

Типовое (базовое) меню для обеспечения питания на льготных условиях детей из семей мобилизованных и иных категорий граждан, принимающих участие в СВО, обслуживаемых МАУ "Комбинат питания" 92,00 руб.

Сезон: весна- лето

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1 неделя							
1 День							
Завтрак	Сыр порционный	30	8,04	7,98	0,00	103,98	№101, 2013
	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом	215	7,88	15,40	37,39	319,69	№267, 2013
	Чай с сахаром и лимоном	207	0,26	0,06	10,26	42,61	ТТК
	Хлеб пшеничный	24	1,82	0,22	11,93	56,95	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,94	0,14	9,96	44,86	№109, 2013
	Пюре яблочное	20	0,94	0,14	9,96	44,86	пром
Всего		516	19,89	23,93	79,50	612,95	
Обед	Рассольник Ленинградский со сметаной	265	2,72	6,66	20,05	151,00	№132, 2004
	Тефтели мясные в соусе томатном	125	11,41	13,26	13,58	219,30	ТТК
	Каша гречневая рассыпчатая	200	12,08	10,39	54,49	359,78	№237, 2013
	Напиток витаминизированный Черносморородиновый	200	0,00	0,00	16,48	65,92	ТТК
	Хлеб пшеничный	27	2,05	0,24	13,42	64,07	№108, 2013
	Хлеб ржано - пшеничный	15	0,71	0,11	7,47	33,65	№109, 2013
Всего		832	28,96	30,66	125,49	893,72	
2 День							
Завтрак	Гуляш из филе птицы	110	18,84	7,59	5,51	165,75	№ 378, 2012
	Макаронные изделия отварные	200	7,77	7,16	49,47	293,35	№332, 2004
	Какао с молоком	200	4,13	3,81	15,00	110,76	ТТК
	Хлеб пшеничный	21	1,60	0,19	10,44	49,83	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	19	0,89	0,13	9,46	42,62	№ 109, сб. 2013г
Всего		550	33,23	18,87	89,88	662,32	
Обед	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	255	2,08	4,56	14,93	109,15	№110, 2004
	Жаркое по-Домашнему из филе птицы	230	21,55	12,87	24,74	300,93	№369, 2013
	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,16	0,16	13,90	57,68	ТТК
	Хлеб пшеничный	18	1,37	0,16	8,95	42,71	№108, 2013
	Хлеб ржано-пшеничный	16	0,75	0,11	7,97	35,89	№ 109, сб. 2013г
Всего		719	25,91	17,86	70,48	546,36	
3 День							
Завтрак	Бутерброд с повидлом	60	2,37	0,28	34,11	148,46	№2, 2004
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,09	№105, 2013

	Каша молочная кукурузная жидкая с маслом	215	6,80	14,56	40,79	321,41	№265, 2013
	Кофейный напиток на молоке	200	2,06	1,99	17,98	98,04	ТТК
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	№108, 2013
	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,94	0,14	9,96	44,86	№109, 2013
	Пюре яблочное	20	0,94	0,14	9,96	44,86	пром
Всего		545	14,71	24,54	122,88	771,18	
Обед		250	5,44	4,48	21,60	148,46	№139, 2004
	Суп картофельный с бобовыми /горох/						
	Рыба тушеная в томате с овощами /минтай/	150	12,28	8,46	7,19	154,06	№309/3, 1994
	Пюре картофельное	200	4,48	6,26	35,24	215,21	№520, 2004
	Напиток витаминизированный Клюквенный	200	0,00	0,00	16,48	65,92	ТТК
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	№108, 2013
	Хлеб ржано-пшеничный	23	1,08	0,16	11,45	51,59	№ 109, сб. 2013г
Всего		843	24,80	19,54	101,90	682,70	
4 День							
Завтрак							
	Сыр порционный	15	4,06	4,03	0,00	52,50	№101, 2013
	Биточки мясные в соусе красном основном	100	14,37	10,70	13,77	208,86	ТТК
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,87	9,35	49,04	323,80	№237, 2013
	Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46	ТТК
	Хлеб пшеничный	21	1,60	0,19	10,44	49,83	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	19	0,89	0,13	9,46	42,62	№ 109, сб. 2013г
Всего		535	31,99	24,45	92,76	719,07	
Обед							
	Суп из овощей со сметаной	260	2,42	6,11	14,25	121,62	№135, 2004
	Филе птицы тушеное в сметанном соусе	90	16,91	6,35	2,66	135,40	№493, 2004
	Рис припущенный	180	4,46	5,20	46,70	251,43	№512, 2004
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,10	23,82	98,18	ТТК
	Хлеб пшеничный	34	2,58	0,31	16,90	80,68	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	34	1,60	0,24	16,93	76,26	№ 109, сб. 2013г
Всего		798	28,47	18,30	121,26	763,56	
5 День							
Завтрак							
	Бутерброд с маслом	30	1,60	7,43	10,07	113,55	№1, 2004
	Каша манная молочная жидкая с маслом	210	6,63	11,03	33,00	257,82	стр 246, таб№ 4, 2004
	Какао с молоком	200	4,13	3,81	15,00	110,76	ТТК
	Хлеб пшеничный	26	1,98	0,23	12,92	61,70	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	№109, 2013
	Мандарины свежие	140	1,12	0,28	10,50	49,00	№112, 2013
Всего		631	16,63	22,96	93,94	648,90	
Обед							
	Суп Крестьянский с крупой	250	1,92	5,22	11,51	100,64	№134, 2004
	Запеканка из печени с рисом	90	14,11	15,80	14,09	254,98	№482, 2004
	Макаронные изделия отварные	180	7,00	6,44	44,52	264,02	№332, 2004
	Напиток мандариновый	200	0,18	0,04	11,63	47,62	№699, 2004
	Хлеб пшеничный	22	1,67	0,20	10,93	52,21	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	21	0,99	0,15	10,46	47,10	№ 109, сб. 2013г
	Мандарины свежие	70	0,56	0,14	5,25	24,50	№112, 2013

Всего	833	26,42	27,98	108,39	791,06
--------------	------------	--------------	--------------	---------------	---------------

Всего	833	26,42	27,98	108,39	791,06	
6 День						
Завтрак						
	10	2,68	2,66	0,00	34,66	№101,2013
	260	23,55	9,35	29,68	297,03	№489,2004
	200	2,06	1,99	17,98	98,04	ТТК
	34	2,58	0,31	16,90	80,68	№ 108, сб. 2013г
	38	1,79	0,27	18,92	85,23	№ 109, сб. 2013г
Всего	542	32,66	14,57	83,48	595,65	
Обед	250	2,90	5,19	23,47	152,17	№140, 2004
	100	18,40	4,97	8,00	150,35	ТТК
	200	19,75	8,45	47,64	345,56	№514,2004
	200	0,00	0,00	16,48	65,92	ТТК
	23	1,75	0,21	11,43	54,58	№ 108, сб. 2013г
	23	1,08	0,16	11,45	51,59	№ 109, сб. 2013г
Всего	796	43,88	18,98	118,47	820,17	
2 неделя						
1 День						
Завтрак						
	30	8,04	7,98	0,00	103,98	№101,2013
	215	7,36	16,24	29,62	294,05	№266,2013
	200	0,20	0,05	10,05	41,46	ТТК
	23	1,75	0,21	11,43	54,58	№ 108, сб. 2013г
	27	1,27	0,19	13,45	60,56	№ 109, сб. 2013г
	27	1,27	0,19	13,45	60,56	пром
Всего	522	19,88	24,85	78,00	615,19	
Обед	250	5,44	4,48	21,60	148,46	№139, 2004
	100	15,83	2,23	12,38	132,87	ТТК
	150	3,36	4,70	26,43	161,40	№520, 2004
	200	0,00	0,00	16,48	65,92	ТТК
	27	2,05	0,24	13,42	64,07	№108,2013
	25	1,18	0,18	12,45	56,08	№109,2013
	80	0,64	0,16	6,00	28,00	№112,2013
Всего	832	28,49	11,98	108,76	666,80	
2 День						
Завтрак						
	115	18,74	18,86	18,05	316,86	ТТК
	180	4,64	6,39	21,03	160,19	№534, 2004
	200	1,78	1,65	12,35	71,42	№630, 1994
	21	1,60	0,19	10,44	49,83	№ 108, сб. 2013г
	29	1,36	0,20	14,44	65,05	№ 109, сб. 2013г
Всего	545	28,11	27,29	76,32	663,35	
Обед	260	2,57	6,16	19,91	145,32	№132,2004
	250	21,86	14,07	55,46	435,86	№492,2004
	200	0,18	0,04	11,63	47,62	№699, 2004
	36	2,74	0,32	17,89	85,43	№ 108, сб. 2013г
	37	1,74	0,26	18,43	82,99	№ 109, сб. 2013г

Всего		783	29,08	20,85	123,31	797,21	
3 День							
Завтрак							
	Бутерброд с маслом	40	1,68	14,68	10,20	179,64	№93, 2013
	Каша ячневая молочная вязкая с маслом	210	7,81	11,03	39,50	288,52	№255, 2013
	Кофейный напиток на молоке	200	2,06	1,99	17,98	98,04	ТТК
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	№108, 2013
	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,94	0,14	9,96	44,86	№109, 2013
	Пюре яблочное	20	0,94	0,14	9,96	44,86	ПРОМ
Всего		510	14,95	28,15	97,55	703,38	
Обед		255	2,29	5,61	14,23	116,60	№135, 2004
	Суп из овощей со сметаной						
	Котлеты Тотошка запеченные в соусе сметанном с томатом	100	16,80	6,24	12,79	174,49	ТТК
	Макаронные изделия отварные	180	7,00	6,44	44,52	264,02	№332, 2004
	Напиток витаминизированный Черносмородиновый	200	0,00	0,00	16,48	65,92	ТТК
	Хлеб пшеничный	24	1,82	0,22	11,93	56,95	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	26	1,22	0,18	12,95	58,32	№ 109, сб. 2013г
Всего		785	29,13	18,69	112,90	736,30	
4 День							
Завтрак							
	Тефтели мясные в соусе томатном	110	9,21	11,34	11,39	184,49	ТТК
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,87	9,35	49,04	323,80	№237, 2013
	Чай с сахаром и лимоном	207	0,26	0,06	10,26	42,61	ТТК
	Хлеб пшеничный	31	2,36	0,28	15,41	73,56	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	32	1,50	0,22	15,94	71,78	№ 109, сб. 2013г
	Яблоко свежее	240	0,96	0,96	23,52	106,56	№112, 2013
Всего		800	25,16	22,22	125,55	802,80	
Обед		260	2,74	5,89	20,62	146,41	№131, Пермь
	Свекольник со сметаной						№54, 2000
	Котлета из минтая с маслом	110	11,47	16,68	16,61	262,46	№520, 2004
	Пюре картофельное	200	4,48	6,26	35,24	215,21	ТТК
	Напиток лимонный	200	0,14	0,02	10,46	42,56	ТТК
	Хлеб пшеничный	23	1,75	0,21	11,43	54,58	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	24	1,13	0,17	11,95	53,83	№ 109, сб. 2013г
Всего		817	21,71	29,22	106,31	775,04	
5 День							
Завтрак							
	Сыр порционный	15	4,06	4,03	0,00	52,50	№101, 2013
	Каша Дружба	205	5,87	7,63	29,42	209,87	№260, 2013
	Какао с молоком	200	4,13	3,81	15,00	110,76	ТТК
	Хлеб пшеничный	36	2,74	0,32	17,89	85,43	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	35	1,65	0,25	17,43	78,51	№ 109, сб. 2013г
	Мандарины свежие	140	1,12	0,28	10,50	49,00	№112, 2013
Всего		631	19,56	16,32	90,24	586,06	
Обед		250	2,90	5,19	23,47	152,17	№140, 2004
	Суп картофельный с макаронными изделиями						ТТК
	Биточки мясные в соусе красном основном	100	14,37	10,70	13,77	208,86	ТТК
	Каша пшеничная рассыпчатая	180	8,14	7,97	47,42	293,91	№243, 2013
	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,16	0,16	13,90	57,68	ТТК

	Хлеб пшеничный	27	2,05	0,24	13,42	64,07	№108, 2013
	Хлеб ржано-пшеничный	26	1,22	0,18	12,95	58,32	№ 109, сб. 2013г
Всего		783	28,84	24,44	124,93	835,01	
6 День							
Завтрак	Бутерброд с маслом	30	1,60	7,43	10,07	113,55	№1, 2004
	Макаронные изделия отварные с сыром	200	11,34	15,23	37,82	333,65	№333, 2004
	Кофейный напиток на молоке	200	2,06	1,99	17,98	98,04	ТТК
	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,32	17,40	83,06	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	35	1,65	0,25	17,43	78,51	№ 109, сб. 2013г
	Яблоко свежее	230	0,92	0,92	22,54	102,12	№112, 2013
Всего		730	20,22	26,12	123,23	808,92	
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	260	2,20	6,06	10,98	107,26	№124, 2004
	Печень по-строгановски	120	16,95	12,05	8,74	211,19	№431, 2004
	Рис отварной	180	4,60	6,52	48,06	269,32	№511, 2004
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,10	23,82	98,18	ТТК
	Хлеб пшеничный	19	1,44	0,17	9,44	45,09	№ 108, 2013
	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,94	0,14	9,96	44,86	№109, 2013
Всего		799	26,63	25,04	111,00	775,89	
Всего за две недели		7 057,00	277,00	274,28	1153,31	8189,75	
Завтрак							
Среднее значение за период		588,08	23,08	22,86	96,11	682,48	
Всего за две недели		9 620,00	342,30	263,54	1333,19	9073,82	
Обед							
Среднее значение за период		801,67	28,53	21,96	111,10	756,15	

12. лет и старше (Первая смена)

ПОТРЕБНОСТЬ В ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВАХ, ЭНЕРГИИ, ВИТАМИНАХ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВАХ (Норма 25%)

Показатели	Потребность в пищевых веществах (суточная)	Норма	Общее за 12 дней	Среднее за 12 дней	Удельный вес от рекомендуемой величины (в %)
Белки	90,00	22,50	272,91	22,74	25,27
Жиры	92,00	23,00	273,67	22,81	24,79
Углеводы	383,00	95,75	1109,99	92,50	24,15
Калорийность	2720,00	680,00	7994,61	666,22	24,49