

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКУ «Комбинат школьного питания»



Н.И. Романенко

« 30 » декабря 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. Репистро № 05/07/20 от 4 мая 2021 г.

Полное или частичное копирование для использо-  
вания 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 (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)	№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
<b>День 1</b>													
<b>Завтрак</b>													
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	Яблоко вареное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	2	Яблоко 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
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		530	13,79	5,91	70,74	392,60	Итого		630	16,36	6,35	90,49	487,90
<b>Обед</b>													
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
<b>Полдник</b>													
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
<b>Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.</b>													
			Б	Ж	У	Эн/л	<b>Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.</b>						
Итого за день			39,10	25,04	214,90	1272,00	Итого за день			Б	Ж	У	Эн/л
										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 (ГТКУ)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)	№ ТК (ГТКУ)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
<b>День 2</b>													
<b>Завтрак</b>													
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
<b>Обед</b>													
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
<b>Полдник</b>													
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
<b>Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.</b>													
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/л</b>	<b>Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.</b>						
	<b>Итого за день</b>		44,49	42,39	245,02	1555,85		<b>Итого за день</b>		51,55	47,46	283,67	1787,39

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/л (ккал)	№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
<b>День 3</b>													
<b>Завтрак</b>							<b>Завтрак</b>						
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 соленые) помидоры	60	0,66	0,12	2,28	14,14	16	Овощи натуральные свежие (или соленые) помидоры	100	1,10	0,20	3,80	24,00
ТТ	Супки, булочки, баранки	40	4,28	0,48	28,48	135,60	ТТ	Супки, 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
ТТ	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ТТ	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
ТТ	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ТТ	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
<b>Обед</b>							<b>Обед</b>						
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
ТТ	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	104,00	ТТ	Хлеб пшеничный	65	5,20	0,10	26,07	135,20
ТТ	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ТТ	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
<b>Полдник</b>							<b>Полдник</b>						
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
ТТ	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ТТ	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.						
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/л</b>				<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/л</b>
<b>Итого за день</b>			43,10	34,71	241,42	1459,46	<b>Итого за день</b>			52,22	38,27	280,45	1689,87



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/л (ккал)	№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
<b>День 4</b>													
<b>Завтрак</b>													
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
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
ПП	Банан, или груша, или яблоко, или др.	115	1,72	0,57	24,15	110,00	ПП	Банан, или груша, или яблоко, или др.	115	1,72	0,57	24,15	110,00
ПП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ПП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
ПП	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ПП	Хлеб пшеничный или батон	30	2,40	0,05	12,03	62,40
	Итого	505	9,04	1,37	85,26	394,60		Итого	555	11,24	1,60	100,32	465,40
<b>Обед</b>													
16	Овощи натуральные свежие (или соевые) отутры	60	0,48	0,06	1,50	8,40	16	Овощи натуральные свежие (или соевые) отутры	100	0,80	0,10	2,50	14,00
21	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,70	2,85	18,83	111,25	21	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,70	2,85	18,83	111,25
22	Тертельи из говядины "ежика"	90	10,77	16,26	11,13	234,00	22	Тертельи из говядины "ежика"	100	11,97	18,07	12,37	260,00
23	Капустя тушеная	150	3,13	4,64	12,37	113,00	23	Капустя тушеная	180	3,76	5,57	14,84	135,60
9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,60	136,00	9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00	136,00
ПП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	104,00	ПП	Хлеб пшеничный	65	5,20	0,10	26,07	135,20
ПП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ПП	Хлеб ржаной	45	2,21	0,45	20,16	90,00
	Итого	830	23,15	24,86	109,22	766,65		Итого	940	27,24	27,14	127,77	882,05
<b>Полдник</b>													
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
ПП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ПП	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.													
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/л</b>				<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/л</b>
<b>Итого за день</b>			33,19	26,63	237,28	1344,25	<b>Итого за день</b>			39,68	29,34	275,79	1553,95

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			Эн/л (ккал)	№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн/л (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
<b>День 5</b>													
<b>Завтрак</b>													
24	Жаркое по-домашнему (азу)	200	23,64	21,09	15,09	344,55	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	3	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,05	42,00
	Яблоко, или груша, или банан, или др.							Яблоко, или груша, или банан, или др.					
ПП		115	0,46	0,46	11,27	54,05	ПП		115	0,46	0,46	11,27	54,05
ПП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ПП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
ПП	Хлеб пшеничный или багет	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ПП	Хлеб пшеничный или багет	30	2,40	0,05	12,03	62,40
	Итого	555	26,68	21,78	53,38	522,20		Итого	575	27,97	21,90	61,88	563,00
<b>Обед</b>													
11	Икра морковная	60	1,26	4,08	8,28	75,00	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	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	27	Гуляш из говядины	120	17,53	21,63	4,29	282,40
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
28	Компот из смеси сухофруктов	200	0,55	0,00	21,13	90,00	28	Компот из смеси сухофруктов	200	0,55	0,00	21,13	90,00
ПП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	104,00	ПП	Хлеб пшеничный	65	5,20	0,10	26,07	135,20
ПП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ПП	Хлеб ржаной	45	2,21	0,45	20,16	90,00
	Итого	830	31,63	27,41	122,20	856,80		Итого	960	39,87	35,16	148,98	1069,60
<b>Полдник</b>													
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
	Яблоко, или груша, или банан, или др.							Яблоко, или груша, или банан, или др.					
ПП		100	0,40	0,40	9,80	47,00	ПП		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
<b>Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.</b>													
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/л</b>	<b>Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.</b>						
	<b>Итого за день</b>		59,31	49,59	218,38	1562,00		<b>Итого за день</b>		69,04	57,66	258,56	1839,10



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/л (ккал)	№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	2	3	4	5	6	7	
<b>День 6</b>													
Завтрак						Завтрак							
34	Картофель отварной	180	3,72	10,19	21,52	185,60	34	Картофель отварной	180	3,72	10,19	21,52	185,60
29	Рыба, тушеная в томате с овощами	90	8,66	4,91	4,04	96,00	29	Рыба, тушеная в томате с овощами	120	11,54	6,55	5,39	128,00
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	2,40	0,05	12,03	62,40
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		510	14,96	15,33	52,58	405,20	Итого		560	20,06	16,84	61,02	480,40
<b>Обед</b>													
16	Овощи натуральные свежие (или соленые) помидоры	60	0,66	0,12	2,28	14,14	16	Овощи натуральные свежие (или соленые) помидоры	100	1,10	0,20	3,80	24,00
30	Свекольник	250	2,06	5,98	13,23	130,00	30	Свекольник	250	2,06	5,98	13,23	130,00
31	Курица в соусе с томатом	90	10,08	10,92	3,08	151,00	31	Курица в соусе с томатом	100	11,20	12,13	3,42	167,78
32	Рис отварной	150	3,83	0,56	31,63	177,00	32	Рис отварной	180	4,60	0,67	37,96	212,40
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		830	22,70	18,63	115,61	772,14	Итого		940	26,97	19,53	137,64	895,38
<b>Полдник</b>													
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/л	Итого за день			Б	Ж	У	Эн/л
			38,66	34,36	210,99	1360,34				48,23	36,97	246,36	1582,28

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/л (ккал)	№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
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
	Яблоко, или груша, или банан, или др.	115	0,46	0,46	11,27	54,05		Яблоко, или груша, или банан, или др.	115	0,46	0,46	11,27	54,05
ПТ	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ПТ	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
ПТ	Хлеб пшеничный или багет	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ПТ	Хлеб пшеничный или багет	30	1,45	1,25	12,45	69,00
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
	Итого	505	8,75	1,37	71,91	336,65		Итого	555	10,17	2,81	87,18	415,05
Обед							Обед						
11	Икра морковная	60	1,26	4,08	8,28	75,00	11	Икра морковная	100	2,10	6,80	13,80	125,00
33	Суп картофельный с мясными фрикадельками из говядины	250	2,70	2,85	18,83	111,25	49	Суп 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	6	Котлеты или биточки рыбные	120	16,76	3,19	10,29	133,33
35	Рис, припущенный с томатом	150	3,80	8,05	33,51	222,30	45	Рис, припущенный с томатом	180	4,56	9,66	40,21	266,76
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
ПТ	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	104,00	ПТ	Хлеб пшеничный	65	5,20	0,10	26,07	135,20
ПТ	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ПТ	Хлеб ржаной	45	2,21	0,45	20,16	90,00
	Итого	830	26,05	18,52	117,24	743,55		Итого	960	33,78	23,15	145,87	932,54
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
	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00		Яблоко, или груша, или банан, или др.	150	0,60	0,60	14,70	70,50
ПТ	Итого	300	1,00	0,40	42,80	183,00	ПТ	Итого	350	1,20	0,60	47,70	206,50
Итого за день							Итого за день						
			Б	Ж	У	Эн/л			Б	Ж	У	Эн/л	
			35,80	20,29	231,95	1263,20			45,15	26,56	280,75	1554,09	
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.						



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/л (ккал)	№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
<b>День 8</b>													
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>													
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
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
ПП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	115	0,46	0,46	11,27	54,05	ПП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	115	0,46	0,46	11,27	54,05
ПП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ПП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
ПП	Хлеб пшеничный или багет	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ПП	Хлеб пшеничный или багет	30	2,40	0,05	12,03	62,40
	Итого	505	7,78	1,26	72,38	338,65		Итого	555	9,98	1,49	87,44	409,45
<b>Обед</b>													
36	Икра баклажанная (промышленного производства)	60	1,02	7,98	3,06	88,80	36	Икра баклажанная (промышленного производства)	100	1,70	13,30	5,10	148,00
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
24	Жаркое по-домашнему (азу)	200	23,59	22,79	15,01	359,55	24	Жаркое по-домашнему (азу)	200	23,59	22,79	15,01	359,55
28	Компот из смеси сухофруктов	200	0,55	0,00	21,13	90,00	28	Компот из смеси сухофруктов	200	0,55	0,00	21,13	90,00
ПП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	104,00	ПП	Хлеб пшеничный	65	5,20	0,10	26,07	135,20
ПП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ПП	Хлеб ржаной	45	2,21	0,45	20,16	90,00
	Итого	790	32,46	36,82	82,24	797,35		Итого	860	35,08	41,64	98,12	917,75
<b>Полдник</b>													
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
ПП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ПП	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
<b>Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.</b>													
			Б	Ж	У	Эн/л	<b>Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.</b>						
	Итого за день		41,24	38,48	197,42	1319,00		Итого за день		46,26	43,73	233,26	1533,70

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/л (ккал)	№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
<b>День 9</b>													
<b>Завтрак</b>													
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
ПТ	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ПТ	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
ПТ	Банан, или груша, или яблоко, или др.	115	1,72	0,57	24,15	110,00	ПТ	Банан, или груша, или яблоко, или др.	115	1,72	0,57	24,15	110,00
ПТ	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ПТ	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	Итого	545	14,14	5,97	85,56	457,60	Итого	Итого	595	16,34	6,20	100,62	528,40
<b>Обед</b>													
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
ПТ	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	104,00	ПТ	Хлеб пшеничный	65	5,20	0,10	26,07	135,20
ПТ	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ПТ	Хлеб ржаной	45	2,21	0,45	20,16	90,00
Итого	Итого	780	36,06	29,26	104,12	842,25	Итого	Итого	960	47,03	36,80	131,81	1070,26
<b>Полдник</b>													
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
ПТ	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ПТ	Яблоко, или груша, или банан, или др.	150	0,60	0,60	14,70	70,50
Итого	Итого	300	1,00	0,40	42,80	183,00	Итого	Итого	350	1,20	0,60	47,70	206,50
<b>Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.</b>													
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/л</b>	<b>Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.</b>						
<b>Итого за день</b>			51,20	35,63	232,48	1482,85	<b>Итого за день</b>			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	Питательные вещества (г)			Эн/л (ккал)	№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Питательные вещества (г)			Эн/л (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
<b>День 10</b>													
Завтрак							Завтрак						
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 соевые) отруцы	60	0,48	0,06	1,50	8,40	16	Овощи натуральные свежие (или соевые) отруцы	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
<b>Обед</b>													
40	Морская капуста	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	Тфтели из говядины "ежки"	90	10,77	16,26	11,13	234,00	22	Тфтели из говядины "ежки"	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
<b>Полдник</b>													
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
<b>Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.</b>													
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/л</b>	<b>Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.</b>						
	<b>Итого за день</b>		41,86	54,93	226,47	1602,60		<b>Итого за день</b>		47,14	60,00	255,95	1809,70

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

Примечание: ПП - готовый продукт.

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

Примечание: ПП - готовый продукт.

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