Согласовано:
Директор школы
МКОУ СОШ № 11

Утверждаю:
Директор ООО «ТКОП»
Т.А.Ермакова

# ООО «Тавдинский комбинат общественного питания»

# Примерное меню в организации отдыха и оздоровления детей
# От 26.10.2026 года

Калорийность ( 1399-1715 ккал)

# 1 день

| Сборник рецептур | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | | | | | | Минеральные вещества | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | С, мг | А, мкг рет. экв. | Е, мг | Д, мкг | В1, мг | В2, мг | В12, мкг | В6, мкг | РР, мг | Фолиевая кислота, мкг | Ca, мг | P, мг | Mg, мг | Fe, мг | Zn, мг | I, мкг |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1996 | 257/1996 | КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ | 200/5 | 6,9 | 8,4 | 36,1 | 265,5 | 0,5 | 13 | 0 | 0 | 0,1 | 0,1 | 0 | 0,2 | 1,1 | 14,2 | 136,8 | 208,4 | 31,7 | 0,9 | 0,9 | 8,9 |
| КОНТР.ОТР. | 7 к.о. 2002г | Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская) | 38 | 3,0 | 0,4 | 19 | 91,6 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0,4 | 11,5 | 7,3 | 26,1 | 4,8 | 0,3 | 0,2 | 0,5 |
| 1997 | 18/1997 | БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (60) | 30/10/20 | 6,8 | 14,7 | 13,2 | 176,1 | 0,1 | 42 | 0,6 | 0 | 0 | 0,1 | 0,2 | 0 | 0,3 | 10,1 | 200,2 | 132,7 | 13,1 | 0,3 | 1,1 | 0,3 |
| 2017 | 376/2017 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/5 | 0,1 | 0 | 4,6 | 17,1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 10,7 | 3,7 | 3,9 | 0,4 | 0 | 0 |
| | ПР | Йогурт 2,5% 0,125г | 125 | 2,9 | 2,5 | 17 | 150 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Итого за прием пищи:** | | | | **19,7** | **26,0** | **89,9** | **700,3** | **0,6** | **55** | **0,6** | **0** | **0,2** | **0,2** | **0,2** | **0,2** | **1,8** | **35,8** | **355,0** | **370,9** | **53,5** | **1,9** | **2,2** | **9,7** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1996 | 129/1996 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ | 250/10 | 2,5 | 6,5 | 16,2 | 241,8 | 6,9 | 173,8 | 2,5 | 0 | 0,1 | 0,1 | 0 | 0,2 | 1,0 | 8,8 | 49,7 | 74,6 | 27,1 | 1,2 | 0,3 | 5,5 |
| 1996 | 460/1996 | БИТОЧКИ ИЛИ КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ | 100 | 14,9 | 17,4 | 6,8 | 235,5 | 0,7 | 27,1 | 2,7 | 0 | 0,1 | 0,1 | 0,3 | 0,4 | 4,1 | 2,4 | 41,8 | 157,8 | 24,9 | 1,6 | 1,0 | 5,3 |
| 2017 | 203/2017 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 180/5 | 6,3 | 4,0 | 40,0 | 231,6 | 0 | 0 | 1,3 | 0 | 0,1 | 0 | 0 | 0,1 | 0,6 | 12,6 | 12,8 | 49,8 | 9,2 | 1,2 | 0,4 | 0,9 |
| КОНТР.ОТР. | 7 к.о. 2002г | Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская) | 38 | 3,0 | 0,4 | 19 | 91,6 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0,4 | 11,5 | 7,3 | 26,1 | 4,8 | 0,3 | 0,2 | 0,5 |
| | к.о 2023 | Хлеб ржано-пшеничный(Булка Тавдинская) | 38 | 3,1 | 0,3 | 19,5 | 94,3 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0,5 | 11,8 | 7,3 | 26,1 | 5,6 | 2,7 | 0,5 | 0,5 |
| 2003 | 66/2003 | НАПИТОК ВИТАМИННЫЙ ИЗ ШИПОВНИКА | 200 | 0,7 | 0 | 8,5 | 36,9 | 88 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0 | 0 | 0,2 | 0 | 13,2 | 1,4 | 3,2 | 0,3 | 0 | 0 |
| **Итого за прием пищи:** | | | | **30,5** | **28,6** | **110,0** | **931,7** | **95,6** | **200,9** | **6,5** | **0** | **0,5** | **0,3** | **0,3** | **0,7** | **6,8** | **47,1** | **132,1** | **335,8** | **74,8** | **7,3** | **2,4** | **12,7** |
| **Всего за день:** | | | | **50,2** | **54,6** | **199,9** | **1632,0** | **96,2** | **255,9** | **7,1** | **0** | **0,7** | **0,5** | **0,5** | **0,9** | **8,6** | **82,9** | **487,1** | **706,7** | **128,3** | **9,2** | **4,6** | **22,4** |

## 2 день

| Сборник рецептур | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | | | | | | Минеральные вещества | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | С, мг | А, мкг рет. экв. | Е, мг | Д, мкг | В1, мг | В2, мг | В12, мкг | В6, мкг | РР, мг | Фолиевая кислота, мкг | Ca, мг | P, мг | Mg, мг | Fe, мг | Zn, мг | I, мкг |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1996 | 297/1996 | ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ И МОЛОКОМ СГУЩЕНЫМ | 200/20 | 37,7 | 24,0 | 41,9 | 537,8 | 1,9 | 117,5 | 0,5 | 0,1 | 0,1 | 0,5 | 0,2 | 0 | 1,2 | 3,5 | 395,2 | 490,0 | 59,7 | 1,5 | 1,2 | 4,0 |
| КОНТР.ОТР. | 7 к.о. 2002г | Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская) | 38 | 3,0 | 0,4 | 19 | 91,6 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0,4 | 11,5 | 7,3 | 26,1 | 4,8 | 0,3 | 0,2 | 0,5 |
| 2017 | 376/2017 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/5 | 0,1 | 0 | 4,6 | 17,1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 10,7 | 3,7 | 3,9 | 0,4 | 0 | 0 |
| 1997 | 688/1997 | Фрукты ( мандарин) | 100 | 0 | 0 | 0 | 110 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Итого за прием пищи:** | | | | **40,8** | **24,4** | **65,5** | **756,5** | **1,9** | **117,5** | **0,5** | **0,1** | **0,2** | **0,5** | **0,2** | **0** | **1,6** | **15,0** | **413,2** | **519,8** | **68,4** | **2,2** | **1,4** | **4,5** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1996 | 138/1996 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | 250 | 5,7 | 5,2 | 18,3 | 140,3 | 4,6 | 201,2 | 4,1 | 0 | 0,3 | 0 | 0 | 0,2 | 1,0 | 9,2 | 37,8 | 78,7 | 33,5 | 2,0 | 1,0 | 4,4 |
| 2003 | 50/2003 | КОТЛЕТА ДЕТСКАЯ | 100 | 15,6 | 15,3 | 11,5 | 260,1 | 5,1 | 53,4 | 3,2 | 0,4 | 0 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 3,1 | 6,6 | 39,0 | 171,5 | 28,1 | 1,9 | 1,8 | 9,0 |
| 1996 | 463/1996 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 180 | 10,3 | 6,1 | 48,2 | 299,5 | 0 | 0 | 5,7 | 0 | 0,3 | 0,2 | 0 | 0,3 | 2,9 | 27,3 | 22,5 | 229,0 | 154,7 | 5,4 | 1,7 | 2,8 |
| 1997 | 603/1997 | СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ | 30 | 0,3 | 0,6 | 2,1 | 13,8 | 0,3 | 43,2 | 0,3 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,7 | 4,4 | 4,8 | 2,8 | 0,1 | 0 | 0,1 |
| КОНТР.ОТР. | 7 к.о. 2002г | Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская) | 38 | 3,0 | 0,4 | 19 | 91,6 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0,4 | 11,5 | 7,3 | 26,1 | 4,8 | 0,3 | 0,2 | 0,5 |
| | к.о.2023 | Хлеб ржано-пшеничный(Булка Тавдинская) | 38 | 3,1 | 0,3 | 19,5 | 94,3 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0,5 | 11,8 | 7,3 | 26,1 | 5,6 | 2,7 | 0,5 | 0,5 |
| 1997 | 702/1997 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 200 | 1 | 0 | 14,6 | 59,3 | 0,3 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,5 | 0 | 37,1 | 26,3 | 20,7 | 0,5 | 0 | 0 |
| **Итого за прием пищи:** | | | | **39,0** | **27,9** | **133,2** | **958,9** | **10,3** | **297,8** | **13,3** | **0,4** | **0,8** | **0,4** | **0,2** | **0,7** | **8,4** | **67,1** | **155,4** | **562,5** | **250,2** | **12,9** | **5,2** | **17,3** |
| **Всего за день:** | | | | **79,8** | **52,3** | **198,7** | **1715,4** | **12,2** | **415,3** | **13,8** | **0,5** | **1,0** | **0,9** | **0,4** | **0,7** | **10,0** | **82,1** | **568,6** | **1082,3** | **318,6** | **15,1** | **6,6** | **21,8** |

## 3 день

| Сборник рецептур | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | | | | | Минеральные вещества | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | С, мг | А, мкг рет. экв. | Е, мг | Д, мкг | В1, мг | В2, мг | В12, мкг | В6, мкг | РР, мг | Фолиевая кислота, мкг | Ca, мг | P, мг | Mg, мг | Fe, мг | Zn, мг | I, мкг |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1996 | 257/1996 | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ | 200/5 | 8,1 | 9,4 | 39,5 | 291,3 | 0,5 | 12,7 | 1,3 | 0 | 0,2 | 0,1 | 0 | 0,3 | 0,7 | 20 | 114,4 | 174,4 | 48,7 | 1,5 | 1,2 | 10,9 |
| 1997 | 325/1997 | ЯИЦА ВАРЕНЫЕ | 40 | 4,2 | 3,8 | 0,2 | 49,1 | 7,6 | 72,4 | 0,7 | 0,8 | 0 | 0,2 | 0,2 | 0 | 0,1 | 2,4 | 17,2 | 60,1 | 3,8 | 0,8 | 0,4 | 7 |
| КОНТР.ОТР. | 7 к.о. 2002г | Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская) | 38 | 3,0 | 0,4 | 19 | 91,6 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0,4 | 11,5 | 7,3 | 26,1 | 4,8 | 0,3 | 0,2 | 0,5 |
| 2017 | 376/2017 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/5 | 0,1 | 0 | 4,6 | 17,1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 10,7 | 3,7 | 3,9 | 0,4 | 0 | 0 |
| | ПР | СОК ФРУКТОВЫЙ 0,2 | 200 | 0 | 0 | 0 | 120 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Итого за прием пищи:** | | | | **15,4** | **13,6** | **63,3** | **569,1** | **8,1** | **85,1** | **2,0** | **0,8** | **0,3** | **0,3** | **0,2** | **0,3** | **1,2** | **33,9** | **149,6** | **264,3** | **61,2** | **3,0** | **1,8** | **18,4** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1996 | 139/1996 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 250 | 2,6 | 2,4 | 18,9 | 107,9 | 6,6 | 161,8 | 1,3 | 0 | 0,1 | 0,1 | 0 | 0,2 | 1,0 | 9,8 | 25,1 | 57,6 | 23,5 | 1,1 | 0,5 | 4,8 |
| 2003 | 55/2003 | ГОЛУБЦЫ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ С СОУСОМ | 100/30 | 10,4 | 8,2 | 13,6 | 300,9 | 9,6 | 44,4 | 2,2 | 0 | 0 | 0,1 | 0 | 0,1 | 2,2 | 9,0 | 34,7 | 106,9 | 27,6 | 1,2 | 2,1 | 5,7 |
| 1996 | 472/1996 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | 180 | 3,7 | 4,8 | 24,2 | 167,5 | 12,5 | 7,2 | 0,2 | 0 | 0,2 | 0,1 | 0 | 0,5 | 1,6 | 12,3 | 43,4 | 100,3 | 35,0 | 1,4 | 0,7 | 10,1 |
| КОНТР.ОТР. | 7 к.о. 2002г | Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская) | 38 | 3,0 | 0,4 | 19 | 91,6 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0,4 | 11,5 | 7,3 | 26,1 | 4,8 | 0,3 | 0,2 | 0,5 |
| | к.о.2023 | Хлеб ржано-пшеничный(Булка Тавдинская) | 38 | 3,1 | 0,3 | 19,5 | 94,3 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0,5 | 11,8 | 7,3 | 26,1 | 5,6 | 2,7 | 0,5 | 0,5 |
| 1996 | 588/1996 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 2,2 | 0 | 44,6 | 68 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0,02 | 0,04 | 0 | 0 | 0,9 | 0 | 111 | 77 | 30 | 6 | 0 | 0 |
| **Итого за прием пищи:** | | | | **25,0** | **16,1** | **139,8** | **830,2** | **30,7** | **213,4** | **3,7** | **0** | **0,52** | **0,34** | **0** | **0,8** | **6,6** | **54,4** | **228,8** | **394,0** | **126,5** | **12,7** | **4,0** | **21,6** |
| **Всего за день:** | | | | **40,4** | **29,7** | **203,1** | **1399,3** | **38,8** | **298,5** | **5,7** | **0,8** | **0,82** | **0,64** | **0,2** | **1,1** | **7,8** | **88,3** | **378,4** | **658,3** | **187,7** | **15,7** | **5,8** | **40,0** |

# 4 день

| Сборник рецептур | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | | | | | Минеральные вещества | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | С, мг | А, мкг рет. экв. | Е, мг | Д, мкг | В1, мг | В2, мг | В12, мкг | В6, мкг | РР, мг | Фолиевая кислота, мкг | Ca, мг | P, мг | Mg, мг | Fe, мг | Zn, мг | I, мкг |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2017 | 190 | ПУДИНГ МАННЫЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 200/20 | 10,5 | 12,1 | 60,5 | 391,7 | 4,8 | 60,5 | 3,4 | 0,4 | 0,1 | 0,3 | 0,2 | 0,1 | 0,8 | 12,9 | 135,0 | 163,4 | 27,1 | 1,4 | 0,9 | 10,3 |
| КОНТР ОТР | 7 к.о. 2002г | Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская) | 38 | 3,0 | 0,4 | 19 | 91,6 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0,4 | 11,5 | 7,3 | 26,1 | 4,8 | 0,3 | 0,2 | 0,5 |
| 2017 | 379/2017 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 200 | 3,1 | 2,4 | 11,8 | 80,8 | 0,5 | 13,2 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0 | 0 | 0,3 | 0 | 111,2 | 87,9 | 19,1 | 0,5 | 0,4 | 9 |
| 1997 | 688/1997 | Фрукты ( яблоко) | 100 | 0,9 | 0,2 | 8,1 | 40 | 60 | 8 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0,2 | 5 | 34 | 23 | 13 | 0,3 | 0,2 | 2 |
| **Итого за прием пищи:** | | | | **17,5** | **15,1** | **99,4** | **604,1** | **65,3** | **81,7** | **3,6** | **0,4** | **0,2** | **0,4** | **0,2** | **0,2** | 1,7 | **29,4** | **287,5** | **300,4** | **64,0** | **2,5** | **1,7** | **21,8** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1996 | 120/1996 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 250/10 | 2,2 | 6,3 | 9,0 | 202,4 | 12,4 | 217,9 | 2,2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,2 | 0,7 | 9,5 | 50,9 | 49,0 | 22,9 | 1,1 | 0,5 | 4,8 |
| 2003 | 64/2003 | КОЛБАСКИ ВИТАМИННЫЕ | 100 | 17,3 | 21,7 | 2,8 | 263,9 | 1,0 | 158,1 | 3,8 | 0 | 0,1 | 0,1 | 0,4 | 0,5 | 4,9 | 3,8 | 19,7 | 152,8 | 22,8 | 1,5 | 1,2 | 4,2 |
| 2017 | 305/2017 | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ | 180 | 4,3 | 4,1 | 41,1 | 229,7 | 0 | 0 | 0,3 | 0 | 0,1 | 0 | 0 | 0,1 | 0,8 | 12 | 11,9 | 85,6 | 29,7 | 0,5 | 0,9 | 0,9 |
| 1997 | 603/1997 | СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ | 30 | 0,3 | 0,6 | 2,1 | 13,8 | 0,3 | 43,2 | 0,3 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,7 | 4,4 | 4,8 | 2,8 | 0,1 | 0 | 0,1 |
| КОНТР ОТР | 7 к.о. 2002г | Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская) | 38 | 3,0 | 0,4 | 19 | 91,6 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0,4 | 11,5 | 7,3 | 26,1 | 4,8 | 0,3 | 0,2 | 0,5 |
| | к.о.2023 | Хлеб ржано-пшеничный(Булка Тавдинская) | 38 | 3,1 | 0,3 | 19,5 | 94,3 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0,5 | 11,8 | 7,3 | 26,1 | 5,6 | 2,7 | 0,5 | 0,5 |
| 1996 | 647/1996 | НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД | 200 | 0,2 | 0,1 | 6,4 | 26,8 | 1,5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0 | 17,3 | 3,6 | 1,8 | 0,1 | 0 | 0 |
| **Итого за прием пищи:** | | | | **30,4** | **33,5** | **99,9** | **922,5** | **15,2** | **419,2** | **6,6** | **0** | **0,4** | **0,1** | **0,4** | **0,8** | **7,4** | **49,3** | **118,8** | **348,0** | **90,4** | **6,3** | **3,3** | **11,0** |
| **Всего за день:** | | | | **47,9** | **48,6** | **199,3** | **1526,6** | **80,5** | **500,9** | **10,2** | **0,4** | **0,6** | **0,5** | **0,6** | **1,0** | **9,1** | **78,7** | **406,3** | **648,4** | **154,4** | **8,8** | **5,0** | **32,8** |

## 5 день

| Сборник рецептур | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | | | | | Минеральные вещества | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | С, мг | А, мкг рет. экв. | Е, мг | Д, мкг | В1, мг | В2, мг | В12, мкг | В6, мкг | РР, мг | Фолиевая кислота, мкг | Ca, мг | P, мг | Mg, мг | Fe, мг | Zn, мг | I, м |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1996 | 257/1996 | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ | 200/5 | 5,6 | 8,2 | 38,1 | 267,9 | 0,5 | 13 | 0,2 | 0 | 0 | 0,1 | 0 | 0,1 | 0,7 | 8,4 | 108,0 | 131,2 | 31,7 | 0,5 | 1,0 | |
| КОНТР ОТР. | 7 к.о. 2002г | Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская) | 38 | 3,0 | 0,4 | 19 | 91,6 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0,4 | 11,5 | 7,3 | 26,1 | 4,8 | 0,3 | 0,2 | |
| 2017 | 376/2017 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/5 | 0,1 | 0 | 4,6 | 17,1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| | ПР | Десерт творожный с наполнителем 6% | 120 | 8,4 | 6 | 14,3 | 226 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| **Итого за прием пищи:** | | | | **17,1** | **14,6** | **76,0** | **602,6** | **0,5** | **13** | **0,2** | **0** | **0,1** | **0,1** | **0** | **0,1** | **1,1** | **19,9** | **126,0** | **161,0** | **40,4** | **1,2** | **1,2** | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1996 | 110/1996 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 250/10 | 2,3 | 6,2 | 12,3 | 160,7 | 8,7 | 225,7 | 2,3 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0,6 | 11,1 | 52,5 | 54,4 | 26,7 | 1,3 | 0,6 | |
| 1997 | 475/1997 | КОТЛЕТЫ МОСКОВСКИЕ | 100 | 13,2 | 13,8 | 2,9 | 207,6 | 0,3 | 11,7 | 2,7 | 0 | 0 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 3,2 | 1,3 | 12,7 | 117,1 | 19,0 | 1,2 | 1,7 | |
| 2017 | 203/2017 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 180/5 | 6,3 | 4,0 | 40,0 | 231,6 | 0 | 0 | 1,3 | 0 | 0,1 | 0 | 0 | 0,1 | 0,6 | 12,6 | 12,8 | 49,8 | 9,2 | 1,2 | 0,4 | |
| КОНТР ОТР. | 7 к.о. 2002г | Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская) | 38 | 3,0 | 0,4 | 19 | 91,6 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0,4 | 11,5 | 7,3 | 26,1 | 4,8 | 0,3 | 0,2 | |
| | к.о.2023 | Хлеб ржано-пшеничный(Булка Тавдинская) | 38 | 3,1 | 0,3 | 19,5 | 94,3 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0,5 | 11,8 | 7,3 | 26,1 | 5,6 | 2,7 | 0,5 | |
| 1996 | 588/1996 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 2,2 | 0 | 44,6 | 68 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0,02 | 0,04 | 0 | 0 | 0,9 | 0 | 111 | 77 | 30 | 6 | 0 | |
| **Итого за прием пищи:** | | | | **30,1** | **24,7** | **138,3** | **853,8** | **11,0** | **237,4** | **6,3** | **0** | **0,32** | **0,24** | **0,2** | **0,4** | **6,2** | **48,3** | **203,6** | **350,5** | **95,3** | **12,7** | **3,4** | |
| **Всего за день:** | | | | **47,2** | **39,3** | **214,3** | **1456,4** | **11,5** | **250,4** | **6,5** | **0** | **0,42** | **0,34** | **0,2** | **0,5** | **7,3** | **68,2** | **329,6** | **511,5** | **135,7** | **13,9** | **4,6** | |

# Нормативные документы к рациону питания

1. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. г.Москва 1996г.
2. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. г.Москва 1997г.
3. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания обслуживающих учащихся образовательных учреждений Свердловской области. г. Екатеринбург 2003г.
4. Сборник технико-технологических карт на блюда и кулинарные изделия для предприятий общественного питания в оздоровительных учреждениях в Свердловской области. г.Екатеринбург 2007г.
5. Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. г.Москва 2017г.

Прошито, пронумеровано,
скреплено печатью семь
4 листов
Директор Ермакова.Т.А.
ООО «ТКОП»