



		<b>3 день</b>	<b>итого:</b>	<b>1330</b>	<b>51,5</b>	<b>62</b>	<b>237</b>	<b>1732</b>	<b>400,58</b>	<b>50,11</b>	<b>192,59</b>	<b>7,45</b>	<b>1,07</b>	<b>34,66</b>	<b>23,57</b>
тех карта по сборнику	№ тех. карты	наименование блюд	масса порции	пищевая ценность			Энергетич ценность	Минер. вещества, мг				Витамины,мг			
				Б	Ж	У		Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A	
		<b>ЗАВТРАК</b>	<b>550</b>	<b>18</b>	<b>27</b>	<b>135</b>	<b>869</b>	<b>287,8</b>	<b>22,6</b>	<b>133,1</b>	<b>2,43</b>	<b>0,31</b>	<b>0,84</b>	<b>20,01</b>	
3 № 168	№1/4	Каша манная	210	5	4	35	197	10,7	7,9	38,6	0,47	0,04	0	20	
7 № 397	№ 5/10	Какао с молоком	210	4	4	26	162	80,3	14,7	94,5	0,28	0,03	0,84	0,01	
		Кондитерское изделие	50	3	11	36	255								
2 № 1/13	№ 1/12	Хлеб пш. обогащ. с маслом	80	6	8	38	255	196,8			1,68	0,24		0	
		<b>ОБЕД</b>	<b>780</b>	<b>33,5</b>	<b>35</b>	<b>102</b>	<b>863</b>	<b>112,78</b>	<b>27,51</b>	<b>59,49</b>	<b>5,02</b>	<b>0,76</b>	<b>33,82</b>	<b>3,56</b>	
14 №96	№ 7/2	Рассольник "Ленинградский"	250	10	11	12	194	38,98	27,51	59,49	1,69	0,16	13,72	3,43	
3 № 263	№ 18/8	Рагу из свинины	180	18	21	27	375	54			2,7	0,21			
16 № 506	№ 21/10	Кисель "Витошка" с витамином	200	0	0	24	95					0,3	20,1	0,13	
		Хлеб пш. обогащ.	30	2	0,3	14	71	19,8			0,63	0,09		0	
		Хлеб ржано- пшеничный	20	1	0,2	9	43								
		Йогурт	100	2,5	2,5	16	85								
		<b>4 день</b>	<b>1455</b>	<b>57,7</b>	<b>72,1</b>	<b>191</b>	<b>1689</b>	<b>664,49</b>	<b>30,73</b>	<b>341,34</b>	<b>8,03</b>	<b>1,065</b>	<b>109,55</b>	<b>363,51</b>	
тех карта по сборнику	№ тех. карты	наименование блюд	масса порции	пищевая ценность			Энергетич ценность	Минер. вещества, мг				Витамины,мг			
				Б	Ж	У		Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A	
		<b>ЗАВТРАК</b>	<b>550</b>	<b>26</b>	<b>38</b>	<b>72</b>	<b>776</b>	<b>490,87</b>	<b>27,3</b>	<b>316,8</b>	<b>5,24</b>	<b>0,42</b>	<b>0,91</b>	<b>360,08</b>	
4 № 438	№2/6,11/1	Омлет натур. с овощной добав.	240	15	25	9	359	119,17	20,3	271,8	3,07	0,1	0,26	360	
6 № 395	№ 4/10	Коф напиток с молоком	210	3	3	15	98	125,7	7	45	0,07	0,02	0,65	0,08	
		Хлеб пш. обогащ. с маслом	100	8	10	48	319	246			2,1	0,3		0	
		<b>ОБЕД</b>	<b>905</b>	<b>31,7</b>	<b>34,1</b>	<b>119</b>	<b>913</b>	<b>173,62</b>	<b>3,43</b>	<b>24,54</b>	<b>2,79</b>	<b>0,645</b>	<b>108,64</b>	<b>3,43</b>	
13 № 66	№ 3/2	Суп лапша домашн	250	6	7	13	139	19,32	3,43	24,54	0,76	0,035	0,6	3,43	
13 № 187	№ 4/4	Каша "Дружба"	205	6	9	34	242	126,5			0,8	0,12	0,54		
1 №178	№1/9	Котлета из мяса птицы	100	15	17	10	248								
2 №20/10	№20/10	Напиток из шиповника	200	0,2	0,1	18	75						97,5		
	№16/10	Банан	100	1,5	0,5	21	95	8			0,6	0,4	10	0	
		Хлеб пш. обогащ.	30	2	0,3	14	71	19,8			0,63	0,09		0	
		Хлеб ржано- пшеничный	20	1	0,2	9	43								
		<b>5 день</b>	<b>1365</b>	<b>42,2</b>	<b>41,5</b>	<b>209</b>	<b>1360</b>	<b>342,49</b>	<b>223,73</b>	<b>538,85</b>	<b>13,06</b>	<b>0,95</b>	<b>52,33</b>	<b>115,8</b>	
тех карта по сборнику	№ тех. карты	наименование блюд	масса порции	пищевая ценность			Энергетич ценность	Минер. вещества, мг				Витамины,мг			
				Б	Ж	У		Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A	
		<b>ЗАВТРАК</b>	<b>565</b>	<b>17,2</b>	<b>11</b>	<b>102</b>	<b>551</b>	<b>224,1</b>	<b>128,55</b>	<b>254,92</b>	<b>6,54</b>	<b>0,49</b>	<b>6,11</b>	<b>62,8</b>	
3 №168	№ 1/4	Каша гречневая	250	8	6	39	203	14,5	116,8	175,8	3,95	0,18	0	23,8	
8 № 685	№ 1/10	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	11,6	6,5	4,12	0,34	0	6	0	
		Хлеб пш. обогащ.	100	8	1	48	236	66			2,1	0,3		0	
4 №42	№ 4/13	Сыр (порциями)	15	1	4	0	54	132	5,25	75	0,15	0,01	0,11	39	

		<b>ОБЕД</b> <i>всего</i>	<b>800</b>	<b>25</b>	<b>30,5</b>	<b>107</b>	<b>809</b>	<b>118,39</b>	<b>95,18</b>	<b>283,93</b>	<b>6,52</b>	<b>0,46</b>	<b>46,22</b>	<b>53</b>
3 № 87	№ 11/2	Суп с рыбными консервами	250	9	8	14	167	45,3	47,35	176,53	1,26	0,1	9,11	15
3 № 336	№ 7/3	Капуста тушеная	100	2	4	23	142	14,64	29,33	49,7	1,16	0,16	21	21
4 № 694	№ 6/3	Пюре картофельное	100	2	4	14	92	24,65	18,5	57,7	0,67	0,09	12,11	17
15 № 446	№ 14/8	Тефтели из говядины с рисом	100	9	14	11	204							
	№ 14/10	Сок	200	0	0	22	90	14			2,8	0,02	4	
		Хлеб пш. обогащ.	30	2	0,3	14	71	19,8			0,63	0,09		0
		Хлеб ржано- пшеничный	20	1	0,2	9	43							
		<b>6 день</b> <i>итого:</i>	<b>1405</b>	<b>39,1</b>	<b>43</b>	<b>235</b>	<b>1585</b>	<b>298,58</b>	<b>61,38</b>	<b>318,26</b>	<b>7,53</b>	<b>0,62</b>	<b>12,81</b>	<b>72,43</b>
тех карта	№ тех.	<i>наименование блюд</i>	масса порции	пищевая ценность			Энергетич. ценность	Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
по сборнику	карты			Б	Ж	У		Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
		<b>ЗАВТРАК</b> <i>всего</i>	<b>555</b>	<b>12,2</b>	<b>11</b>	<b>106</b>	<b>590</b>	<b>216,65</b>	<b>36,35</b>	<b>155,12</b>	<b>3,13</b>	<b>0,34</b>	<b>6,11</b>	<b>69</b>
3/168	№1/4	Каша рисовая	240	3	6	43	242	7,05	24,6	76	0,54	0,03	0	30
8 № 685	№ 1/10	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	11,6	6,5	4,12	0,34	0	6	0
		Хлеб пш. обогащ.	100	8	1	48	236	66			2,1	0,3		0
4 №42	№ 4/13	Сыр (порциями)	15	1	4	0	54	132	5,25	75	0,15	0,01	0,11	39
		<b>ОБЕД</b> <i>всего</i>	<b>850</b>	<b>26,9</b>	<b>32</b>	<b>129</b>	<b>995</b>	<b>81,93</b>	<b>25,03</b>	<b>163,14</b>	<b>4,4</b>	<b>0,28</b>	<b>6,7</b>	<b>3,43</b>
12 № 55	№ 10/2	Свекольник со сметаной	250	3	10	15	168	31,73	3,43	24,54	1,37	0,05	5,56	3,43
5 №272	№ 19/8	Биточки мясные	100	15	14	30	400	10,8	21,6	135	1,8	0,07	0	0
18 № 322	№ 11/3	Пюре картофельное с морковью	150	3	5	20	134							
4 № 868	№ 6/10	Компот из сухофруктов	200	0,4	0	25	94	6,4	0	3,6	0,18	0,01	1,14	0
		Йогурт	100	2,5	2,5	16	85							
		Хлеб пш. обогащ.	30	2	0,3	14	71	33			1,05	0,15		0
		Хлеб ржано- пшеничный	20	1	0,2	9	43							
		<b>7 день</b> <i>итого:</i>	<b>1505</b>	<b>65</b>	<b>76</b>	<b>254</b>	<b>1850</b>	<b>552,66</b>	<b>141,92</b>	<b>635,15</b>	<b>14,62</b>	<b>1,4</b>	<b>67,95</b>	<b>397,94</b>
тех карта	№ тех.	<i>наименование блюд</i>	масса порции	пищевая ценность			Энергетич. ценность	Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
по сборнику	карты			Б	Ж	У		Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
		<b>ЗАВТРАК</b> <i>всего</i>	<b>550</b>	<b>23</b>	<b>37</b>	<b>69</b>	<b>707</b>	<b>390,7</b>	<b>24,7</b>	<b>297,7</b>	<b>5,82</b>	<b>0,41</b>	<b>3,12</b>	<b>394,3</b>
4 № 438	№2/6	Омлет натур. с овощной добавкой	240	15	27	6	326	130,5	22,3	297,7	3,36	0,11	0,29	394,3
14 № 377	№ 2/10	Чай с лимоном	210	0	0	15	62	14,2	2,4	0	0,36	0	2,83	0
2 № 1/13	№ 1/12	Хлеб пш. обогащ. с маслом	100	8	10	48	319	246			2,1	0,3		0
		<b>ОБЕД</b> <i>всего</i>	<b>955</b>	<b>42</b>	<b>39</b>	<b>185</b>	<b>1143</b>	<b>161,96</b>	<b>117,22</b>	<b>337,45</b>	<b>8,8</b>	<b>0,99</b>	<b>64,83</b>	<b>3,642</b>
4 № 200	№ 6/2	Суп картофельный с курой	250	6	5	17	137	32,54	34,56	101,34	1,49	0,15	12	3,43
6 №115	№ 15/2	с гренками	25	3	0,5	19	92	9,6			0,8	0,06	0	
10 № 83	№ 1/7	Биточки рыбные в т/с	100	16	17	10	123	49,67			1,42	0,18	0,38	
4 № 679	№ 1/3	Каша гречневая рассыпчатая	150	7	6	36	230	12,98	67,5	208,5	3,95	0,18	0	0,2
6 № 45	№1/1	Салат из белокочан. капусты	100	1	5	9	87	37,37	15,16	27,61	0,51	0,03	32,45	0
16 №507	№ 22/10	Напиток витамин "Витошка"	200	0	0	19	90	0	0	0	0	0,3	20	0,012
		Булочка	80	6	5	52	270							

		Хлеб пш. обогащ.	30	2	0,3	14	71	19,8			0,63	0,09		0
		Хлеб ржано- пшеничный	20	1	0,2	9	43							
		<b>8 день итого:</b>	<b>1430</b>	<b>47,4</b>	<b>77,1</b>	<b>214</b>	<b>1763</b>	<b>517,52</b>	<b>105,58</b>	<b>453,94</b>	<b>8,2</b>	<b>0,57</b>	<b>80,65</b>	<b>4,1</b>
тех карта	№ тех.	наименование блюд	масса порции	пищевая ценность			Энергетич ценность	Минер. вещества, мг				Витамины,мг		
по сборнику	карты			Б	Ж	У		Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
		<b>ЗАВТРАК всего</b>	<b>550</b>	<b>23</b>	<b>33,5</b>	<b>115</b>	<b>873</b>	<b>385,55</b>	<b>14,7</b>	<b>94,5</b>	<b>2,33</b>	<b>0,21</b>	<b>1,47</b>	<b>0,01</b>
13 № 204	№ 3/3	Макаронные изд с сыром	250	13	21	37	389	272,25			1,05	0,08	0,63	
7 № 397	№ 5/10	Какао с молоком	210	4	4	26	162	80,3	14,7	94,5	0,28	0,03	0,84	0,01
		Кондитерское изделие	40	2	8	28	204							
		Хлеб пш. обогащ.	50	4	0,5	24	118	33			1	0,1		0
		<b>ОБЕД всего</b>	<b>880</b>	<b>24,4</b>	<b>43,6</b>	<b>99</b>	<b>890</b>	<b>131,97</b>	<b>90,88</b>	<b>359,44</b>	<b>5,87</b>	<b>0,36</b>	<b>79,18</b>	<b>4,09</b>
4 № 187	№ 4/2	Щи с курой со сметаной	250	5	7	8	120	50,02	25,68	72,17	1,11	0,07	18,46	3,43
9/№ 265	№ 8/8	Плов с мясом	180	13	29	19	385	27	44,3	246,3	2,8	0,18	1,02	0,66
3 № 33	№ 5/1	Салат из свеклы	100	1	6	8	94	35,15	20,9	40,97	1,33	0,02	9,5	0
2 № 7/10	№ 19/10	Компот из с/ф и шиповника	200	0,4	0,1	20	82						50,2	
		Банан	100	2	1	21	95							
		Хлеб пш. обогащ.	30	2	0,3	14	71	19,8			0,63	0,09		0
		Хлеб ржано- пшеничный	20	1	0,2	9	43							
		<b>9 день итого:</b>	<b>1500</b>	<b>68,9</b>	<b>59,5</b>	<b>232</b>	<b>1458</b>	<b>343,05</b>	<b>156,93</b>	<b>861,59</b>	<b>11,32</b>	<b>1,82</b>	<b>64,99</b>	<b>191,74</b>
тех карта	№ тех.	наименование блюд	масса порции	пищевая ценность			Энергетич ценность	Минер. вещества, мг				Витамины,мг		
по сборнику	карты			Б	Ж	У		Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
		<b>ЗАВТРАК всего</b>	<b>550</b>	<b>43,2</b>	<b>25</b>	<b>113</b>	<b>574</b>	<b>240,1</b>	<b>63,4</b>	<b>469,07</b>	<b>3,99</b>	<b>0,41</b>	<b>6,6</b>	<b>168,18</b>
4 №467	№2/5	Пудинг из творога со сгущ	250	35	24	50	280	162,5	56,9	464,95	1,55	0,11	0,6	168,18
8 № 685	№ 1/10	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	11,6	6,5	4,12	0,34	0	6	0
		Хлеб пш. обогащ.	100	8	1	48	236	66			2,1	0,3		0
		<b>ОБЕД всего</b>	<b>950</b>	<b>25,7</b>	<b>34,5</b>	<b>119</b>	<b>884</b>	<b>102,95</b>	<b>93,53</b>	<b>392,52</b>	<b>7,33</b>	<b>1,41</b>	<b>58,39</b>	<b>23,56</b>
4 № 206	№ 5/2	Суп картоф. с бобовыми	250	9	8	16	170	44,77	38,73	111,72	2,34	0,24	5,81	3,43
8 № 436	№ 6/8	Жаркое по- домашнему со си	200	11	25	22	354	25,9	54,8	280,8	3,4	0,18	7,48	20
2 № 4/1	№ 7/1	Овощи порционные	100	0,7	0	3	13						10	
13 № 291	№ 7/10	Кисель с витаминами "Витол	200	0	0	23	90	0,48			0,06	0,3	20,1	0,13
		Хлеб пш. обогащ.	30	2	0,3	14	71	19,8			0,63	0,09		0
		Хлеб ржано- пшеничный	20	1	0,2	9	43							
	№16/10	Банан	150	2	1	32	143	12			0,9	0,6	15	0
		<b>10 день итого:</b>	<b>1430</b>	<b>50</b>	<b>57,5</b>	<b>206</b>	<b>1613</b>	<b>660,05</b>	<b>119,6</b>	<b>375,19</b>	<b>10,63</b>	<b>0,94</b>	<b>69,55</b>	<b>40,58</b>
тех карта	№ тех.	наименование блюд	масса порции	пищевая ценность			Энергетич ценность	Минер. вещества, мг				Витамины,мг		
по сборнику	карты			Б	Ж	У		Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
		<b>ЗАВТРАК всего</b>	<b>550</b>	<b>18</b>	<b>22</b>	<b>105</b>	<b>690</b>	<b>489,49</b>	<b>7,4</b>	<b>47,3</b>	<b>2,6</b>	<b>0,38</b>	<b>1,22</b>	<b>0,08</b>
11 № 96	№5/4	Каша пшениная	240	7	9	42	273	111,5			0,43	0,06	0,54	
6 № 395	№ 4/10	Коф напиток с молоком	210	3	3	15	98	131,99	7,4	47,3	0,07	0,02	0,68	0,08

2 № 1/13	№ 1/12	Хлеб пш. обогащ. с маслом	100	8	10	48	319	246			2,1	0,3		0
		<b>ОБЕД всего</b>	<b>880</b>	<b>32</b>	<b>35,5</b>	<b>101</b>	<b>923</b>	<b>170,56</b>	<b>112,2</b>	<b>327,89</b>	<b>8,03</b>	<b>0,56</b>	<b>68,33</b>	<b>40,5</b>
6 № 49	№ 8/1	Салат витаминный	100	4	8	11	199	52,23	41,81	112	1,75	0,14	18,95	0,37
4 № 208	№9/2	Суп картоф. с м/изд	250	6	5	17	140	31,29	30,43	91,19	1,4	0,12	8,25	3,43
4 № 694	№ 6/3	Пюре картофельное	180	4	6	25	165	53,24	39,96	124,7	1,45	0,19	26,16	36,7
2 № 9/8	№ 12/8	Печень по-строгановски	100	15	16	3	215						10,97	
	№ 14/10	Сок	200	0	0	22	90	14			2,8	0,02	4	
		Хлеб пш. обогащ.	30	2	0,3	14	71	19,8			0,63	0,09		0
		Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	43							

- 1 Сборник технологических нормативов рецептур блюд кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений  
издатель: Пермская государственная академия Уральский региональный центр питания 2004 г.
- 2 Сборник технических нормативов для питания детей в организациях отдыха и оздоровления  
составители: Граценков Д.В., Чугунова О.В. УРГЭУ 2015
- 3 Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях/ Под редакцией М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.-М: ДеЛи принт, 2010
- 4 Сборник рецептур блюд кулинарных изделий для предприятий общественного питания  
авт.-составители: А.И.Здобнов, В.А.Цыганенко, М.И.Пересичный -2005 г.
- 5 Сборник рецептур блюд кулинарных изделий для предприятий общественного питания,1983; ТТК
- 6 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях  
Под редакцией М.П.Могильного и В.А.Тутельяна., 2011 г.
- 7 Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях, разработано: Конь И.Я.,Мосов А,в., Тобис В.И., Цапенко М.М. 2007 г.
- 8 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах  
Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М:"Хлебпродинформ", 2004 г.
- 9 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников., под ред. Могильного М.П., 2007 г.
- 10 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, часть 1, 1996 г.
- 11 Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений  
составители:Коровка Л.С., Добросердова И.И., Мошенцова Л.П., Перевалов А.Я., Новоселов В.Г., БеловаВ.Н.,Наумова Л.А., 2001 г.

- 12 Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ - интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, части 1 и 2, Пермь 2001 г.
- 13 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г.
- 14 Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.-М: ДеЛи плюс, 2015г.
- 15 Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений под об.Ред. Перевалов А.Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.
- 16 Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, школ-интернатов, детских оздоровительных учреждений. Составители: Перевалов А.Я., Тапешкина Н.В.; Пермь 2018 г.
- 17 Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации / под ред. А.Я. Перевалова, Пермь, 5-е издание, 2013 г.
- 18 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях Под редакцией М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. - М.: ДеЛи принт, 2012 г.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 640527729349926770582792246281479462382890807275

Владелец Трофимова Анна Анатольевна

Действителен с 25.09.2025 по 25.09.2026