47	10,93
ВСЕГО ЗА 12 И ДЕНЬ ПОЛИПРОМ														69,48	68,72	297,84	2091,57	0,78	315,58	535,43	12,11	1022,81	941,91	229,06	6,07
ВСЕГО ЗА 12 И ДЕНЬ														92,33	91,58	393,13	2758,45	1,01	367,72	535,49	14,13	1284,15	1101,78	260,47	12,34

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порция, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, ккал	Витаминный (мг)						Минеральные вещества (мг)		
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Кг	
ЗКАВТРАК															
ПТК № 630	Бульон с сельдью	60	10,16	7,88	19,87	150,70	0,10	0,00	75,00	0,28	128,23	107,0	9,00	0,90	
ПТК № 551	Каша пшеничная молочная	250	12,05	14,97	53,17	408,50	0,25	0,00	22,872	0,08	79,31	151,37	37,50	0,25	
ПТК № 2013	Плов с овощами (тыква)	150	1,20	0,80	12,15	70,50	0,03	270,00	0,00	0,45	60,00	51,00	37,50	1,20	
494 УРЦД, Пермь 2013	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	61,00	0,00	2,80	0,00	0,00	14,20	4,00	2,00	0,40	
ИТОГО В ЗАВТРАК															
			660	23,71	22,85	99,29	600,70	0,38	272,80	103,75	0,81	251,73	308,47	86,60	2,75
ОБЕД															
102 УРЦД	Икра крапивоная	100	2,00	9,00	8,54	122,00	0,02	7,00	0,00	0,00	41,00	37,00	15,00	0,70	
ПТК № 287/1	Шницель говяжий капустный	300	3,12	4,20	18,92	125,16	0,12	25,20	12,00	21,60	150,00	109,20	6,00	0,24	
ПТК № 228	Картофельная запеканка с мясом	200	21,02	21,18	63,07	440,48	0,30	5,32	0,00	0,00	260,48	30,60	4,66	0,08	
109 УРЦД, Пермь 2013	Хлеб ржаной	65	4,29	0,78	21,71	113,10	0,12	0,00	0,00	0,91	35,00	102,70	30,55	2,54	
ПТК № 283	Пшени. свежее (груша)	100	0,40	0,30	10,30	47,00	0,03	5,00	0,00	0,40	19,00	12,00	16,00	2,30	
ПТК № 283	Сок фруктовый (мультифрукт)	200	1,40	0,00	17,80	136,80	0,09	0,07	0,00	0,98	119,80	153,10	0,28	0,31	
518 УРЦД, Пермь 2013	Сок фруктовый (мультифрукт)	965	32,23	35,46	140,14	984,54	0,67	42,59	12,00	23,89	625,28	444,80	72,40	6,17	
УЖИН															
ПТК № 247/1	Сырники из творога запеченные с джемом	230/50	21,14	23,15	50,98	513,20	0,10	0,56	1,49	1,05	364,65	546,87	60,58	1,49	
ПТК № 283	Плов свежее (банан)	120	1,80	0,60	25,20	115,20	0,04	12,00	0,00	0,48	9,60	33,60	50,40	0,72	
ПТК № 283	Кисель из яч. мол. замороженный (брусника)	200	0,20	0,20	22,00	90,00	0,00	0,50	0,00	0,10	4,40	4,70	0,70	0,06	
ИТОГО В УЖИН 100,25%															
			600	23,14	24,15	98,18	718,40	0,14	13,06	1,49	1,63	378,65	585,17	111,68	2,27
ПОЛДНИК															
516 УРЦД, Пермь 2013	Апельсины	250	7,25	6,25	10,00	125,00	0,10	14,25	0,05	0,00	300,00	225,00	35,00	0,25	
53 СРЕДНЯЯ	Булочка чайная с корицей	100	14,90	16,40	57,60	436,00	0,13	4,70	0,12	2,45	43,22	134,72	43,15	1,72	
Мучащиеся 1988	Итого в полдник	350	22,15	22,65	67,60	561,00	0,23	18,95	0,17	2,43	345,22	359,72	78,15	1,97	
ВСЕГО ЗА 15-И ДЕНЬ С УЖИНОМ															
			79,08	83,46	337,71	2393,64	4,19	328,45	317,24	26,03	1245,66	1338,44	270,17	111,19	
ВСЕГО ЗА 15-И ДЕНЬ С ПОЛДНИКОМ															
			78,09	80,96	307,13	2236,24	4,28	334,94	315,92	27,13	1222,23	1112,59	236,64	10,89	
ВСЕГО ЗА 15-И ДЕНЬ															
			101,23	105,11	408,31	2954,64	1,42	347,40	317,41	28,76	1600,88	1698,16	348,52	13,16	

№ рецептуры	Прём пицц, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)							
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe					
	ЗАВТРАК																		
ТТК № 188	Бутерброд с маслом и джемом	60	2,74	13,84	18,00	207,52	0,05	0,00	60,00	0,30	49,20	13,00	6,05	1,28					
ТТК № 655	Каша ячневая молочная	250	15,49	5,48	46,62	289,78	0,25	0,00	239,68	15,00	118,75	118,75	26,25	4,50					
112 УРЦД, Пермь 2013	Шоколы свежие (мандарины)	100	0,80	0,20	7,50	38,00	0,06	38,00	0,00	0,20	35,00	11,00	17,00	0,10					
496 УРЦД, Пермь 2013	Какао с молоком	200	3,60	3,30	25,00	144,00	0,04	1,30	0,02	0,00	124,00	110,00	27,00	0,80					
	ИТОГО В ЗАВТРАК	610	22,63	22,82	97,12	679,30	0,40	39,30	299,70	15,50	336,95	252,75	76,30	6,68					
	ОБЕД																		
4 УРЦД, Пермь 2013	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,60	9,77	10,56	136,00	0,03	30,58	0,00	4,95	48,40	35,20	21,18	0,66					
ТТК № 265/1	Сяскольник	300	3,14	8,75	24,42	188,62	0,08	11,00	110,87	0,30	117,17	111,38	24,00	0,10					
ТТК № 28	Рыба (тресковых пород) тушеная в томате с овощами	70/70	16,64	7,84	8,22	176,43	0,05	11,90	350,00	2,41	202,66	326,58	31,20	0,00					
414 УРЦД, Пермь 2013	Рис отварной	200	4,91	8,00	45,00	272,80	0,04	0,00	0,05	0,39	6,80	94,40	30,40	0,71					
108 УРЦД, Пермь 2013	Хлеб пшеничный	55	4,18	0,44	27,06	129,25	0,06	0,00	0,00	0,61	11,00	35,75	7,70	0,61					
112 УРЦД, Пермь 2013	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20					
519 УРЦД, Пермь 2013	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	21,22	97,00	0,01	70,00	0,00	0,00	12,00	3,00	3,00	1,50					
	ИТОГО В ОБЕД	1080	31,57	35,50	146,28	1047,10	0,30	133,48	460,92	8,86	414,03	617,31	126,48	5,78					
	УЖИН																		
119 УРЦД, Пермь 2013	Икра морковная	100	2,53	7,10	10,40	115,00	0,03	7,90	0,00	3,80	44,00	58,00	30,00	1,18					
ТТК №8	Шницель мясной с соусом сметанным	105	11,22	7,59	11,91	141,48	0,06	0,02	0,03	0,45	26,06	126,32	17,13	0,06					
ТТК № 207/1	Картофель отварной с луком	210	4,66	9,18	38,38	279,72	0,21	1,70	85,10	0,23	55,12	26,77	44,88	0,07					
108 УРЦД, Пермь 2013	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,25	0,04	0,00	0,00	0,39	7,00	22,75	4,90	0,39					
512 УРЦД, Пермь 2013	Компот из плодов или ягод сушеных (черносильв)	200	0,30	0,00	20,10	81,00	0,00	0,80	0,00	0,00	10,00	6,00	3,00	0,60					
	ИТОГО в УЖИН 20-25%	650	21,37	24,15	98,01	699,45	0,34	10,42	85,13	4,86	142,18	239,84	99,91	2,30					
	ПОЛДНИК																		
4.1.50Скур	Продукт кислородный сладкий "Снежок"	250	7,50	6,25	27,50	202,00	0,08	1,50	0,05	0,00	297,50	227,50	35,00	0,25					
53 СРКМВКИ, Мурманск 1988.	Рожок песочный с маком	100	6,67	11,67	51,17	456,84	0,13	0,00	0,12	1,93	25,00	112,80	16,67	1,45					
	ИТОГО В ПОЛДНИК	350	14,17	17,92	78,67	658,84	0,21	1,50	0,17	1,93	322,50	340,30	51,67	1,70					
	ВСЕГО ЗА 16-Й ДЕНЬ с ужином		75,57	82,47	341,41	2425,85	1,04	183,20	845,75	29,22	883,16	1109,90	302,69	14,75					
	ВСЕГО ЗА 16-Й ДЕНЬ с полдником		68,37	76,24	322,07	2385,24	0,91	174,28	760,79	26,29	1063,48	1210,36	254,45	14,16					
	ВСЕГО ЗА 16-Й ДЕНЬ		89,74	100,39	420,08	3084,69	1,24	184,70	845,92	31,15	1205,66	1450,20	354,36	16,45					

№ рецептуры	Группа пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Питательные вещества (г)			Энергетическая ценность, ккал	Витаминизация (мг)						Минеральные вещества (мг)																						
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	К																					
ЗАВТРАК																																			
№ 271	Бульон с маслом	70	6,70	9,84	19,80	194,56	0,09	0,00	59,00	0,00	8,22	57,00	32,00	5,00																					
№ 272	Макаронные изделия отварные с сыром	220/60	17,33	14,46	64,44	457,90	0,23	0,02	306,77	1,43	272,91	183,42	33,11	5,38																					
493 УРЦП, Пермь 2013	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,00	0,00	11,00	3,00	1,00	0,30																					
ИТОГО ЗАВТРАК															550	24,13	24,30	99,24	711,86	0,32	0,02	365,77	1,43	292,16	243,42	66,11	10,68								
ОБЕД																																			
10.1.1 суп	Горюшек с сельдью	100	3,10	0,20	6,50	40,00	0,12	10,00	0,30	0,00	20,00	62,00	21,00	0,70																					
ТТК № 2041	Суп с фрикадельками	230/20	6,33	10,30	28,00	263,58	0,17	10,06	119,32	1,16	180,29	75,90	7,66	0,21																					
ТТК № 2011	Жаркое по-польски	50/150	17,99	20,47	46,78	403,40	0,00	4,60	160,00	0,01	184,66	140,67	2,27	0,06																					
112 УРЦП, Пермь 2013	Блюдо свежее (сыр)	100	0,80	0,40	8,10	47,00	0,02	180,00	0,00	0,30	40,00	34,00	25,00	0,80																					
108 УРЦП, Пермь 2013	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	164,50	0,08	0,00	0,77	14,00	45,50	9,80	0,77																						
ТТК № 266	Компот из брусники и яблок	200	0,40	0,20	13,70	58,20	0,02	16,70	0,00	0,10	8,10	6,40	6,30	0,29																					
ИТОГО ОБЕД															920	33,94	32,13	137,52	976,68	0,41	221,36	279,62	2,34	447,05	364,47	72,03	2,83								
УЖИН																																			
76 УРЦП, Пермь 2013	Винегрет овощной	100	1,30	10,32	6,80	130,00	0,04	8,40	0,00	4,60	23,00	40,00	18,00	0,80																					
ТТК № 0412 Урц	Котлета куриная с сыром, соус сметанный	120	7,90	5,76	15,82	135,50	0,11	15,48	0,07	0,61	150,49	95,59	25,23	1,06																					
ТТК № 0311	Каша гречневая рассыпчатая	220	9,78	7,39	29,69	246,57	0,07	0,00	213,88	0,97	85,89	217,49	9,72	0,10																					
108 УРЦП, Пермь 2013	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,90	58,75	0,03	0,00	0,00	0,28	5,00	16,25	3,50	0,28																					
ТТК № 180	Компот из смеси ягод	200	0,50	0,00	27,00	99,00	0,01	0,50	0,00	0,00	28,00	19,00	7,00	0,14																					
ИТОГО УЖИН 20-25%															465	21,38	23,67	91,01	669,82	0,43	25,74	159,78	1,23	146,81	190,04	53,68	1,22								
ПОДЛИНК																																			
516 УРЦП, Пермь 2013	Сыр	250	7,25	6,25	10,00	125,00	0,10	1,75	0,05	0,00	300,00	225,00	35,00	0,25																					
583 УРЦП, Пермь 2013	Ширококоп, персидский с картошкой	100	8,16	6,80	58,13	326,80	0,09	3,81	0,00	0,63	11,50	49,80	18,80	0,75																					
ИТОГО В ПОДЛИНК															350	15,41	13,05	68,13	451,80	0,19	5,56	0,05	0,63	311,50	274,80	53,80	1,00								
ВСЕГО ЗА ПИТАНИЕ ПОДЛИНКИ																79,45	80,10	327,77	235,36	1,16	247,12	805,17	5,00	886,02	797,93	191,82	14,71								
ВСЕГО ЗА ПИТАНИЕ С ПОДЛИНКИ																73,48	69,48	304,89	2140,34	0,97	226,93	845,44	4,40	1050,71	882,69	191,98	14,51								
ВСИТО ЗА ПИТАНИЕ																94,86	93,15	395,90	2810,16	1,55	252,68	805,22	5,63	1197,52	1072,73	245,62	15,73								

№ рецептур	Принадлежность рецептуры	Масса порции, г	Принципиальная рецептура (г)			Энергетическая ценность, ккал	Витаминный состав (мг)						Минеральное вещество (мг)					
			Белок	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	К				
ЗАКУСКИ																		
119-УРЦИТ, Пермь-2013	Бутерброд с сыром и мясом	70	7,98	6,72	14,84	151,76	0,07	0,00	52,50	0,20	89,75	71,47	6,30	0,65				
119-УРЦИТ, Пермь-2013	Кашарисовый молочный	240	13,94	13,86	48,73	362,49	0,17	0,00	246,66	1,16	139,70	201,57	22,45	0,80				
112-УРЦИТ, Пермь-2013	Плоды свежие (груши)	100	0,40	0,30	10,30	47,40	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	12,00	16,00	2,30				
499-УРЦИТ, Пермь-2013	Какао с молочными продуктами	200	2,26	2,20	22,40	118,00	0,02	0,20	0,01	0,00	62,00	71,00	23,00	1,00				
ИТОГО ЗАКУСКИ																		
			21,52	23,98	96,27	679,25	0,28	5,20	299,17	1,76	310,45	362,04	67,75	4,73				
СУПЫ																		
119-УРЦИТ, Пермь-2013	Икра свекольная	100	2,53	7,10	10,40	118,00	0,03	2,90	0,00	3,80	74,00	58,00	30,00	1,18				
119-УРЦИТ, Пермь-2013	Суп с макаронными изделиями	300	6,87	8,40	17,28	208,80	0,20	0,30	165,00	1,74	144,00	98,40	12,00	0,42				
119-УРЦИТ, Пермь-2013	Шницель мясной с соусом сметанным	105	11,23	7,59	11,91	141,48	0,06	0,02	0,03	0,45	26,06	126,92	17,13	0,06				
119-УРЦИТ, Пермь-2013	Картофельное пюре	220	5,80	9,04	40,57	271,24	0,20	0,98	82,50	0,22	57,20	125,40	35,20	4,62				
108-УРЦИТ, Пермь-2013	Желе-пшеничный	80	6,08	0,64	39,56	188,00	0,09	0,00	0,00	0,88	16,00	32,00	11,20	0,98				
112-УРЦИТ, Пермь-2013	Пюре свекольное (апельсин)	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	60,00	0,00	0,20	3,40	23,00	13,00	0,30				
512-УРЦИТ, Пермь-2013	Компот из плодов или ягод съедобных (клубника)	200	0,50	0,00	20,10	81,00	0,00	0,80	0,00	0,00	10,60	6,00	3,00	0,60				
ИТОГО СУПЫ																		
			33,70	32,97	147,72	1048,57	0,62	70,00	247,57	7,29	331,26	489,12	121,53	8,06				
УЖИН																		
10-Дельта-прим-2007	Салат карповый с морепродуктами и зеленью порпингом	100	1,95	1,88	9,20	77,62	0,10	15,28	0,00	4,00	20,00	67,15	25,71	1,00				
112-УРЦИТ, Пермь-2013	Желе из рыбы (прежесконых пород), соус томатный	120	9,10	9,52	18,80	195,70	0,02	2,00	0,02	0,21	18,28	2,70	19,98	0,64				
112-УРЦИТ, Пермь-2013	Канюшка свежая тушеная	200	7,95	10,58	16,13	179,65	0,10	45,32	0,00	0,00	162,67	0,00	0,00	3,90				
112-УРЦИТ, Пермь-2013	Пюре свекольное (мангольд)	100	0,80	0,20	7,50	38,00	0,06	38,00	0,00	0,20	35,00	11,00	14,00	0,10				
108-УРЦИТ, Пермь-2013	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,75	0,06	0,00	0,00	0,50	9,00	29,25	6,30	0,50				
512-УРЦИТ, Пермь-2013	Компот из плодов или ягод съедобных (яблоко)	200	0,30	0,00	20,10	81,00	0,00	0,80	0,00	0,00	10,00	6,00	3,00	0,60				
ИТОГО УЖИН																		
			23,53	22,54	93,89	677,72	0,33	101,40	0,02	4,91	254,95	127,10	74,99	6,74				
ПОЛДНИК																		
516-УРЦИТ, Пермь-2013	Протертый каш	250	7,25	6,25	10,00	125,00	0,10	1,75	0,05	0,00	300,00	225,00	35,00	0,25				
565-УРЦИТ, Пермь-2013	Булочка дрожжевая	100	8,41	16,16	32,81	153,4	0,10	0,00	0,08	1,12	17,53	53,30	10,00	0,83				
ИТОГО ПОЛДНИК																		
			15,65	22,85	47,80	659,00	0,20	1,75	0,13	1,12	313,33	378,30	45,00	1,08				
ВСЕГО ЗА ПЕРИОД																		
			30,75	78,59	337,88	2405,49	1,23	108,60	546,72	13,95	896,66	972,26	261,27	19,53				
			72,87	78,30	341,79	2286,27	1,10	76,95	516,83	10,17	955,03	129,46	234,29	13,87				
			96,40	101,44	435,68	3464,29	1,43	178,35	546,85	15,07	1200,99	1230,56	396,27	20,61				

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Количество			Стоимость	Средств			Средств			Средств			Средств		
			Итого	в том числе	в том числе		в том числе	в том числе	в том числе	в том числе	в том числе	в том числе	в том числе	в том числе	в том числе	в том числе		
ЗАВЕРШАЮЩИЙ																		
112	УПДТ, Пермь 2013	Листы	180/70	22,05	23,82	63,18	558,00	0,29	0,06	12,025	0,56	323,30	172,40	1,25	2,32			
113	УПДТ, Пермь 2013	Листы	100	1,50	0,50	21,00	96,00	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60			
114	УПДТ, Пермь 2013	Листы	200	0,10	0,00	15,20	61,00	0,00	2,80	0,00	0,00	14,20	4,00	2,00	0,40			
ИТОГО ЗАВЕРШАЮЩИЙ																		
			558	23,65	24,37	99,38	715,00	0,33	12,86	121,25	0,96	345,51	204,40	45,25	3,32			
ОБЕДИ																		
103	УПДТ, Пермь 2013	Листы	100	2,00	9,00	8,54	122,00	0,02	7,00	0,00	0,00	41,00	37,00	15,00	0,70			
104	УПДТ, Пермь 2013	Листы	200/40/20	7,34	12,45	35,63	226,96	0,11	8,58	123,80	1,44	132,05	194,65	101,97	0,07			
105	УПДТ, Пермь 2013	Листы	110	8,68	10,67	14,99	178,77	0,04	2,18	0,06	1,25	54,41	102,37	118,61	1,29			
106	УПДТ, Пермь 2013	Листы	220	8,29	2,25	41,49	220,37	0,09	0,02	220,00	1,16	8,37	77,22	11,90	0,59			
107	УПДТ, Пермь 2013	Листы	70	4,62	0,84	23,98	121,80	0,13	0,00	0,00	0,98	24,50	110,60	32,90	2,73			
108	УПДТ, Пермь 2013	Листы	200	0,50	0,00	27,00	110,00	0,01	0,50	0,00	0,00	28,00	19,00	7,00	0,14			
ИТОГО ОБЕДИ																		
			950	31,43	35,71	147,03	979,90	0,40	18,28	343,86	4,83	288,33	540,84	95,58	5,51			
УКРДИ																		
115	УПДТ, Пермь 2013	Листы	120	14,06	13,90	15,04	235,25	0,24	0,33	180,00	1,90	157,09	107,35	13,09	0,46			
116	УПДТ, Пермь 2013	Листы	180	4,41	7,20	40,30	245,92	0,04	0,00	0,04	0,34	61,2	84,96	27,86	0,63			
117	УПДТ, Пермь 2013	Листы	100	0,40	0,30	10,30	47,00	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	12,00	16,00	2,30			
118	УПДТ, Пермь 2013	Листы	40	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56			
119	УПДТ, Пермь 2013	Листы	200	0,10	0,00	21,00	84,40	0,02	0,45	0,00	0,00	26,00	18,00	6,00	1,25			
ИТОГО УКРДИ																		
			640	21,61	21,88	92,97	686,84	0,39	5,78	180,04	3,70	222,21	285,35	81,25	6,20			
БОДНИК																		
120	УПДТ, Пермь 2013	Листы	250	7,25	0,25	10,00	125,00	0,10	14,05	0,05	0,00	300,00	225,00	35,00	0,25			
121	УПДТ, Пермь 2013	Листы	100	9,60	11,40	60,93	397,41	0,09	3,16	0,08	1,63	301,5	91,81	28,57	1,15			
122	УПДТ, Пермь 2013	Листы	350	1,685	17,65	76,31	522,41	0,19	17,41	0,13	1,63	330,15	316,81	63,97	1,40			
ИТОГО БОДНИК																		
			750	18,53	18,90	147,24	1044,62	0,38	34,62	1,26	3,26	931,65	632,66	104,57	2,80			
ИТОГО ЗАКАЗЧИКАМ																		
			7699	71,93	77,23	332,72	2381,71	0,92	48,55	465,24	7,42	963,99	1030,25	222,08	10,24			
ИТОГО ЗАКАЗЧИКАМ ПОЛИНОМ																		
			9384	93,84	99,11	415,69	2903,55	1,31	54,33	645,28	10,62	1186,20	1347,56	285,85	16,44			

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции, г	Нормативные величины (г)			Энергетическая ценность, ккал	Витаминный состав (мг)							
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Ca	P	Мg	Fe
ТТК № 651	Каша геркулесовая молочная	230	16,87	14,64	60,77	371,76	0,32	0,02	197,69	0,92	113,65	192,29	37,03	0,12
ТТК № 652	Бульон с картофелем	60	2,74	10,04	18,00	207,52	0,05	0,00	60,00	0,30	49,20	13,00	6,05	1,28
№ 2 УРЦП Пермь 2013	Пюре свежее (маншарит)	100	0,80	0,20	7,50	38,00	0,06	38,00	0,00	0,20	35,00	11,00	17,00	0,10
50 УРЦП Пермь 2013	Кефирный напиток с молоком	200	3,20	2,40	15,60	79,00	0,04	1,30	0,02	0,00	126,00	90,00	14,00	0,10
	ИТОГО ЗАМЕТКА	590	23,61	24,58	102,87	696,28	0,27	15,30	345,62	1,42	276,78	180,06	72,05	13,58
	ОБЕД													
№ 108 Бюджет	Смузи концентрированный	100	2,20	0,40	11,20	54,00	0,02	4,80	0,02	0,00	3,20	50,00	0,00	0,40
ТТК № 657	Сорбит	300	5,02	9,75	34,14	184,28	0,12	2,78	37,20	50,00	126,00	126,00	6,00	0,06
ТТК № 658	Фруктовый напиток в соусе брусничном	120	10,58	14,38	21,99	206,85	0,03	4,15	115,00	1,35	204,38	143,00	17,10	13,00
ТТК № 659	Каши гречневая рассыпчатая	220	9,78	7,39	29,09	246,57	0,07	0,00	213,88	0,97	85,89	217,49	9,72	0,10
108 УРЦП Пермь 2013	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141,00	0,07	0,00	0,00	0,66	12,00	19,00	8,40	0,66
518 УРЦП Пермь 2013	Сок яблочный (мультифрукт)	200	1,40	0,00	17,80	136,80	0,09	0,07	0,00	0,08	119,80	153,30	0,28	0,31
	ИТОГО ОБЕД	1000	33,54	32,40	143,74	973,48	0,40	36,80	366,10	52,96	551,27	726,79	41,50	14,53
	УЖИН													
ТТК № 2081	Оладьи с картофелем и сметаной	200/80	21,96	23,37	60,66	365,01	0,30	5,18	144,35	5,85	321,35	230,24	39,17	2,00
№ 2 УРЦП Пермь 2013	Пюре свежее (банан)	120	0,96	0,48	9,72	56,40	0,02	216,00	0,00	0,36	48,00	40,80	30,00	0,96
519 УРЦП Пермь 2013	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	21,22	97,00	0,01	70,00	0,00	0,00	12,00	3,00	3,00	1,50
	ИТОГО УЖИН 20:25%	600	23,62	24,15	100,60	798,41	0,33	291,18	144,35	6,21	381,33	283,04	72,17	4,46
	ПОЛДИК													
516 УРЦП Пермь 2013	Ацидофиль	250	7,25	6,25	10,00	125,00	0,10	14,25	0,05	0,00	500,00	225,00	35,00	0,25
446 Бюджет шк 2007	Кефир "Столбицкий"	100	4,61	22,80	61,54	469,00	0,00	0,10	0,00	0,00	24,20	0,00	5,30	0,46
	ИТОГО ПОЛДИК	350	11,86	29,05	71,54	594,00	0,10	14,35	0,05	0,00	324,20	225,00	40,30	0,71
	ВЕГЕТАРИАНСКИЙ УЖИН													
	ВЕГЕТО-ВА-20-ДЕНЬ СЪЕДИНЕНИЯ		80,77	81,13	34,651	238,117	1,00	343,28	853,07	61,592	1209,38	1191,597	185,72	32,57
	ВЕГЕТО-ВА-20-ДЕНЬ С ПОЛДИКОМ		69,01	86,03	37,745	226,376	0,71	66,45	741,70	55,34	1152,25	133,385	153,85	28,82
	ИТОГО ЗАМЕТКА		92,63	110,16	41,805	298,493	1,70	357,63	853,12	61,59	1533,58	1416,99	226,02	33,08

Прошито, пронумеровано и
скреплено печатью
21 (двадцать один) лист

Зам. директора по производству:
С.А. Бурнышева

