

УТВЕРЖДАЮ

Директор СПб ГБУ  
«Центр содействия семейному  
воспитанию №

К.В.Мамаев

16.09.2025



Циклическое сбалансированное меню для организации  
питания СПб ГБУ «Центр содействия семейному  
воспитанию № 12»  
Возраст 12-23 лет

## 1 день (12 до 18)

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Масса порции (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность (кикал)	С мг
				Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>								
C6.2008	13	Масло сливочное 82,5%(порциями)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
C6.2008	14	Сыр полутвёрдый (порциями)	20	4,6	5,9	0	80	0
C6.2008	112	Хлопья кукурузные с молоком	240	5,7	4,9	21,7	155	1
C6.2008	432	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,4	107	1
C6.2008	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	100	5,6	2,18	38,5	196,5	0
C6.1240 блюд	458	Банан	135	0,3	0,3	7,3	33	5
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>705</b>	<b>17,8</b>	<b>22,88</b>	<b>90</b>	<b>646,5</b>	<b>7</b>
<b>Обед</b>								
к/к	к/к	Перец сладкий (порционно)	50	0,85	0,15	5	13	13
C6.2008	76	Борщ с квашеной капусты и картофелем со сметаной	306	3,8	6,7	14,5	134,4	10
C6.2008	258	Жаркое по-домашнему	320	28,2	26,8	22,3	443	0
C6.2008	400	Компот из плодов консервированных с витамином "С"	200	0,6	0,1	31,7	131	25
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	50	5,86	0,94	44,4	189	0
к/к	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	50	7,5	2,9	51,4	262	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>976</b>	<b>46,81</b>	<b>37,59</b>	<b>169,3</b>	<b>1172,4</b>	<b>48</b>
<b>Полдник</b>								
C6.2008	224 к/к	Запеканка из творога со сгущенным молоком	180	25,1	23	100,7	287	0
C6.2008	442	Сок яблочный (плодовый,ягодный, натуральный пром.производства)	200	0,5	0,1	9,9	43	2
C6.1240 блюд	458	Банан	135	0,3	0,3	7,3	33	7
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>515</b>	<b>25,9</b>	<b>23,4</b>	<b>117,9</b>	<b>363</b>	<b>5</b>
<b>Ужин</b>								
C6.2008	13	Масло сливочное 82,5%(порциями)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
C6.2008	213	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	0
ттк	155	Капуста тушёная со свининой(Бигос)	280	10	18	22	135	14
C6.2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	50	2,9	0,47	22,2	94,5	0
к/к	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	50	3,25	1,45	25,7	131	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>630</b>	<b>21,55</b>	<b>32,92</b>	<b>85,3</b>	<b>558,5</b>	<b>14</b>
<b>2 Ужин</b>								
к/к	к/к	Сушки	40	2,2	2,85	16,7	101,5	0
C6.2008	435	Ряженка	200	6	0,2	8	62	2
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>240</b>	<b>8,2</b>	<b>3,05</b>	<b>24,7</b>	<b>163,5</b>	<b>2</b>
		<b>Итого за день</b>	<b>3066</b>	<b>120,26</b>	<b>119,84</b>	<b>487,2</b>	<b>2903,9</b>	<b>76</b>
		Среднедневная сбалансированность		1	1	4		

Выполнение меню: 99%

2 день (12 до 18)

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Масса порции (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность (ккал)	С мг
				Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>								
Сб.2008	13	Масло сливочное 82,5%(порциями)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
Сб.2008	15	Ветчина детская	30	4,3	8,5	0,1	93	0
Сб.2008	189	Каша пшённая жидкая	255	16	7,4	28,3	254	1
Сб.2008	433	Какао с молоком	200	2,9	2,5	24,8	134	1
к/к	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	100	7,5	2,9	51,4	262	0
к/к	458	Мандарин свежий	135	0,3	0,3	8	35	6
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>595</b>	<b>30,8</b>	<b>29,6</b>	<b>104,7</b>	<b>818</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
ттк	435	Салат из свежих помидор и лука порея с раст маслом	100	1	5	3,6	66	10
Сб.2008	95/307	Суп из овощей с курой и сметаной	320	9	6,4	12,3	144	7
Сб.2008	314	Котлета рубленная из курицы	120	11,7	10,9	12,5	188,3	7
Сб.2008	331	Макароны отварные	180	5,6	4,7	36	255	0
Сб.2008	401	Компот из кураги с витамином "с"	200	1	0,1	34,2	126	25
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	100	6,8	1	45	216	0
к/к	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	100	7,5	2,9	265	265	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1120</b>	<b>42,6</b>	<b>31</b>	<b>408,6</b>	<b>1260,3</b>	<b>49</b>
<b>Полдник</b>								
ттк	13072	Сосиска в тесте	100	7	10	44	200	0
Сб.2008	442	Сок яблочный (плодовый,ягодный, натуральный пром.производства)	200	0,5	0,1	9,9	43	2
к/к	458	Мандарин свежий	135	0,3	0,3	8	35	6
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>570</b>	<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>8</b>	<b>35</b>	<b>6</b>
<b>Ужин</b>								
Сб.2008	13	Масло сливочное 82,5%(порциями)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
Сб.2008	40	Салат из квашенной капусты с растительным маслом(с 01.03.репчатый лук, заменяется на свежий зелёный)	100	1,3	4	6	66,4	4,7
Сб.2008	228	Рыба отварная	80	18,2	0,6	0	78	0

Сб.2008	379	Маринад овощной с томатом	50	1,6	4,9	3,9	63	1
Сб.2008	335	Картофельное пюре	250	4	7,7	25	185	7
Сб.2008	431	Чай с лимоном	200	0,3	0,1	15	62	3
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	50	2,9	0,47	22,2	94,5	0
к/к	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	50	3,8	1,5	25,7	131	0
		Итого за прием пищи:	790	32,2	27,57	97,9	754,9	15,7

2 Ужин

Сб.2008	435	Биойогурт	200	5	9	5	108	1
к/к	к/к	Конфеты помадные	30	0,84	2,07	22,83	95,3	0
		Итого за прием пищи:	230	6	2	8,4	80	1
		Итого за день		111,9	90,47	627,6	2948,2	73,7
		Среднедневная сбалансированность		1,01	1,01	4		

Выполнение меню: 101%

3 день (12 до 18)

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Масса порции (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность (ккал)	С мг
				Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>								
Сб.2008	13	Масло сливочное 82,5%(порциями)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
Сб.2008	213	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	0
Сб.2008	189	Каша геркулесовая жидккая	255	8,5	12,5	31,5	272	1,7
Сб.2008	432	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,4	107	1
к/к	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	100	7,5	2,9	51,4	262	0
Сб.1240 блюд	458	Яблоки свежие	135	0,6	0,25	12,5	40	6
		Итого за прием пищи:	605	22,7	29,6	105,7	779	2,7
<b>Обед</b>								
к/к	к/к	Салат из китайской капусты с кукурузой конс.и св.овощами с раст.маслом	100	1	7	2	72	3
Сб.2008	90/252	Рассольник с говядиной и сметаной домашний	318	4,2	6,8	17,4	148	9,6
Сб.2008	233	Рыба жареная	100	18	8	4,1	171	4
Сб.2008	133	Картофель тушенный	250	5,5	7	41	253	10
к/к	10013	Кисель из свежемороженных ягод с витамином "С"	200	0,1	0,04	17,5	54	25
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	100	5,86	0,94	44,4	189	0

к/к	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	100	3,25	1,45	25,7	131	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1168</b>	<b>37,91</b>	<b>31,23</b>	<b>152,1</b>	<b>1018</b>	<b>51,6</b>

**Полдник**

C6.2008	219	Сырники из творога с вареньем	170	27,7	17	48	405	1,5
C6.2008	442	Сок яблочный (плодовый, ягодный, натуральный пром. производства)	200	0,5	0,1	9,9	43	2
C6.1240 блюд	458	Яблоки свежие	135	0,6	0,25	12,5	40	6
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>505</b>	<b>28,8</b>	<b>17,35</b>	<b>70,4</b>	<b>488</b>	<b>9,5</b>

**Ужин**

C6.2008	13	Масло сливочное 82,5%(порциями)	10	0,1	11,4	0,1	75	0
C6.2008	52	Винегрет с сельдью/салат из варёных овощей с сельдью(с 01.03. репчатый лук, заменяется на свежий зелёный)	135	3,6	11,4	5,3	139	10
C6.2008	266	Плов по-узбекски	280	12,3	34,3	48,5	404	1,2
C6.1996	431	Чай с молоком	200	0,2	0,1	15	20	0
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	50	2,9	0,47	22,2	94,5	0
к/к	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	50	3,25	1,45	25,7	131	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>725</b>	<b>22,35</b>	<b>59,12</b>	<b>116,8</b>	<b>863,5</b>	<b>11,2</b>

**2 Ужин**

C6.2008	435	Кефир для дет.питания 3,2% жир.	200	6	2	8	62	2
к/к	к/к	Булочка сдобная	100	2,6	3,2	22,3	129	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>300</b>	<b>8,6</b>	<b>5,2</b>	<b>30,3</b>	<b>191</b>	<b>2</b>
		<b>Итого за день</b>		<b>120,36</b>	<b>142,5</b>	<b>475,3</b>	<b>3339,5</b>	<b>77</b>
		<b>Среднедневная сбалансированность</b>		<b>0,97</b>	<b>0,97</b>	<b>4</b>		

Выполнение меню: **101%**

**4 день (12 до 18)**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Масса порции (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность (ккал)	С мг
				Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>								
C6.2008	13	Масло сливочное 82,5%(порциями)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
C6.2008	15	Колбаса варёно-копчёная категория А (порциями)	25	4,3	8,5	0,1	93	0
C6.2008	189	Каша "Дружба"	255	9,3	10,7	41,3	298,3	1,7
к/к	к/к	Творожок детский	100	4,5	4,8	12,3	63	0

С6.2008	433	Какао с молоком	200	2,9	2,5	24,8	134	1
к/к	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	100	7,5	2,9	51,4	262	0
к/к	к/к	Груша свежая	135	1,5	0,2	6	13	7
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>690</b>	<b>28,6</b>	<b>37,7</b>	<b>130</b>	<b>925,3</b>	<b>2,7</b>

**Обед**

к/к	к/к	Салат из свежих огурцов с раст маслом	100	0,7	23	10	89	1
С6.2008	88	Щи из квашеной капусты с картофелем,сметаной,говядиной	318	3,3	5	17	130	5
С6.2008	500/261	Суфле из печени	120	22	14	14	273	12
С6.2008	331	Макароны отварные	180	6	5	33	197	0
С6.2008	400	Компот из плодов консервированных с витамином "С"	200	0,6	0,1	31,7	131	25
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	100	5,86	0,94	44,4	189	0
к/к	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	100	7,5	2,9	51,4	262	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1118</b>	<b>45,96</b>	<b>50,94</b>	<b>201,5</b>	<b>1271</b>	<b>43</b>

**Полдник**

С6.2008	451	Пирожок с капустой	100	6,1	5,3	35,7	216	2
С6.2008	442	Сок яблочный (плодовый,ягодный, натуральный пром.производства)	200	0,5	0,1	9,9	43	2
к/к	к/к	Груша свежая	135	1,5	0,2	6	13	7
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>435</b>	<b>8,1</b>	<b>5,6</b>	<b>51,6</b>	<b>272</b>	<b>11</b>

**Ужин**

С6.2008	13	Масло сливочное 82,5%(порциями)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
С6.2008	213	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	0
С6.2008	233	Рыба жареная	100	18,3	15	13,8	240	0
С6.2008	335	Картофельное пюре	250	6,1	7,2	27	188	6
		Винегрет(с 01.03. репчатый лук, заменяется на свежий зелёный)	100	1,4	10	8	123	12
С6.2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	50	2,9	0,47	22,2	94,5	0
к/к	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	50	3,25	1,45	25,7	131	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>800</b>	<b>37,35</b>	<b>47,12</b>	<b>112,1</b>	<b>974,5</b>	<b>18</b>

**2 Ужин**

к/к	176,02	Биойогурт	200	6	2	8,4	80	1
к/к	к/к	Печенье "Крекер"	30	3,39	4,02	20,13	85	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>230</b>	<b>9,39</b>	<b>6,02</b>	<b>28,53</b>	<b>165</b>	<b>1</b>
		<b>Итого за день</b>	<b>3273</b>	<b>129,4</b>	<b>147,38</b>	<b>523,73</b>	<b>3607,8</b>	<b>75,7</b>

		Среднедневная сбалансированность			1	0,95	4	
--	--	----------------------------------	--	--	---	------	---	--

Выполнение меню:

99%

5 день (12 до 18)

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Масса порции (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность (ккал)	С мг
				Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>								
C6.2008	13	Масло сливочное 82,5%(порциями)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
C6.2008	14	Сыр(порциями)	20	4	5	0,5	65	0
C6.2008	190	Суп молочный с макаронными изделиями	255	6,8	5,9	26	186	1,2
C6.2008	432	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,4	107	1
к/к	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	100	7,5	2,9	51,4	262	0
C6.1240 блюд	458	Киви	135	0,3	0,025	7,5	35	6,5
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>585</b>	<b>19,9</b>	<b>23,4</b>	<b>100,4</b>	<b>695</b>	<b>2,2</b>
<b>Обед</b>								
C6.2008	23	Салат из свежих огурцов и помидоров (с 01.03. репчатый лук, заменяется на свежий зелёный)	110	0,5	8	26	106	6
C6.2008	99/252	Суп картофельный с бобовыми и говядиной	300/10	3,3	4,4	8,2	93	7
C6.2008	228/378	Рыба отварная, соус польский	80/35	15	2	1,8	196	1
C6.2008	333	Картофель отварной	250	4,7	7,8	39	246	6
C6.2008	402	Компот из чернослива, с витамином "С"	200	0,6	0,1	29	124	25
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	100	7	1,2	45,8	210	0
к/к	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	100	7,5	2,9	21,4	265	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>760</b>	<b>38,6</b>	<b>26,4</b>	<b>171,2</b>	<b>1240</b>	<b>45</b>
<b>Полдник</b>								
C6.2008	454	Пицца" Школьная"	100	8,6	8,7	32,7	245	1
		Сок яблочный (плодовый,ягодный, натуральный пром.производства)						
C6.2008	442		200	0,5	0,1	9,9	43	2
C6.1240 блюд	458	Киви	135	0,3	0,025	7,5	35	6,5
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>435</b>	<b>9,4</b>	<b>8,825</b>	<b>50,1</b>	<b>323</b>	<b>9,5</b>
<b>Ужин</b>								
C6.2008	13	Масло сливочное 82,5%(порциями)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
к/к C6.2008	к/к 745	Икра кабачковая/Салат из свежих огурцов и редиса	80/100	1	4,2	5,3	63	12

C6.2008	303	Перец фаршированный мясом и рисом	290	23	36	38	364	1,8
C6.2008	371	Соус сметанный	50	0,7	2,5	2,9	37	0,2
C6.2008	431	Чай с лимоном	200	0,3	0,1	15	62	3
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	50	2,9	0,47	22,2	94,5	0
к/к	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	50	2,3	1	18	91,7	0
		Итого за прием пищи:	650	30,3	52,57	101,5	787,2	17

2 Ужин

C6.2008	435	Кефир для дет.питания 3,2% жир.	200	6	0,2	8	62	2
к/к	к/к	Вафли витаминизированные	30	2,5	5	11	55	1
		Итого за прием пищи:	230	8,5	5,2	19	117	3
		Итого за день		106,7	116,395	442,2	3162,2	76,7
		Среднедневная сбалансированность		1,01	1,01	4		

Выполнение меню:

97%

6 день (12 до 18)

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Масса порции (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность (ккал)	С мг
				Б	Ж	У		
Завтрак								
C6.2008	13	Масло сливочное 82,5%(порциями)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
к/к	к/к	Горошек зелёный	50	1,8	0,05	4,9	27	2
C6.2008	214	Омлет натуральный	100	10,6	17,5	18	208	0
C6.2008	254	Сосиска отварная	60	6,72	14,64	0,2	159	0
C6.2008	433	Какао с молоком	200	2,9	2,5	29,6	134	1
к/к	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	100	7,5	2,9	51,4	262	0
C6.1240 блюд	458	Виноград	135	0,4	0,4	12	54	4
		Итого за прием пищи:	655	30,02	46,29	116,2	919	7

Обед

к/к	к/к	Огурец свежий (порционно)	50	0,85	0,15	5	13	5
C6.2008	100/307	Суп картофельный с макаронными изделиями и курицей	310	13,2	5,6	34,5	200	0
C6.2008	312	Птица, тушенная в сметанном соусе	170	15,6	17,3	15,4	270	0
C6.2008	141	Рагу из овощей	240	5,6	4,8	21	193	0
C6.2008	401	Компот из изюма витаминизированный "С"	200	0,2	0,1	28,1	115	25

к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	100	5,86	0,94	44,4	189	0
к/к	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	50	3,25	1,45	25,7	131	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1120</b>	<b>44,56</b>	<b>30,34</b>	<b>174,1</b>	<b>1111</b>	<b>30</b>

**Полдник**

C6.2008	225	Пудинг из творога со сгущенным молоком	170	15	9	25	230	0
к/к	к/к	Молоко в индивидуальной упаковке 2,5%	200	6,1	5,3	10,1	113	3
C6.1240 блюд	458	Виноград	135	0,4	0,4	12	54	6
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>505</b>	<b>21,5</b>	<b>14,7</b>	<b>47,1</b>	<b>397</b>	<b>9</b>

**Ужин**

C6.2008	13	Масло сливочное 82,5%(порциями)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
C6.2008	28	Салат из свеклы с чесноком	100	1	0,08	6	32	5
ТТК	45.01	Рыба запечённая с сыром	100	15	4	3,8	195	5
C6.2008	334	Картофель в молоке	220	8,3	5,9	22	202,7	17
C6.2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	14	55	0
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	50	2,9	0,47	22,2	94,5	0
к/к	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	50	7,5	2,9	51,4	262	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>730</b>	<b>35</b>	<b>21,75</b>	<b>119,5</b>	<b>916,2</b>	<b>27</b>

**2 Ужин**

C6.2008	442	Сок яблочный (плодовый,ягодный, натуральный пром.производства)	200	0,5	0,1	9,9	43	2
к/к	к/к	Зефир	60	0,5	2	15	123	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>260</b>	<b>1</b>	<b>2,1</b>	<b>24,9</b>	<b>166</b>	<b>2</b>
		<b>Итого за день</b>		<b>125,08</b>	<b>115,18</b>	<b>481,8</b>	<b>3509,2</b>	<b>75</b>
		<b>Среднедневная сбалансированность</b>		<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>		

Выполнение меню: 104%

**7 день (12 до 18)**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Масса порции (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность (ккал)	С мг
				Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>								
C6.2008	7	Бутерброд с рыбными гастрономическими продуктами	60	5,5	6	16	147	0
C6.2008	189	Каша манная жидккая	255	7,7	7,9	34,5	262	1,7
C6.2008	432	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,4	107	1

к/к	к/к	Творожок детский	100	8,5	4,8	12,3	63	0
к/к	к/к	Апельсин свежий	135	1,5	0,2	7	13	6
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>515</b>	<b>24,7</b>	<b>15,2</b>	<b>72,9</b>	<b>516</b>	<b>2,7</b>

**2 Завтрак**

к/к	к/к	Молоко в индивидуальной упаковке 2,5%	200	6,1	5,3	10,1	113	3
-----	-----	---------------------------------------	-----	-----	-----	------	-----	---

**Обед**

к/к	к/к	Огурец свежий/ солёный	100	0,8	0,1	2,5	13,9	8
С6.2008	84	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	310	5	10	12	130	10
С6.2008	233	Рыба жареная	100	18,3	15	13,8	170	0
С6.2008	335	Картофельное пюре	200	4,1	7,2	27	188	6
к/к	10013	Кисель из свежемороженных ягод с витамином "С"	200	0,1	0,04	17,5	54	20
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	60	3,5	0,56	26,6	113	0
к/к	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	100	7,5	2,9	51,4	262	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1070</b>	<b>39,3</b>	<b>35,8</b>	<b>150,8</b>	<b>930,9</b>	<b>44</b>

**Полдник**

к/к	к/к	Мороженое(март-октябрь)	70	3,2	10	15,6	165	0
к/к	к/к	Булочка сдобная	100	2,6	3,2	22,3	129	0
С6.2008	442	Сок яблочный (плодовый,ягодный, натуральный пром.производства)	200	0,5	0,1	9,9	43	2
к/к	к/к	Апельсин свежий	135	1,5	0,2	7	13	6
С6.2008	213	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>435</b>	<b>4,6</b>	<b>3,5</b>	<b>39,2</b>	<b>185</b>	<b>8</b>

**Ужин**

С6.2008	13	Масло сливочное 82,5%(порциями)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
С6.2008	51	Винегрет(с 01.03. репчатый лук, заменяется на свежий зелёный)	100	1,4	10	8	123	17
ТТК	170,02	Бефстроганов	125	13	7	8	171,4	0
С6.2008	181	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,3	46,5	201,8	0
С6.1996	431	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	3
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	50	2,9	0,47	22,2	94,5	0
к/к	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	50	3,25	1,45	25,7	131	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>715</b>	<b>31,05</b>	<b>35,62</b>	<b>125,5</b>	<b>856,7</b>	<b>20</b>

**2 Ужин**

к/к	к/к	Мармелад желейный	40	1,5	1,2	41	159	0
к/к	к/к	Кисломолочные продукты обогащ. бифидобакт.2,5%жир.	200	6	2	8,4	80	1

		Итого за прием пищи:	240	7,5	3,2	49,4	239	1
		Итого за день		113,25	98,62	447,9	2840,6	78,7
		Среднедневная сбалансированность		1	1	4		

Выполнение меню:

101%

### 8 день (12 до 18)

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Масса порции (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность	мг
				Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>								
C6.2008	13	Масло сливочное 82,5%(порциями)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
C6.2008	213	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	0
C6.2008	189	Каша жидкая пшённая	250/5	8,5	12,5	31,5	271,7	1,7
C6.2008	433	Какао с молоком	200	2,9	2,5	24,8	134	1
к/к	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	75	5,6	2,18	38,5	196,5	0
к/к	к/к	Банан	135	0,3	0,25	7	35	6
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>325</b>	<b>22,2</b>	<b>30,08</b>	<b>95,2</b>	<b>740,2</b>	<b>2,7</b>
<b>Обед</b>								
к/к	35	Салат из китайской капусты с кукурузой конс	100	0,6	7	2	72	9
ТТК	744	Суп картофельный с рыбными консервами	300	3	4	22	136	8
C6.2008	262	Гуляш	100	4	10	19	190	12
C6.2008	331	Макароны отварные	180	5,6	4,7	36	225	0
C6.2008	401	Компот из кураги с витамином "С"	200	1	1	22	95	25
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	100	6,5	1	45	220	0
к/к	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	100	8	3,5	53	280	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1080</b>	<b>28,7</b>	<b>31,2</b>	<b>199</b>	<b>1218</b>	<b>54</b>
<b>Полдник</b>								
C6.2008	224	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/30	18,5	10,8	47,3	236,9	0
		Сок яблочный (плодовый, ягодный, натуральный пром.производства)						
C6.2008	442		200	0,5	0,1	9,9	43	2
к/к	к/к	Банан	135	0,3	0,25	7	35	6
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>335,0</b>	<b>19,3</b>	<b>11,1</b>	<b>64,2</b>	<b>314,9</b>	<b>8,0</b>
<b>Ужин</b>								
C6.2008	13	Масло сливочное 82,5%(порциями)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
C6.2008	48	Салат из свеклы с чесноком и сыром	100	4,7	19,5	7,2	224	6

C6.2008	254	Сосиска отварная	90	9	19,5	0,3	112	0
C6.2008	331	Картофель тушёный	250	5,5	7,2	41,2	253	0
C6.2008	431	Чай с лимоном	200	0,3	0,1	15	62	3
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	50	2,9	0,47	22,2	94,5	0
к/к	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	50	3,25	1,45	25,7	131	0
		Итого за прием пищи:	750	29,75	56,52	111,7	951,5	9

**2 Ужин**

C6.2008	435	Ряженка	200	10	6,4	7	126	2
к/к	к/к	Сушки	30	2,2	2,85	16,7	101,5	0
		Итого за прием пищи:	230	12,2	9,25	23,7	227,5	2
		Итого за день		122,1	138,2	493,8	3452,1	75,7
		Среднедневная сбалансированность		1	1	4		

Выполнение меню:

99%

**9 день (12 до 18)**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Масса порции (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность (ккал)	С мг
				Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>								
C6.2008	13	Масло сливочное 82,5%(порциями)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
C6.2008	15	Ветчина детская	30	4,3	8,5	0,1	93	0
C6.2008	189	Каша геркулесовая жидккая	255	9,3	5,9	28	305	1,7
C6.2008	432	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,4	107	1
к/к	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	100	7,5	2,9	51,4	262	0
C6.1240 блюд	458	Мандарин свежий	135	0,3	0,3	8	35	6
		Итого за прием пищи:	730	23	27,2	110	877	8,7
<b>Обед</b>								
C6.2008	20	Салат из соленых огурцов с растительным маслом(с 01.03 репчатый лук заменяется на свежий зелёный)	100	2,7	5,1	2,6	67	6
C6.2008	76	Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной	310	3,8	6,7	14,5	134,4	6
C6.2008	245	Тефтели рыбные	100	16,8	4,1	6,4	89	1
C6.2008	333	Картофель отварной	250	6	8	33	215	9
C6.2008	402	Компот из чернослива, с витамином "С"	200	0,6	0,1	31,7	131	25
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	100	5,86	0,94	44,4	189	0

к/к	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	100	7,5	2,9	51,4	262	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1160</b>	<b>43,26</b>	<b>27,84</b>	<b>184</b>	<b>1087,4</b>	<b>47</b>

**Полдник**

C6.2008	473	Булочка "Российская"	100	9,5	10,9	76	220	3,3
C6.2008	442	Сок яблочный (плодовый, ягодный, натуральный пром. производства)	200	0,5	0,1	9,9	43	2
C6.1240 блюд	458	Мандарин свежий	135	0,3	0,3	8	35	6
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>435</b>	<b>10,3</b>	<b>11,3</b>	<b>93,9</b>	<b>298</b>	<b>11,3</b>

**Ужин**

C6.2008	13	Масло сливочное 82,5%(порциями)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
		Винегрет с сельдью/салат из вар. овощей с сельдью(с 01.03. репчатый лук, заменяется на свежий зелёный)						
C6.2008	52		110	3,6	11,4	5,3	139	12
C6.2008	298	Суфле из говядины	100	16	13	2	190	0
C6.2008	371	Соус сметанный	30	4,2	2,5	2,9	37	0,2
C6.2008	325	Рис отварной	180	6,4	7,6	39,4	243,6	0
C6.2008	431	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	14	55	0
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	50	2,9	0,47	22,2	94	0
к/к	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	50	3,25	1,45	25,7	131	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>730</b>	<b>36,65</b>	<b>44,82</b>	<b>111,6</b>	<b>964,6</b>	<b>12,2</b>

**2 Ужин**

к/к	176,02	Биойогурт	200	5	9	5	108	1
к/к	к/к	Конфеты "Ирис"	30	5,3	4,2	6,1	35	1
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>230</b>	<b>10,3</b>	<b>13,2</b>	<b>11,1</b>	<b>143</b>	<b>2</b>
		<b>Итого за день</b>		<b>123,51</b>	<b>124,36</b>	<b>510,6</b>	<b>3370</b>	<b>81,2</b>
		<b>Среднедневная сбалансированность</b>		<b>0,9</b>	<b>0,9</b>	<b>4</b>		

Выполнение меню:

97%

**10 день (12 до 18)**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Масса порции (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность (ккал)	С мг
				б	ж	у		
<b>Завтрак</b>								
C6.2008	13	Масло сливочное 82,5%(порциями)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
C6.2008	14	Сыр (порциями)	22	4,6	5,9	5	80	0

C6.2008	189	Каша гречневая вязкая	255	11	12	35	235	1
C6.2008	433	Какао с молоком	200	2,9	2,5	24,8	134	1
к/к	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	100	7,5	2,9	51,4	262	0
C6.1240 блюд	458	Яблоки свежие	135	0,3	0,3	8	65	9
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>587</b>	<b>26,1</b>	<b>31,6</b>	<b>116,3</b>	<b>786</b>	<b>2</b>

**Обед**

C6.2008	745	Салат из помидор и редиса с раст.маслом	135	8	4,1	33,1	62	0
C6.2008	91/252	Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	318	5,6	8,3	20,6	180	5
C6.2008	306	Голубцы ленивые	290	13,6	27,7	29,3	330	15
C6.2008	371	Соус сметанный	30	0,7	2	3,2	34	0
C6.2008	437	Напиток из брусники/чёрной смородины	200	0,1	0,04	17,5	54	22
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	100	7,5	2,9	51,4	262	0
к/к	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	100	7,5	2,9	51,4	262	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1173</b>	<b>43</b>	<b>47,94</b>	<b>206,5</b>	<b>1184</b>	<b>42</b>

**Полдник**

C6.2008	219/к/к	Сырники из творога с вареньем	180	24	11,6	39	251	1,3
		Сок яблочный (плодовый, ягодный, натуральный пром.производства)						
C6.2008	442		200	0,5	0,1	9,9	43	2
C6.1240 блюд	458	Яблоки свежие	135	0,3	0,3	8	65	9
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>515</b>	<b>24,8</b>	<b>12</b>	<b>56,9</b>	<b>359</b>	<b>12,3</b>

**Ужин**

C6.2008	13	Масло сливочное 82,5%(порциями)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
C6.2008	213	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	0
ТТК	36,14	Картофель с морковью запечёные	240	5	22,6	25	244	3
C6.2008	242	Шницель рыбный	100	11,2	10,7	7,2	182,0	5,3
C6.2008	431	Чай с лимоном	200	0,3	0,1	15	62	3
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	50	2,9	0,47	22,2	94,5	0
к/к	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	50	3,25	1,45	25,7	131	1,5
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>690,0</b>	<b>27,9</b>	<b>48,2</b>	<b>95,5</b>	<b>851,5</b>	<b>12,8</b>

**2 Ужин**

C6.2008	435,0	Кефир для дет.питания 3,2% жир.	200,0	6,0	0,2	8,0	62,0	2,0
к/к	к/к	Булочка слоёная пром.произв.	70,0	2,6	3,2	22,3	129,0	0,0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>270,0</b>	<b>8,6</b>	<b>3,4</b>	<b>30,3</b>	<b>191,0</b>	<b>2,0</b>
		<b>Итого за день</b>	<b>3235,0</b>	<b>130,4</b>	<b>143,2</b>	<b>505,5</b>	<b>3371,5</b>	<b>71,1</b>
		<b>Среднедневная сбалансированность</b>		<b>0,95</b>	<b>0,95</b>	<b>4,05</b>		

## 11 день (12 до 18)

Техн. и нормативная док-ция	№ техн. карты	Приём пищи, наим. блюда	Масса порции (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность (ккал)	С
				Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>								
C6.2008	13	Масло сливочное 82,5%(порциями)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
C6.2008	15	Колбаса варёно-копчёная категория А (порциями)	20	4,3	8,5	0,1	93	0
C6.2008	112	Каша пшеничная жидкая	250	12	6	22	232	1
C6.2008	432	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,4	107	1
к/к	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	100	7,5	2,9	51,4	262	0
C6.1240 блюд	458	Яблоко свежее	135	0,3	0,3	6,5	330	7
<b>Итого за прием пищи:</b>			580	25,4	27	96	769	2
<b>Обед</b>								
к/к	к/к	Салат из китайской капусты с кукурузой конс.и свежими яблоками с раст.маслом	100	1	7	2	72	5
C6.2008	95/252	Суп из овощей со сметаной	310	6,9	7,2	12,2	142	7
C6.2008	233	Рыба жареная	100	18	8	4,1	171	0
C6.2008	335	Картофельное пюре	250	8	9	30	215	6,6
C6.2008	401	Компот из кураги с витамином "С"	200	0,6	5,4	31,7	131	20
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	100	5,86	0,94	44,4	189	0
к/к	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	100	7,5	2,9	51,4	262	0
<b>Итого за прием пищи:</b>			1160	40,5	40,44	175,8	1182	38,6
<b>Полдник</b>								
C6.2008	451	Пирожок с картофелем и зеленым луком	100	5,1	2,5	30	163	4
C6.2008	442	Сок яблочный (плодовый,ягодный, натуральный пром.производства)	200	0,5	0,1	9,9	43	2
C6.1240 блюд	458	Яблоко свежее	135	0,3	0,3	6,5	330	7
<b>Итого за прием пищи:</b>			435	5,9	2,9	46,4	536	13
<b>Ужин</b>								
C6.2008	13	Масло сливочное 82,5%(порциями)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
C6.2008	14	Сыр(порциями)	20	4	5	0,5	65	0
C6.2008	283/364	Тефтели мясные в соусе	120	19,3	15	11,7	230	7

С6.2008	349	Рагу овощное с цветной капус. л	220	5	19,6	15,6	289	6
С6.1996	431	Чай с молоком	200	0,2	0,1	15	60	0
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	50	2,9	0,47	22,2	94,5	0
к/к	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	50	3,25	1,45	25,7	131	1,5
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>670</b>	<b>34,75</b>	<b>49,92</b>	<b>90,8</b>	<b>944,5</b>	<b>14,5</b>

**2 Ужин**

С6.2008	176,02	Биойогурт	200	5	9	5	108	1
к/к	к/к	Печенье сахарное	30	4,5	9	26	89	1
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>230</b>	<b>9,5</b>	<b>18</b>	<b>31</b>	<b>197</b>	<b>2</b>
		<b>Итого за день</b>		<b>109,05</b>	<b>138,26</b>	<b>440</b>	<b>3628,5</b>	<b>70,1</b>
		<b>Среднедневная сбалансированность</b>		<b>1,03</b>	<b>1,03</b>	<b>4</b>		

Выполнение меню:

99%

**12 день (12 до 18)**

Техн. и нормативная док-ция	№ техн. карты	Приём пищи, наим. блюда	Масса порции (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность (ккал)	С
				Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>								
С6.2008	13	Масло сливочное 82,5%(порциями)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
С6.2008	14	Сыр (порциями)	20	5	5	0,5	65	0
С6.2008	189	Каша рисовая жидккая	250	8,5	12,5	31,5	272	1,7
С6.2008	433	Какао с молоком	200	2,9	2,5	24,8	134	1
к/к	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	100	7,5	2,9	51,4	262	0
С6.1240 блюд	458	Груша свежая	135	0,3	0,25	7	35	3
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>580</b>	<b>24</b>	<b>31,2</b>	<b>108,3</b>	<b>808</b>	<b>2,7</b>
<b>Обед</b>								
к/к	к/к	Икра баклажанная /кабачковая пром.производства	80	2,1	6,5	8	94	4
С6.2008	76	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	310	3,8	6,7	14,5	134,4	7
С6.2008	280	Рулет с луком и яйцом	120	11,3	16	12	271	7
С6.2008	364	Соус томатный	50	0,6	2,5	3,2	37	1
С6.2008	331	Макароны отварные	180	5,6	4,8	31,9	193	0
С6.2008	401	Компот из кураги и чернослива, с витамином "С"	200	1	0,1	34,2	142	20
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	100	5,86	0,94	44,4	189	0
к/к	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	50	6,5	2,5	44,2	225	0

		Итого за прием пищи:	1090	36,76	40,04	192,4	1285,4	39
<b>Полдник</b>								
Сб.2008	225	Пудинг из творога со сгущенным молоком	170	17,4	11,5	31	295	0
Сб.2008	442	Сок яблочный (плодовый, ягодный, натуральный пром.производства)	200	0,5	0,1	9,9	43	2
Сб.1240 блюд	458	Груша свежая	135	0,3	0,25	7	35	3
		Итого за прием пищи:	505	18,2	11,85	47,9	373	5

		<b>Ужин</b>						
Сб.2008	13	Масло сливочное 82,5%(порциями)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
		Салат из квашенной капусты с растительным маслом (с 01.03. репчатый лук, заменяется на свежий зелёный)						
Сб.2008	40		100	1,6	5,1	7,7	83	15
Сб.2008	236	Филе рыбы жареное с яйцом	135	26	14	6	138	0
Сб.2008	125	Картофельное пюре с морковью	150	3	5,8	18,8	138,8	5,3
Сб.2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	50	2,9	0,47	22,2	94,5	0
к/к	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	50	3,25	1,45	25,7	131	0
		Итого за прием пищи:	695,0	37,1	35,2	95,5	720,3	20,3

		<b>2 Ужин</b>						
Сб.2008	435	Кефир для дет.питания 3,2% жир.	200	6	2	8	62	2
к/к	к/к	Пастыла	30	0,5	0	32	90	1
		Итого за прием пищи:	230	6,5	2	40	152	3
		Итого за день		122,5	120,3	484,1	3338,7	70,0

Среднедневная сбалансированность

1,05 1,0 4,0

Выполнение меню

101%

### 13 день (12 до 18)

Сборник рецептур	№ техн. карты	Приём пищи, наим. блюда	Масса порции (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность (ккал)	С
				Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>								
Сб.2008	13	Масло сливочное 82,5%(порциями)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
Сб.2008	7	Бутерброд с рыбной гастрономической продукцией	50	11,6	4	19,6	160	0
Сб.2008	184	Каша гречневая вязкая	255	11,3	11,8	44,8	215	1,7
Сб.2008	432	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,4	107	1

C6.1240 блюд	458	Виноград	135	0,4	0,4	12	54	6
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>650</b>	<b>24,9</b>	<b>25,8</b>	<b>98,9</b>	<b>611</b>	<b>8,7</b>

**Обед**

к/к	235	Салат из свежих огурцов, помидор и сладкого перца с раст.масло	90	6	8	12	121	4
C6.2008	105	Суп куриный с вермишелью	275	3,6	4,2	15,6	115	1
C6.2008	312	Птица, тушенная в сметанном соусе	150	23,3	17,3	5,4	270	13
C6.2008	326	Рис припущеный	180	3,8	5,4	38,9	220	1
C6.2008	402	Компот из смеси сухофруктов с витамином "С"	200	0,6	0,1	31,7	131	20
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	100	5,86	0,94	44,4	189	0
к/к	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	100	7,5	2,9	51,4	262	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1095</b>	<b>51</b>	<b>39</b>	<b>199</b>	<b>1308</b>	<b>39</b>

**Полдник**

к/к	к/к	Булочка сдобная	50	2,6	3,2	22,3	129	0
		Сок яблочный (плодовый, ягодный, натуральный пром.производства)	200	0,5	0,1	9,9	43	2
C6.2008	442	Омлет натуральный	100	10,6	17,5	18	208	0
C6.1240 блюд	458	Виноград	135	0,4	0,4	12	54	6
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>485</b>	<b>14,1</b>	<b>21,2</b>	<b>62,2</b>	<b>434</b>	<b>8</b>

**Ужин**

C6.2008	20	Салат из свежих/ соленых огурцов с растительным маслом(с 01.03. репчатый лук, заменяется на свежий зелёный)	100	2,7	5,1	2,6	67	6
C6.2008	299	Картофельная запеканка с мясом	250	20	26,8	22,3	369	8
C6.2008	366	Соус молочный	50	1	3,1	3,3	45	0
C6.2008	431	Чай с лимоном	200	0,3	0,1	15,2	62	3
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	50	2,9	0,47	22,2	94,5	0
к/к	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	100	7,5	2,9	51,4	262	0
C6.2008	13	Масло сливочное 82,5%(порциями)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>760</b>	<b>34,5</b>	<b>46,77</b>	<b>117,1</b>	<b>974,5</b>	<b>17</b>

**2 ужин**

C6.2008	434	Молоко в индивидуальной упаковке 2,5%	200	6,1	5,3	10,1	113	3
к/к	к/к	Конфеты помадные	30	3,6	2	2	89	0
			<b>230</b>	<b>9,7</b>	<b>7,3</b>	<b>12,1</b>	<b>202</b>	<b>3</b>
		<b>Итого за день</b>	<b>3208</b>	<b>122</b>	<b>134</b>	<b>484</b>	<b>3524</b>	<b>70</b>

Среднедневная сбалансированность

1,02 1,02 4,0

## 14 день (12 до 18)

Техн. и нормативная док-ция	№ техн. карты	Приём пищи, наим. блюда	Масса порции (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность (ккал)	С
				Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>								
C6.2008	13	Масло сливочное 82,5%(порциями)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
C6.2008	15	Колбаса варёно-копчёная категория А (порциями)	20	4,3	8,5	0,1	93	0
C6.2008	189	Каша геркулесовая жидкая	255	8,5	12,5	31,5	250	1,7
к/к	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	100	7,5	2,9	51,4	262	0
C6.2008	433	Какао с молоком	200	2,9	2,5	24,8	134	1
к/к	к/к	Апельсин свежий	135	1,5	0,2	7	13	6
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>575</b>	<b>23,2</b>	<b>26,4</b>	<b>107,8</b>	<b>739</b>	<b>2,7</b>
<b>2 Завтрак</b>								
к/к	к/к	Молоко в индивидуальной упаковке	200	6,1	5,3	10,1	113	3
<b>Обед</b>								
ПТК	435	Салат из свежих помидор и лука порея с раст маслом	100	1	5	3,6	66	25
C6.2008	84	Щи из капусты свежей с картофелем и сметаной	300/10	6,7	4,7	24	144,2	9,6
C6.2008	233	Рыба жареная	100	18,3	15	13,8	80	0
C6.2008	335	Картофельное пюре	230	3,1	5,4	20,3	141	5
C6.2008	401	Компот из кураги с витамином "с"	200	0,6	0,1	31,7	131	25
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	100	5,86	0,94	44,4	189	0
к/к	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	100	7,5	2,9	51,4	262	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>830</b>	<b>43,06</b>	<b>34,04</b>	<b>189,2</b>	<b>1013,2</b>	<b>64,6</b>
<b>Полдник</b>								
к/к	к/к	Мороженое(март-октябрь)	70	3,2	10	15,6	165	0
C6.2008	479	Булочка творожная	120	9,4	4,5	37,4	230	0
C6.2008	442	Сок яблочный (плодовый,ягодный, натуральный пром.производства)	200	0,5	0,1	9,9	43	2
к/к	к/к	Апельсин свежий	135	1,5	0,2	7	13	6
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>455</b>	<b>11,4</b>	<b>4,8</b>	<b>54,3</b>	<b>286</b>	<b>8</b>
<b>Ужин</b>								
C6.2008	13	Масло сливочное 82,5%(порциями)	10	0,1	8,3	0,1	75	0

()

()

C6.2008	14	Сыр (порциями)	22	4,6	5,9	5	80	0
C6.2008	272	Котлета мясная	100	20	13	20	283	0
C6.2008	338	Овощи в молочн соусе	250	19	13	28	200	21
C6.1996	431	Чай с молоком	200	0,3	0,1	15,2	62	3
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	50	2,9	0,47	22,2	94,5	0
к/к	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	35	2,3	1	17,8	92	0
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>667</b>	<b>49,2</b>	<b>41,77</b>	<b>108,3</b>	<b>886,5</b>	<b>24</b>
<b>2 Ужин</b>								
к/к	к/к	Шоколад молочный	25	1,8	1,6	48,6	205	0
к/к	к/к	Кисломолочные продукты обогащ. бифидобакт.2,5%жир.	200	6	2	8,4	80	1
			<b>225</b>	<b>7,8</b>	<b>3,6</b>	<b>57</b>	<b>285</b>	<b>1</b>
		<b>Итого за день</b>	<b>3176</b>	<b>147,56</b>	<b>120,5</b>	<b>583,7</b>	<b>3607,7</b>	<b>104,3</b>

Среднедневная сбалансированность

1,0 1,05 4,0

Выполнение меню

101%

## Ведомость контроля за рационом питания за 14 дней

Категория гипоаллергена: Стандарт

№ п/п	Наименование группы пищевой	Норма продукта (нетто)	Количество пищевой продукции в нетто по дням в граммах на одного человека																Отклонение от нормы		
			1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день	11 день	12 день	13 день	14 день			%	абс.	
1	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	150	142	156	156	156	158	145	143	145	155	156	156	156	137	135	2096	150	0	100	0
2	Хлеб пшеничный	250	237	240	320	220	220	249	279	280	221	321	220	222	303	232	3564	255	2	102	5
3	Мука пшеничная	42		68		80	57	11	20	5	86	31	92	12	12	102	576	41	-2	98	-1
6	Картофель	400	372	395	441	431	233	467	357	471	412	346	539	325	333	473	5595	400	0	100	0
7	Овощи свежие, зелень	475	423	347	579	459	642	660	334	425	386	501	541	449	266	404	6616	473	-1	99	-2
8	Фрукты (плоды) свежие	300	392	264	284	393	235	265	288	254	234	568	277	234	276	227	4191	299	0	100	-1
9	Фрукты (плоды) сухие, в т.ч. шиповник	20		20			20	40		20	40		30	30	30	40	270	19	-4	96	-1
10	Соки плодово-ягодные, напитки витаминизированные, в т.ч. ингредиентные	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	2800	200	0	100	0
12	Цыплята 1 категории потрошеные (куры 1 кат. и/л)	50		190				250					17		253		710	51	1	101	1
13	Рыба-филе	110	0	104	164	130	120	120	130	60	169	115	130	120	14	130	1506	108	-2	98	-2
14	Копченые изделия	25	21	96	0	21	18	61	0	84	41	0	21	0	0	21	364	25	2	102	0
16	Молоко, кисломолочные продукты	500	468	458	465	510	406	448	634	458	428	433	553	532	413	771	6977	498	0	100	-2
18	Сыр	12	24				32	10		8		24	24	24		22	168	12	0	100	0
19	Сметана (массовая доля жира не более 15%)	11	12	6	14	15	10	17	12	6	12	13	11	6	12	12	158	11	3	103	0
20	Масло сливочное	51	54	42	39	54	64	42	44	41	57	54	59	49	66	58	723	52	1	101	1
21	Масло растительное	19	7	21	22	16	16	22	15	26	27	17	22	13	25	23	272	19	2	102	0
22	Яйцо диетическое	1	1		1	1	1	2	1,25	1	1	1		1,45	2		13,7	1	-2	98	0
	Сахар	75	67	79	€	72	70	75	60	7	80	65	75	90	7'	75	1018	73	-3	97	-2

21

24	Кондитерски е изделия	30	30	34	35	34	34	48	38	0	34	35	34	44	35	25	460	30	1	101	0
25	Чай	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	28	2	0	100	0
26	Кафео 6	4	6	5	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	81	6	-4	96	0
	Кофеиный напиток обозначен ый ДП	4		5		6		6		6		6		6		6					
	Кафео- напиток обозначен ый ДП			6		6		6		6		6		6		6					
27	Дрожжи хлебопекарн ые	2		5		5	5				5		5			5	30	2	7	107	0
28	Соль	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	112	8	0	100	0	
29	Прочее	4		3				15			3						21	4	0	100	0
	Крахмал картофель ный			3				15			3										
30	Мясо бескостное, с убородуты	110	235	0	116	140	135	0	127	111	94	132	109	102	103	119	1523	109	-1	99	-1
32	Крупа, бобовые, макаронные изделия	75	116	53	96	42	85	18	87	113	91	84	58	105	127	32	1107	79	5	105	4
33	Специи	2	1	0	1	1	0	1	2	1	1	1	1	2	1	1	14	1	-50	50	-1
	Лавровый лист		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1					
	Ванилин			1			1		1						2						

Рекомендаци  
и по  
корректировк  
е меню:  
\_\_\_\_\_

Подпись  
медицинског  
о работника  
и дата:  
\_\_\_\_\_

Подпись  
руководител  
я  
организации  
\_\_\_\_\_

Знакомпенсация в тьюке проведенной корректировки в соответствии с \_\_\_\_\_