

День недели: Четверг

Неделя: вторая

Сезон: весенне - летний

Возрастная категория: 7 - 10 лет

№ блюда	Наименование блюда	Выход	Вес брутто на 1 чел.	Вес нетто на 1 чел.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
									B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак																
225	оладьи из творога	120														
	масло подсолнечное		6	6	0	5.99	0	53.94	0.00	0.00	0.00	2.64	0.00	0.12	0.00	
	молоко 2.5		20	20	0.58	0.5	0.96	10.80	0.01	0.26	4.00	0.00	24.00	18.00	2.80	
	молоко цельное сгущен с сахаром		20	0	1.5	0.04	11.36	51.80	0.01	0.20	0.00	0.00	63.40	45.80	6.80	
	мука пш высшего сорта		18	18	1.85	0.2	12.71	60.12	0.03	0.00	0.00	0.27	3.24	15.48	2.88	
	сахар песок		4	4	0	0	3.99	15.96	0.00	0.00	0.00	0.00	0.12	0.00	0.00	
	творог 9		51	51	9.18	4.59	1.53	86.19	0.02	0.26	25.50	0.10	83.64	112.20	11.73	
	яйцо 1с.		8	8	1.02	0.92	0.06	12.56	0.01	0.00	20.00	0.05	4.40	15.36	0.96	
	Итого: оладьи из творога				14.13	12.24	30.61	291.37	0.08	0.72	49.50	3.06	178.8	206.9	25.17	
173	каша вязкая молочная из пшеничной крупы	260														
	крупка пшеничная		63	63	6.93	0.76	43.16	207.27	0.19	0.60	0.00	1.07	25.20	173.88	37.80	
	масло сливочное		10	10	0.08	7.25	0.13	66.10	0.00	0.00	40.00	0.10	2.40	3.00	0.00	
	молоко 2.5		125	125	3.63	3.13	6	67.50	0.05	1.63	25.00	0.00	150.00	112.50	17.50	
	сахар песок		8	8	0	0	7.98	31.92	0.00	0.00	0.00	0.00	0.24	0.00	0.00	
	Итого: каша вязкая молочная из пшеничной крупы				10.64	11.14	57.27	372.79	0.24	1.63	65.00	1.17	177.8	289.3	55.30	
382	какао с молоком	200														
	какао		4	4	0.8	0.76	1.54	16.64								
	молоко 2.5		100	100	2.9	2.5	4.8	54.00	0.04	1.30	20.00	0.00	120.00	90.00	14.00	
	сахар песок		20	20	0	0	19.96	79.80	0.00	0.00	0.00	0.00	0.60	0.00	0.00	
	Итого: какао с молоком				3.7	3.26	26.3	150.44	0.04	1.30	20.00	0.00	120.6	90.00	14.00	
0	батон	45														
	батон		45	0	3.38	1.31	23.13	117.90	0.05	0.00	0.00	0.77	8.55	29.25	5.85	
	Итого: батон				3.38	1.31	23.13	117.90	0.05	0.00	0.00	0.77	8.55	29.25	5.85	
0	хлеб ржаной	30														
	хлеб ржаной		30	30	1.98	0.36	11.88	59.40	0.05	0.00	0.00	0.42	8.70	45.00	14.10	
	Итого: хлеб ржаной				1.98	0.36	11.88	59.40	0.05	0.00	0.00	0.42	8.70	45.00	14.10	

14	масло сливочное порционное	10														
	масло сливочное		10	10	0.08	7.25	0.13	66.10	0.00	0.00	40.00	0.10	2.40	3.00	0.00	0.02
	Итого: масло сливочное порционное				0.08	7.25	0.13	66.10	0.00	0.00	40.00	0.10	2.40	3.00	0.00	0.02
15	сыр твердый	10														
	сыр российский		11	10	2.55	3.25	0	40.04	0.00	0.08	28.60	0.06	96.80	55.00	3.85	0.11
	Итого: сыр твердый				2.55	3.25	0	40.04	0.00	0.08	28.60	0.06	96.80	55.00	3.85	0.11
	Итого: Завтрак				36.46	38.81	149.32	1098.04	0.46	3.73	203.1	5.58	593.6	718.5	118.2	5.82

Обед

318	пюре из свеклы	75														
	масло сливочное		3	3	0.02	2.18	0.04	19.83	0.00	0.00	12.00	0.03	0.72	0.90	0.00	0.01
	сахар песок		1	1	0	0	1	3.99	0.00	0.00	0.00	0.00	0.03	0.00	0.00	0.00
	свекла		102	85	1.53	0.1	8.98	42.84	0.02	10.20	0.00	0.10	37.74	43.86	22.44	1.43
	Итого: пюре из свеклы				1.55	2.28	10.02	66.66	0.02	10.20	12.00	0.13	38.49	44.76	22.44	1.44
71	овощи натуральные свежие /огурцы св /	50														
	огурцы свежие		53	50	0.37	0.05	1.01	5.83	0.02	3.71	0.00	0.05	9.01	15.90	7.42	0.27
	Итого: овощи натуральные свежие /огурцы св /				0.37	0.05	1.01	5.83	0.02	3.71	0.00	0.05	9.01	15.90	7.42	0.27
227	рыба припущенная	55														
	лук репчатый		2	2	0.03	0	0.16	0.82	0.00	0.20	0.00	0.00	0.62	1.16	0.28	0.02
	сайда		79	79	12.64	0.47	0	54.51	0.07	0.79	7.90	0.71	19.75	165.90	23.70	0.40
	Итого: рыба припущенная				12.67	0.47	0.16	55.33	0.07	0.99	7.90	0.71	20.37	167.0	23.98	0.42
102	суп картофельный с горохом	250														
	горох лущен		20	20	4.6	0.32	9.62	59.80	0.18	0.00	0.00	0.10	17.80	45.20	17.60	1.40
	картофель		67	53	1.34	0.27	10.92	51.59	0.08	13.40	0.00	0.07	6.70	38.86	15.41	0.60
	лук репчатый		12	10	0.17	0.02	0.98	4.92	0.01	1.20	0.00	0.02	3.72	6.96	1.68	0.10
	масло подсолнечное		5	5	0	5	0	44.95	0.00	0.00	0.00	2.20	0.00	0.10	0.00	0.00
	морковь		10	8	0.13	0.01	0.69	3.50	0.01	0.50	0.00	0.04	2.70	5.50	3.80	0.07
	Итого: суп картофельный с горохом				6.24	5.62	22.21	164.76	0.28	15.10	0.00	2.43	30.92	96.62	38.49	2.17
268	котлеты биточки шницели	75														
	лук репчатый		8	7	0.11	0.02	0.66	3.28	0.00	0.80	0.00	0.02	2.48	4.64	1.12	0.06
	масло подсолнечное		4	4	0	4	0	35.96	0.00	0.00	0.00	1.76	0.00	0.08	0.00	0.00
	масло сливочное		5	5	0.04	3.63	0.07	33.05	0.00	0.00	20.00	0.05	1.20	1.50	0.00	0.01
	молоко 2.5		10	10	0.29	0.25	0.48	5.40	0.00	0.13	2.00	0.00	12.00	9.00	1.40	0.01
	мясо говядина 1 кат		71	56	13.21	11.36	0	154.78	0.04	0.00	0.00	0.28	6.39	133.48	15.62	1.92
	хлеб пшеничный 1с		11	11	0.84	0.09	5.41	25.85	0.01	0.00	0.00	0.12	2.20	7.15	1.54	0.12
	хлеб пшеничный 1с		13	13	0.99	0.1	6.4	30.55	0.01	0.00	0.00	0.14	2.60	8.45	1.82	0.14
	Итого: котлеты биточки шницели				15.48	19.45	13.02	288.87	0.06	0.93	22.00	2.37	26.87	164.3	21.50	2.26

127	картофель в молоке	200															
	картофель		187	149	3.74	0.75	30.48	143.99	0.22	37.40	0.00	0.19	18.70	108.46	43.01	1.68	
	масло сливочное		8	8	0.06	5.8	0.1	52.88	0.00	0.00	32.00	0.08	1.92	2.40	0.00	0.02	
	молоко 2.5		60	60	1.74	1.5	2.88	32.40	0.02	0.78	12.00	0.00	72.00	54.00	8.40	0.06	
	Итого: картофель в молоке				5.54	8.05	33.46	229.27	0.24	38.18	44.00	0.27	92.62	164.8	51.41	1.76	
388	напиток из плодов шиповника	200															
	сахар песок		10	10	0	0	9.98	39.90	0.00	0.00	0.00	0.00	0.30	0.00	0.00	0.03	
	шиповник		20	20	0.68	0.28	9.66	56.80	0.01	200.00	0.00	0.76	12.00	3.40	3.40	0.60	
	Итого: напиток из плодов шиповника				0.68	0.28	19.64	96.70	0.01	200.0	0.00	0.76	12.30	3.40	3.40	0.63	
0	хлеб пшеничный	45															
	хлеб пшеничный 1с		45	45	3.42	0.36	22.14	105.75	0.05	0.00	0.00	0.50	9.00	29.25	6.30	0.50	
	Итого: хлеб пшеничный				3.42	0.36	22.14	105.75	0.05	0.00	0.00	0.50	9.00	29.25	6.30	0.50	
0	хлеб ржаной	40															
	хлеб ржаной		40	40	2.64	0.48	15.84	79.20	0.07	0.00	0.00	0.56	11.60	60.00	18.80	1.56	
	Итого: хлеб ржаной				2.64	0.48	15.84	79.20	0.07	0.00	0.00	0.56	11.60	60.00	18.80	1.56	
338	фрукты свежие	200															
	фрукты свежие		200	200	0.8	0.8	19.6	94.00	0.06	20.00	0.00	0.40	32.00	22.00	18.00	4.40	
	Итого: фрукты свежие				0.8	0.8	19.6	94.00	0.06	20.00	0.00	0.40	32.00	22.00	18.00	4.40	
	Итого: Обед				49.39	37.84	157.1	1186.37	0.88	289.1	85.90	8.18	283.1	768.1	211.7	15.41	

Полдник

389	сок яблочный	200															
	сок яблочный		200	200	1	0.2	20.2	92.00	0.02	4.00	0.00	0.20	14.00	14.00	8.00	2.80	
	Итого: сок яблочный				1	0.2	20.2	92.00	0.02	4.00	0.00	0.20	14.00	14.00	8.00	2.80	
424	булочка сдобная домашняя	50															
	дрожжи		0	0	0	0	0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
	масло подсолнечное		0	0	0	0	0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
	масло сливочное		7	7	0.06	5.08	0.09	46.27	0.00	0.00	28.00	0.07	1.68	2.10	0.00	0.01	
	мука пш высшего сорта		34	34	3.5	0.37	24	113.56	0.06	0.00	0.00	0.51	6.12	29.24	5.44	0.41	
	сахар песок		7	7	0	0	6.99	27.93	0.00	0.00	0.00	0.00	0.21	0.00	0.00	0.02	
	яйцо 1с.		1	1	0.13	0.12	0.01	1.57	0.00	0.00	2.50	0.01	0.55	1.92	0.12	0.03	
	Итого: булочка сдобная домашняя				3.69	5.57	31.09	189.33	0.06	0.00	30.50	0.59	8.56	33.26	5.56	0.47	
	Итого: Полдник				4.69	5.77	51.29	281.33	0.08	4.00	30.50	0.79	22.56	47.26	13.56	3.27	

Ужин

73	икра кабачковая	85															
	кабачки		114	95	0.68	0.34	5.24	27.36	0.03	17.10	0.00	0.11	17.10	13.68	10.26	0.46	
	капуста белокачанная		23	19	0.41	0.02	1.08	6.44	0.01	10.35	0.00	0.02	11.04	7.13	3.68	0.14	
	лук репчатый		11	10	0.15	0.02	0.9	4.51	0.01	1.10	0.00	0.02	3.41	6.38	1.54	0.09	

	масло подсолнечное		4	4	0	4	0	35.96	0.00	0.00	0.00	1.76	0.00	-0.08	0.00	0.00
	томат-пюре		4	4	0.19	0	0.76	4.08	0.01	1.80	0.00	0.04	0.80	2.72	2.00	0.09
	Итого: икра кабачковая				1.43	4.38	7.98	78.35	0.06	30.35	0.00	1.95	32.35	29.99	17.48	0.78
16	колбаса п/к	35														
	колбаса п/к		36	35	6.16	12.17	0.07	134.28	0.04	0.00	0.00	0.14	9.36	51.12	7.20	0.68
	Итого: колбаса п/к				6.16	12.17	0.07	134.28	0.04	0.00	0.00	0.14	9.36	51.12	7.20	0.68
288	птица отварная	70														
	куры потрашёные		108	108	19.66	19.87	0	257.04	0.08	1.94	75.60	0.54	17.28	178.20	19.44	1.73
	лук репчатый		3	3	0.04	0.01	0.25	1.23	0.00	0.30	0.00	0.01	0.93	1.74	0.42	0.02
	масло сливочное		3	3	0.02	2.18	0.04	19.83	0.00	0.00	12.00	0.03	0.72	0.90	0.00	0.01
	Итого: птица отварная				19.72	22.06	0.29	278.10	0.08	2.24	87.60	0.58	18.93	180.8	19.86	1.76
171	каша рассыпчатая гречневая	105														
	крупа гречневая		42	42	4.54	1.34	23.52	124.32	0.13	0.00	0.00	0.34	29.40	140.28	108.36	3.49
	масло сливочное		4	4	0.03	2.9	0.05	26.44	0.00	0.00	16.00	0.04	0.96	1.20	0.00	0.01
	Итого: каша рассыпчатая гречневая				4.57	4.24	23.57	150.76	0.13	0.00	16.00	0.38	30.36	141.4	108.3	3.50
415	крендель сахарный	50														
	дрожжи		1	1	0.15	0.03	0.09	1.09	0.01	0.00	0.00	0.01	0.27	4.00	0.51	0.03
	масло подсолнечное		0	0	0	0	0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
	масло сливочное		7	7	0.06	5.08	0.09	46.27	0.00	0.00	28.00	0.07	1.68	2.10	0.00	0.01
	мука пш высшего сорта		28	28	2.88	0.31	19.77	93.52	0.05	0.00	0.00	0.42	5.04	24.08	4.48	0.34
	яйцо 1с.		0	0	0	0	0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
	яйцо 1с.		3	3	0.38	0.35	0.02	4.71	0.00	0.00	7.50	0.02	1.65	5.76	0.36	0.08
	Итого: крендель сахарный				3.45	5.77	19.97	145.59	0.06	0.00	35.50	0.52	8.64	35.94	5.35	0.46
378	чай с молоком	215														
	молоко 2.5		50	50	1.45	1.25	2.4	27.00	0.02	0.65	10.00	0.00	60.00	45.00	7.00	0.05
	сахар песок		15	15	0	0	14.97	59.85	0.00	0.00	0.00	0.00	0.45	0.00	0.00	0.05
	чай		1	1	0	0	0	0.00								
	Итого: чай с молоком				1.45	1.25	17.37	86.85	0.02	0.65	10.00	0.00	60.45	45.00	7.00	0.10
0	хлеб пшеничный	45														
	хлеб пшеничный 1с		45	45	3.42	0.36	22.14	105.75	0.05	0.00	0.00	0.50	9.00	29.25	6.30	0.50
	Итого: хлеб пшеничный				3.42	0.36	22.14	105.75	0.05	0.00	0.00	0.50	9.00	29.25	6.30	0.50
0	хлеб ржаной	30														
	хлеб ржаной		30	30	1.98	0.36	11.88	59.40	0.05	0.00	0.00	0.42	8.70	45.00	14.10	1.17
	Итого: хлеб ржаной				1.98	0.36	11.88	59.40	0.05	0.00	0.00	0.42	8.70	45.00	14.10	1.17
	Итого: Ужин				42.18	50.59	103.27	1039.08	0.49	33.24	149.1	4.49	177.7	558.6	185.6	8.95
	Второй ужин															
386	кефир фасованный	200														

	кефир фасованный		200	0	5.8	5	8	106.00	8.00	1.40	40.00	0.00	240.00	180.00	28.00	0.20
	Итого: кефир фасованный				5.8	5	8	106.00	8.00	1.40	40.00	0.00	240.0	180.0	28.00	0.20
	Итого: Второй ужин				5.8	5	8	106.00	8.00	1.40	40.00	0.00	240.0	180.0	28.00	0.20
	ВСЕГО:				138.52	138.01	468.98	3710.82	9.91	331.4	508.6	19.04	1317.	2272.	557.2	33.65

День недели: Пятница

Неделя: вторая

Сезон: весенне - летний

Возрастная категория: 7 - 10 лет

№ блюда	Наименование блюда	Выход	Вес брутто на 1 чел.	Вес нетто на 1 чел.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
									B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак																
133	кукуруза отварная	45														
	кукуруза консервированная		68	49	1.09	0.27	9.66	46.92								
	масло сливочное		4	4	0.03	2.9	0.05	26.44	0.00	0.00	16.00	0.04	0.96	1.20	0.00	0.01
	Итого: кукуруза отварная				1.12	3.17	9.71	73.36	0.00	0.00	16.00	0.04	0.96	1.20	0.00	0.01
71	овощи натуральные свежие /помидоры св /	60														
	помидоры свежие		71	71	0.78	0.14	2.7	17.04	0.04	17.75	0.00	0.50	9.94	18.46	14.20	0.64
	Итого: овощи натуральные свежие /помидоры св /				0.78	0.14	2.7	17.04	0.04	17.75	0.00	0.50	9.94	18.46	14.20	0.64
210	омлет натуральный	100														
	масло сливочное		4	4	0.03	2.9	0.05	26.44	0.00	0.00	16.00	0.04	0.96	1.20	0.00	0.01
	масло сливочное		6	6	0.05	4.35	0.08	39.66	0.00	0.00	24.00	0.06	1.44	1.80	0.00	0.01
	молоко 2.5		27	27	0.78	0.68	1.3	14.58	0.01	0.35	5.40	0.00	32.40	24.30	3.78	0.03
	яйцо 1с.		71	71	9.02	8.17	0.5	111.47	0.05	0.00	177.50	0.43	39.05	136.32	8.52	1.78
	Итого: омлет натуральный				9.88	16.1	1.93	192.15	0.06	0.35	222.9	0.53	73.85	163.6	12.30	1.83
182	каша жидкая молочная из риса	260														
	масло сливочное		10	10	0.08	7.25	0.13	66.10	0.00	0.00	40.00	0.10	2.40	3.00	0.00	0.02
	молоко 2.5		125	125	3.63	3.13	6	67.50	0.05	1.63	25.00	0.00	150.00	112.50	17.50	0.13
	рис		39	39	2.73	0.39	28.86	129.87	0.03	0.00	0.00	0.16	3.12	58.50	19.50	0.39
	сахар песок		8	8	0	0	7.98	31.92	0.00	0.00	0.00	0.00	0.24	0.00	0.00	0.02
	Итого: каша жидкая молочная из риса				6.44	10.77	42.97	295.39	0.08	1.63	65.00	0.26	155.7	174.0	37.00	0.56
379	кофейный напиток с молоком	200														
	кофейный напиток		5	0	0	0	0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
	молоко 2.5		100	100	2.9	2.5	4.8	54.00	0.04	1.30	20.00	0.00	120.00	90.00	14.00	0.10
	сахар песок		20	20	0	0	19.96	79.80	0.00	0.00	0.00	0.00	0.60	0.00	0.00	0.06
	Итого: кофейный напиток с молоком				2.9	2.5	24.76	133.80	0.04	1.30	20.00	0.00	120.6	90.00	14.00	0.16
0	батон	40														
	батон		40	0	3	1.16	20.56	104.80	0.04	0.00	0.00	0.68	7.60	26.00	5.20	0.48

Итого: батон				3	1.16	20.56	104.80	0.84	0.00	0.00	0.68	7.60	26.00	5.20	0.48	
0	хлеб ржаной	30														
	хлеб ржаной		30	30	1.98	0.36	11.88	59.40	0.05	0.00	0.00	0.42	8.70	45.00	14.10	1.17
Итого: хлеб ржаной					1.98	0.36	11.88	59.40	0.05	0.00	0.00	0.42	8.70	45.00	14.10	1.17
14	масло сливочное порционное	10														
	масло сливочное		10	10	0.08	7.25	0.13	66.10	0.00	0.00	40.00	0.10	2.40	3.00	0.00	0.02
Итого: масло сливочное порционное					0.08	7.25	0.13	66.10	0.00	0.00	40.00	0.10	2.40	3.00	0.00	0.02
15	сыр твердый	10														
	сыр российский		11	10	2.55	3.25	0	40.04	0.00	0.08	28.60	0.06	96.80	55.00	3.85	0.11
Итого: сыр твердый					2.55	3.25	0	40.04	0.00	0.08	28.60	0.06	96.80	55.00	3.85	0.11
Итого: Завтрак					28.73	44.7	114.64	982.08	0.31	21.11	392.5	2.59	476.6	576.2	100.6	4.98

Обед

71	овощи натуральные свежие /огурцы св /	75														
	огурцы свежие		79	75	0.55	0.08	1.5	8.69	0.02	5.53	0.00	0.08	13.43	23.70	11.06	0.40
Итого: овощи натуральные свежие /огурцы св /					0.55	0.08	1.5	8.69	0.02	5.53	0.00	0.08	13.43	23.70	11.06	0.40
106	суп карт с рыб фрикадельками	300														
	картофель		133	107	2.66	0.53	21.68	102.41	0.16	26.60	0.00	0.13	13.30	27.14	39.59	1.20
	лук репчатый		24	21	0.34	0.05	1.97	9.84	0.01	2.40	0.00	0.05	7.44	13.92	3.36	0.19
	масло подсолнечное		3	3	0	3	0	26.97	0.00	0.00	0.00	1.32	0.00	0.06	0.00	0.00
	морковь		10	8	0.13	0.01	0.69	3.50	0.01	0.50	0.00	0.04	2.70	5.50	3.80	0.07
	сайда		62	62	9.92	0.37	0	42.78	0.06	0.62	6.20	0.56	15.50	130.20	18.60	0.31
	томат-пюре		0	0	0	0	0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
	яйцо 1с.		3	3	0.38	0.35	0.02	4.71	0.00	0.00	7.50	0.02	1.65	5.76	0.36	0.08
Итого: суп карт с рыб фрикадельками					13.43	4.31	24.36	190.21	0.24	30.12	13.70	2.12	40.59	232.5	56.71	1.85
259	жаркое по домашнему	250														
	картофель		178	142	3.56	0.71	29.01	137.06	0.21	35.60	0.00	0.18	17.80	103.24	40.94	1.60
	лук репчатый		16	14	0.22	0.03	1.31	6.56	0.01	1.60	0.00	0.03	4.96	9.28	2.24	0.13
	масло подсолнечное		8	8	0	7.99	0	71.92	0.00	0.00	0.00	3.52	0.00	0.16	0.00	0.00
	мясо говядина 1 кат		89	71	16.55	14.24	0	194.02	0.05	0.00	0.00	0.36	8.01	167.32	19.58	2.40
	томат-пюре		3	3	0.14	0	0.57	3.06	0.00	1.35	0.00	0.03	0.60	2.04	1.50	0.07
Итого: жаркое по домашнему					20.47	22.97	30.89	412.62	0.27	38.55	0.00	4.12	31.37	282.0	64.26	4.20
349	компот из смеси сухофруктов	200														
	сахар песок		20	20	0	0	19.96	79.80	0.00	0.00	0.00	0.00	0.60	0.00	0.00	0.06
	сухофрукты		20	20	0.34	0	12.98	54.60								
Итого: компот из смеси сухофруктов					0.34	0	32.94	134.40	0.00	0.00	0.00	0.00	0.60	0.00	0.00	0.06
0	хлеб пшеничный	45														

	хлеб пшеничный 1с		45	45	3.42	0.36	22.14	105.75	0.05	0.00	0.00	0.50	9.00	29.25	6.30	0.50
Итого: хлеб пшеничный					3.42	0.36	22.14	105.75	0.05	0.00	0.00	0.50	9.00	29.25	6.30	0.50
0	хлеб ржаной	40														
	хлеб ржаной		40	40	2.64	0.48	15.84	79.20	0.07	0.00	0.00	0.56	11.60	60.00	18.80	1.56
Итого: хлеб ржаной					2.64	0.48	15.84	79.20	0.07	0.00	0.00	0.56	11.60	60.00	18.80	1.56
338	фрукты свежие	200														
	фрукты свежие		200	200	0.8	0.8	19.6	94.00	0.06	20.00	0.00	0.40	32.00	22.00	18.00	4.40
Итого: фрукты свежие					0.8	0.8	19.6	94.00	0.06	20.00	0.00	0.40	32.00	22.00	18.00	4.40
Итого: Обед					41.65	29	147.27	1024.87	0.71	94.20	13.70	7.78	138.5	649.5	175.1	12.97

Полдник

389	соки фруктовые и ягодные в т / п	200														
	сок в тетрапаках фруктовый		200	200	0.6	0	33	136.00	0.04	12.00	0.00	1.60	10.00	30.00	24.00	0.40
Итого: соки фруктовые и ягодные в т / п					0.6	0	33	136.00	0.04	12.00	0.00	1.60	10.00	30.00	24.00	0.40
0	вафли порц	25														
	вафли		25	25	0.98	7.65	15.63	135.50	0.01	0.00	1.50	1.18	2.00	10.50	1.50	0.15
Итого: вафли порц					0.98	7.65	15.63	135.50	0.01	0.00	1.50	1.18	2.00	10.50	1.50	0.15
Итого: Полдник					1.58	7.65	48.63	271.50	0.05	12.00	1.50	2.78	12.00	40.50	25.50	0.55

Ужин

319	морковь тушенная в сметанном соусе	75														
	масло сливочное		2	2	0.02	1.45	0.03	13.22	0.00	0.00	8.00	0.02	0.48	0.60	0.00	0.00
	морковь		83	66	1.08	0.08	5.73	29.05	0.05	4.15	0.00	0.33	22.41	45.65	31.54	0.58
	мука пш высшего сорта		1	1	0.1	0.01	0.71	3.34	0.00	0.00	0.00	0.02	0.18	0.86	0.16	0.01
	сахар песок		1	1	0	0	1	3.99	0.00	0.00	0.00	0.00	0.03	0.00	0.00	0.00
	сметана 21		9	9	0.51	1.89	0.74	22.50	0.01	0.09	11.34	0.05	17.01	11.70	1.89	0.02
Итого: морковь тушенная в сметанном соусе					1.71	3.43	8.21	72.10	0.06	4.24	19.34	0.42	40.11	58.81	33.59	0.61
283	пудинг из говядины	55														
	молоко 2.5		11	11	0.32	0.28	0.53	5.94	0.00	0.14	2.20	0.00	13.20	9.90	1.54	0.01
	мясо говядина 1 кат		82	64	15.25	13.12	0	178.76	0.05	0.00	0.00	0.33	7.38	154.16	18.04	2.21
	яйцо 1с.		7	7	0.89	0.81	0.05	10.99	0.00	0.00	17.50	0.04	3.85	13.44	0.84	0.18
Итого: пудинг из говядины					16.46	14.21	0.58	195.69	0.05	0.14	19.70	0.37	24.43	177.5	20.42	2.40
128	картофельное пюре	205														
	картофель		235	188	4.7	0.94	38.31	180.95	0.28	47.00	0.00	0.24	23.50	136.30	54.05	2.12
	масло сливочное		11	11	0.09	7.98	0.14	72.71	0.00	0.00	44.00	0.11	2.64	3.30	0.00	0.02
	молоко 2.5		32	32	0.93	0.8	1.54	17.28	0.01	0.42	6.40	0.00	38.40	28.80	4.48	0.03
Итого: картофельное пюре					5.72	9.72	39.99	270.94	0.29	47.42	50.40	0.35	64.54	168.4	58.53	2.17

410	ватрушка с творогом	100															
	дрожжи		0	0	0	0	0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
	масло подсолнечное		0	0	0	0	0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
	масло сливочное		1	1	0.01	0.73	0.01	6.61	0.00	0.00	4.00	0.01	0.24	0.30	0.00	0.00	
	мука пш высшего сорта		53	53	5.46	0.58	37.42	177.02	0.09	0.00	0.00	0.80	9.54	45.58	8.48	0.64	
	сахар песок		5	5	0	0	4.99	19.95	0.00	0.00	0.00	0.00	0.15	0.00	0.00	0.02	
	творог 9		36	36	6.48	3.24	1.08	60.84	0.01	0.18	18.00	0.07	59.04	79.20	8.28	0.14	
	яйцо 1с.		4	4	0.51	0.46	0.03	6.28	0.00	0.00	10.00	0.02	2.20	7.68	0.48	0.10	
	Итого: ватрушка с творогом				12.46	5.01	43.53	270.70	0.10	0.18	32.00	0.90	71.17	132.7	17.24	0.90	
376	чай с сахаром	215															
	сахар песок		15	15	0	0	14.97	59.85	0.00	0.00	0.00	0.00	0.45	0.00	0.00	0.05	
	Итого: чай с сахаром				0	0	14.97	59.85	0.00	0.00	0.00	0.00	0.45	0.00	0.00	0.05	
153	лимоны	10															
	лимоны		12	11	0.11	0.01	0.36	4.08	0.00	4.80	0.00	0.02	4.80	2.64	1.44	0.07	
	Итого: лимоны				0.11	0.01	0.36	4.08	0.00	4.80	0.00	0.02	4.80	2.64	1.44	0.07	
0	хлеб пшеничный	45															
	хлеб пшеничный 1с		45	45	3.42	0.36	22.14	105.75	0.05	0.00	0.00	0.50	9.00	29.25	6.30	0.50	
	Итого: хлеб пшеничный				3.42	0.36	22.14	105.75	0.05	0.00	0.00	0.50	9.00	29.25	6.30	0.50	
0	хлеб ржаной	30															
	хлеб ржаной		30	30	1.98	0.36	11.88	59.40	0.05	0.00	0.00	0.42	8.70	45.00	14.10	1.17	
	Итого: хлеб ржаной				1.98	0.36	11.88	59.40	0.05	0.00	0.00	0.42	8.70	45.00	14.10	1.17	
	Итого: Ужин				41.86	33.1	141.66	1038.51	0.60	56.78	121.4	2.98	223.2	614.3	151.6	7.87	
	Второй ужин																
386	кефир фасованный	200															
	кефир фасованный		200	0	5.8	5	8	106.00	8.00	1.40	40.00	0.00	240.00	180.00	28.00	0.20	
	Итого: кефир фасованный				5.8	5	8	106.00	8.00	1.40	40.00	0.00	240.0	180.0	28.00	0.20	
	Итого: Второй ужин				5.8	5	8	106.00	8.00	1.40	40.00	0.00	240.0	180.0	28.00	0.20	
	ВСЕГО:				119.62	119.45	460.2	3422.96	9.67	185.4	569.1	16.13	1090.	2060.	480.9	26.57	

День недели: Суббота

Неделя: вторая

Сезон: весенне - летний

Возрастная категория: 7 - 10 лет

№ блюда	Наименование блюда	Выход	Вес брутто на 1 чел.	Вес нетто на 1 чел.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
									B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак																
223	запеканка из творога	115														
	крупа манная		6	6	0.62	0.06	4.24	19.98	0.01	0.00	0.00	0.09	1.20	5.10	1.08	0.06
	масло сливочное		4	4	0.03	2.9	0.05	26.44	0.00	0.00	16.00	0.04	0.96	1.20	0.00	0.01
	молоко цельное сгущен с сахаром		20	0	1.5	0.04	11.36	51.80	0.01	0.20	0.00	0.00	63.40	45.80	6.80	0.04
	сахар песок		8	8	0	0	7.98	31.92	0.00	0.00	0.00	0.00	0.24	0.00	0.00	0.02
	сметана 21		4	4	0.23	0.84	0.33	10.00	0.00	0.04	5.04	0.02	7.56	5.20	0.84	0.01
	творог 9		90	90	16.2	8.1	2.7	152.10	0.04	0.45	45.00	0.18	147.60	198.00	20.70	0.10
	хлеб пшеничный 1с		6	6	0.46	0.05	2.95	14.10	0.01	0.00	0.00	0.07	1.20	3.90	0.84	0.07
	яйцо 1с.		4	4	0.51	0.46	0.03	6.28	0.00	0.00	10.00	0.02	2.20	7.68	0.48	0.10
	Итого: запеканка из творога				19.55	12.45	29.64	312.62	0.07	0.69	76.04	0.42	224.3	266.8	30.74	0.67
182	каша жидкая молочная из овсяной крупы	260														
	крупа овсяная		50	50	6.15	3.05	29.75	171.00	0.25	0.00	0.00	0.85	32.00	174.50	58.00	1.95
	масло сливочное		10	10	0.08	7.25	0.13	66.10	0.00	0.00	40.00	0.10	2.40	3.00	0.00	0.02
	молоко 2.5		125	125	3.63	3.13	6	67.50	0.05	1.63	25.00	0.00	150.00	112.50	17.50	0.13
	сахар песок		8	8	0	0	7.98	31.92	0.00	0.00	0.00	0.00	0.24	0.00	0.00	0.02
	Итого: каша жидкая молочная из овсяной крупы				9.86	13.43	43.86	336.52	0.30	1.63	65.00	0.95	184.6	290.0	75.50	2.12
382	какао с молоком	200														
	какао		4	4	0.8	0.76	1.54	16.64	-							
	молоко 2.5		100	100	2.9	2.5	4.8	54.00	0.04	1.30	20.00	0.00	120.00	90.00	14.00	0.10
	сахар песок		20	20	0	0	19.96	79.80	0.00	0.00	0.00	0.00	0.60	0.00	0.00	0.06
	Итого: какао с молоком				3.7	3.26	26.3	150.44	0.04	1.30	20.00	0.00	120.6	90.00	14.00	0.16
0	батон	45														
	батон		45	0	3.38	1.31	23.13	117.90	0.05	0.00	0.00	0.77	8.55	29.25	5.85	0.54
	Итого: батон				3.38	1.31	23.13	117.90	0.05	0.00	0.00	0.77	8.55	29.25	5.85	0.54
0	хлеб ржаной	30														
	хлеб ржаной		30	30	1.98	0.36	11.88	59.40	0.05	0.00	0.00	0.42	8.70	45.00	14.10	1.17

Итого: хлеб ржаной					1.98	0.36	11.88	59.40	0.05	0.00	0.00	0.42	8.70	45.00	14.10	1.17
14	масло сливочное порционное	10														
	масло сливочное		10	10	0.08	7.25	0.13	66.10	0.00	0.00	40.00	0.10	2.40	3.00	0.00	0.02
Итого: масло сливочное порционное					0.08	7.25	0.13	66.10	0.00	0.00	40.00	0.10	2.40	3.00	0.00	0.02
15	сыр твердый	10														
	сыр российский		11	10	2.55	3.25	0	40.04	0.00	0.08	28.60	0.06	96.80	55.00	3.85	0.11
Итого: сыр твердый					2.55	3.25	0	40.04	0.00	0.08	28.60	0.06	96.80	55.00	3.85	0.11
43	икра зернистая /порциями / терм обр	6														
	икра лососевая		6	6	1.89	0.79	0.06	14.94	0.03	0.14	27.00	0.18	5.40	29.40	7.74	0.11
Итого: икра зернистая /порциями / терм обр					1.89	0.79	0.06	14.94	0.03	0.14	27.00	0.18	5.40	29.40	7.74	0.11
Итого: Завтрак					42.99	42.1	135	1097.96	0.54	3.84	256.6	2.90	651.4	808.5	151.7	4.90

Обед

71	овощи натуральные свежие /огурцы св /	50														
	огурцы свежие		53	50	0.37	0.05	1.01	5.83	0.02	3.71	0.00	0.05	9.01	15.90	7.42	0.27
Итого: овощи натуральные свежие /огурцы св /					0.37	0.05	1.01	5.83	0.02	3.71	0.00	0.05	9.01	15.90	7.42	0.27
71	овощи натуральные свежие /помидоры св /	50														
	помидоры свежие		59	59	0.65	0.12	2.24	14.16	0.04	14.75	0.00	0.41	8.26	15.34	11.80	0.53
Итого: овощи натуральные свежие /помидоры св /					0.65	0.12	2.24	14.16	0.04	14.75	0.00	0.41	8.26	15.34	11.80	0.53
226	рыба отварная	55														
	лук репчатый		2	2	0.03	0	0.16	0.82	0.00	0.20	0.00	0.00	0.62	1.16	0.28	0.02
	морковь		2	2	0.03	0	0.14	0.70	0.00	0.10	0.00	0.01	0.54	1.10	0.76	0.01
	сайда		79	79	12.64	0.47	0	54.51	0.07	0.79	7.90	0.71	19.75	165.90	23.70	0.40
Итого: рыба отварная					12.7	0.47	0.3	56.03	0.07	1.09	7.90	0.72	20.91	168.1	24.74	0.43
82	борщ с кап и картофелем	255														
	капуста белокачанная		25	21	0.45	0.03	1.18	7.00	0.01	11.25	0.00	0.03	12.00	7.75	4.00	0.15
	картофель		27	21	0.54	0.11	4.4	20.79	0.03	5.40	0.00	0.03	2.70	15.66	6.21	0.24
	лук репчатый		12	10	0.17	0.02	0.98	4.92	0.01	1.20	0.00	0.02	3.72	6.96	1.68	0.10
	масло подсолнечное		5	5	0	5	0	44.95	0.00	0.00	0.00	2.20	0.00	0.10	0.00	0.00
	морковь		10	8	0.13	0.01	0.69	3.50	0.01	0.50	0.00	0.04	2.70	5.50	3.80	0.07
	сахар песок		3	3	0	0	2.99	11.97	0.00	0.00	0.00	0.00	0.09	0.00	0.00	0.01
	свекла		40	33	0.6	0.04	3.52	16.80	0.01	4.00	0.00	0.04	14.80	17.20	8.80	0.56
	сметана 21		5	5	0.29	1.05	0.41	12.50	0.00	0.05	6.30	0.03	9.45	6.50	1.05	0.01
	томат-пюре		3	3	0.14	0	0.57	3.06	0.00	1.35	0.00	0.03	0.60	2.04	1.50	0.07

Итого: борщ с кап и картофелем					2.32	6.26	14.74	125.49	0.07	23.75	6.30	2.42	46.06	61.71	27.04	1.21
260	гуляш	80														
	лук репчатый		10	8	0.14	0.02	0.82	4.10	0.01	1.00	0.00	0.02	3.10	5.80	1.40	0.08
	масло подсолнечное		4	4	0	4	0	35.96	0.00	0.00	0.00	1.76	0.00	0.08	0.00	0.00
	мука пш высшего сорта		2	2	0.21	0.02	1.41	6.68	0.00	0.00	0.00	0.03	0.36	1.72	0.32	0.02
	мясо говядина 1 кат		86	68	16	13.76	0	187.48	0.05	0.00	0.00	0.34	7.74	161.68	18.92	2.32
	томат-пюре		3	3	0.14	0	0.57	3.06	0.00	1.35	0.00	0.03	0.60	2.04	1.50	0.07
Итого: гуляш					16.49	17.8	2.8	237.28	0.06	2.35	0.00	2.18	11.80	171.3	22.14	2.49
203	макаронные изделия отварные с маслом	125														
	макароны		42	42	4.62	0.55	29.61	141.96	0.07	0.00	0.00	0.63	7.98	36.54	6.72	0.67
	масло сливочное		4	4	0.03	2.9	0.05	26.44	0.00	0.00	16.00	0.04	0.96	1.20	0.00	0.01
Итого: макаронные изделия отварные с маслом					4.65	3.45	29.66	168.40	0.07	0.00	16.00	0.67	8.94	37.74	6.72	0.68
355	кисель из кураги	200														
	крахмал картофельный		9	0	0.01	0	7.04	28.17	0.00	0.00	0.00	0.00	3.60	6.93	0.00	0.00
	курага		20	20	1.04	0.06	10.2	46.40	0.02	0.80	0.00	1.10	32.00	29.20	21.00	0.64
	сахар песок		20	20	0	0	19.96	79.80	0.00	0.00	0.00	0.00	0.60	0.00	0.00	0.06
Итого: кисель из кураги					1.05	0.06	37.2	154.37	0.02	0.80	0.00	1.10	36.20	36.13	21.00	0.70
0	хлеб пшеничный	45														
	хлеб пшеничный 1с		45	45	3.42	0.36	22.14	105.75	0.05	0.00	0.00	0.50	9.00	29.25	6.30	0.50
Итого: хлеб пшеничный					3.42	0.36	22.14	105.75	0.05	0.00	0.00	0.50	9.00	29.25	6.30	0.50
0	хлеб ржаной	40														
	хлеб ржаной		40	40	2.64	0.48	15.84	79.20	0.07	0.00	0.00	0.56	11.60	60.00	18.80	1.56
Итого: хлеб ржаной					2.64	0.48	15.84	79.20	0.07	0.00	0.00	0.56	11.60	60.00	18.80	1.56
338	фрукты свежие	200														
	фрукты свежие		200	200	0.8	0.8	19.6	94.00	0.06	20.00	0.00	0.40	32.00	22.00	18.00	4.40
Итого: фрукты свежие					0.8	0.8	19.6	94.00	0.06	20.00	0.00	0.40	32.00	22.00	18.00	4.40
Итого: Обед					45.09	29.85	145.53	1040.51	0.53	66.45	30.20	9.01	193.7	617.5	163.9	12.77

Полдник

389	соки фруктовые и ягодные в т / п	200														
	сок в тетрапаках фруктовый		200	200	0.6	0	33	136.00	0.04	12.00	0.00	1.60	10.00	30.00	24.00	0.40
Итого: соки фруктовые и ягодные в т / п					0.6	0	33	136.00	0.04	12.00	0.00	1.60	10.00	30.00	24.00	0.40
0	зефир	40														
	зефир		40	0	0.32	0.04	31.92	130.40	0.00	0.00	0.00	0.00	10.00	4.80	2.40	0.56
Итого: зефир					0.32	0.04	31.92	130.40	0.00	0.00	0.00	0.00	10.00	4.80	2.40	0.56
Итого: Полдник					0.92	0.04	64.92	266.40	0.04	12.00	0.00	1.60	20.00	34.80	26.40	0.96

Ужин

139	капуста тушеная	100															
	капуста белокачанная		143	119	2.57	0.14	6.72	40.04	0.04	64.35	0.00	0.14	68.64	44.33	22.88	0.86	
	лук репчатый		5	4	0.07	0.01	0.41	2.05	0.00	0.50	0.00	0.01	1.55	2.90	0.70	0.04	
	масло подсолнечное		4	4	0	4	0	35.96	0.00	0.00	0.00	1.76	0.00	0.08	0.00	0.00	
	морковь		3	2	0.04	0	0.21	1.05	0.00	0.15	0.00	0.01	0.81	1.65	1.14	0.02	
	мука пш высшего сорта		1	1	0.1	0.01	0.71	3.34	0.00	0.00	0.00	0.02	0.18	0.86	0.16	0.01	
	сахар песок		3	3	0	0	2.99	11.97	0.00	0.00	0.00	0.00	0.09	0.00	0.00	0.01	
	томат-пюре		2	2	0.1	0	0.38	2.04	0.00	0.90	0.00	0.02	0.40	1.36	1.00	0.05	
	Итого: капуста тушеная				2.88	4.16	11.42	96.45	0.04	65.90	0.00	1.96	71.67	51.18	25.88	0.99	
243	сосиски отварные	45															
	сосиски		42	41	4.62	10.04	0.17	109.62	0.08	0.00	0.00	0.17	14.70	66.78	8.40	0.76	
	Итого: сосиски отварные				4.62	10.04	0.17	109.62	0.08	0.00	0.00	0.17	14.70	66.78	8.40	0.76	
279	тефтели 2 - вариант	110															
	лук репчатый		21	18	0.29	0.04	1.72	8.61	0.01	2.10	0.00	0.04	6.51	12.18	2.94	0.17	
	масло подсолнечное		3	3	0	3	0	26.97	0.00	0.00	0.00	1.32	0.00	0.06	0.00	0.00	
	мука пш высшего сорта		4	4	0.41	0.04	2.82	13.36	0.01	0.00	0.00	0.06	0.72	3.44	0.64	0.05	
	мясо говядина 1 кат		52	41	9.67	8.32	0	113.36	0.03	0.00	0.00	0.21	4.68	97.76	11.44	1.40	
	рис		5	5	0.35	0.05	3.7	16.65	0.00	0.00	0.00	0.02	0.40	7.50	2.50	0.05	
	сметана 21		13	13	0.74	2.73	1.07	32.50	0.01	0.14	16.38	0.08	24.57	16.90	2.73	0.03	
	томат-пюре		2	2	0.1	0	0.38	2.04	0.00	0.90	0.00	0.02	0.40	1.36	1.00	0.05	
	Итого: тефтели 2 - вариант				11.56	14.18	9.69	213.49	0.06	3.14	16.38	1.75	37.28	139.2	21.25	1.75	
125	картофель отварной	175															
	картофель		229	183	4.58	0.92	37.33	176.33	0.27	45.80	0.00	0.23	22.90	132.82	52.67	2.06	
	масло сливочное		8	8	0.06	5.8	0.1	52.88	0.00	0.00	32.00	0.08	1.92	2.40	0.00	0.02	
	Итого: картофель отварной				4.64	6.72	37.43	229.21	0.27	45.80	32.00	0.31	24.82	135.2	52.67	2.08	
422	булочка сдобная ванильная	60															
	дрожжи		0	0	0	0	0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
	масло подсолнечное		0	0	0	0	0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
	масло сливочное		5	5	0.04	3.63	0.07	33.05	0.00	0.00	20.00	0.05	1.20	1.50	0.00	0.01	
	мука пш высшего сорта		41	41	4.22	0.45	28.95	136.94	0.07	0.00	0.00	0.62	7.38	35.26	6.56	0.49	
	сахар песок		7	7	0	0	6.99	27.93	0.00	0.00	0.00	0.00	0.21	0.00	0.00	0.02	
	яйцо 1с.		4	4	0.51	0.46	0.03	6.28	0.00	0.00	10.00	0.02	2.20	7.68	0.48	0.10	
	Итого: булочка сдобная ванильная				4.77	4.54	36.04	204.20	0.07	0.00	30.00	0.69	10.99	44.44	7.04	0.62	
376	чай с сахаром	215															
	сахар песок		15	15	0	0	14.97	59.85	0.00	0.00	0.00	0.00	0.45	0.00	0.00	0.05	
	Итого: чай с сахаром				0	0	14.97	59.85	0.00	0.00	0.00	0.00	0.45	0.00	0.00	0.05	
153	лимоны	10															

	лимоны		12	11	0.11	0.01	0.36	4.08	0.00	4.80	0.00	0.02	4.80	2.64	1.44	0.07
	Итого: лимоны				0.11	0.01	0.36	4.08	0.00	4.80	0.00	0.02	4.80	2.64	1.44	0.07
0	хлеб пшеничный	45														
	хлеб пшеничный 1с		45	45	3.42	0.36	22.14	105.75	0.05	0.00	0.00	0.50	9.00	29.25	6.30	0.50
	Итого: хлеб пшеничный				3.42	0.36	22.14	105.75	0.05	0.00	0.00	0.50	9.00	29.25	6.30	0.50
0	хлеб ржаной	30														
	хлеб ржаной		30	30	1.98	0.36	11.88	59.40	0.05	0.00	0.00	0.42	8.70	45.00	14.10	1.17
	Итого: хлеб ржаной				1.98	0.36	11.88	59.40	0.05	0.00	0.00	0.42	8.70	45.00	14.10	1.17
	Итого: Ужин				33.98	40.37	144.1	1082.05	0.62	119.6	78.38	5.82	182.4	513.7	137.0	7.99

Второй ужин

386	кефир фасованный	200														
	кефир фасованный		200	0	5.8	5	8	106.00	8.00	1.40	40.00	0.00	240.00	180.00	28.00	0.20
	Итого: кефир фасованный				5.8	5	8	106.00	8.00	1.40	40.00	0.00	240.0	180.0	28.00	0.20
	Итого: Второй ужин				5.8	5	8	106.00	8.00	1.40	40.00	0.00	240.0	180.0	28.00	0.20
	ВСЕГО:				128.78	117.36	497.55	3592.92	9.73	203.3	405.2	19.33	1287.	2154.	507.2	26.82

День недели: Воскресенье

Неделя: вторая

Сезон: весенне - летний

Возрастная категория: 7 - 10 лет

№ блюда	Наименование блюда	Выход	Вес брутто на 1 чел.	Вес нетто на 1 чел.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
									B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак																
318	пюре из моркови	50														
	масло сливочное		2	2	0.02	1.45	0.03	13.22	0.00	0.00	8.00	0.02	0.48	0.60	0.00	0.00
	морковь		68	55	0.88	0.07	4.69	23.80	0.04	3.40	0.00	0.27	18.36	37.40	25.84	0.48
	сахар песок		1	1	0	0	1	3.99	0.00	0.00	0.00	0.00	0.03	0.00	0.00	0.00
	Итого: пюре из моркови				0.9	1.52	5.72	41.01	0.04	3.40	8.00	0.29	18.87	38.00	25.84	0.48
294	котлета рубленая из птицы	70														
	куры потрашённые		81	81	14.74	14.9	6	192.78	0.06	1.46	56.70	0.41	12.96	133.65	14.58	1.30
	масло подсолнечное		4	4	0	4	0	35.96	0.00	0.00	0.00	1.76	0.00	0.08	0.00	0.00
	масло сливочное		4	4	0.03	2.9	0.05	26.44	0.00	0.00	16.00	0.04	0.96	1.20	0.00	0.01
	молоко 2.5		17	17	0.49	0.43	0.82	9.18	0.01	0.22	3.40	0.00	20.40	15.30	2.38	0.02
	хлеб пшеничный 1с		12	12	0.91	0.1	5.9	28.20	0.01	0.00	0.00	0.13	2.40	7.80	1.68	0.13
	хлеб пшеничный 1с		14	14	1.06	0.11	6.89	32.90	0.02	0.00	0.00	0.15	2.80	9.10	1.96	0.15
	Итого: котлета рубленая из птицы				17.23	22.44	13.66	325.46	0.10	1.68	76.10	2.49	39.52	167.1	20.60	1.61
181	каша жидкая молочн из манной крупы	260														
	крупa манная		39	39	4.02	0.39	27.53	129.87	0.05	0.00	0.00	0.59	7.80	33.15	7.02	0.39
	масло сливочное		10	10	0.08	7.25	0.13	66.10	0.00	0.00	40.00	0.10	2.40	3.00	0.00	0.02
	молоко 2.5		125	125	3.63	3.13	6	67.50	0.05	1.63	25.00	0.00	150.00	112.50	17.50	0.13
	сахар песок		8	8	0	0	7.98	31.92	0.00	0.00	0.00	0.00	0.24	0.00	0.00	0.02
	Итого: каша жидкая молочн из манной крупы				7.73	10.77	41.64	295.39	0.10	1.63	65.00	0.69	160.4	148.6	24.52	0.56
379	кофейный напиток с молоком	200														
	кофейный напиток		5	0	0	0	0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
	молоко 2.5		100	100	2.9	2.5	4.8	54.00	0.04	1.30	20.00	0.00	120.00	90.00	14.00	0.10
	сахар песок		20	20	0	0	19.96	79.80	0.00	0.00	0.00	0.00	0.60	0.00	0.00	0.06
	Итого: кофейный напиток с молоком				2.9	2.5	24.76	133.80	0.04	1.30	20.00	0.00	120.6	90.00	14.00	0.16
0	батон	40														
	батон		40	0	3	1.16	20.56	104.80	0.04	0.00	0.00	0.68	7.60	26.00	5.20	0.48

Итого: батон					3	1.16	20.56	104.80	0.04	0.00	0.00	0.68	7.60	26.00	5.20	0.48
0	хлеб ржаной	30														
	хлеб ржаной		30	30	1.98	0.36	11.88	59.40	0.05	0.00	0.00	0.42	8.70	45.00	14.10	1.17
Итого: хлеб ржаной					1.98	0.36	11.88	59.40	0.05	0.00	0.00	0.42	8.70	45.00	14.10	1.17
14	масло сливочное порционное	10														
	масло сливочное		10	10	0.08	7.25	0.13	66.10	0.00	0.00	40.00	0.10	2.40	3.00	0.00	0.02
Итого: масло сливочное порционное					0.08	7.25	0.13	66.10	0.00	0.00	40.00	0.10	2.40	3.00	0.00	0.02
15	сыр твердый	10														
	сыр российский		11	10	2.55	3.25	0	40.04	0.00	0.08	28.60	0.06	96.80	55.00	3.85	0.11
Итого: сыр твердый					2.55	3.25	0	40.04	0.00	0.08	28.60	0.06	96.80	55.00	3.85	0.11
Итого: Завтрак					36.37	49.25	118.35	1066.00	0.37	8.09	237.7	4.73	454.9	572.7	108.1	4.59

Обед

71	овощи натуральные свежие /огурцы св /	50														
	огурцы свежие		53	50	0.37	0.05	1.01	5.83	0.02	3.71	0.00	0.05	9.01	15.90	7.42	0.27
Итого: овощи натуральные свежие /огурцы св /					0.37	0.05	1.01	5.83	0.02	3.71	0.00	0.05	9.01	15.90	7.42	0.27
99	суп из овощей	255														
	горошек консервированный		12	9	0.37	0.02	0.78	4.86	0.01	1.20	0.00	0.02	2.40	7.44	2.52	0.08
	капуста белокачанная		25	21	0.45	0.03	1.18	7.00	0.01	11.25	0.00	0.03	12.00	7.75	4.00	0.15
	картофель		67	53	1.34	0.27	10.92	51.59	0.08	13.40	0.00	0.07	6.70	38.86	15.41	0.60
	лук репчатый		12	10	0.17	0.02	0.98	4.92	0.01	1.20	0.00	0.02	3.72	6.96	1.68	0.10
	масло подсолнечное		5	5	0	5	0	44.95	0.00	0.00	0.00	2.20	0.00	0.10	0.00	0.00
	морковь		10	8	0.13	0.01	0.69	3.50	0.01	0.50	0.00	0.04	2.70	5.50	3.80	0.07
	сметана 21		5	5	0.29	1.05	0.41	12.50	0.00	0.05	6.30	0.03	9.45	6.50	1.05	0.01
Итого: суп из овощей					2.75	6.4	14.96	129.26	0.12	27.60	6.30	2.41	36.97	73.11	28.46	1.01
256	мясо тушеное	80														
	лук репчатый		4	3	0.06	0.01	0.33	1.64	0.00	0.40	0.00	0.01	1.24	2.32	0.56	0.03
	масло подсолнечное		4	4	0	4	0	35.96	0.00	0.00	0.00	1.76	0.00	0.08	0.00	0.00
	морковь		3	3	0.04	0	0.21	1.05	0.00	0.15	0.00	0.01	0.81	1.65	1.14	0.02
	мука пш высшего сорта		2	2	0.21	0.02	1.41	6.68	0.00	0.00	0.00	0.03	0.36	1.72	0.32	0.02
	мясо говядина 1 кат		90	71	16.74	14.4	0	196.20	0.05	0.00	0.00	0.36	8.10	169.20	19.80	2.43
	томат-пюре		2	2	0.1	0	0.38	2.04	0.00	0.90	0.00	0.02	0.40	1.36	1.00	0.05
Итого: мясо тушеное					17.15	18.43	2.33	243.57	0.05	1.45	0.00	2.19	10.91	176.3	22.82	2.55
171	каша рассыпчатая гречневая	105														
	крупа гречневая		47	47	5.08	1.5	26.32	139.12	0.14	0.00	0.00	0.38	32.90	156.98	121.26	3.90
	масло сливочное		7	7	0.06	5.08	0.09	46.27	0.00	0.00	28.00	0.07	1.68	2.10	0.00	0.01
Итого: каша рассыпчатая гречневая					5.14	6.58	26.41	185.39	0.14	0.00	28.00	0.45	34.58	159.0	121.2	3.91

349	компот из смеси сухофруктов	200															
	сахар песок		20	20	0	0	19.96	79.80	0.00	0.00	0.00	0.00	0.60	0.00	0.00	0.00	0.06
	сухофрукты		20	20	0.34	0	12.98	54.60									
	Итого: компот из смеси сухофруктов				0.34	0	32.94	134.40	0.00	0.00	0.00	0.00	0.60	0.00	0.00	0.00	0.06
0	хлеб пшеничный	45															
	хлеб пшеничный 1с		45	45	3.42	0.36	22.14	105.75	0.05	0.00	0.00	0.50	9.00	29.25	6.30	0.50	
	Итого: хлеб пшеничный				3.42	0.36	22.14	105.75	0.05	0.00	0.00	0.50	9.00	29.25	6.30	0.50	
0	хлеб ржаной	40															
	хлеб ржаной		40	40	2.64	0.48	15.84	79.20	0.07	0.00	0.00	0.56	11.60	60.00	18.80	1.56	
	Итого: хлеб ржаной				2.64	0.48	15.84	79.20	0.07	0.00	0.00	0.56	11.60	60.00	18.80	1.56	
338	фрукты свежие	200															
	фрукты свежие		200	200	0.8	0.8	19.6	94.00	0.06	20.00	0.00	0.40	32.00	22.00	18.00	4.40	
	Итого: фрукты свежие				0.8	0.8	19.6	94.00	0.06	20.00	0.00	0.40	32.00	22.00	18.00	4.40	
	Итого: Обед				32.61	33.1	135.23	977.40	0.51	52.76	34.30	6.56	144.6	535.6	223.0	14.26	

Полдник

389	соки фруктовые и ягодные в т / п	200															
	сок в тетрапаках фруктовый		200	200	0.6	0	33	136.00	0.04	12.00	0.00	1.60	10.00	30.00	24.00	0.40	
	Итого: соки фруктовые и ягодные в т / п				0.6	0	33	136.00	0.04	12.00	0.00	1.60	10.00	30.00	24.00	0.40	
419	пирожки песочные с яблоками	75															
	масло подсолнечное		0	0	0	0	0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
	масло сливочное		8	8	0.06	5.8	0.1	52.88	0.00	0.00	32.00	0.08	1.92	2.40	0.00	0.02	
	мука пш высшего сорта		28	28	2.88	0.31	19.77	93.52	0.05	0.00	0.00	0.42	5.04	24.08	4.48	0.34	
	сахар песок		8	8	0	0	7.98	31.92	0.00	0.00	0.00	0.00	0.24	0.00	0.00	0.02	
	сахар песок		10	10	0	0	9.98	39.90	0.00	0.00	0.00	0.00	0.30	0.00	0.00	0.03	
	творог 9		8	8	1.44	0.72	0.24	13.52	0.00	0.04	4.00	0.02	13.12	17.60	1.84	0.03	
	яблоки свежие		29	26	0.12	0.12	2.84	13.63	0.01	2.90	0.00	0.06	4.64	3.19	2.61	0.64	
	яйцо 1с.		2	2	0.25	0.23	0.01	3.14	0.00	0.00	5.00	0.01	1.10	3.84	0.24	0.05	
	яйцо 1с.		5	5	0.64	0.58	0.04	7.85	0.00	0.00	12.50	0.03	2.75	9.60	0.60	0.13	
	Итого: пирожки песочные с яблоками				5.39	7.76	40.96	256.36	0.06	2.94	53.50	0.62	29.11	60.71	9.77	1.26	
	Итого: Полдник				5.99	7.76	73.96	392.36	0.10	14.94	53.50	2.22	39.11	90.71	33.77	1.66	

Ужин

71	овощи натуральные свежие /помидоры св /	50															
	помидоры свежие		59	59	0.65	0.12	2.24	14.16	0.04	14.75	0.00	0.41	8.26	15.34	11.80	0.53	
	Итого: овощи натуральные свежие /помидоры св /				0.65	0.12	2.24	14.16	0.04	14.75	0.00	0.41	8.26	15.34	11.80	0.53	
274	зразы рубленные	100															

	лук репчатый		34	29	0.48	0.07	2.79	13.94	0.02	3.40	0.00	0.07	10.54	19.72	4.76	0.27
	масло подсолнечное		4	4	0	4	0	35.96	0.00	0.00	0.00	1.76	0.00	0.08	0.00	0.00
	молоко 2.5		12	12	0.35	0.3	0.58	6.48	0.00	0.16	2.40	0.00	14.40	10.80	1.68	0.01
	мука пш высшего сорта		2	2	0.21	0.02	1.41	6.68	0.00	0.00	0.00	0.03	0.36	1.72	0.32	0.02
	мясо говядина 1 кат		56	45	10.42	8.96	0	122.08	0.03	0.00	0.00	0.22	5.04	105.28	12.32	1.51
	сметана 21		6	6	0.34	1.26	0.49	15.00	0.00	0.06	7.56	0.04	11.34	7.80	1.26	0.01
	томат-пюре		1	1	0.05	0	0.19	1.02	0.00	0.45	0.00	0.01	0.20	0.68	0.50	0.02
	хлеб пшеничный 1с		9	9	0.68	0.07	4.43	21.15	0.01	0.00	0.00	0.10	1.80	5.85	1.26	0.10
	хлеб пшеничный 1с		10	10	0.76	0.08	4.92	23.50	0.01	0.00	0.00	0.11	2.00	6.50	1.40	0.11
	яйцо 1с.		5	5	0.64	0.58	0.04	7.85	0.00	0.00	12.50	0.03	2.75	9.60	0.60	0.13
	Итого: зразы рубленые				13.93	15.34	14.85	253.66	0.07	4.07	22.46	2.37	48.43	168.0	24.10	2.18
143	рагу из овощей	175														
	капуста белокочанная		43	36	0.77	0.04	2.02	12.04	0.01	19.35	0.00	0.04	20.64	13.33	6.88	0.26
	картофель		73	58	1.46	0.29	11.9	56.21	0.09	14.60	0.00	0.07	7.30	42.34	16.79	0.66
	лук репчатый		16	14	0.22	0.03	1.31	6.56	0.01	1.60	0.00	0.03	4.96	9.28	2.24	0.13
	масло подсолнечное		7	7	0	6.99	0	62.93	0.00	0.00	0.00	3.08	0.00	0.14	0.00	0.00
	масло сливочное		4	4	0.03	2.9	0.05	26.44	0.00	0.00	16.00	0.04	0.96	1.20	0.00	0.01
	морковь		73	58	0.95	0.07	5.04	25.55	0.04	3.65	0.00	0.29	19.71	40.15	27.74	0.51
	мука пш высшего сорта		4	4	0.11	0.04	2.82	13.36	0.01	0.00	0.00	0.06	0.72	3.44	0.64	0.05
	сметана 21		13	13	0.74	2.73	1.07	32.50	0.01	0.14	16.38	0.08	24.57	16.90	2.73	0.03
	Итого: рагу из овощей				4.58	13.09	24.21	235.59	0.17	39.34	32.38	3.69	78.86	126.7	57.02	1.65
225	оладьи из творога	120														
	масло подсолнечное		6	6	0	5.99	0	53.94	0.00	0.00	0.00	2.64	0.00	0.12	0.00	0.00
	молоко 2.5		20	20	0.58	0.5	0.96	10.80	0.01	0.26	4.00	0.00	24.00	18.00	2.80	0.02
	молоко цельное сгущен с сахаром		20	0	1.5	0.04	11.36	51.80	0.01	0.20	0.00	0.00	63.40	45.80	6.80	0.04
	мука пш высшего сорта		18	18	1.85	0.2	12.71	60.12	0.03	0.00	0.00	0.27	3.24	15.48	2.88	0.22
	сахар песок		4	4	0	0	3.99	15.96	0.00	0.00	0.00	0.00	0.12	0.00	0.00	0.01
	творог 9		51	51	9.18	4.59	1.53	86.19	0.02	0.26	25.50	0.10	83.64	112.20	11.73	0.20
	яйцо 1с.		8	8	1.02	0.92	0.06	12.56	0.01	0.00	20.00	0.05	4.40	15.36	0.96	0.20
	Итого: оладьи из творога				14.13	12.24	30.61	291.37	0.08	0.72	49.50	3.06	178.8	206.9	25.17	0.69
376	чай с сахаром	215														
	сахар песок		15	15	0	0	14.97	59.85	0.00	0.00	0.00	0.00	0.45	0.00	0.00	0.05
	чай		1	1	0	0	0	0.00								
	Итого: чай с сахаром				0	0	14.97	59.85	0.00	0.00	0.00	0.00	0.45	0.00	0.00	0.05
153	лимоны	10														
	лимоны		12	11	0.11	0.01	0.36	4.08	0.00	4.80	0.00	0.02	4.80	2.64	1.44	0.07
	Итого: лимоны				0.11	0.01	0.36	4.08	0.00	4.80	0.00	0.02	4.80	2.64	1.44	0.07

0	хлеб пшеничный	45															
	хлеб пшеничный 1с		45	45	3.42	0.36	22.14	105.75	0.05	0.00	0.00	0.50	9.00	29.25	6.30	0.50	
	Итого: хлеб пшеничный				3.42	0.36	22.14	105.75	0.05	0.00	0.00	0.50	9.00	29.25	6.30	0.50	
0	хлеб ржаной	30															
	хлеб ржаной		30	30	1.98	0.36	11.88	59.40	0.05	0.00	0.00	0.42	8.70	45.00	14.10	1.17	
	Итого: хлеб ржаной				1.98	0.36	11.88	59.40	0.05	0.00	0.00	0.42	8.70	45.00	14.10	1.17	
	Итого: Ужин				38.8	41.52	121.26	1023.86	0.46	63.68	104.3	10.47	337.3	594.0	139.9	6.84	

Второй ужин

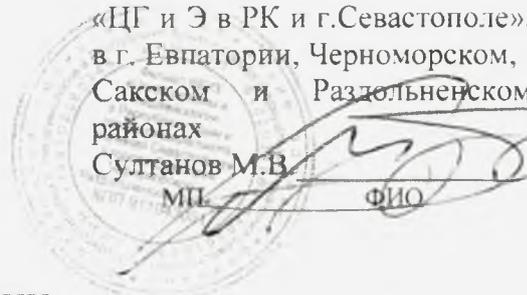
386	кефир	200															
	кефир		207	200	6	5.18	8.28	109.71	0.08	1.45	41.40	0.00	248.40	186.30	28.98	0.21	
	Итого: кефир				6	5.18	8.28	109.71	0.08	1.45	41.40	0.00	248.4	186.3	28.98	0.21	
386	кефир фасованный	200															
	кефир фасованный		200	0	5.8	5	8	106.00	8.00	1.40	40.00	0.00	240.00	180.00	28.00	0.20	
	Итого: кефир фасованный				5.8	5	8	106.00	8.00	1.40	40.00	0.00	240.0	180.0	28.00	0.20	
	Итого: Второй ужин				11.8	10.18	16.28	215.71	8.08	2.85	81.40	0.00	488.4	366.3	56.98	0.41	
	ВСЕГО:				125.57	141.81	465.08	3675.33	9.52	142.3	511.2	23.98	1464.	2159.	561.8	27.76	

копия

Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения
«Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Крым
и городе федерального значения Севастополе»

УТВЕРЖДАЮ

Главный врач филиала ФБУЗ
«ЦГ и Э в РК и г. Севастополе»,
в г. Евпатории, Черноморском,
Сакском и Раздольненском
районах
Султанов М.В.



ОРГАН ИНСПЕКЦИИ

АТТЕСТАТ АККРЕДИТАЦИИ RA.RU.710101 от 13 ноября 2015

Юридический адрес: ул. Набережная, д.67, г. Симферополь,

295034, тел.: (365) 549-900, факс: (365) 549-901,
e-mail: fbuz_priemn@cge-crimea.ru.

<http://www.cge-crimea.ru>

ОКНО 00711250 ОГРН 1149102060348
ИНН 9102034069 КПП 910201001

Фактический адрес: ул. Некрасова, 37/43,
г. Евпатория, 297412, тел.: (36569) 6-17-13.

e-mail: fbuz_evp@cge-crimea.ru

ОКПО 00711250 ОГРН 1149102060348
ИНН 9102034069 КПП 910201001

ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

№ 77-13.05.16 от 16.05.2016г.

о соответствии (несоответствии) государственным санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам примерного меню ГБУ РК «Санаторий для детей и детей с родителями «Морской».

Наименование организации: ГБУ РК «Санаторий для детей и детей с родителями «Морской»

Наименование объекта экспертизы: Примерное 14-дневное меню ГБУ РК «СД и ДР «Морской» для детей возрастом 4-6, 7-11 и 11-17 лет.

Основание: заявление ГБУ РК «Санаторий для детей и детей с родителями «Морской» № 1 от 13.05.2016 г.

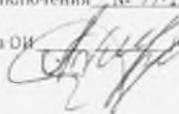
Юридический и фактический адрес: г. Евпатория, пос. Заозерное, ул. Чкалова, 42,Б

Перечень документации, представленной для рассмотрения и оценки:

- Три комплекта меню ГБУ РК «Санаторий для детей и детей с родителями «Морской» для детей возрастом 4-6, 7-10, 11-17 лет;

Нормативная документация: СанПиН №2.4.2.2843-11 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность"

№ экспертного заключения № 77-13.05.16 от 16.05.2016г.

Подпись эксперта ОИ  ФИО Абибуллаева Э.Р.



ния к устройству, содержанию и организации работы детских санаториев», приказ МЗ РФ от 5 авг. 2003 г «О мерах по совершенствованию лечебного питания в лечебно-профилактических учреждениях РФ», СанПиН № 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования».

Общие сведения:

Представленное меню разработано на 14-дневный период (2 недели). В соответствии с требованиями СанПиН 2.4.5. 2409-08 содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности, включая содержание белков, жиров, углеводов, витаминов и минеральных веществ, с указанием номеров рецептов сборника рецептов.

Примерное меню разработано для пищеблока, работающего на сырье, предназначенного для реализации готовой продукции общественного питания для взрослых и детей 4-6, 7-10, 11-17 лет и предусматривает пятикратный прием пищи (завтрак, обед, полдник, ужин, 2-й ужин), при организации работы санаторно-курортного учреждения круглосуточно.

Формирование меню:

Примерное меню составлено на основе рациона и с использованием рекомендуемого набора продуктов.

В меню ежедневно входят мясо, молоко (молочные продукты), сливочное и растительное масло, хлеб ржано-пшеничный и пшеничный.

Завтрак меню состоит из закуски, горячего блюда и горячего напитка.

В обед меню включена закуска, первое, второе блюдо.

Полдник состоит из напитка с булочкой или кондитерскими изделиями без крема.

Ужин состоит из овощного (творожного) блюда или каши, основного второго блюда (мясо, рыба или птица) и напитка. В качестве второго ужина включены кисломолочные продукты. Распределение энергетической ценности в рационе примерно соответствует рекомендуемым значениям, предусмотренным СанПиН №2.4.2.2843-11 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы детских санаториев».

Распределение пищевой и энергетической ценности рационов по неделям равномерное. Соотношение основных пищевых веществ (белков, жиров и углеводов), близко к оптимальному.

В трех комплектах примерного меню для детей возрастных категорий 4-6, 7-10, 11-17 лет, среднесуточные наборы продуктов (таб.1), удовлетворяют физиологические потребности детей данных возрастов, согласно, таблицы 4 приказа МЗ РФ № 330 от 5 авг. 2003 г «О мерах по совершенствованию лечебного питания в лечебно-профилактических учреждениях РФ», при организации пятикратного питания.

Таблица 1

Наименование продукта (г, мл brutto)	Фактически для 4-6 лет	Фактически для 7-11 лет	Фактически для 11-17
Хлеб пшеничный	100	151	200
Хлеб ржаной	50	100	150
Мука пшеничная	53	52	55
Крупы, бобовые, макаронные изделия	80,07	84	98
Картофель	270	306	352
Овощи разные и зелень	313	373	423
Фрукты свежие	221	222	260
Фрукты сухие	7,5	7,8	20
Сок фруктовый	114,2	114,28	180

№ экспертного заключения № 77-13.05.16 от 16.05.2016г.

Подпись эксперта ОИ _____/ФИО Абибуллаева Э.Р.



Сахар	61	71	77,5
Кондитерские изделия	15	20	25
Масло сливочное	36	42	52
Масло растительное	15,2	20	21,9
Яйцо	39,5	40	40,25
Творог 9%-ный	50	57	61
Молоко, кефир и другие кисломолочные продукты	554	557	558
Сметана	13	15	16
Сыр	10	10	10,09
Мясо 1 кат. (в т.ч. субпродукты)	131	152	181,5
Колбасные изделия	15	20	25,5
Птица 1 кат. п/п	25	35	45
Рыба (филе)	41	55	60

Повтор одних и тех же основных блюд или кулинарных изделий в один и тот же день и в последующие 2 – 3 дня, а также наличие запрещенных продуктов и блюд не отмечены.

В представленном меню объемы порций приготавливаемых блюд в основном соответствуют рекомендуемым СанПиН №2.4.2.2843-11 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы детских санаториев». Имеющиеся отступления не являются значимыми учитывая, что в целом, рационы обеспечивают физиологическую потребность организма в основных пищевых веществах и энергии.

Профилактика витаминной и микроэлементной недостаточности.

Профилактика витаминной и микроэлементной недостаточности обеспечена за счет использования разнообразных пищевых продуктов, с естественным содержанием необходимых витаминов и минеральных веществ (с учетом потерь при тепловой обработке) в т.ч. фруктов, свежих овощей, зелени, витаминизированных соков.

Заключение

Рассмотрение и оценка проведена в соответствии с действующими техническими регламентами, государственными санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами, государственными стандартами, с использованием методов и методик, утвержденных в установленном порядке.

Примерное 14-дневное меню ГБУ РК «Санаторий для детей и детей с родителями «Мской» для детей возрастом 4-6, 7-10, 11-17 лет, соответствует требованиям СанПиН № 2.4.2.2843-11 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы детских санаториев», приказ МЗ РФ № 330 от 5 авг. 2003 г «О мерах по совершенствованию лечебного питания в лечебно-профилактических учреждениях РФ», СанПиН № 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования».

Эксперт ОИ

Абибуллаева Э.Р.

Технический директор

Абдураимов А.А.

№ экспертного заключения № 77-13.05.16 от 16.05.2016г.

Подпись эксперта ОИ  ФИО Абибуллаева Э.Р.



стр. 3 из 3

А.С. Киселенко