

с 7 до 11 лет

с 12-18 лет

Технологическая и нормативная документация / сборник рецептур/	№ записи в технологической карте	Прием пищи наименование блюда	1 день		1 день		1 день		1 день		1 день		1 день		1 день		1 день		1 день						
			Масса порции, г	Пищевые вещества, г	Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг	Минеральные вещества, мг	Масса порции, г	Пищевые вещества, г	Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг	Минеральные вещества, мг	Масса порции, г	Пищевые вещества, г	Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг	Минеральные вещества, мг	Масса порции, г	Пищевые вещества, г	Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг	Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	В1	С	А, мкг	Е	Са	Р	Мg	Fe	Б	Ж	У	В1	С	А, мкг	Е	Са	Р	Мg	Fe	
Москва 2011г.	278	Тертели 1-й вариант	120	9,18	14,05	11,81	0,23	1,61	19,7	0,97	105,6	34,1	6	120	9,18	14,05	11,81	0,23	1,61	19,7	0,97	105,6	34,1	6	
Москва 2011г.	331		160/5	8,85	9,55	39,86	0,21	0	40	0,65	26,39	140,5	4,73	180/5	9,96	10,74	44,85	0,24	0	45	0	29,7	236,7	158	5,32
Москва 2011г.	171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	200	0,16	0,16	28	0,01	0,9	0	0,08	14,2	4,4	0,95	200	0,16	0,16	28	0,01	0,9	0	0,08	14,2	4,4	5,14	0,95
Москва 2011г.	342	Компот из свежих плодов	50	3,94	0,5	24,14	0,06	0	0	0,66	11,6	43,5	0,56	50	3,94	0,5	24,14	0,06	0	0	0,66	11,6	43,5	16,5	0,56
Готовый продукт		Хлеб пшеничный	535	22,13	24,26	103,81	0,51	2,51	59,7	2,36	53,16	196,3	12,24	555	23,2	25,45	108,8	0,54	2,51	64,7	1,71	56,47	390,2	213,74	12,83

гмч *набор* *всего*

Технологическая и нормативная документация / сборник рецептур/	№ рецептур или технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	с 7 до 11 лет										с 12-18 лет														
			Масса порции, г		Пищевые вещества, г		Энергетическая ценность, ккал		Витамины, мг		Минеральные вещества, мг		Масса порции, г		Пищевые вещества, г		Энергетическая ценность, ккал		Витамины, мг		Минеральные вещества, мг						
			Б	Ж	У	В1	С	А, мкг	Е	Са	Р	Mg	Fe	Б	Ж	У	В1	С	А, мкг	Е	Са	Р	Mg	Fe			
Москва 2011г.	295	Котлеты рубленные из бройлер-цыплят с маслом	90/5	13,7	26,46	13,9	0,09	0,9	82,2	2,61	49,9	87,78	18,72	1,3	100/5	15,3	29,4	15,4	388	0,1	1,04	91,3	2,9	55,5	97,5	20,8	1,44
Москва 2011г.	139	Капуста тушеная	150/5	3,06	5,5	11,8	0,05	27,3	0	3,09	88,1	61	31,3	1,2	200/5	4,08	7,3	15,7	154,7	0,06	36,4	0	4,12	117,4	81,3	41,7	1,6
Пермь 2001г.	247	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,36	0	29,02	0,016	24	0	0,2	8,2	9	4,4	0,14	200	1,36	0	29,02	116,19	0,016	24	0	0,2	8,2	9	4,4	0,14
Готовый продукт		Хлеб пшеничный	25	1,97	0,25	12,07	0,03	0	0	0,33	5,8	21,75	8,25	0,28	25	1,97	0,25	12,07	58,45	0,03	0	0	0,33	5,8	21,75	8,25	0,28
Готовый продукт		Хлеб ржаной	25	1,4	0,28	12,35	0,025	0	0	0,23	5,75	26,5	6,25	0,78	50	2,8	0,56	24,7	114,76	0,05	0	0	0,46	11,5	53	12,5	1,56
			725	21,49	32,49	79,14	0,211	52,2	82,2	6,46	157,8	206	68,92	3,7	825	25,5	37,51	96,89	832,1	0,256	61,44	91,3	8,01	198,4	262,6	87,65	5,02

580

580

№ рецептуры и нормативная документация / сборник рецептур/	Наименование блюда	с 7 до 11 лет										с 12-18 лет										
		Пищевые вещества, г		Витамины, мг		Минеральные вещества, мг		Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества, г		Витамины, мг		Минеральные вещества, мг		Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества, г		Витамины, мг		Минеральные вещества, мг		
		Ж	Б	В1	С	А, мкг	Е		Са	Р	Мg	Fe	Ж	У		В1	С	А, мкг	Е	Са	Р	Мg
Москва 201 г.	Макароны отварные с маслом	4,8	5,60	150	0,05	0,00	0,02	0,80	13,42	37,43	8,36	0,83	180	190,00	0,06	0,00	0,02	0,96	16,1	44,92	10,00	1
Пермь 2001 г. Ижевск 2008 г.	Голубцы ленивые. Соус томатный.	12,5	10,1	130	0,04	23,11	0,21	0,3	30,7	91,3	21,75	1,41	130	193,7	0,04	23,11	0,21	0,3	30,7	91,3	21,75	1,41
Москва 201 г.	Соки фруктовые и ягодные	0,2	1	200	0,02	4	0	0,2	14	14	8	2,8	200	86,6	0,02	4	0	0,2	14	14	8	2,8
Готовый продукт	Хлеб пшеничный	0,5	3,94	50	0,06	0	0	0,66	11,6	43,5	16,5	0,56	50	116,9	0,06	0	0	0,66	11,6	43,5	16,5	0,56
		18	20,64	530	0,17	27,11	0,23	1,96	69,72	186,2	54,61	5,6	560	587,2	0,18	27,11	0,23	2,12	72,4	193,7	56,25	5,77

Схолодильная и нормативная документация / сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Прим. прип. наименование блюда	с 7 до 11 лет										с 12-18 лет															
			Пищевые вещества, г			Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				Пищевые вещества, г			Витамины, мг			Минеральные вещества, мг									
			Масса порции, г	Б	Ж	У	Энергетическая ценность, ккал	В1	С	А, мкг	Е	Са	Р	Мg	Fe	Масса порции, г	Б	Ж	У	Энергетическая ценность, ккал	В1	С	А, мкг	Е	Са	Р	Мg	Fe
4 день																												
Москва 2011г.	289	Рагу из птицы	240	17,57	17,63	26,05	324,1	0,11	15,9	28,8	2,7	39,13	190	49,35	2,5	280	20,5	20,5	30,4	378,1	0,13	18,6	33,6	3,15	45,65	221,7	57,6	2,9
Ижевск 2008г.	153	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124	0,01	0,75	0,02	0	20,4	20,75	25,5	0,81	200	0,6	0	31,4	124	0,01	0,75	0,02	0	20,4	20,75	25,5	0,81
Готовый продукт		Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,9	0,06	0	0	0,66	11,6	43,5	16,5	0,56	50	3,94	0,5	24,14	116,9	0,06	0	0	0,66	11,6	43,5	16,5	0,56
Готовый продукт		Кекс	30	2,93	4,18	20,91	124,4	0,03	0	19,5	0,39	12,3	26,1	4,5	0,31	30	2,93	4,18	20,91	124,4	0,03	0	19,5	0,39	12,3	26,1	4,5	0,31
			520	25,04	22,31	102,5	689,4	0,21	16,65	48,32	3,75	83,43	280,4	95,85	4,18	560	28	27,96	106,85	743,4	0,23	19,35	53,12	4,2	89,95	312,1	104,1	4,58

Господствующая и преобладающая документация / сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	с 7 до 11 лет					с 12-18 лет													
			Масса порции, г	Пищевые вещества, г		Энергетическая ценность, ккал		Витамины, мг		Минеральные вещества, мг		Минеральные вещества, мг									
			Б	Ж	У	В1	С	А, мкг	Е	Са	Р	Мg	Fe	В1	С	А, мкг	Е	Са	Р	Мg	Fe

5 день																										
Москва 2011г.	230	Рыба запеченная	100	13,9	13,45	4	193	45	4,6	39	171,9	38,72	0,76	100	13,9	13,45	4	193	1,4	45	4,6	39	171,9	38,72	0,76	
Ижевск 2008г.	92	Пюре картофельное	180	3,8	8,1	26	196	0,12	0	158	115	39	1,4	200	4,2	9	28,9	217,7	0,22	34,4	0,13	0	175,5	127,7	43,3	1,5
Москва 2011г.	375 376	Чай заварка. Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (с сахаром)	200	0,07	0,02	15	60	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28	200	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28
Готовый продукт		Хлеб ржаной	50	2,8	0,56	24,7	114,76	0	0,46	11,5	53	12,5	1,56	50	2,8	0,56	24,7	114,76	0,05	0	0	11,5	53	12,5	1,56	
			530	20,57	22,13	69,7	563,76	32,43	5,06	219,6	342,7	91,62	4	550	21	23,03	72,6	585,46	0,37	35,83	45,13	5,06	237,1	355,4	95,92	4,1

Технологическая и нормативная документация / сборник рецептур/	Же рецептур и или технологической карты	Приним пищи, наименование блюда	с 7 до 11 лет						с 12-18 лет																	
			Пищевые вещества, г			Витамины, мг			Минеральные вещества, мг			Масса порции, г			Энергетическая ценность, ккал			Витамины, мг			Минеральные вещества, мг					
			Б	Ж	У	В1	С	А, мкг	Е	Са	Р	Мг	Fe	г	Б	Ж	У	В1	С	А, мкг	Е	Са	Р	Мг	Fe	
Москва 2011г.	171	Каша ячневая рассыпчатая с маслом	4,67	7,4	30,17	0,09	0	37,5	0,59	49,03	23,4	160,3	0,89	180	5,6	8,9	36,2	0,11	0	45	0,7	58,8	192,4	28,08	1,07	
Москва 1996г.	466	Котлета "Переменка"	13	16,4	11,8	0,089	2,7	0	0	18,1	114	27,7	2,1	100	14,4	18,3	12,3	0,098	3	0	0	20,2	126,6	30,2	2,33	
Москва 2011г.	389	Соки фруктовые и ягодные	1	0,2	20,2	0,02	4	0	0,2	14	8	2,8	2,8	200	1	0,2	20,2	86,6	0,02	4	0	14	14	8	2,8	
Готовый продукт		Хлеб ржаной	2,8	0,56	24,7	0,05	0	0	0,46	11,5	53	12,5	1,56	50	2,8	0,56	24,7	114,76	0,05	0	0	11,5	53	12,5	1,56	
Готовый продукт		Хлеб пшеничный	1,98	0,25	12,07	0,03	0	0	0,33	5,75	21,75	8,25	0,28	25	1,98	0,25	12,07	58,45	0,03	0	0,33	5,75	21,75	8,25	0,28	
			23,45	24,81	98,94	0,279	6,7	37,5	1,58	98,38	226,2	216,8	7,63	555	25,8	28,21	105,47	777,21	0,308	7	45	1,69	110,3	407,8	87,03	8,04

200

Технологическая и нормативная документация / сборник рецептур/	№ рецептур на пищевую продукцию	Прием пищи, наименование блюда	с 7 до 11 лет										с 12-18 лет															
			Масса порции, г			Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал			Витамины, мг			Минеральные вещества, мг			Минеральные вещества, мг										
			Б	Ж	У	Б	Ж	У	В1	С	А, мкг	Е	Са	Р	Мg	Fe	Б	Ж	У	В1	С	А, мкг	Е	Са	Р	Мg	Fe	
Ижевск 2008г.	81	Фрикадельки "Петушок"	90	14,5	15,4	14,86	222,6	0,1	0	0,7	0	15,4	141,7	222,7	1,46	90	14,5	15,4	14,86	222,6	0,1	0	0,7	0	15,4	141,7	222,7	1,46
Москва 2011г.	199	Пюре из бобовых с маслом	180/5	16,3	12,3	41,99	344,5	0,54	0	30,02	0,64	115,1	257,2	74	5,59	180/5	16,3	12,3	41,99	344,5	0,54	0	30,02	0,64	115,1	257,2	74	5,59
Москва 2011г.	342	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	28	114,6	0,01	0,9	0	0,08	14,2	4,4	5,14	0,95	200	0,16	0,16	28	114,6	0,01	0,9	0	0,08	14,2	4,4	5,14	0,95
Готовый продукт		Хлеб ржаной	25	1,4	0,28	12,35	57,48	0,025	0	0	0,23	5,75	26,5	6,25	0,78	50	2,8	0,56	24,7	114,76	0,05	0	0	0,46	11,5	53	12,5	1,56
Готовый продукт		Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,07	58,45	0,03	0	0	0,33	5,75	21,75	8,25	0,28	50	3,95	0,5	24,15	116,9	0,06	0	0	0,66	11,6	43,5	16,5	0,56
			525	34,34	28,39	109,27	797,63	0,705	0,9	30,72	1,28	156,2	451,6	316,3	9,06	575	37,7	28,92	133,7	913,36	0,76	0,9	30,72	1,84	167,8	499,8	330,84	10,12

Технологическая и нормативная документация / сборник рецептур/	№ рецептур и или технологической карты	Применение, наименование блюда	8 день				с 7 до 11 лет				с 12-18 лет																	
			Масса порции, г	Пищевые вещества, г	Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг	Минеральные вещества, мг	Масса порции, г	Пищевые вещества, г	Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг	Минеральные вещества, мг	Масса порции, г	Пищевые вещества, г	Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг	Минеральные вещества, мг											
			Б	Ж	У	В1	С	А, мкг	Е	Са	Р	Мg	Fe	Б	Ж	У	В1	С	А, мкг	Е	Са	Р	Мg	Fe				
Ижевск 2008г.	63	Гуляш из свинины	90	12,51	5,85	5,6	118,8	0,2	5,6	0,32	0	25,7	304,1	56,4	4,5	100	13,9	6,5	4	132	0,23	6,2	0,35	0	28,5	337,9	40,4	4,99
Ижевск 2008г.	92	Пюре картофельное	150	3,15	6,75	21,9	163,5	0,18	25,6	0,1	0	131,4	95,8	32,3	1,17	180	3,8	8,1	26	196	0,2	31	0,12	0	158	115	39	1,4
Москва 2011г.	15	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66	0	34,3	0,003	0,07	21	0,04	100	60	5,5	0,07	20	5,26	5,32	0	68,6	0,006	0,14	42	0,08	200	120	11	0,14
Москва 2011г.	375	Чай заварка. Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (с сахаром)	200	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28	200	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28
Готовый продукт	376	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,9	0,06	0	0	0,66	11,6	43,5	16,5	0,56	55	4,33	0,55	26,55	128,59	0,07	0	0	0,72	12,76	47,85	18,15	0,62
			500	22,3	15,78	66,64	493,5	0,443	31,3	21,42	0,7	279,8	506,2	92,1	6,58	555	27,4	20,49	71,55	585,19	0,506	37,37	42,47	0,8	410,4	623,6	109,95	7,43



Исходные данные / порция / документация / сборник рецептов	Прием/употребление, наименование блюда	с 7 до 11 лет						с 12-18 лет																				
		Пищевые вещества, г			Витамины, мг			Пищевые вещества, г			Витамины, мг																	
		Б	Ж	У	В1	С	А, мкг	Е	Са	Р	Мg	Fe	Б	Ж	У	В1	С	А, мкг	Е	Са	Р	Мg	Fe					
Москва 2011г.	234	Котлеты или биточки рыбные	90	11,6	10,76	7,2	171	0,07	0,59	8,5	4,5	64,7	166,9	37,4	1,3	100	12,9	11,9	8	190	0,08	0,66	9,4	5	71,9	185,5	41,5	1,46
Москва 2011г.	202	Макароны отварные с маслом	150	5,60	4,8	30,95	190,00	0,05	0,00	0,02	0,80	13,42	37,43	8,36	0,83	180	6,58	5,76	37,14	228	0,06	0	0,02	0,96	16,1	44,92	10,00	1
Москва 2011г.	375 376	Чай заварка. Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (с сахаром)	200	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28	200	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28
Москва 2011г.	330	Соус сметанный	35	0,5	1,8	2	25,94	0,007	11,8	0	9,55	7,98	1,85	0,07	35	0,5	1,8	2	25,94	0,007	0,007	11,8	0	9,55	7,98	1,85	0,07	
Готовый продукт		Хлеб ржаной	25	1,4	0,28	12,35	57,48	0,025	0	0	0,23	5,75	26,5	6,25	0,78	50	2,8	0,56	24,7	114,76	0,05	0	0	0,46	11,5	53	12,5	1,56
		<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>200</i>	<i>19,17</i>	<i>17,66</i>	<i>67,5</i>	<i>504,42</i>	<i>0,152</i>	<i>0,627</i>	<i>20,32</i>	<i>5,53</i>	<i>104,5</i>	<i>241,6</i>	<i>55,26</i>	<i>3,26</i>	<i>565</i>	<i>22,9</i>	<i>20,04</i>	<i>86,84</i>	<i>618,7</i>	<i>0,197</i>	<i>0,697</i>	<i>21,22</i>	<i>6,42</i>	<i>120,2</i>	<i>294,2</i>	<i>67,25</i>	<i>4,37</i>

525

№ технологическая и нормативная документация / сборник рецептур/	№ рецептур и или технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	с 7 до 11 лет				с 12-18 лет			
			Пищевые вещества, г		Витамины, мг		Пищевые вещества, г		Витамины, мг	
			Энергетическая ценность, ккал		Энергетическая ценность, ккал		Энергетическая ценность, ккал		Энергетическая ценность, ккал	
			Масса порции, г		Масса порции, г		Масса порции, г		Масса порции, г	
			Минеральные вещества, мг		Минеральные вещества, мг		Минеральные вещества, мг		Минеральные вещества, мг	
			Витамины, мг		Витамины, мг		Витамины, мг		Витамины, мг	
			В1		В1		В1		В1	
			С		С		С		С	
			А, мкг		А, мкг		А, мкг		А, мкг	
			Е		Е		Е		Е	
			Са		Са		Са		Са	
			Р		Р		Р		Р	
			Mg		Mg		Mg		Mg	
			Fe		Fe		Fe		Fe	
			Б		Б		Б		Б	
			Ж		Ж		Ж		Ж	
			У		У		У		У	
			10 день		10 день		10 день		10 день	

Москва 2011г.	210	Омлет-натуральный	200	24,8	2,64	289,6	0,1	0,26	324,5	0,75	10,3	16,2	2,63	225,8	200	18,5	33,06	3,52	386,1	0,13	0,35	432,6	1	13,7	21,6	3,5	301
Ижевск 2008г.	155	Компот из урюка	200	0,6	31,4	124	0,02	0,88	0,36	0	33,1	34,33	28,92	1	200	0,6	0	31,4	124	0,02	0,88	0,36	0	33,1	34,33	28,92	1
Готовый продукт		Фрукты свежие(яблоко)	150	0,9	22,05	106	0,06	22,5	0	0,45	36	24,75	20,25	4,95	150	1,4	0,28	12,35	57,48	0,025	0	0	0,23	5,75	26,5	6,25	0,78
Готовый продукт		Хлеб пшеничный	525	17,38	68,16	578,05	0,21	23,64	324,86	1,53	85,15	97,03	60,05	232	600	24,5	33,84	71,42	684,48	0,235	1,23	432,96	1,89	64,15	125,9	55,17	303,3