



Утверждаю:

Генеральный директор
АО «Комбинат школьного
питания «Центральный»
Тарасова И.Н.



Согласовано:

**Примерное циклическое двадцати четырехдневное меню
для горячих завтраков, для питания детей в возрасте с 12 лет и старше.**

Тюмень, 2023 г.

Первая неделя

Второй день (2)

| Тип блюда | № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Белки | Жиры | Углев | ЭЦ, ккал | Итого | 2 день | овощн.п апочки | котлета | пюре | чай | творог | хлеб | |
|---------------|-----------------------|--|----------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|------------------------|----------------|---------|-------|-------|--------|-------|--|
| | | | | , г | , г | о-ды, г | | | | | | | | | | |
| | | | | всего | всего | г | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | |
| горячее блюдо | ТТК № 007815 | Котлета мясная | 90 | 13,58 | 12,69 | 13,49 | 204,96 | 30,00 | Хлеб пшеничный | | 16,2 | | | | 50,00 | |
| | ТТК № 007816 | или Сочные биточки "по-домашнему" из мяса | 90 | 13,82 | 12,37 | 14,92 | 208,42 | 6,00 | Хлеб ржаной | | | | | | 30,00 | |
| | ТТК № 007822 | или Тефтели мясные | 90 | 10,72 | 10,16 | 10,59 | 177,77 | 0,00 | Мука | | 6,00 | | | | | |
| | ТТК № 007821 | или Шницель из мяса | 90 | 13,61 | 12,81 | 12,77 | 206,14 | 0,00 | Крупы, бобовые | | | | | | | |
| | ТТК № 007822 | или Тефтели мясные с брусничным соусом | 90/20 | 10,90 | 10,28 | 17,74 | 209,55 | 120,00 | Макаронные изделия | | | | 120,0 | | | |
| | ТТК № 007533 | или Запеканка картофельная с мясом | 200 | 16,66 | 19,53 | 35,36 | 357,77 | 109,60 | Картофель | | 100,00 | 9,6 | | | | |
| | ТТК № 006774 | Пюре картофельное | 150 | 3,30 | 4,73 | 22,12 | 144,69 | 0,00 | Овощи, зелень | | | | | | | |
| гарнир | ТТК № 007824 | или Картофель отварной | 150 | 3,05 | 4,24 | 24,52 | 148,60 | 0,00 | Фрукты свежие | | | | | | | |
| | ТТК № 001507 | или Картофель запеченый дольками | 130 | 3,71 | 3,77 | 30,29 | 165,21 | 0,00 | Фрукты сухие | | | | | | | |
| | ТТК № 007829 | или Картофельные шарики | 130 | 3,56 | 3,71 | 29,05 | 163,95 | 0,00 | Сахар | | | | | | | |
| | ТТК № 007836 | или Картофель тушеный | 150 | 3,25 | 4,20 | 24,42 | 149,27 | 0,00 | Кондитерские изделия | | | | | | | |
| | ТТК № 007830 | или Картофельные оладьи (вафли) | 150 | 4,46 | 1,70 | 25,00 | 133,79 | 0,00 | Какао | | | | | | | |
| | ТТК № 006700 | Чай ройбуш | 200 | 0,00 | 0,00 | 3,99 | 16,00 | 0,00 | Кофейный напиток | | | | | | | |
| | ТТК № 005450 | или Чай с апельсином | 200 | 0,06 | 0,01 | 0,41 | 2,16 | 0,00 | Чай | | | | | | | |
| напиток | ТТК № 005647 | или Чай черный | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,01 | 58,00 | Мясо 1 категории | | 58,00 | | | | | |
| | ТТК № 001809 | или Чай зеленый | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,01 | 0,00 | Цыплята 1 категории | | | | | | | |
| | ТТК № 007827 | или Чай гречишный | 200 | 0,17 | 0,01 | 0,54 | 3,04 | 0,00 | Печень говяжья | | | | | | | |
| | ТТК № 007828 | или Чай с лимоном | 200 | 0,05 | 0,01 | 5,14 | 21,66 | 30,00 | Рыба -филе | | | | | | | |
| | ТТК № 000336 | Хлеб пшеничный | 50 | 0,45 | 1,60 | 24,50 | 132,50 | 0,00 | Молоко | | | 30,00 | | | | |
| | ТТК № 001561 | Хлеб ржаной | 30 | 0,27 | 0,99 | 14,40 | 77,70 | 0,00 | Кисломолочные продукты | | | | | | | |
| | ТТК № 0006640 | Овощные палочки | 100 | 1,20 | 0,12 | 8,92 | 41,78 | 45,00 | Творог | | | | | | 45,00 | |
| дс хлеб | ТТК № 004012 | или Овощи свежие порционно | 100 | 1,10 | 0,20 | 3,80 | 24,00 | 0,00 | Сметана | | | | | | | |
| | | или Овощи вакуумной сушки/сушеные | 15 | 0,06 | 0,33 | 1,08 | 7,65 | 10,00 | Сыр | | | | | | | |
| | | или Сок овощной | 125 | 0,00 | 0,00 | 5,00 | 23,00 | 2,00 | Масло сливочное | | 5,00 | 5,0 | | | | |
| | | или Нектар овощной | 200 | 0,00 | 0,00 | 3,50 | 14,00 | 2,00 | Масло растительное | | 2,00 | | | | | |
| | | Творог в индивидуальной упаковке (творожок в индивидуальной упаковке, творожный десерт в индивидуальной упаковке, мягкий творог в индивидуальной упаковке) | 45 | 2,70 | 1,57 | 5,26 | 45,90 | 2,00 | Яйца | | 2,00 | | | | | |
| | Итого за прием | | | 665 | 21,50 | 21,70 | 92,68 | 663,53 | | | | | | | | |
| | | | | | | | норма | 680,00 | | | | | | | | |
| | | | | факт | норма | | | | | | | | | | | |
| | | | | белки | 21,50 | 22,50 | | | | | | | | | | |
| | | | | жиры | 21,70 | 23,00 | | | | | | | | | | |
| | | | углеводы | 92,68 | 95,75 | | | | | | | | | | | |

Первая неделя

Третий день (3)

| Тип блюда | № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Белки | Жиры | Углев | ЭЦ, ккал | Итого | 3 день | овощи | котлета | гречка | напиток | кисломо лочный нап. | хлеб | |
|-------------------------|--------------|---|----------|-------|-------|------------|----------|--------|------------------------|--------|---------|--------|---------|---------------------------|-------|-------|
| | | | | , г | , г | о-ды, г | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | всего | всего | | | | | | | | | | | |
| горячее блюдо | ТТК № 007617 | Котлета из мяса птицы с маслом сливочным | 90/5 | 11,41 | 7,54 | 12,05 | 145,91 | 66,20 | Хлеб пшеничный | | 16,20 | | | | | 50,00 |
| | ТТК № 006696 | или Нагетсы из мяса птицы | 90 | 15,44 | 6,01 | 3,68 | 114,54 | 30,00 | Хлеб ржаной | | | | | | 30,00 | |
| | ТТК № 007312 | или Чахохбили "по-школьному" | 90 | 11,02 | 7,78 | 3,38 | 127,93 | 0,00 | Мука | | | | | | | |
| | ТТК № 006728 | или Фрикасе из мяса птицы | 90 | 15,67 | 12,39 | 2,81 | 185,97 | 33,00 | Крупы, бобовые | | | 33,00 | | | | |
| гарнир | ТТК № 005868 | Гречка отварная с овощами | 180 | 5,09 | 5,02 | 23,47 | 159,66 | 0,00 | Макаронные изделия | | | | | | | |
| | ТТК № 007832 | или Перловка отварная с овощами | 180 | 5,19 | 4,94 | 35,80 | 209,34 | 0,00 | Картофель | | | | | | | |
| | ТТК № 007833 | или Гречка отварная | 180 | 5,47 | 4,98 | 38,34 | 212,40 | 151,00 | Овощи, зелень | 100,00 | 20,00 | 31,00 | | | | |
| | ТТК № 007835 | или Полба припущенная | 180 | 9,90 | 2,62 | 40,05 | 228,60 | 25,00 | Фрукты свежие | | | | 25,00 | | | |
| | ТТК № 007834 | или Каша вязкая гречневая с сыром (Гречетто) | 180 | 8,17 | 11,53 | 29,07 | 255,43 | 0,00 | Фрукты сухие | | | | | 8,00 | 7,00 | |
| | ТТК № 006763 | или Каша вязкая перловая с сыром (Перлотто) | 180 | 8,17 | 6,12 | 24,73 | 192,43 | 15,00 | Сахар | | | | | | | |
| напиток | ТТК № 006676 | Напиток теплый из брусники | 200 | 0,08 | 0,03 | 10,30 | 43,42 | 0,00 | Кондитерские изделия | | | | | | | |
| | ТТК № 003935 | или Напиток теплый из вишни | 200 | 0,20 | 0,06 | 10,64 | 44,92 | 0,00 | Какао | | | | | | | |
| | ТТК № 006187 | или Напиток яблочно-вишневый | 200 | 0,06 | 0,01 | 10,19 | 42,39 | 0,00 | Кофейный напиток | | | | | | | |
| | ТТК № 001853 | или Напиток фруктовый (яблочный) | 200 | 0,10 | 0,10 | 8,44 | 35,69 | 0,00 | Чай | | | | | | | |
| | ТТК № 005559 | или Напиток теплый смородиновый | 200 | 0,25 | 0,10 | 9,81 | 43,00 | 65,55 | Мясо 1 категории | | | | | | | |
| | ТТК № 006012 | или Напиток бруснично-смородиновый | 200 | 0,21 | 0,11 | 9,92 | 43,25 | 0,00 | Цыплята 1 категории | | 65,55 | | | | | |
| | ТТК № 003094 | или Напиток бруснично-вишневый | 200 | 0,11 | 0,16 | 10,66 | 44,25 | 0,00 | Печень говяжья | | | | | | | |
| хлеб | ТТК № 000336 | Хлеб пшеничный | 50 | 0,45 | 1,60 | 24,50 | 132,50 | 100,00 | Рыба -филе | | | | | | | |
| | ТТК № 001561 | Хлеб ржаной | 30 | 0,27 | 0,99 | 14,40 | 77,70 | 0,00 | Молоко | | | | | | | |
| дополнительное блюдо | ТТК № 004012 | Овощи свежие порционно | 100 | 1,10 | 0,20 | 3,80 | 24,00 | 0,00 | Кисломолочные продукты | | | | | 100,00 | | |
| | ТТК № 006640 | Овощные палочки | 100 | 1,20 | 0,12 | 8,92 | 41,78 | 0,00 | Творог | | | | | | | |
| | | или Овощи вакуумной сушки/сушеные | 15 | 0,06 | 0,33 | 1,08 | 7,65 | 0,00 | Сметана | | | | | | | |
| | | или Сок овощной | 125 | 0,00 | 0,00 | 5,00 | 23,00 | 10,00 | Сыр | | | | | | | |
| | | или Нектар овощной | 200 | 0,00 | 0,00 | 3,50 | 14,00 | 3,50 | Масло сливочное | | 5,00 | 5,00 | | | | |
| | | Кисломолочная продукция (йогурт обогатенный, питьевой йогурт, снежок, ряженка, кефир) | 100 | 1,94 | 2,50 | 10,17 | 72,09 | 2,00 | Масло растительное | | 2,00 | 1,50 | | | | |
| | | Итого за прием | 750 | 20,34 | 17,88 | 98,69 | 655,28 | 2,00 | Яйца | | 2,00 | | | | | |

норма 680,00

| | | |
|----------|-------|-------|
| | факт | норма |
| белки | 20,34 | 22,50 |
| жиры | 17,88 | 23,00 |
| углеводы | 98,69 | 95,75 |

Четвертый день (4)

| Тип блюда | № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углево-ды, г | ЭЦ, ккал | Итого | 4 день | сыр | котлета | чай | хлеб+конди-т | фрукт | картофель |
|---------------|------------------------------|--|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|------------------------|-----|---------|-------|--------------|--------|-----------|
| | | | | всего | всего | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | |
| горячее блюдо | ТТК № 007597 | Котлета рыбная или Тефтели рыбные или Рыбные палочки/наггетсы или Запеканка картофельная с рыбой | 90 | 17,54 | 10,68 | 13,21 | 203,24 | 66,20 | Хлеб пшеничный | | 16,2 | | 50,00 | | |
| | ТТК № 007844 | | | | | | | 30,00 | Хлеб ржаной | | | 30,00 | | | |
| | ТТК № 007851 | | | | | | | 6,00 | Мука | | 6,00 | | | | |
| | ТТК № 007088 | | | | | | | 0,00 | Крупы, бобовые | | | | | | |
| | ТТК № 007299 | | | | | | | 0,00 | Макаронные изделия | | | | | | |
| | ТТК № 007879 ТТК № 007299 | | | | | | | 150,00 | Картофель | | | | | 150,00 | |
| гарнир | ТТК № 007825 | Картофель отварной или Картофель запеченый дольками или Пюре картофельное или Картофельные шарики или Картофель тушеный или Картофельные оладьи (вафли) | 150 | 3,05 | 4,24 | 24,52 | 148,60 | 11,00 | Овощи, зелень | | 11,00 | | | | |
| | ТТК № 001507 | | | | | | | 100,00 | Фрукты свежие | | | 10,00 | | 90,00 | |
| | ТТК № 007824 | | | | | | | 0,00 | Фрукты сухие | | | | | | |
| | ТТК № 007829 | | | | | | | 6,00 | Сахар | | | 6,00 | | | |
| | ТТК № 007836 | | | | | | | 10,00 | Кондитерские изделия | | | | 10,00 | | |
| | ТТК № 007830 | | | | | | | 0,00 | Какао | | | | | | |
| хлеб | ТТК № 000336 | Хлеб пшеничный Хлеб ржаной | 50 | 0,45 | 1,60 | 24,50 | 132,50 | 0,00 | Кофейный напиток | | | | | | |
| | ТТК № 001561 | | | | | | | 0,80 | Чай | | | 0,80 | | | |
| напиток | ТТК № 006473 | Чай яблочно-брусничный или Чай с ягодно-яблочной смесью или Чай яблочно-смородиновый или Чай яблочно-вишневый | 200 | 0,08 | 0,07 | 7,38 | 30,95 | 0,00 | Мясо 1 категории | | | | | | |
| | ТТК № 006280 | | | | | | | 0,00 | Цыплята 1 категории | | | | | | |
| | ТТК № 007863 | | | | | | | 0,00 | Печень говяжья | | | | | | |
| | ТТК № 006475 | | | | | | | 68,50 | Рыба -филе | | | 68,5 | | | |
| доп | | Фрукт (яблочные дольки или яблоко, или банан, или апельсин, или сезонный фрукт/сухофрукт/фрукт вакуумной сушки) | 90 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 12,60 | Молоко | | 12,6 | | | | |
| | ТТК № 007953 | Мед натуральный в индивидуальной упаковке или сок фруктовый | 10 | 0,00 | 0,00 | 0,80 | 33,00 | 0,00 | Кисломолочные продукты | | | | | | |
| | | | 125 | 0,00 | 0,00 | 14,37 | 57,50 | 0,00 | Творог | | | | | | |
| | | Итого за прием | 620,00 | 21,79 | 17,98 | 93,81 | 639,99 | 0,00 | Сметана | | | | | | |
| | | | | | | норма | 680,00 | 0,00 | Сыр | | | | | | |
| | | факт | норма | | | | | | | | | | | | |
| | | белки | 21,79 | 22,50 | | | | | | | | | | | |
| | | жиры | 17,98 | 23,00 | | | | | | | | | | | |
| | | углеводы | 93,81 | 95,75 | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | 10,00 | Масло сливочное | | 5,00 | | | | 5,00 |
| | | | | | | | | 2,00 | Масло растительное | | 2,00 | | | | |
| | | | | | | | | 2,00 | Яйца | | 2,00 | | | | |

I первая неделя

Пятый день (5)

| тип блюда | № рецептуры | Наименование блюда | Выход , г | Белки, | Жиры, | Углев | ЭЦ, ккал | Итого | 5 день | овощи припущ | бефстрог анов | кисель | хлеб |
|-----------------------|------------------------------|-----------------------------------|--------------|-------------|-------------|-------------|--------------|---------------|---------------------------|-----------------|------------------|--------|-------|
| | | | | г всего | г всего | о-ды, г | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| горячее блюдо | ТТК № 005533 | Бефстроганов из мяса | 100 | 12,91 | 18,37 | 4,11 | 236,80 | 50,00 | Хлеб пшеничный | | | | 50,00 |
| | ТТК № 006269 | Бефстроганов из мяса | 100 | 12,91 | 18,37 | 4,11 | 236,80 | 30,00 | Хлеб ржаной | | | | 30,00 |
| | ТТК № 007812 | или Поджарка из мяса | 100 | 14,90 | 14,79 | 2,75 | 203,60 | 5,00 | Мука | 3,00 | 2,00 | | |
| | ТТК № 007280 | или Поджарка из мяса | 100 | 14,90 | 14,79 | 2,75 | 203,60 | 0,00 | Крупы, бобовые | | | | |
| | ТТК № 002453 | или Гуляш из мяса | 100 | 14,55 | 13,96 | 3,50 | 198,92 | 0,00 | Макаронные изделия | | | | |
| | ТТК № 005861 | или Гуляш из мяса | 100 | 14,55 | 13,96 | 3,50 | 198,92 | 0,00 | Макаронные изделия | | | | |
| | ТТК № 006947 | или Азу из мяса "По-новому" | 100 | 15,28 | 15,67 | 3,01 | 214,07 | 82,00 | Картофель | 82,00 | | | |
| | ТТК № 0006267 | или Азу из мяса "По-новому" | 100 | 15,28 | 15,67 | 3,01 | 214,07 | 82,00 | Картофель | 82,00 | | | |
| | ТТК № 007290 | или Печень по-Строгановски | 100 | 17,68 | 6,39 | 8,55 | 163,81 | 104,00 | Овощи, зелень | 80,00 | 24,00 | | |
| ТТК № 005934 | или Печень тушеная с овощами | 100 | 17,26 | 6,49 | 7,31 | 157,59 | 0,00 | Фрукты свежие | | | | | |
| ТТК № 007677 | или Мясо тушеное с овощами | 100 | 15,34 | 15,67 | 3,36 | 215,45 | 20,00 | Фрукты сухие | | | | 20,00 | |
| гарнир | ТТК № 007846 | Овощи припущенные | 150 | 3,24 | 3,46 | 22,61 | 135,26 | 8,00 | Сахар | | | | 8,00 |
| | ТТК № 007848 | или Овощи тушеные | 150 | 2,67 | 5,18 | 8,22 | 92,05 | 0,00 | Кондитерские изделия | | | | |
| | ТТК № 007847 | или Овощи свежие | 150 | 0,96 | 0,10 | 7,14 | 33,43 | 0,00 | Какао | | | | |
| напиток | ТТК № 000377 | Кисель витаминизированный Витошка | 200 | 0,00 | 0,00 | 23,50 | 95,00 | 0,00 | Кофейный напиток | | | | |
| | ТТК № 005725 | или Кисель из брусники | 200 | 0,15 | 0,10 | 16,66 | 69,29 | 0,00 | Чай | | | | |
| | ТТК № 005255 | или Кисель из вишни | 200 | 0,05 | 0,16 | 17,14 | 70,49 | 95,00 | Мясо 1 категории | | 95,00 | | |
| | ТТК № 003089 | или Кисель из апельсина | 200 | 0,46 | 0,10 | 19,07 | 81,59 | 0,00 | Цыплята 1 категории | | | | |
| | ТТК № 006715 | или Кисель из вишни/цитрус | 200 | 0,23 | 0,05 | 28,72 | 117,35 | 0,00 | Печень говяжья | | | | |
| | ТТК № 006731 | или Кисель клубника/цитрус | 200 | 0,20 | 0,07 | 27,45 | 113,76 | 0,00 | Рыба -филе | | | | |
| | ТТК № 001853 | или Напиток фруктовый | 200 | 0,10 | 0,10 | 8,44 | 35,69 | 0,00 | Молоко | | | | |
| | ТТК № 005559 | или Напиток теплый смородиновый | 200 | 0,25 | 0,10 | 9,81 | 43,00 | 0,00 | Кисломолочные продукты | | | | |
| | ТТК № 006676 | или Напиток теплый из брусники | 200 | 0,18 | 0,13 | 10,03 | 43,42 | 0,00 | Творог | | | | |
| | ТТК № 003935 | или Напиток теплый из вишни | 200 | 0,20 | 0,06 | 10,64 | 44,92 | 12,00 | Сметана | | | 12,00 | |
| хлеб | ТТК № 000336 | Хлеб пшеничный | 50 | 0,45 | 1,60 | 24,50 | 132,50 | 0,00 | Сыр | | | | |
| | ТТК № 001561 | Хлеб ржаной | 30 | 0,27 | 0,99 | 14,40 | 77,70 | 0,00 | Масло сливочное | | | | |
| Итого за прием | | | 530 | 16,9 | 24,4 | 89,1 | 677,3 | 9,00 | Масло растительное | 5,00 | 4,00 | | |
| | | | | | | норма | 680,00 | 0,00 | Яйца | | | | |

белки

факт норма

жиры

16,87 22,50

углеводы

24,42 23,00

89,12 95,75

Первая неделя

Шестой день (6)

| Тип блюда | № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Белки, | Жиры, | Углево- ды, г | ЭЦ, ккал | Итого | 6 день | скрембл | кисломо л | коф.нап иток | хлеб/хле бцы | овощи |
|------------------|---------------------------------|---|----------|--------|-------|------------------|----------|------------------------|----------------------|---------|--------------|-----------------|-----------------|-------|
| | | | | г | г | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| горячее блюдо | ТТК № 006759 | Скрембл с томатом свежим | 150 | 13,96 | 18,58 | 3,67 | 213,32 | 50,00 | Хлеб пшеничный | | | | 50,00 | |
| | ТТК № 007849 | или Омлет запеченный с сыром | 150 | 17,91 | 21,02 | 2,68 | 272,57 | 30,00 | Хлеб ржаной | | | | 30,00 | |
| | ТТК № 007811 | или Омлет запеченный с сыром и помидорами | 150 | 14,54 | 17,61 | 3,07 | 229,21 | 0,00 | Мука | | | | | |
| | ТТК № 6068 | или Омлет запеченный натуральный | 150 | 15,77 | 18,54 | 2,94 | 241,91 | 0,00 | Крупы, бобовые | | | | | |
| напиток | ТТК № 005250 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,09 | 2,52 | 11,68 | 82,45 | 90,00 | Картофель | | | | | |
| | ТТК № 007305 | или Цикорий с молоком | 200 | 3,06 | 2,50 | 12,79 | 86,74 | 10,00 | Овощи, зелень | 10,00 | | | | 80,00 |
| | ТТК № 007304 | или Кофейный напиток с цикорием | 200 | 3,17 | 2,50 | 11,99 | 89,28 | 0,00 | Фрукты свежие | | | | | |
| хлеб | ТТК № 000336 | Хлеб пшеничный | 50 | 0,45 | 1,60 | 24,50 | 132,50 | 0,00 | Фрукты сухие | | | | | |
| | ТТК № 001561 | Хлеб ржаной | 30 | 0,27 | 0,99 | 14,40 | 77,70 | 6,00 | Сахар | | | 6,00 | | |
| доп. блюдо | ТТК №006640 | Овощные палочки | 100 | 1,20 | 0,12 | 8,92 | 41,78 | 0,00 | Кондитерские изделия | | | | | |
| | ТТК № 004012 | Овощи свежие порционно | 100 | 1,10 | 0,20 | 3,80 | 24,00 | 0,00 | Какао | | | | | |
| | | или Овощи вакуумной сушки/сушеные | 15 | 0,06 | 0,33 | 1,08 | 7,65 | 3,00 | Кофейный напиток | | | 3,00 | | |
| | или Сок овощной | 125 | 0,00 | 0,00 | 5,00 | 23,00 | 0,00 | Чай | | | | | | |
| | или Нектар овощной | 200 | 0,00 | 0,00 | 3,50 | 14,00 | 0,00 | Мясо 1 категории | | | | | | |
| | Кисломолочная продукция (кефир) | 200 | 3,88 | 4,50 | 20,34 | 144,18 | 0,00 | Цыплята 1 категории | | | | | | |
| | | Итого за прием | 730 | 22,85 | 28,31 | 83,51 | 691,93 | 0,00 | Печень говяжья | | | | | |
| | | | | | | | | 0,00 | Рыба -филе | | | | | |
| | | | | | | | 155,00 | Молоко | 45,00 | | 110,00 | | | |
| | | | факт | норма | | | 200,00 | Кисломолочные продукты | | 200,00 | | | | |
| | белки | | 22,85 | 22,50 | | | 0,00 | Творог | | | | | | |
| | жиры | | 28,31 | 23,00 | | | 0,00 | Сметана | | | | | | |
| | углеводы | | 83,51 | 95,75 | | | 0,00 | Сыр | | | | | | |
| | | | | | | | 5,00 | Масло сливочное | 5,00 | | | | | |
| | | | | | | | 0,00 | Масло растительное | | | | | | |
| | | | | | | | 104,50 | Яйцо | 104,50 | | | | | |

Вторая неделя

Первый день (1 д)

| Тип блюда | № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Белки | Жиры, | Углев | ЭЦ, | Итого | 7 день | чахохбили | макароны | хлеб+масло | молоко |
|---------------|--------------|---|----------|-------|-------|---------|--------|--------|------------------------|-----------|----------|------------|--------|
| | | | | , г | г | о-ды, г | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | всего | всего | | | | | | | | |
| горячее блюдо | ТТК № 007312 | Чахохбили "по-школьному" | 100 | 14,04 | 7,96 | 2,44 | 141,88 | 0,00 | Мука | | | 25,00 | |
| | ТТК № 007854 | или Мясо птицы в томатном соусе с сыром с макаронным гарниром | 200 | 24,48 | 9,12 | 41,22 | 342,80 | 0,00 | Крупы, бобовые | | | 20,00 | |
| | ТТК № 007853 | или Мясо птицы в сливочном соусе с макаронным гарниром (в стиле Альфредо) | 200 | 18,20 | 12,40 | 47,40 | 296,00 | 45,50 | Макаронные изделия | | 45,50 | | |
| | ТТК № 006748 | или Мясо птицы в соусе Мак-н-чиз с макаронным гарниром | 180 | 12,60 | 15,60 | 28,20 | 292,00 | 0,00 | Картофель | | | | |
| | ТТК № 003814 | или Пельмени из мяса птицы | 180/5 | 21,03 | 16,75 | 26,87 | 352,80 | 47,00 | Овощи, зелень | 47,00 | | | |
| | ТТК № 006728 | или Фрикасе из мяса птицы | 100 | 18,69 | 12,57 | 2,87 | 199,92 | 0,00 | Фрукты свежие | | | | |
| | ТТК № 007311 | или Филе из мяса птицы запеченное с сыром | 100 | 22,42 | 12,35 | 1,52 | 207,80 | 16,00 | Фрукты сухие | | | | |
| | ТТК № 006696 | или Нагетсы из мяса птицы | 90 | 15,44 | 6,01 | 3,68 | 114,54 | 8,00 | Сахар | | | | 2,00 |
| | ТТК № 001927 | или Бедро запеченное | 90 | 14,66 | 15,70 | 0,01 | 225,95 | 0,00 | Кондитерские изделия | | | | |
| гарнир | ТТК № 005329 | Макароны с сыром | 150 | 8,12 | 4,81 | 32,05 | 205,67 | 0,00 | Какао | | | | |
| | ТТК № 007620 | или Макароны в томатном соусе | 150 | 6,13 | 2,67 | 40,78 | 213,72 | 0,00 | Кофейный напиток | | | | |
| | ТТК № 007856 | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,29 | 5,50 | 34,84 | 211,26 | 0,00 | Чай | | | | |
| | ТТК № 007857 | или Орзо отварные | 150 | 5,73 | 5,23 | 35,35 | 202,35 | 0,00 | Мясо 1 категории | | | | |
| напиток | ТТК № 005257 | Напиток из сухофруктов | 200 | 0,33 | 0,05 | 16,14 | 69,04 | 83,00 | Цыплята 1 категории | 83,00 | | | |
| | ТТК № 006283 | или Напиток теплый из кураги | 200 | 0,83 | 0,05 | 16,14 | 69,04 | 0,00 | Печень говяжья | | | | |
| | ТТК № 001957 | или Напиток теплый из изюма | 200 | 0,19 | 0,19 | 12,91 | 54,96 | 0,00 | Рыба -филе | | | | |
| | ТТК № 005870 | или Напиток теплый из шиповника | 200 | 0,54 | 0,22 | 15,71 | 77,36 | 100,00 | Молоко | | | | 100,00 |
| хлеб | ТТК № 000336 | Хлеб пшеничный | 25 | 0,22 | 0,80 | 12,25 | 66,25 | 0,00 | Кисломолочные продукты | | | | |
| | ТТК № 001561 | Хлеб ржаной | 20 | 0,18 | 0,66 | 9,60 | 51,80 | 0,00 | Творог | | | | |
| доп блюдо | ТТК № 000707 | Масло сливочное порционное (в инд.упаковке) | 10 | 0,1 | 7,25 | 0,14 | 66,2 | 0,00 | Сметана | | | | |
| | ТТК № 000131 | или Масло сливочное | 10 | 0,1 | 7,25 | 0,14 | 66,2 | 15,00 | Сыр | | 15,00 | | |
| | ТТК № 006490 | Молоко витаминизированное | 100 | 2,90 | 2,50 | 11,70 | 80,90 | 15,00 | Масло сливочное | | 5,00 | 10,00 | |
| | ТТК № 006490 | или Молоко йодированное | 100 | 2,90 | 2,50 | 11,70 | 80,90 | 3,00 | Масло растительное | 3,00 | | | |
| | | Итого за прием | | 605 | 25,9 | 24,0 | 84,3 | 681,7 | 0,00 | Яйца | | | |

норма 680,00

факт норма

| | | |
|----------|-------|-------|
| белки | 25,89 | 22,50 |
| жиры | 24,03 | 23,00 |
| углеводы | 84,32 | 95,75 |

Вторая неделя

Второй день (2)

| | № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Белки, | Жиры, | Углево- | ЭЦ, ккал | Итого | 10 день | овощи | биточки | карт.ша- рики | чай | хлеб | |
|----------------------|--------------|--|----------|----------|--------|---------|----------|--------|------------------------|-------|---------|------------------|-------|-------|-------|
| | | | | г | г | | | | | | | | | | ды, г |
| | | | | всего | всего | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | |
| горячее блюдо | ТТК № 007816 | Сочные биточки "по-домашнему" из мяса | 90 | 13,82 | 12,37 | 14,92 | 208,42 | 60,00 | Хлеб пшеничный | | 10,00 | | | 50,00 | |
| | ТТК № 007822 | или Тефтели мясные | 90 | 10,72 | 10,16 | 10,59 | 177,77 | 30,00 | Хлеб ржаной | | | | | 30,00 | |
| | ТТК № 007815 | или Котлета мясная | 90 | 13,58 | 12,69 | 13,49 | 204,96 | 6,00 | Мука | | 6,00 | | | | |
| | ТТК № 007821 | или Шницель из мяса натуральный | 90 | 13,61 | 12,81 | 12,77 | 206,14 | 0,00 | Крупы, бобовые | | | | | | |
| | ТТК № 007822 | или Тефтели мясные с брусничным соусом | 90/20 | 10,90 | 10,28 | 17,74 | 209,55 | 0,00 | Макаронные изделия | | | | | | |
| | ТТК № 007123 | или Тефтели мясные с брусничным соусом | 90/20 | 10,90 | 10,28 | 17,74 | 209,55 | 205,50 | Картофель | | | | 205,5 | | |
| | ТТК № 006774 | или Залеканка картофельная с мясом | 200 | 16,66 | 19,53 | 35,36 | 370,20 | 94,20 | Овощи, зелень | 80,00 | 14,20 | | | | |
| гарнир | ТТК № 007829 | Картофельные шарики | 150 | 4,10 | 4,28 | 33,51 | 189,17 | 7,00 | Фрукты свежие | | | | 7,00 | | |
| | ТТК № 007825 | или Картофель отварной | 150 | 3,05 | 4,24 | 24,52 | 148,60 | 0,00 | Фрукты сухие | | | | | | |
| | ТТК № 001507 | или Картофель запеченый дольками | 150 | 4,28 | 4,35 | 34,95 | 190,62 | 6,00 | Сахар | | | | 6,00 | | |
| | ТТК № 007824 | или Пюре картофельное | 150 | 3,30 | 4,73 | 22,12 | 144,69 | 0,00 | Кондитерские изделия | | | | | | |
| | ТТК № 007836 | или Картофель тушеный | 150 | 3,25 | 4,20 | 24,42 | 149,27 | 0,00 | Какао | | | | | | |
| | ТТК № 007830 | или Картофельные оладьи (вафли) | 150 | 4,46 | 1,70 | 25,00 | 133,79 | 0,00 | Кофейный напиток | | | | | | |
| | ТТК № 007827 | или Чай гречишный | 200 | 0,17 | 0,01 | 0,54 | 3,04 | 1,00 | Чай | | | | 1,00 | | |
| напиток | ТТК № 007828 | Чай с лимоном | 200 | 0,05 | 0,01 | 5,14 | 21,66 | 56,00 | Мясо 1 категории | | 56,00 | | | | |
| | ТТК № 005450 | или Чай с апельсином | 200 | 0,06 | 0,01 | 0,41 | 2,16 | 0,00 | Цыплята 1 категории | | | | | | |
| | ТТК № 006700 | или Чай роибуш | 200 | 0,00 | 0,00 | 3,99 | 16,00 | 0,00 | Печень говяжья | | | | | | |
| | ТТК № 005647 | или Чай черный | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,01 | 0,00 | Рыба -филе | | | | | | |
| | ТТК № 001809 | или Чай зеленый | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,01 | 0,00 | Молоко | | | | | | |
| | ТТК № 007827 | или Чай гречишный | 200 | 0,17 | 0,01 | 0,54 | 3,04 | 0,00 | Кисломолочные продукты | | | | | | |
| | ТТК № 000336 | Хлеб пшеничный | 50 | 0,45 | 1,60 | 24,50 | 132,50 | 0,00 | Творог | | | | | | |
| дополнительное блюдо | ТТК № 001561 | Хлеб ржаной | 30 | 0,27 | 0,99 | 14,40 | 77,70 | 0,00 | Сметана | | | | | | |
| | ТТК № 006640 | Овощные палочки | 100 | 1,20 | 0,12 | 8,92 | 41,78 | 0,00 | Сыр | | | | | | |
| | ТТК № 004012 | или Овощи свежие порционно | 100 | 1,10 | 0,20 | 3,80 | 24,00 | 0,00 | Масло сливочное | | | | | | |
| | ТТК № 004012 | или Овощи вакуумной сушки/сушеные | 15 | 0,06 | 0,33 | 1,08 | 7,65 | 6,00 | Масло растительное | | 2,00 | 4 | | | |
| | ТТК № 004012 | или Сок овощной | 125 | 0,00 | 0,00 | 5,00 | 23,00 | 3,00 | Яйца | | 3,00 | | | | |
| | ТТК № 004012 | или Нектар овощной | 200 | 0,00 | 0,00 | 3,50 | 14,00 | | | | | | | | |
| | ТТК № 004012 | Итого за прием | 620 | 19,89 | 19,37 | 101,39 | 671,23 | | | | | | | | |
| | | | | | | норма | 680,00 | | | | | | | | |
| | | | | факт | норма | | | | | | | | | | |
| | | | | белки | 19,89 | 22,50 | | | | | | | | | |
| | | | | жиры | 19,37 | 23,00 | | | | | | | | | |
| | | | | углеводы | 101,39 | 95,75 | | | | | | | | | |

Вторая неделя

Третий день (3)

| Тип блюда | № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Белки, | Жиры, | Углево- ды, г | ЭЦ, ккал | Итого | 9 день | масло слив.- сыр | запеканка | чай | хлеб+ф рукт |
|-----------------------|--------------|---|--------------|-------------|-------------|------------------|---------------|-------------------------------|----------------------|------------------------|--------------|-------|----------------|
| | | | | г | г | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| горячее блюдо | ТТК № 007859 | Запеканка из творога | 200 | 28,16 | 20,51 | 26,72 | 376,27 | 26,00 | Хлеб пшеничный | | 6,00 | | 20,00 |
| | ТТК № 007861 | или Сырники из творога | 200 | 38,44 | 5,84 | 42,98 | 373,60 | 30,00 | Хлеб ржаной | | | | 30,00 |
| | ТТК № 007862 | или Запеканка творожная с сухофруктами и штрейзелем | 200 | 26,18 | 22,70 | 56,40 | 516,50 | 0,00 | Мука | | | | |
| | ТТК № 001832 | Сгущенное молоко | 20 | 1,36 | 1,70 | 11,20 | 66,00 | 24,00 | Крупы, бобовые | | 24,00 | | |
| | ТТК № 007123 | или с Соусом ягодным | 20 | 0,02 | 0,08 | 4,73 | 19,87 | 0,00 | Макаронные изделия | | | | |
| | ТТК № 007866 | или с Повидлом | 20 | 0,08 | 0,00 | 13,00 | 50,00 | 0,00 | Картофель | | | | |
| | ТТК № 006642 | или с Джемом | 20 | 0,10 | 0,00 | 12,00 | 48,00 | 0,00 | Овощи, зелень | | | | |
| напитки | ТТК № 007863 | Чай яблочно-смородиновый | 200 | 0,08 | 0,06 | 7,24 | 28,65 | 210,00 | Фрукты свежие | | | 10,00 | 200,00 |
| | ТТК № 006280 | или Чай с ягодно-яблочной смесью | 200 | 0,11 | 0,03 | 6,31 | 29,15 | 0,00 | Фрукты сухие | | | | |
| | ТТК № 006473 | или Чай яблочно-брусничный | 200 | 0,08 | 0,07 | 7,38 | 30,95 | 11,00 | Сахар | | 5,00 | 6,00 | |
| | ТТК № 006475 | или Чай яблочно-вишневый | 200 | 0,08 | 0,05 | 7,50 | 31,25 | 0,00 | Кондитерские изделия | | | | |
| хлеб | ТТК № 000336 | Хлеб пшеничный | 20 | 0,18 | 0,64 | 9,80 | 53,00 | 0,00 | Какао | | | | |
| | ТТК № 001561 | Хлеб ржаной | 30 | 0,27 | 0,99 | 14,40 | 77,70 | 0,00 | Кофейный напиток | | | | |
| Доп | ТТК № 000707 | Масло сливочное порционное (в инд.упаковке) | 10 | 0,1 | 7,25 | 0,14 | 66,2 | 0,80 | Чай | | | 0,80 | |
| | ТТК № 000131 | или Масло сливочное | 10 | 0,1 | 7,25 | 0,14 | 66,2 | 0,00 | Мясо 1 категории | | | | |
| | | Фрукт (яблочные дольки или яблоко, или банан, или апельсин, или сезонный фрукт/сухофрукт/фрукт вакуумной сушки) | 200 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 0,00 | Цыплята 1 категории | | | | |
| Итого за прием | | | 680,0 | 30,6 | 31,6 | 79,3 | 714,8 | 27,00 | Молоко | | 27,00 | | |
| | | | | | | норма 680,00 | 53,00 | Кисломолочные продукты | | 53,00 | | | |
| | | | факт | норма | | | 132,20 | Творог | | 132,20 | | | |
| белки | | | 30,55 | 22,50 | | | 6,00 | Сметана | | 6,00 | | | |
| жиры | | | 31,55 | 23,00 | | | 0,00 | Сыр | | | | | |
| углеводы | | | 79,30 | 95,75 | | | 10,00 | Масло сливочное | 10,00 | | | | |
| | | | | | | | 2,00 | Масло растительное | | 2,00 | | | |

Вторая неделя

Четвертый день (4)

| Тип блюда | № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Белки | Жиры, | Углево- | ЭЦ, ккал | Итого | 10 день | рыба запеч | пюре | напиток | хлеб | блин |
|----------------------|--------------|---|----------|-------|-------|---------|----------|--------|------------------------|------------|-------|---------|-------|--------|
| | | | | , г | , г | ды, г | | | | | | | | |
| | | | | всего | всего | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| горячее блюдо | ТТК № 007843 | Рыба запеченная | 120 | 22,34 | 6,84 | 4,75 | 171,09 | 20,00 | Хлеб пшеничный | | | | 20,00 | |
| | ТТК № 007864 | или Рыба, запеченная с сыром | 120 | 25,09 | 6,01 | 4,65 | 174,20 | 20,00 | Хлеб ржаной | | | | 20,00 | |
| | ТТК № 007840 | или Запеканка картофельная с рыбой | 250 | 16,95 | 12,05 | 44,2 | 336,5 | 46,00 | Мука | 6,00 | | | | 40,00 |
| | ТТК № 007865 | | | | | | | 0,00 | Крупы, бобовые | | | | | |
| гарнир | ТТК № 007824 | Пюре картофельное | 150 | 3,30 | 4,73 | 22,12 | 144,69 | 120,00 | Картофель | | 120,0 | | | |
| | ТТК № 007836 | или Картофель тушеный | 150 | 3,25 | 4,20 | 24,42 | 149,27 | 0,00 | Овощи, зелень | | | | | |
| | ТТК № 007825 | или Картофель отварной | 150 | 3,05 | 4,24 | 24,52 | 148,60 | 25,00 | Фрукты свежие | | | 25,00 | | |
| | ТТК № 001507 | или Картофель запеченый дольками | 150 | 4,28 | 4,35 | 34,95 | 190,62 | 0,00 | Фрукты сухие | | | | | |
| | ТТК № 007829 | или Картофельные шарики | 150 | 4,10 | 4,28 | 33,51 | 189,17 | 8,80 | Сахар | | | 8,00 | | 0,80 |
| | ТТК № 007830 | или Картофельные оладьи (вафли) | 150 | 4,46 | 1,70 | 25,00 | 133,79 | 0,00 | Кондитерские изделия | | | | | |
| напитки | ТТК № 003935 | Напиток теплый из вишни | 200 | 0,20 | 0,06 | 10,64 | 44,92 | 0,00 | Какао | | | | | |
| | ТТК № 006676 | или Напиток теплый из брусники | 200 | 0,08 | 0,03 | 10,30 | 43,42 | 0,00 | Кофейный напиток | | | | | |
| | ТТК № 003094 | или Напиток бруснично-вишневый | 200 | 0,11 | 0,16 | 10,66 | 44,25 | 0,00 | Чай | | | | | |
| | ТТК № 006187 | или Напиток яблочно-вишневый | 200 | 0,06 | 0,01 | 10,19 | 42,39 | 0,00 | Мясо 1 категории | | | | | |
| | ТТК № 001853 | или Напиток фруктовый (яблочный) | 200 | 0,10 | 0,10 | 8,44 | 35,69 | 0,00 | Цыплята 1 категории | | | | | |
| | ТТК № 005559 | или Напиток теплый смородиновый | 200 | 0,25 | 0,10 | 9,81 | 43,00 | 0,00 | Печень говяжья | | | | | |
| | ТТК № 006012 | или Напиток бруснично-смородиновый | 200 | 0,21 | 0,11 | 9,92 | 43,25 | 133,20 | Рыба -филе | 133,20 | | | | |
| | ТТК № 000336 | Хлеб пшеничный | 20 | 0,18 | 0,64 | 9,80 | 53,00 | 136,00 | Молоко | | 30,00 | | | 106,00 |
| дополнительное блюдо | ТТК № 001561 | Хлеб ржаной | 20 | 0,18 | 0,66 | 9,60 | 51,80 | 0,00 | Кисломолочные продукты | | | | | |
| | ТТК № 006652 | Блинчик | 90 | 5,94 | 6,66 | 34,20 | 220,50 | 0,00 | Творог | | | | | |
| | ТТК № 005850 | или Блины со сгущенкой | 80 | 6,00 | 7,18 | 35,22 | 225,68 | 0,00 | Сметана | | | | | |
| | ТТК № 007269 | или Блины с яблочной начинкой и бананом | 80 | 3,44 | 5,66 | 35,38 | 205,68 | 0,00 | Сыр | | | | | |
| | ТТК № 007289 | или Блины с абрикосовой начинкой | 80 | 3,20 | 6,78 | 39,22 | 225,68 | 10,00 | Масло сливочное | | 5,0 | | | 5,00 |
| | ТТК № 007270 | или Блины с вишневой начинкой | 80 | 3,20 | 6,78 | 39,22 | 225,68 | 11,40 | Масло растительное | 6,00 | | | | 5,40 |
| | ТТК № 007595 | или Блины с яблочной начинкой | 80 | 3,20 | 6,78 | 39,22 | 225,68 | 5,40 | Яйца | | | | | 5,40 |
| | ТТК № 007868 | или Блинчик с джемом | 45/20 | 2,97 | 3,33 | 41,18 | 206,25 | | | | | | | |
| | ТТК № 007867 | или Блинчик с медом | 45/10 | 2,97 | 3,33 | 31,30 | 167,50 | | | | | | | |
| | ТТК № 006670 | или Круассан | 25 | 1,56 | 4,60 | 8,74 | 83,95 | | | | | | | |

| | | | | | |
|-----------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Итого за прием | 600 | 32,14 | 19,59 | 91,11 | 686,00 |
| | | | | норма | 680,00 |
| | факт | норма | | | |
| белки | 32,14 | 22,50 | | | |
| жиры | 19,59 | 23,00 | | | |
| углеводы | 91,11 | 95,75 | | | |

| Тип блюда | № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Белки, | Жиры, | Углево- | ЭЦ, | Итого | 8 день | азу | рис | напиток | хлеб | фрукт | сок | |
|----------------------|---|--|----------|--------|-------|---------|--------|--------|------------------------|----------------|-------|---------|------|-------|-----|------|
| | | | | г | г | ды, г | | | | | | | | | | ккал |
| Завтрак | | | | | | | | | 50,00 | Хлеб пшеничный | | | | 50,00 | | |
| | | | | | | | | | 30,00 | Хлеб ржаной | | | | 30,00 | | |
| горячее блюдо | ТТК № 006947 | Азу из мяса "По-новому" | 100 | 15,28 | 15,67 | 3,01 | 214,07 | 2,00 | Мука | 2,00 | | | | | | |
| | ТТК №006267 | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ТТК № 005533 | или Бефстроганов из мяса | 100 | 12,91 | 18,37 | 4,11 | 236,80 | 35,00 | Крупы, бобовые | | 35,00 | | | | | |
| | ТТК № 006269 | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ТТК № 007812 | или Поджарка из мяса | 100 | 14,90 | 14,79 | 2,75 | 203,60 | 0,00 | Макаронные изделия | | | | | | | |
| | ТТК № 007280 | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ТТК № 007869 | или Плов из мяса | 200 | 20,08 | 18,32 | 51,42 | 450,63 | 0,00 | Картофель | | | | | | | |
| | ТТК № 007870 | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ТТК № 002453 | или Гуляш из мяса | 100 | 14,55 | 13,96 | 3,50 | 198,92 | 119,00 | Овощи, зелень | 27,00 | | | | | | |
| | ТТК № 005861 | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ТТК № 007677 | или Мясо тушеное с овощами | 100 | 15,34 | 15,67 | 3,36 | 215,45 | 90,00 | Фрукты свежие | | | | | | | 92 |
| | ТТК № 007676 | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ТТК № 007692 | или Ленивые голубцы | 90 | 9,33 | 9,65 | 8,17 | 157,04 | 16,00 | Фрукты сухие | | | 16,00 | | | | |
| | ТТК № 007290 | | | | | | | | | | | | | | | |
| ТТК № 005934 | или Печень по-Строгановски | 100 | 17,68 | 6,39 | 8,55 | 163,81 | 6,00 | Сахар | | 6,00 | | | | | | |
| ТТК № 005934 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| гарнир | ТТК № 007871 | Рис припущенный | 120 | 2,99 | 4,05 | 31,15 | 171,96 | 0,00 | Кондитерские изделия | | | | | | | |
| | ТТК № 007872 | или Рис припущенный с овощами | 120 | 2,96 | 4,03 | 28,25 | 161,46 | 0,00 | Какао | | | | | | | |
| напиток | ТТК № 006283 | Напиток теплый из кураги | 200 | 0,83 | 0,05 | 16,14 | 69,04 | 0,00 | Кофейный напиток | | | | | | | |
| | ТТК № 005870 | или Напиток теплый из шиповника | 200 | 0,54 | 0,22 | 15,71 | 77,36 | 88,80 | Мясо 1 категории | 88,80 | | | | | | |
| | ТТК № 001957 | или Напиток теплый из изюма | 200 | 0,19 | 0,19 | 12,91 | 54,96 | 0,00 | Цыплята 1 категории | | | | | | | |
| | ТТК № 005257 | или Напиток из сухофруктов | 200 | 0,33 | 0,05 | 16,14 | 69,04 | 0,00 | Печень говяжья | | | | | | | |
| хлеб | ТТК № 000336 | Хлеб пшеничный | 50 | 0,45 | 1,6 | 24,5 | 132,5 | 0,00 | Рыба -филе | | | | | | | |
| | ТТК № 001561 | Хлеб ржаной | 30 | 0,27 | 0,99 | 14,4 | 77,70 | 0,00 | Молоко | | | | | | | |
| дополнительное блюдо | Сок овощной | | 125 | 0,00 | 0,00 | 5,00 | 23,00 | 0,00 | Кисломолочные продукты | | | | | | | |
| | ТТК № 007877 | или Салат Витаминный из квашеной капусты с зеленым луком с маслом растительным | 80 | 1,38 | 3,05 | 2,34 | 44,17 | 0,00 | Творог | | | | | | | |
| | ТТК № 005506 | или Салат из свежих овощей | 80 | 0,86 | 4,12 | 2,99 | 54,00 | 0,00 | Сметана | | | | | | | |
| | ТТК № 007878 | или Салат Витаминный из свежей | 80 | 1,3 | 4,04 | 4,78 | 61,05 | 0,00 | Сыр | | | | | | | |
| | ТТК №006640 | или Овощные палочки | 100 | 1,2 | 0,12 | 8,92 | 41,78 | 5,00 | Масло сливочное | 5,00 | | | | | | |
| | или Овощи вакуумной сушки/сушеные | | 15 | 0,06 | 0,33 | 1,08 | 7,65 | 4,00 | Масло растительное | 4,00 | | | | | | |
| | или Нектар овощной | | 200 | 0,00 | 0,00 | 3,50 | 14,00 | 0,00 | Яйца | | | | | | | |
| | Фрукт (яблочные дольки или яблоко, или банан, или апельсин, или сезонный фрукт/сухофрукт/фрукт вакуумной сушки) | | 90 | 0,37 | 0,36 | 8,82 | 46,80 | | | | | | | | | |
| | или сок фруктовый | | 125 | 0 | 0 | 14,37 | 57,5 | | | | | | | | | |
| | Итого за прием | | | 715 | 20,19 | 22,72 | 103,02 | 735,07 | | | | | | | | |

норма 680,00

| | | |
|----------|--------|-------|
| | факт | норма |
| белки | 20,19 | 22,50 |
| жиры | 22,72 | 23,00 |
| углеводы | 103,02 | 95,75 |

Вторая неделя

Шестой день (6 д)

| Тип блюда | № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Белки, | Жиры, | Углево- ды, г | ЭЦ, ккал | Итого | 12 день | печень | овощи | какао | кефир | хлеб |
|-----------------------------|------------------------------|--|----------------------------------|------------|-------------|------------------|-------------|---------------|-------------------------------|---------------|--------|-------|---------------|-------|
| | | | | г всего | г всего | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | 40,00 | Хлеб пшеничный | | | | | 40,00 |
| | | | | | | | | 30,00 | Хлеб ржаной | | | | | 30,00 |
| горячее блюдо | ТТК № 005934 | Печень тушеная с овощами | 100 | 17,26 | 6,49 | 7,31 | 157,59 | 0,00 | Мука | | | | | |
| | ТТК № 005533 ТТК № 006269 | или Бефстроганов из мяса | 100 | 12,91 | 18,37 | 4,11 | 236,80 | 0,00 | Крупы, бобовые | | | | | |
| | ТТК № 007812 ТТК № 007280 | или Поджарка из мяса | 100 | 14,90 | 14,79 | 2,75 | 203,60 | 0,00 | Макаронные изделия | | | | | |
| | ТТК № 006947 ТТК № 006267 | или Азу из мяса "По-новому" | 100 | 15,28 | 15,67 | 3,01 | 214,07 | 0,00 | Картофель | | | | | |
| | ТТК № 007290 ТТК № 002453 | или Печень по-Строгановски | 100 | 17,68 | 6,39 | 8,55 | 163,81 | 187,00 | Овощи, зелень | 27,00 | 160,00 | | | |
| | ТТК № 005861 | или Гуляш из мяса | 100 | 14,55 | 13,96 | 3,50 | 198,92 | 0,00 | Фрукты свежие | | | | | |
| | ТТК № 007677 ТТК № 007676 | или Мясо тушеное с овощами | 100 | 15,34 | 15,67 | 3,36 | 215,45 | 0,00 | Фрукты сухие | | | | | |
| | гарнир | ТТК № 007846 | Овощи припущенные(без картофеля) | 150 | 3,24 | 3,46 | 22,61 | 135,26 | 5,00 | Сахар | | | 5,00 | |
| ТТК № 007847 | | или Овощи свежие | 150 | 0,96 | 0,10 | 7,14 | 33,43 | 0,00 | Кондитерские изделия | | | | | |
| ТТК № 007848 | | или Овощи тушеные | 150 | 2,67 | 5,18 | 8,22 | 92,05 | 2,00 | Какао | | | 2,00 | | |
| напиток | ТТК № 005247 | Какао с молоком | 200 | 3,34 | 2,76 | 10,76 | 80,03 | 0,00 | Кофейный напиток | | | | | |
| | ТТК № 006723 | или Какао молочно-шоколадный | 200 | 2,90 | 2,50 | 9,79 | 73,95 | 0,00 | Чай | | | | | |
| | ТТТ № 006678 | или Какао-напиток молочный с зефирками | 200 | 4,02 | 2,95 | 11,50 | 89,30 | 0,00 | Мясо 1 категории | | | | | |
| хлеб | ТТК № 000336 | Хлеб пшеничный | 40 | 0,36 | 1,28 | 19,60 | 106,00 | 0,00 | Цыплята 1 категории | | | | | |
| | ТТК № 001561 | Хлеб ржаной | 30 | 0,27 | 0,99 | 14,40 | 77,70 | 122,66 | Печень говяжья | 122,66 | | | | |
| Дополни тельные блюда | ТТК № 18 | Кисломолочная продукция (кефир) | 200 | 3,88 | 5,00 | 20,34 | 144,18 | 0,00 | Рыба -филе | | | | | |
| | Итого за прием | | | 720 | 27,9 | 19,7 | 94,1 | 694,7 | 110,00 | Молоко | | | 110,00 | |
| | | | | | | | | 200,00 | Кисломолочные продукты | | | | 200,00 | |
| | | | факт | норма | | | | 0,00 | Творог | | | | | |
| белки | | | 27,91 | 22,50 | | | | 0,00 | Сметана | | | | | |
| жиры | | | 19,72 | 23,00 | | | | 0,00 | Сыр | | | | | |
| углеводы | | | 94,05 | 95,75 | | | | 0,00 | Масло сливочное | | | | | |
| | | | | | | | | 10,00 | Масло растительное | 5,00 | 5,00 | | | |
| | | | | | | | | 0,00 | Яйца | | | | | |

Второй день (2)

| Тип блюда | № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Белки, | Жиры, | Углево- ды, г | ЭЦ, ккал | Итого | 14 день | каша | кофе | кисломол+ фрукт | хлеб+ масло+ кондите рка |
|-----------------------|--------------|---|------------|--------------|--------------|------------------|---------------|--------------|---------------------------|--------|--------|--------------------|-----------------------------------|
| | | | | г | г | | | | | | | | |
| | | | | всего | всего | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | 40,00 | Хлеб пшеничный | | | | 40,00 |
| | | | | | | | | 20,00 | Хлеб ржаной | | | | 20,00 |
| горячее блюдо | ТТК № 006517 | Каша пшенная с бананом | 225 | 7,74 | 8,64 | 22,86 | 186,8 | 0,00 | Мука | | | | |
| | ТТК № 005579 | Каша молочная ячневая с маслом | 206 | 6,35 | 7,42 | 28,28 | 198,50 | 36,00 | Крупы, бобовые | 36,00 | | | |
| | ТТК № 005731 | или Каша молочная пшеничная с маслом | 200/6 | 4,20 | 6,69 | 26,20 | 202,00 | 0,00 | Макаронные изделия | | | | |
| | ТТК № 000541 | или Каша молочная рисовая (жидкая) с маслом | 200/6 | 5,13 | 5,90 | 33,75 | 181,63 | 0,00 | Картофель | | | | |
| | ТТК № 000516 | или Каша молочная кукурузная (жидкая) с маслом | 200/6 | 5,60 | 3,60 | 27,20 | 172,05 | 0,00 | Овощи, зелень | | | | |
| | ТТК № 000739 | или Каша молочная пшенная с маслом | 200/6 | 4,4 | 7,4 | 25,4 | 208,0 | 130,00 | Фрукты свежие | 40,00 | | 90,00 | |
| | ТТК № 007295 | или Каша "Дружба" со сливочным маслом | 206 | 5,43 | 6,78 | 29,09 | 199,83 | 0,00 | Фрукты сухие | | | | |
| | ТТК № 000072 | или Каша молочная Геркулесовая с маслом | 200/6 | 5,6 | 10,4 | 26,4 | 203,00 | 16,00 | Сахар | 3,00 | 6,00 | 7,00 | |
| напиток | ТТК № 005250 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,09 | 2,52 | 11,68 | 82,45 | 5,00 | Кондитерские изделия | | | | 5 |
| | ТТК № 007305 | или Цикорий с молоком | 200 | 3,06 | 2,50 | 12,79 | 86,74 | 0,00 | Какао | | | | |
| | ТТК № 007304 | или Кофейный напиток с цикорием | 200 | 3,17 | 2,50 | 11,99 | 89,28 | 3,00 | Кофейный напиток | | 3,00 | | |
| хлеб | ТТК № 000336 | Хлеб пшеничный | 40 | 0,36 | 1,28 | 19,60 | 106,00 | 0,00 | Чай | | | | |
| | ТТК № 001561 | Хлеб ржаной | 20 | 0,18 | 0,66 | 9,60 | 51,80 | 0,00 | Мясо 1 категории | | | | |
| доп.б | ТТК № 000707 | Масло сливочное порционное (в инд. упаковке) | 10 | 0,1 | 7,25 | 0,14 | 66,2 | 0,00 | Цыплята 1 категории | | | | |
| | ТТК № 000131 | или Масло сливочное | 10 | 0,1 | 7,25 | 0,14 | 66,2 | 0,00 | Печень говяжья | | | | |
| | | Кисломолочная продукция (йогурт обогащенный, питьевой йогурт, снежок, ряженка, кефир) | 200 | 3,88 | 5,00 | 20,34 | 144,18 | 0,00 | Рыба -филе | | | | |
| | | Фрукт (яблочные дольки или яблоко, или банан, или апельсин, или сезонный фрукт/сухофрукт/фрукт вакуумной сушки) | 90 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 226,00 | Молоко | 116,00 | 110,00 | | |
| | ТТК № 000709 | Кондитерское изделие | 5 | 0,25 | 1,55 | 2,90 | 26,50 | 200,00 | Кисломолочные продукты | | | 200,00 | |
| | | или сок фруктовый | 125 | 0,00 | 0,00 | 14,37 | 57,50 | 0,00 | Творог | | | | |
| Итого за прием | | | 790 | 15,75 | 25,75 | 94,02 | 710,93 | 0,00 | Сметана | | | | |
| | | | | | | норма | 680,0 | 0,00 | Сыр | | | | |
| | | | факт | норма | | | | | | | | | |
| белки | | | 15,75 | 22,50 | | | | | | | | | |
| жиры | | | 25,75 | 23,00 | | | | | | | | | |
| углеводы | | | 94,02 | 95,75 | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | 16,00 | Масло сливочное | 6,00 | | | 10,0 |
| | | | | | | | | 0,00 | Масло растительное | | | | |
| | | | | | | | | 0,00 | Яйца | | | | |

Третий день (3 д)

| Тип блюда | № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углево-ды, г | ЭЦ, ккал | Итого | 15 день | печень | картоф | напиток | молоко | хлеб |
|-----------------------|------------------------------|--|-------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|---------------------------|----------------------|------------|---------|--------|-------|
| | | | | всего | всего | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | 50,00 | Хлеб пшеничный | | | | | 50,00 |
| | | | | | | | | 30,00 | Хлеб ржаной | | | | | 30,00 |
| горячее блюдо | ТТК № 007290 | или Печень по-Строгановски | 100 | 17,68 | 6,39 | 8,55 | 163,81 | 8,80 | Мука | 3,80 | 5,00 | | | |
| | ТТК № 005533 ТТК № 006269 | или Бефстроганов из мяса | 100 | 12,91 | 18,37 | 4,11 | 236,80 | 0,00 | Крупы, бобовые | | | | | |
| | ТТК № 007812 ТТК № 007280 | или Поджарка из мяса | 100 | 14,90 | 14,79 | 2,75 | 203,60 | 0,00 | Макаронные изделия | | | | | |
| | ТТК № 006947 ТТК №006267 | или Азу из мяса "По-новому" | 100 | 15,28 | 15,67 | 3,01 | 214,07 | 82,00 | Картофель | | 82,0 | | | |
| | ТТК № 005934 | или Печень тушеная с овощами | 100 | 17,26 | 6,49 | 7,31 | 157,59 | 82,40 | Овощи, зелень | 2,4 | 80,00 | | | |
| | ТТК № 002453 ТТК № 005861 | или Гуляш из мяса | 100 | 14,55 | 13,96 | 3,50 | 198,92 | 0,00 | Фрукты свежие | | | | | |
| | ТТК № 007881 | или Говядина с картошкой в стиле Шурпа | 200 | 17,22 | 13,07 | 18,43 | 260,71 | 16,00 | Фрукты сухие | | | 16,00 | | |
| | ТТК № 007838 ТТК № 007839 | или Жаркое "По-домашнему" с мясом | 200 | 18,69 | 18,51 | 28,72 | 356,19 | 8,00 | Сахар | | | 6,00 | 2,00 | |
| | гарнир | ТТК № 007836 | Картофель тушеный | 150 | 3,25 | 4,20 | 24,42 | 149,27 | 0,00 | Кондитерские изделия | | | | |
| ТТК № 007824 | | или Пюре картофельное | 150 | 3,30 | 4,73 | 22,12 | 144,69 | 0,00 | Какао | | | | | |
| ТТК № 007825 | | или Картофель отварной | 150 | 3,05 | 4,24 | 24,52 | 148,60 | 0,00 | Кофейный напиток | | | | | |
| ТТК № 007829 | | или Картофельные шарики | 130 | 3,56 | 3,71 | 29,05 | 163,95 | 0,00 | Чай | | | | | |
| ТТК № 001507 | | или Картофель запеченый дольками | 130 | 3,71 | 3,77 | 30,29 | 165,21 | 0,00 | Мясо 1 категории | | | | | |
| ТТК № 007830 | | или Картофельные оладьи (вафли) | 150 | 4,46 | 1,70 | 25,00 | 133,79 | 0,00 | Цыплята 1 категории | | | | | |
| напиток | ТТК № 006283 | Напиток теплый из кураги | 200 | 0,83 | 0,05 | 16,14 | 69,04 | 122,60 | Печень говяжья | 122,6 | | | | |
| | ТТК № 005870 | или Напиток теплый из шиповника | 200 | 0,54 | 0,22 | 15,71 | 77,36 | 0,00 | Рыба -филе | | | | | |
| | ТТК № 001957 | или Напиток теплый из изюма | 200 | 0,19 | 0,19 | 12,91 | 54,96 | 100,00 | Молоко | | | | 100,00 | |
| | ТТК № 005257 | или Напиток из сухофруктов | 200 | 0,33 | 0,05 | 16,14 | 69,04 | 0,00 | Кисломолочные продукты | | | | | |
| хлеб | ТТК № 000336 | Хлеб пшеничный | 50 | 0,45 | 1,60 | 24,50 | 132,50 | 0,00 | Творог | | | | | |
| | ТТК № 001561 | Хлеб ржаной | 30 | 0,27 | 0,99 | 14,40 | 77,70 | 12,00 | Сметана | 12,0 | | | | |
| доп | | Молоко витаминизированное | 100 | 2,90 | 2,50 | 11,70 | 80,90 | 0,00 | Сыр | | | | | |
| | | или Молоко йодированное | 100 | 2,90 | 2,50 | 11,70 | 80,90 | 5,00 | Масло сливочное | | 5,0 | | | |
| Итого за прием | | | 630 | 25,38 | 15,73 | 99,71 | 673,22 | 6,00 | Масло растительное | 3,00 | 3,0 | | | |
| | | | | | | норма | 680,00 | 0,00 | Яйца | | | | | |

| | | |
|----------|-------|-------|
| | факт | норма |
| белки | 25,38 | 22,50 |
| жиры | 15,73 | 23,00 |
| углеводы | 99,71 | 95,75 |

Третья неделя

Четвертый день (4 д)

| Тип блюда | № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Белки, | Жиры, | Углево- ды, г | ЭЦ, ккал | Итого | 16 день | тефт | гречка | напиток | хлеб+тво рож |
|---------------|--|---|-------------|------------|------------|------------------|-------------|-------|------------------------|-------|--------|---------|-----------------|
| | | | | г всего | г всего | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| горячее блюдо | ТТК № 007822 | Тефтели мясные | 90 | 10,72 | 10,16 | 10,59 | 177,77 | 20,00 | Хлеб пшеничный | | | | 20,00 |
| | ТТК № 007815 | или Котлета мясная | 90 | 13,58 | 12,69 | 13,49 | 204,96 | 60,00 | Хлеб ржаной | | | | 60,00 |
| | ТТК № 007816 | или Сочные биточки "по-домашнему" из мяса | 90 | 13,82 | 12,37 | 14,92 | 208,42 | 0,00 | Мука | | | | |
| | ТТК № 007822 ТТК № 007123 | или Тефтели мясные с брусничным соусом | 90/20 | 10,90 | 10,28 | 17,74 | 209,55 | 0,00 | Крупы, бобовые | 7,50 | 42,00 | | |
| | ТТК № 007692 | или Ленивые голубцы | 90 | 9,33 | 9,65 | 8,17 | 157,04 | 87,00 | Макаронные изделия | | | | |
| | ТТК № 007821 | или Шницель из мяса натуральный | 90 | 13,61 | 12,81 | 12,77 | 206,14 | 0,00 | Картофель | | | | |
| | ТТК № 007821 | или Шницель из мяса натуральный | 90 | 13,61 | 12,81 | 12,77 | 206,14 | 25,00 | Овощи, зелень | 25,00 | 62,00 | | |
| гарнир | ТТК № 005868 | Гречка отварная с овощами | 180 | 5,86 | 5,77 | 27,07 | 184,21 | 0,00 | Фрукты свежие | | | 25,00 | |
| | ТТК № 007833 | или Гречка отварная | 180 | 7,56 | 4,98 | 38,34 | 212,40 | 8,00 | Фрукты сухие | | | | |
| | ТТК № 007871 | или Рис припущенный | 180 | 4,48 | 6,07 | 31,15 | 257,94 | 0,00 | Сахар | | | 8,00 | |
| | ТТК № 007872 | или Рис припущенный с овощами | 180 | 4,43 | 6,04 | 42,37 | 242,2 | 0,00 | Кондитерские изделия | | | | |
| напиток | ТТК № 006676 | Напиток теплый из брусники | 200 | 0,08 | 0,03 | 10,30 | 43,42 | 0,00 | Какао | | | | |
| | ТТК № 003935 | или Напиток теплый из вишни | 200 | 0,20 | 0,06 | 10,64 | 44,92 | 0,00 | Кофейный напиток | | | | |
| | ТТК № 006187 | или Напиток яблочно-вишневый | 200 | 0,06 | 0,01 | 10,19 | 42,39 | 56,00 | Чай | | | | |
| | ТТК № 006012 | или Напиток бруснично-смородиновый | 200 | 0,21 | 0,11 | 9,92 | 43,25 | 0,00 | Мясо 1 категории | 56,00 | | | |
| | ТТК № 001853 | или Напиток фруктовый | 200 | 0,10 | 0,10 | 8,44 | 35,69 | 0,00 | Цыплята 1 категории | | | | |
| | ТТК № 005559 | или Напиток теплый смородиновый | 200 | 0,25 | 0,10 | 9,81 | 43,00 | 0,00 | Печень говяжья | | | | |
| | ТТК № 003094 | или Напиток бруснично-вишневый | 200 | 0,11 | 0,16 | 10,66 | 44,25 | 0,00 | Рыба -филе | | | | |
| хлеб | ТТК № 000336 | Хлеб пшеничный | 20 | 0,18 | 0,64 | 9,50 | 53,00 | 0,00 | Молоко | | | | |
| | ТТК № 001561 | Хлеб ржаной | 60 | 0,54 | 1,98 | 28,80 | 155,40 | 45,00 | Кисломолочные продукты | | | | |
| доп | Творог в индивидуальной упаковке (творожок в индивидуальной упаковке, творожный десерт в индивидуальной упаковке, мягкий творог в индивидуальной упаковке) | | 45 | 2,70 | 1,57 | 5,26 | 45,90 | 0,00 | Творог | | | | 45,00 |
| | Итого за прием | | 595 | 20,08 | 20,15 | 91,52 | 659,70 | 0,00 | Сметана | | | | |
| | | | | | | | | 7,00 | Сыр | | | | |
| | | | | | | | | 8,80 | Масло сливочное | | 7,00 | | |
| | | | | | | | | 0,00 | Масло растительное | 2,80 | 6,00 | | |
| | | | | | | | | 0,00 | Яйца | | | | |

| | |
|----------|-------------|
| факт | норма |
| белки | 20,08 22,50 |
| жиры | 20,15 23,00 |
| углеводы | 91,52 95,75 |

Третья неделя

Пятый день (5)

| Тип блюда | № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углево-ды, г | ЭЦ, ккал | Итого | 13 день | масло сл. | запеканка | фрукт | чай | хлеб |
|---------------|--------------|---|----------|----------|---------|--------------|----------|------------------------|----------------------|-----------|-----------|-------|-------|-------|
| | | | | всего | всего | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| горячее блюдо | ТТК № 007862 | Запеканка творожная с сухофруктами и штрейзелем | 200 | 26,20 | 22,80 | 57,00 | 418,00 | 0,00 | Хлеб пшеничный | | 5,00 | | | 40,00 |
| | ТТК № 007861 | или Сырники из творога | 200 | 38,44 | 5,84 | 42,98 | 373,60 | 3,20 | Хлеб ржаной | | | | | |
| | ТТК № 007859 | или Запеканка из творога | 200 | 28,16 | 20,51 | 26,72 | 376,27 | 39,20 | Мука | | 3,20 | | | |
| | ТТК № 001832 | Сгущенное молоко | 20 | 1,36 | 1,70 | 11,20 | 66,00 | 0,00 | Крупы, бобовые | | 39,20 | | | |
| | ТТК № 007123 | или с Соусом ягодным | 20 | 0,04 | 0,16 | 9,24 | 38,92 | 0,00 | Макаронные изделия | | | | | |
| | ТТК № 007866 | или с Повидлом | 20 | 0,08 | 0,00 | 13,00 | 50,00 | 0,00 | Картофель | | | | | |
| | ТТК № 006642 | или с Джемом | 20 | 0,10 | 0,00 | 12,00 | 48,00 | 0,00 | Овощи, зелень | | | | | |
| напиток | ТТК № 006280 | Чай с ягодно-яблочной смесью | 200 | 0,11 | 0,03 | 6,31 | 29,15 | 115,00 | Фрукты свежие | | | 90,00 | 25,00 | |
| | ТТК № 006473 | или Чай яблочно-брусничный | 200 | 0,08 | 0,07 | 7,38 | 30,95 | 21,00 | Фрукты сухие | | 21,00 | | | |
| | ТТК № 007863 | или Чай яблочно-смородиновый | 200 | 0,08 | 0,06 | 7,24 | 28,65 | 0,00 | Сахар | | 9,00 | | 6,00 | |
| | ТТК № 006475 | или Чай яблочно-вишневый | 200 | 0,08 | 0,05 | 7,50 | 31,25 | 0,00 | Кондитерские изделия | | | | | |
| хлеб | ТТК № 000336 | Хлеб пшеничный | 40 | 0,36 | 1,28 | 19,60 | 106,00 | 0,00 | Какао | | | | | |
| доп | ТТК № 000707 | Масло сливочное порционное | 10 | 0,10 | 7,25 | 0,14 | 66,20 | 0,00 | Кофейный напиток | | | | | |
| | ТТК № 000131 | или Масло сливочное | 10 | 0,10 | 7,25 | 0,14 | 66,20 | 0,80 | Чай | | | | 0,80 | |
| | | Фрукт (яблочные дольки или яблоко, или банан, или апельсин, или сезонный фрукт/сухофрукт/фрукт вакуумной сушки) | 90 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 0,00 | Мясо 1 категории | | | | | |
| | | или сок фруктовый | 125 | 0,00 | 0,00 | 14,37 | 57,50 | 0,00 | Цыплята 1 категории | | | | | |
| | | Итого за прием | 720 | 26,87 | 31,36 | 123,79 | 782,35 | 0,00 | Печень говяжья | | | | | |
| | | | факт | норма | | | 0,00 | Рыба -филе | | | | | | |
| | | | 26,87 | 22,50 | | | 0,00 | Молоко | | | | | | |
| | | | 31,36 | 23,00 | | | 0,00 | Кисломолочные продукты | | | | | | |
| | | | 123,79 | 95,75 | | | 125,65 | Творог | | 125,65 | | | | |
| | | | | | | | 0,00 | Сметана | | | | | | |
| | | | | | | | 0,00 | Сыр | | | | | | |
| | | | | | | | 23,00 | Масло сливочное | 10,00 | 13,00 | | | | |
| | | | | | | | 2,00 | Масло растительное | | 2,00 | | | | |
| | | | | | | | 6,00 | Яйца | | 6,00 | | | | |

Шестой день (6 д)

| Тип блюда | № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Белки, | Жиры, | Углево- | ЭЦ, | Итого | 18 день | конд изд | рыбные пал. | овощи | коф.напиток | хлеб+кисломол |
|---------------|------------------------------|---|----------|--------|-------|---------|--------|--------|------------------------|---------------------|-------------|--------|-------------|---------------|
| | | | | г | г | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| горячее блюдо | ТТК № 007088 | Рыбные палочки/нагетсы | 90 | 8,92 | 1,05 | 18,90 | 115,50 | 66,20 | Хлеб пшеничный | | 16,20 | | | 50,00 |
| | ТТК № 007597 ТТК № 007844 | или Котлета рыбная | 90 | 17,54 | 10,68 | 13,21 | 203,24 | 30,00 | Хлеб ржаной | | | | | 30,00 |
| | ТТК № 007879 | или Запеканка картофельная с рыбой | 200 | 13,56 | 9,84 | 35,36 | 269,2 | 0,00 | Мука | | | | | |
| | ТТК № 007848 | Овощи тушеные(без картофеля) | 150 | 2,67 | 5,13 | 8,27 | 91,30 | 0,00 | Крупы, бобовые | | | | | |
| гарнир | ТТК № 007846 | или Овощи припущенные | 150 | 3,24 | 3,46 | 22,61 | 135,26 | 0,00 | Макаронные изделия | | | | | |
| | ТТК № 007847 | или Овощи свежие | 150 | 0,96 | 0,10 | 7,14 | 33,43 | 0,00 | Картофель | | | 160,00 | | |
| | ТТК № 005250 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,09 | 2,52 | 11,68 | 82,45 | 0,00 | Фрукты свежие | | | | | |
| напиток | ТТК № 007305 | или Цикорий с молоком | 200 | 3,06 | 2,50 | 12,79 | 86,74 | 0,00 | Фрукты сухие | | | | | |
| | ТТК № 007304 | или Кофейный напиток с цикорием | 200 | 3,17 | 2,50 | 11,99 | 89,28 | 6,00 | Сахар | | | | 6,00 | |
| | ТТК № 000336 | Хлеб пшеничный | 50 | 0,45 | 1,60 | 24,50 | 132,50 | 10,00 | Кондитерские изделия | 10,00 | | | | |
| хлеб | ТТК № 001561 | Хлеб ржаной | 30 | 0,27 | 0,99 | 14,40 | 77,70 | 0,00 | Какао | | | | | |
| | ТТК № 007953 | Мед натуральный в индивидуальной упаковке | 10 | 0,00 | 0,00 | 0,80 | 33,00 | 3,00 | Кофейный напиток | | | | 3,00 | |
| доп. блюдо | ТТК № 18 | Кисломолочная продукция (кефир) | 200 | 3,88 | 4,50 | 20,34 | 144,18 | 0,00 | Чай | | | | | |
| | Итого за прием | | | 730 | 19,28 | 15,79 | 98,89 | 676,63 | 0,00 | Цыплята 1 категории | | | | |
| | | | | факт | норма | | | 0,00 | Печень говяжья | | | | | |
| | | | | | | | | 68,50 | Рыба -филе | | 68,50 | | | |
| белки | | | | 19,28 | 22,50 | | | 110,00 | Молоко | | | | 110,00 | |
| жиры | | | | 15,79 | 23,00 | | | 200,00 | Кисломолочные продукты | | | | | 200,00 |
| углеводы | | | | 98,89 | 95,75 | | | 0,00 | Творог | | | | | |
| | | | | | | | | 0,00 | Сметана | | | | | |
| | | | | | | | | 0,00 | Сыр | | | | | |
| | | | | | | | | 0,00 | Масло сливочное | | | | | |
| | | | | | | | | 8,00 | Масло растительное | | 3,00 | 5,00 | | |
| | | | | | | | | 2,00 | Яйца | | 2,00 | | | |

Четвертая неделя

Первый день (1)

| Тип блюда | № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Белки, | Жиры, | Углево- | ЭЦ, ккал | Итого | 19 день | блин | каша | какао | фрукт | клеб+сыр |
|----------------------|-----------------------|---|----------|------------|-------------|-------------|--------------|--------------|------------------------|-------|--------|--------|-------|----------|
| | | | | г | г | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | 50,00 | Хлеб пшеничный | | | | | 50,00 |
| | | | | | | | | 40,00 | Хлеб ржаной | | | | | 40,00 |
| горячее блюдо | ТТК № 006713 | Каша рисовая с маком и джемом | 200 | 4,54 | 5,33 | 27,98 | 178,29 | 22,00 | Мука | 22,00 | | | | |
| | ТТК № 005579 | Каша молочная ячневая с маслом | 206 | 6,35 | 7,42 | 28,28 | 198,50 | 27,70 | Крупы, бобовые | | 27,70 | | | |
| | ТТК № 005731 | или Каша молочная пшеничная с маслом | 200/6 | 4,20 | 6,69 | 26,20 | 202,00 | 0,00 | Макаронные изделия | | | | | |
| | ТТК № 000541 | или Каша молочная рисовая (жидкая) с маслом | 200/6 | 5,13 | 5,90 | 33,75 | 181,63 | 0,00 | Картофель | | | | | |
| | ТТК № 000516 | или Каша молочная кукурузная (жидкая) с маслом | 200/6 | 5,60 | 3,60 | 27,20 | 172,05 | 0,00 | Овощи, зелень | | | | | |
| | ТТК № 006517 | или Каша "Дружба" со сливочным маслом | 200/6 | 5,43 | 6,78 | 29,09 | 199,83 | 100,00 | Фрукты свежие | | | | | 100,00 |
| | ТТК № 000739 | или Каша молочная пшеничная с маслом | 200/6 | 4,40 | 7,40 | 25,40 | 208,00 | 0,00 | Фрукты сухие | | | | | |
| | ТТК № 007295 | или Каша пшеничная с бананом | 180/40 | 7,74 | 8,64 | 22,86 | 186,80 | 8,50 | Сахар | 0,50 | 3,00 | 5,00 | | |
| | ТТК № 000072 | или Каша молочная Геркулесовая с маслом | 200/6 | 5,60 | 10,40 | 26,40 | 203,00 | 0,00 | Кондитерские изделия | | | | | |
| напиток | ТТК № 005247 | Какао с молоком | 200 | 3,34 | 2,76 | 10,76 | 80,03 | 2,00 | Какао | | | 2,00 | | |
| | ТТК № 006723 | или Какао молочно-шоколадный | 200 | 2,90 | 2,50 | 9,79 | 73,95 | 0,00 | Кофейный напиток | | | | | |
| | ТТТ № 006678 | или Какао-напиток молочный с зефирками | 200 | 4,02 | 2,95 | 11,50 | 89,30 | 0,00 | Чай | | | | | |
| хлеб | ТТК № 000336 | Хлеб пшеничный | 50 | 0,45 | 1,60 | 24,50 | 132,50 | 0,00 | Мясо 1 категории | | | | | |
| | ТТК № 001561 | Хлеб ржаной | 40 | 0,36 | 1,32 | 19,20 | 103,60 | 0,00 | Цыплята 1 категории | | | | | |
| дополнительное блюдо | ТТК № 005850 | Блины со сгущенкой | 80 | 6,00 | 7,18 | 35,22 | 225,68 | 0,00 | Печень говяжья | | | | | |
| | ТТК № 006652 | или Блины с яблочной начинкой | 80 | 3,20 | 6,78 | 39,22 | 225,68 | 0,00 | Рыба -филе | | | | | |
| | ТТК № 007269 | или Блины с яблочной начинкой и бананом | 80 | 3,44 | 5,66 | 35,38 | 205,68 | 283,70 | Молоко | 58,70 | 115,00 | 110,00 | | |
| | ТТК № 007289 | или Блины с абрикосовой начинкой | 80 | 3,20 | 6,78 | 39,22 | 225,68 | 0,00 | Кисломолочные продукты | | | | | |
| | ТТК № 007270 | или Блины с вишневой начинкой | 80 | 3,20 | 6,78 | 39,22 | 225,68 | 0,00 | Творог | | | | | |
| | ТТК № 007595 | или Блинчик | 45 | 2,97 | 3,33 | 17,10 | 110,25 | 0,00 | Сметана | | | | | |
| | ТТК № 007868 | или Блинчик с джемом | 45/20 | 2,97 | 3,33 | 41,18 | 206,25 | 16,00 | Сыр | | | | | 16,00 |
| | ТТК № 007867 | или Блинчик с медом | 45/10 | 2,97 | 3,33 | 31,30 | 167,50 | 7,70 | Масло сливочное | 2,70 | 5,00 | | | |
| | ТТК № 006670 | или Круассан | 25 | 1,56 | 4,60 | 8,74 | 83,95 | 3,00 | Масло растительное | 3,00 | | | | |
| | ТТК № 007819 | Сыр порционный плавленый | 16 | 1,44 | 3,20 | 1,44 | 40,00 | 3,00 | Яйца | 3,00 | | | | |
| | ТТК № 000429 | или Сыр нарезка | 15 | 3,67 | 4,42 | 0,04 | 54,45 | | | | | | | |
| | | Фрукт (яблочные дольки или яблоко, или банан, или апельсин, или сезонный фрукт/сухофрукт/фрукт вакуумной сушки) | 100 | 1,20 | 0,26 | 10,80 | 57,33 | | | | | | | |
| | Итого за прием | | | 636 | 16,9 | 20,1 | 105,4 | 684,9 | | | | | | |
| | | | | | | | норма | 680,00 | | | | | | |

Четвертая неделя

Второй день (2 д)

| Тип блюда | № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Белки, | Жиры, | Углево- ды, г | ЭЦ, ккал | Итого | 20 день | кисломол | чахохб | овощи | напиток | хлеб | | | |
|---|--------------|--|----------------------|--------------|--------------|------------------|---------------|--------|----------------------|----------|--------|--------|---------|------------|--|--|--|
| | | | | г | г | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | 50,00 | Хлеб пшеничный | | | | | 50,00 | | | |
| | | | | | | | | 30,00 | Хлеб ржаной | | | | | 30,00 | | | |
| горячее блюдо | ТТК № 007312 | Чахохбили "по-школьному" | 100 | 14,04 | 7,96 | 2,44 | 141,88 | 0,00 | Мука | | | | | | | | |
| | ТТК № 006728 | или Фрикасе из мяса птицы | 100 | 18,69 | 12,57 | 2,87 | 199,92 | 0,00 | Крупы, бобовые | | | | | | | | |
| | ТТК № 007311 | или Филе из птицы запеченное с овощами и сыром | 100 | 22,32 | 9,80 | 1,50 | 184,82 | 0,00 | Макаронные изделия | | | | | | | | |
| | ТТК № 007831 | или Филе из мяса птицы запеченное с сыром | 100 | 22,42 | 12,35 | 1,52 | 207,80 | 0,00 | Картофель | | | | | | | | |
| гарнир | ТТК № 007846 | Овощи припущенные | 150 | 3,24 | 3,46 | 22,61 | 135,26 | 207,00 | Овощи, зелень | | 47,00 | 160,00 | | | | | |
| | ТТК № 007848 | Овощи тушеные(без картофеля) | 150 | 2,67 | 5,13 | 8,27 | 91,30 | 0,00 | Фрукты свежие | | | | | | | | |
| | ТТК № 007847 | или Овощи свежие | 150 | 0,96 | 0,10 | 7,14 | 33,43 | 16,00 | Фрукты сухие | | | | 16,00 | | | | |
| напитки | ТТК № 005257 | Напиток из сухофруктов | 200 | 0,33 | 0,05 | 16,14 | 69,04 | 15,00 | Сахар | 7,00 | | | 8,00 | | | | |
| | ТТК № 006283 | или Напиток теплый из кураги | 200 | 0,83 | 0,05 | 16,14 | 69,04 | 0,00 | Кондитерские изделия | | | | | | | | |
| | ТТК № 001957 | или Напиток теплый из изюма | 200 | 0,19 | 0,19 | 12,91 | 54,96 | 0,00 | Какао | | | | | | | | |
| | ТТК № 005870 | или Напиток теплый из шиповника | 200 | 0,54 | 0,22 | 15,71 | 77,36 | 0,00 | Кофейный напиток | | | | | | | | |
| хлеб | ТТК № 000336 | Хлеб пшеничный | 50 | 0,45 | 1,60 | 24,50 | 132,50 | 0,00 | Чай | | | | | | | | |
| | ТТК № 001561 | Хлеб ржаной | 30 | 0,27 | 0,99 | 14,40 | 77,70 | 0,00 | Мясо 1 категории | | | | | | | | |
| доп. блюдо | ТТК № 000707 | Масло сливочное порционное (в инд. упаковке) | 10 | 0,10 | 7,25 | 0,14 | 66,20 | 82,80 | Цыплята 1 категории | | 82,80 | | | | | | |
| | ТТК № 000131 | Масло сливочное | 10 | 0,10 | 7,25 | 0,14 | 66,20 | 0,00 | Печень говяжья | | | | | | | | |
| Кисломолочная продукция (йогурт обогащенный, питьевой йогурт, снежок, ряженка, кефир) | | | | | | | | 100 | 1,94 | 2,50 | 10,17 | 72,09 | 0,00 | Рыба -филе | | | |
| Итого за прием | | | 640 | 20,37 | 23,81 | 90,40 | 694,67 | 0,00 | Молоко | | | | | | | | |
| | | | | | норма 680,00 | | | 100,00 | Кисломолочные проду | 100,00 | | | | | | | |
| | | | факт норма | | | | | 0,00 | Творог | | | | | | | | |
| | | | белки 20,37 22,50 | | | | | 0,00 | Сметана | | | | | | | | |
| | | | жиры 23,81 23,00 | | | | | 0,00 | Сыр | | | | | | | | |
| | | | углеводы 90,40 95,75 | | | | | 10,00 | Масло сливочное | | | | | 10 | | | |
| | | | | | | | | 8,00 | Масло растительное | | 3,00 | 5,00 | | | | | |
| | | | | | | | | 0,00 | Яйца | | | | | | | | |

Четвертая неделя

Четвертый день (4 д)

| Тип блюда | № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Белки, | Жиры, | Углево- ды, г | ЭЦ, ккал | Итого | 22 день | шницель | гречка | напиток | хлеб+м олоко |
|-----------------------|---|--|------------|--------------|--------------|------------------|---------------|------------------------|---------------------------|-------------|-------------|---------|-----------------|
| | | | | г всего | г всего | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | 72,20 | Хлеб пшеничный | 22,20 | | | 50,00 |
| | | | | | | | | 30,00 | Хлеб ржаной | | | | 30,00 |
| горячее блюдо | ТТК № 007821 | Шницель из мяса | 90 | 13,61 | 12,81 | 12,77 | 206,14 | 0,00 | Мука | | | | |
| | ТТК № 007816 | или Сочные биточки "по-домашнему" из мяса | 90 | 13,82 | 12,37 | 14,92 | 208,42 | 33,00 | Крупы, бобовые | | 33,0 | | |
| | ТТК № 007822 | или Тефтели мясные с брусничным соусом | 90/30 | 10,90 | 10,28 | 17,74 | 209,55 | 0,00 | Макаронные изделия | | | | |
| | ТТК № 007123 | или Ленивые голубцы | 90 | 9,33 | 9,65 | 8,17 | 157,04 | 0,00 | Картофель | | | | |
| | ТТК № 007822 | или Тефтели мясные | 90 | 10,72 | 10,16 | 10,59 | 177,77 | 40,60 | Овощи, зелень | 9,60 | 31,00 | | |
| гарнир | ТТК № 005868 | Гречка отварная с овощами | 180 | 5,09 | 5,02 | 23,47 | 159,66 | 25,00 | Фрукты свежие | | | 25,00 | |
| | ТТК № 007832 | или Перловка отварная с овощами | 180 | 5,19 | 4,94 | 35,80 | 209,34 | 0,00 | Фрукты сухие | | | | |
| | ТТК № 007833 | или Гречка отварная | 180 | 5,47 | 4,98 | 38,34 | 212,40 | 10,50 | Сахар | | | 8,00 | 2,50 |
| | ТТК № 007835 | или Полба припущенная | 180 | 9,90 | 2,62 | 40,05 | 228,60 | 0,00 | Кондитерские изделия | | | | |
| | ТТК № 007834 | или Каша вязкая гречневая с сыром (Гречетто) | 180 | 8,17 | 11,53 | 29,07 | 255,43 | 0,00 | Какао | | | | |
| ТТК № 006763 | или Каша вязкая перловая с сыром (Перлотто) | 180 | 8,17 | 6,12 | 24,73 | 192,43 | 0,00 | Кофейный напиток | | | | | |
| напиток | ТТК № 006187 | Напиток яблочно-вишневый | 200 | 0,06 | 0,01 | 10,19 | 42,39 | 0,00 | Чай | | | | |
| | ТТК № 006012 | или Напиток бруснично-смородиновый | 200 | 0,21 | 0,11 | 9,92 | 43,25 | 58,00 | Мясо 1 категории | 58,0 | | | |
| | ТТК № 003094 | или Напиток бруснично-вишневый | 200 | 0,11 | 0,16 | 10,66 | 44,25 | 0,00 | Цыплята 1 категории | | | | |
| | ТТК № 006676 | или Напиток теплый из брусники | 200 | 0,08 | 0,03 | 10,30 | 43,42 | 0,00 | Печень говяжья | | | | |
| | ТТК № 001853 | или Напиток фруктовый (яблочный) | 200 | 0,10 | 0,10 | 8,44 | 35,69 | 0,00 | Рыба -филе | | | | |
| | ТТК № 005559 | или Напиток теплый смородиновый | 200 | 0,25 | 0,10 | 9,81 | 43,00 | 100,00 | Молоко | | | | 100,00 |
| ТТК № 003935 | или Напиток теплый из вишни | 200 | 0,20 | 0,06 | 10,64 | 44,92 | 0,00 | Кисломолочные продукты | | | | | |
| хлеб | ТТК № 000336 | Хлеб пшеничный | 50 | 0,45 | 1,60 | 24,50 | 132,50 | 0,00 | Творог | | | | |
| | ТТК № 001561 | Хлеб ржаной | 30 | 0,27 | 0,99 | 14,40 | 77,70 | 0,00 | Сметана | | | | |
| доп. блюдо | ТТК № 006490 | Молоко витаминизированное | 100 | 2,90 | 2,50 | 11,70 | 80,90 | 0,00 | Сыр | | | | |
| | ТТК № 006490 | или Молоко йодированное | 100 | 2,90 | 2,50 | 11,70 | 80,90 | 5,00 | Масло сливочное | | 5,00 | | |
| Итого за прием | | | 650 | 22,38 | 22,93 | 97,03 | 699,29 | 3,50 | Масло растительное | 2,00 | 1,50 | | |
| | | | | | | норма 680,00 | 0,00 | Яйца | | | | | |

| | | |
|----------|-------|-------|
| | факт | норма |
| белки | 22,38 | 22,50 |
| жиры | 22,93 | 23,00 |
| углеводы | 97,03 | 95,75 |

Четвертая неделя

Пятый день (5 д)

| Тип блюда | № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Белки, | Жиры, | Углево- ды, г | ЭЦ, ккал | Итого | 23 день | овощи | рыба | картоф ель | чай | хлеб+ кондитер |
|----------------------|--------------------------------|---|----------|--------|-------|------------------|----------|--------|------------------------|-------|--------|---------------|-------|-------------------|
| | | | | г | г | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | 50,00 | Хлеб пшеничный | | | | | 50,00 |
| | | | | | | | | 30,00 | Хлеб ржаной | | | | | 30,00 |
| горячее блюдо | ТТК № 007843 | Рыба запеченная | 120 | 22,34 | 6,84 | 4,75 | 171,09 | 6,00 | Мука | | 6,00 | | | |
| | ТТК № 007864 | | | | | | | | | | | | | |
| | ТТК № 007840 | или Рыба, запеченная с сыром | 120 | 25,09 | 6,01 | 4,65 | 174,20 | 0,00 | Крупы, бобовые | | | | | |
| | ТТК № 007865 | | | | | | | | | | | | | |
| | ТТК № 007879 | или Запеканка картофельная с рыбой | 250 | 16,95 | 12,05 | 44,2 | 336,50 | 0,00 | Макаронные изделия | | | | | |
| гарнир | ТТК № 007836 | Картофель тушеный | 150 | 3,25 | 4,20 | 24,42 | 149,27 | 127,50 | Картофель | | | 127,50 | | |
| | ТТК № 007824 | или Пюре картофельное | 150 | 3,30 | 4,73 | 22,12 | 144,69 | 128,50 | Овощи, зелень | 80,00 | | 48,5 | | |
| | ТТК № 007825 | или Картофель отварной | 150 | 3,05 | 4,24 | 24,52 | 148,60 | 15,00 | Фрукты свежие | | | | 15,00 | |
| | ТТК № 001507 | или Картофель запеченый дольками | 150 | 4,28 | 4,35 | 34,95 | 190,62 | 0,00 | Фрукты сухие | | | | | |
| | ТТК № 007829 | или Картофельные шарики | 150 | 4,10 | 4,28 | 33,51 | 189,17 | 6,00 | Сахар | | | | 6,00 | |
| | ТТК № 007830 | или Картофельные оладьи (вафли) | 150 | 4,46 | 1,70 | 25,00 | 133,79 | 32,00 | Кондитерские изделия | | | | | 32,00 |
| напиток | ТТК № 006280 | Чай с ягодно-яблочной смесью | 200 | 0,11 | 0,03 | 6,31 | 29,15 | 0,00 | Какао | | | | | |
| | ТТК № 006473 | или Чай яблочно-брусничный | 200 | 0,08 | 0,07 | 7,38 | 30,95 | 0,00 | Кофейный напиток | | | | | |
| | ТТК № 006475 | или Чай яблочно-вишневый | 200 | 0,08 | 0,05 | 7,50 | 31,25 | 0,80 | Чай | | | | 0,80 | |
| | ТТК № 007863 | или Чай яблочно-смородиновый | 200 | 0,08 | 0,06 | 7,24 | 28,65 | 0,00 | Мясо 1 категории | | | | | |
| хлеб | ТТК № 000336 | Хлеб пшеничный | 50 | 0,45 | 1,60 | 24,50 | 132,50 | 0,00 | Цыплята 1 категории | | | | | |
| | ТТК № 001561 | Хлеб ржаной | 30 | 0,27 | 0,99 | 14,40 | 77,70 | 0,00 | Печень говяжья | | | | | |
| дополнительное блюдо | ТТК № 007858 | Салат из свёклы с маслом растительным | 100 | 1,52 | 5,10 | 8,97 | 87,78 | 133,20 | Рыба -филе | | 133,20 | | | |
| | ТТК № 005451 | или Овощная нарезка с маслом растительным | 100 | 0,81 | 7,12 | 2,53 | 70,25 | 0,00 | Молоко | | | | | |
| | ТТК № 007881 | или Свекольные слайсы с сыром Адыгейским | 100 | 8,36 | 8,72 | 6,07 | 136,30 | 0,00 | Кисломолочные продукты | | | | | |
| | ТТК № 006628/006627,00 6629 | Кондитерское изделие | 32 | 2,08 | 5,12 | 21,12 | 124,80 | 0,00 | Творог | | | | | |
| Итого за прием | | | 682 | 30,02 | 23,88 | 104,47 | 772,29 | 0,00 | Сметана | | | | | |
| | | | | | | | | 0,00 | Сыр | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | факт | норма | | | | 5,30 | Масло сливочное | | | 5,30 | | |
| белки | | | 30,02 | 22,50 | | | | 6,00 | Масло растительное | | 6,00 | | | |
| жиры | | | 23,88 | 23,00 | | | | 0,00 | Яйца | | | | | |
| углеводы | | | 104,47 | 95,75 | | | | | | | | | | |

норма 680,00

Четвертая неделя

Шестой день (6 д)

| Тип блюда | № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углево-ды, г | ЭЦ, ккал | Итого | 24 день | омлет | кофейн напиток | хлеб+фрукт | сыр |
|-----------------------|--------------|---|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------------------------|----------------------------|--------|----------------|------------|-----|
| | | | | всего | всего | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| горячее блюдо | ТТК № 6068 | Омлет запеченный с сыром | 150 | 17,91 | 21,02 | 2,68 | 272,57 | 50,00 | Хлеб пшеничный ** | | | 50,00 | |
| | ТТК № 006759 | илиСкрэмбл с томатом свежим | 150 | 14,96 | 16,91 | 3,94 | 228,56 | 30,00 | Хлеб ржаной | | | 30,00 | |
| | ТТК № 007849 | или Омлет запеченный натуральный | 150 | 15,77 | 18,54 | 2,94 | 241,91 | 0,00 | Мука** | | | | |
| | ТТК № 007811 | или Омлет запеченный с сыром и помидорами | 150 | 14,54 | 17,61 | 3,07 | 229,21 | 0,00 | Крупы, бобовые | | | | |
| напиток | ТТК № 007304 | Кофейный напиток с цикорием | 200 | 3,17 | 2,50 | 11,99 | 89,28 | 0,00 | Макаронные изделия | | | | |
| | ТТК № 005250 | или Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,09 | 2,52 | 11,68 | 82,45 | 200,00 | Картофель | | | | |
| | ТТК № 007305 | или Цикорий с молоком | 200 | 3,06 | 2,50 | 12,79 | 86,74 | 0,00 | Овощи, зелень | | | | |
| хлеб | ТТК № 000336 | Хлеб пшеничный | 50 | 0,45 | 1,60 | 24,50 | 132,50 | 0,00 | Фрукты свежие | | | 200,00 | |
| | ТТК № 001561 | Хлеб ржаной | 30 | 0,27 | 0,99 | 14,40 | 77,70 | 0,00 | Фрукты сухие | | 6,00 | | |
| доп. блюдо | ТТК № 007819 | Сыр порционный плавленный | 16 | 0,15 | 0,34 | 0,15 | 42,50 | 0,00 | Кондитерские изделия | | | | |
| | ТТК № 000429 | или Сыр нарезка | 15 | 3,67 | 4,42 | 0,04 | 54,45 | 0,00 | Какао | | | | |
| | ТТК № 007286 | или Тост с сыром | 17/14 | 4,46 | 3,59 | 12,41 | 83,19 | 3,00 | Кофейный напиток | | 3,00 | | |
| | | Фрукт (яблочные дольки или яблоко, или банан, или апельсин, или сезонный фрукт/сухофрукт/фрукт вакуумной сушки) | 200 | 0,16 | 0,40 | 17,00 | 76,00 | 0,00 | Чай | | | | |
| Итого за прием | | | 646 | 22,11 | 26,85 | 70,72 | 690,55 | 0,00 | Цыплята 1 категории | | | | |
| | | | | | | норма 680,00 | 0,00 | Печень говяжья | | | | | |
| | | | факт | норма | | | 0,00 | Рыба -филе | | | | | |
| белки | | | 22,11 | 22,50 | | | 154,00 | Молоко | 44,00 | 110,00 | | | |
| жиры | | | 26,85 | 23,00 | | | 0,00 | Кисломолочные продукты | | | | | |
| углеводы | | | 70,72 | 95,75 | | | 0,00 | Творог | | | | | |
| | | | | | | | 0,00 | Сметана | | | | | |
| | | | | | | | 25,60 | Сыр | 9,60 | | | 16,00 | |
| | | | | | | | 5,00 | Масло сливочное | 5,00 | | | | |
| | | | | | | | 2,00 | Масло растительное | 2,00 | | | | |
| | | | | | | | 106,00 | Яйца | 106 | | | | |

НАКОПИТЕЛЬНАЯ ВЕДОМОСТЬ к примерному 24 дневному меню горячих завтраков с 12 лет и старше

| № | Продукты | Средне суточная (усредненная) норма | Процент | Норма в день, г | Фактически получено, г | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | за 24 дня, г | Факт в день, г | % выполнения |
|----|----------------------------|-------------------------------------|---------|-----------------|------------------------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|--------------|----------------|--------------|
| | | | | | Дни | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | | | |
| 1 | Хлеб пшеничный | 200 | 25 | 50,00 | 50 | 66 | 66 | 66 | 50 | 50 | 25 | 60 | 26 | 20 | 50 | 40 | 25 | 40 | 50 | 20 | 45 | 66 | 50 | 50 | 50 | 72 | 50 | 50 | 1138 | 47,4 | 95 |
| 2 | Хлеб ржаной | 120 | 25 | 30,00 | 30 | 30 | 30 | 30 | 30 | 30 | 20 | 30 | 30 | 20 | 30 | 30 | 20 | 20 | 30 | 60 | 0 | 30 | 40 | 30 | 30 | 30 | 30 | 30 | 690 | 28,8 | 96 |
| 3 | Мука | 20 | 25 | 5,00 | 0 | 6 | 0 | 6 | 5 | 0 | 0 | 6 | 0 | 46 | 2 | 0 | 0 | 0 | 9 | 0 | 3 | 0 | 22 | 0 | 2 | 0 | 6 | 0 | 113 | 4,7 | 94 |
| 4 | Крупы, бобовые | 50 | 25 | 12,50 | 31 | 0 | 33 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 24 | 0 | 35 | 0 | 0 | 36 | 0 | 50 | 39 | 0 | 28 | 0 | 0 | 33 | 0 | 0 | 308 | 12,8 | 103 |
| 5 | Макаронные изделия | 20 | 25 | 4,00 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 46 | 0 | 0 | 0 | 0 | 46 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 92 | 3,8 | 95 |
| 6 | Картофель | 187 | 25 | 46,75 | 0 | 120 | 0 | 150 | 82 | 0 | 0 | 206 | 0 | 120 | 0 | 0 | 0 | 82 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 215 | 0 | 128 | 0 | 1102 | 45,9 | 98 | |
| 7 | Овощи, зелень | 320 | 25 | 80,00 | 0 | 110 | 151 | 11 | 104 | 90 | 47 | 94 | 0 | 0 | 119 | 187 | 24 | 0 | 82 | 87 | 0 | 160 | 0 | 207 | 104 | 41 | 129 | 0 | 1746 | 72,8 | 91 |
| 8 | Фрукты свежие | 185 | 25 | 46,25 | 0 | 0 | 25 | 100 | 0 | 0 | 0 | 7 | 210 | 25 | 90 | 0 | 15 | 130 | 0 | 25 | 115 | 0 | 100 | 0 | 0 | 25 | 15 | 200 | 1082 | 45,1 | 97 |
| 9 | Сухофрукты | 20 | 25 | 5,00 | 0 | 0 | 0 | 0 | 20 | 0 | 16 | 0 | 0 | 0 | 16 | 0 | 0 | 0 | 16 | 0 | 21 | 0 | 0 | 16 | 0 | 0 | 0 | 0 | 105 | 4,8 | 95 |
| 10 | Сахар | 35 | 25 | 8,75 | 11 | 0 | 15 | 6 | 8 | 6 | 8 | 6 | 11 | 9 | 6 | 5 | 6 | 16 | 8 | 8 | 15 | 6 | 9 | 15 | 5 | 11 | 6 | 6 | 201 | 8,4 | 96 |
| 11 | Кондитерские изделия | 15 | 25 | 3,75 | 0 | 0 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 32 | 5 | 0 | 0 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 | 32 | 0 | 89 | 3,7 | 99 |
| 12 | Какао | 1 | 25 | 0,25 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 6 | 0,3 | 100 |
| 13 | Кофейный напиток | 2 | 25 | 0,50 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 3 | 0 | 0 | 0 | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 3 | 12 | 0,5 | 100 |
| 14 | Чай | 1 | 25 | 0,25 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 1 | 1 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 1 | 0 | 6 | 0,3 | 103 |
| 15 | Мясо 1 категории | 78 | 25 | 19,50 | 0 | 58 | 0 | 0 | 95 | 0 | 0 | 56 | 0 | 0 | 89 | 0 | 0 | 0 | 0 | 56 | 0 | 0 | 0 | 0 | 95 | 58 | 0 | 0 | 507 | 19,5 | 100 |
| 16 | Цыплята 1 категории* | 53 | 25 | 13,25 | 0 | 0 | 66 | 0 | 0 | 0 | 83 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 83 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 83 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 314 | 13,1 | 99 |
| 17 | Субпродукты (печень, язык) | 40 | 25 | 10,00 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 123 | 0 | 0 | 123 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 245 | 10,2 | 102 |
| 18 | Рыба -филе | 77 | 25 | 19,25 | 0 | 0 | 0 | 69 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 133 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 69 | 0 | 0 | 0 | 0 | 133 | 0 | 403 | 18,3 | 95 | |
| 19 | Молоко | 350 | 25 | 87,50 | 338 | 30 | 0 | 13 | 0 | 155 | 100 | 0 | 27 | 136 | 0 | 110 | 0 | 226 | 100 | 0 | 0 | 110 | 284 | 0 | 0 | 100 | 0 | 154 | 1882 | 85,6 | 98 |
| 20 | Кисломолочные продукты | 180 | 25 | 45,00 | 0 | 0 | 100 | 0 | 0 | 200 | 0 | 0 | 53 | 0 | 0 | 200 | 0 | 200 | 0 | 0 | 0 | 200 | 0 | 100 | 0 | 0 | 0 | 1053 | 43,9 | 98 | |
| 21 | Творог | 60 | 25 | 15,00 | 0 | 45 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 132 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 45 | 126 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 348 | 14,5 | 97 | |
| 22 | Сметана | 10 | 25 | 2,50 | 0 | 0 | 0 | 0 | 12 | 0 | 0 | 6 | 0 | 0 | 0 | 15 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 57 | 2,4 | 95 | |
| 23 | Сыр | 15 | 25 | 3,75 | 16 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 16 | 0 | 0 | 0 | 0 | 26 | 88 | 3,7 | 97 | |
| 24 | Масло сливочное | 35 | 25 | 8,75 | 16 | 10 | 10 | 10 | 0 | 5 | 15 | 0 | 10 | 10 | 5 | 0 | 10 | 16 | 5 | 7 | 23 | 0 | 8 | 10 | 5 | 5 | 5 | 5 | 190 | 8,6 | 99 |
| 25 | Масло растительное | 18 | 25 | 4,50 | 0 | 2 | 4 | 2 | 9 | 0 | 3 | 6 | 2 | 11 | 4 | 10 | 4 | 0 | 6 | 9 | 2 | 8 | 3 | 8 | 3 | 4 | 6 | 2 | 107 | 4,5 | 99 |
| 26 | Яйца | 40 | 25 | 10,00 | 0 | 2 | 2 | 2 | 0 | 105 | 0 | 3 | 5 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 6 | 2 | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 | 106 | 241 | 10,0 | 100 | |
| 27 | Соль | 5 | 25 | 1,25 | 1,25 | 1,25 | 1,25 | 1,25 | 1,25 | 1,25 | 1,25 | 1,25 | 1,25 | 1,25 | 1,25 | 1,25 | 1,25 | 1,25 | 1,25 | 1,25 | 1,25 | 1,25 | 1,25 | 1,25 | 1,25 | 1,25 | 1,25 | 29 | 1,2 | 95 | |

Сетка примерного недельного 24-х дневного меню горячих завтраков, для питания детей в возрасте с 7 до 11 лет. Разработчик АО "КШП "Центральный"

| 1 неделя | | | | | |
|---|--|---|---|--|---|
| 1 день | 2 день | 3 день | 4 день | 5 день | 6 день |
| Каша молочная ячневая с маслом | Котлета мясная | Котлета из мяса птицы с маслом сливочным | Котлета рыбная | Бифстрогаков из мяса | Скрембл с томатом соусом |
| или Каша молочная пшеничная с маслом | или Сочные биточки "подомашнему" из мяса | или Нагетсы из мяса птицы | или Тофтели рыбные | или Поджарка из мяса | или Омлет запеченный с сыром |
| или Каша молочная рисовая (жидкая) с маслом | или Тофтели мясные | или Чакхобиани "по-школьному" | или Рыбные палочки/нагетсы | или Гушпиз из мяса | или Омлет запеченный с сыром и помидорами |
| или Каша молочная ячневая (жидкая) с маслом | или Шницель из мяса | или Фрикасе из мяса птицы | или Запеканка картофельная с рыбой | или Азу из мяса "По-новому" | или Омлет запеченный натуральный |
| или Каша "Дружба" со сливочным маслом | или Тофтели мясные с брусничным соусом | | Картофель отварной | или Печень по-Строгановски | |
| или Каша молочная пшеница с маслом | или Запеканка картофельная с мясом | | или Картофель запеченный дольками | или Печень тушенная с овощами | |
| или Каша пшеница с бавариум | | Гречка отварная с овощами | или Пюре картофельное | или Мясо тушеное с овощами | |
| или Каша молочная Геркулесовая с маслом | Пюре картофельное | или Перловка отварная с овощами | или Картофельные шарики | Овощи припущенные | |
| | или Картофель отварной | или Гречка отварная | или Картофель тушеный | или Овощи тушеные | |
| | или Картофель запеченный дольками | или Палба припущенная | или Картофельные оладьи (вафли) | или Овощи соусом | |
| | или Картофельные шарики | или Каша вязкая гречневая с сыром (Пеллетто) | | | |
| | или Картофель тушеный | или Каша вязкая перловая с сыром (Пеллетто) | | | |
| | или Картофельные оладьи (вафли) | | | | |
| | | | | | |
| Какао с молоком | Чай роббуш | Напиток теплый из брусники | Чай яблочно-брусничней | Кисель витаминизированный витаминизированный | Кофейный напиток с молоком |
| или Какао молочное-шоколадный | или Чай с апельсином | или Напиток теплый из вишни | или Чай с ягодно-яблочной смесью | или Кисель из брусники | или Цикорий с молоком |
| или Какао-напиток молочный с зефирками | или Чай черный | или Напиток яблочно-вишневый | или Чай яблочно-смородиновый | или Кисель из вишни | или Кофейный напиток с цикорием |
| | или Чай зеленый | или Напиток фруктовый (яблочный) | или Чай яблочно-вишневый | или Кисель из апельсина | |
| | или Чай гречишный | или Напиток теплый смородиновый | | или Кисель из вишни/цитрус | |
| | или Чай с лимонком | или Напиток бруснично-смородиновый | | или Кисель клубника/цитрус | |
| | | или Напиток бруснично-вишневый | | или Напиток теплый из брусники | |
| | | | | или Напиток теплый из вишни | |
| Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный |
| Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной |
| | | | | | |
| Сыр порционный плавленый | Овощные палочки | Овощи соусом порционно | | | Овощные палочки |
| или Сыр нарезка | или Овощи свежие порционно | Овощные палочки | | | Овощи свежие порционно |
| или Тост с сыром | или Овощи вакуумной сушки/сушеные | или Овощи вакуумной сушки/сушеные | | | или Овощи вакуумной сушки/сушеные |
| Масло сливочное порционное (в виде упаковки) | или Сок овощной | или Сок овощной | | | или Сок овощной |
| Масло сливочное | или Нектар овощной | или Нектар овощной | | | или Нектар овощной |
| Молоко витаминизированное | | Кисломолочная продукция (йогурт обогащенный, питьевой йогурт, сметан, ряженка, кефир) | | | |
| или Молоко подслащенное | | | | | |
| или Мороженое (продукт осенний - выдается в период с 01.09. по 15.10. и с 01.04. по 30.05 не чаще 1 раза в 7-10 дней) | | | | | |
| | Творог в индивидуальной упаковке (творожок в индивидуальной упаковке, творожный десерт в индивидуальной упаковке, мягкий творог в индивидуальной упаковке) | Кисломолочная продукция (йогурт обогащенный, питьевой йогурт, сметан, ряженка, кефир) | Фрукт (яблочное дольки или яблоко, или банан, или апельсин, или сезонный фрукт/сухофрукт/фрукт вакуумной сушки) | | Кисломолочная продукция (кефир) |
| | | | Мед натуральной в индивидуальной упаковке | | |
| | | | или сок фруктовый | | |

| 7 день | 8 день | 2 недели | | 11 день | 12 день |
|--|--|---|---|---|--|
| | | 9 день | 10 день | | |
| Чахохбили "по-школьному" | Сочные биточки "по-домашнему" из мяса | Запеканка из творога | Рыба запеченная | Азу из мяса "По-новому" | Печень тушеная с овощами |
| или Мясо птицы в томатном соусе с сыром с макаронным гарниром | или Тефтели мясные | или Сырники из творога | или Рыба, запеченная с сыром | или Бефстроганов из мяса | или Бефстроганов из мяса |
| или Мясо птицы в сливочном соусе с макаронным гарниром (в ступе) | или Котлета мясная | или Запеканка творожная с сухофруктами и штрейзелем | или Запеканка картофельная с рыбой | или Поджарка из мяса | или Поджарка из мяса |
| или Мясо птицы в соусе Мак-н-чиз с макаронным гарниром | или Шницель из мяса натуральный | Сгущенное молоко | | или Плов из мяса | или Азу из мяса "По-новому" |
| или Пельмени из мяса птицы | или Тефтели мясные с брусничным соусом | или с Соусом ягодным | | или Гуляш из мяса * | или Печень по-Строгановски |
| или Фрикасе из мяса птицы | или Запеканка картофельная с мясом | или с Повидлом | | или Мясо тушеное с овощами | или Гуляш из мяса |
| или Фиде из мяса птицы запеченное с сыром | | или с Джемом | Пюре картофельное | или Ленивые голубцы | или Мясо тушеное с овощами |
| или Бедро запеченное | Картофельные шарики | | или Картофель тушеный | или Печень по-Строгановски | Овощи припущенные(без картофеля) |
| | или Картофель отварной | | или Картофель отварной | или Печень тушеная с овощами | или Овощи свежие |
| | или Картофель запеченный дольками | | или Картофель запеченный дольками | Рис припущенный | или Овощи тушеные |
| | или Пюре картофельное | | или Картофельные шарики | или Рис припущенный с овощами | |
| Макарона с сыром | или Картофель тушеный | | или Картофельные оладьи (вафли) | | |
| или Макароны в томатном соусе | или Картофельные оладьи (вафли) | | | | |
| Макаронные изделия отварные | | | | | |
| или Орзо отварные | | | | | |
| | | | | | |
| Напиток из сухофруктов | Чай с лимоном | Чай яблочно-смородиновый | Напиток теплый из вишни | Напиток теплый из кураги | или Какао молочного-шоколадный |
| или Напиток теплый из кураги | или Чай с апельсином | или Чай с ягодно-яблочной смесью | или Напиток теплый из брусники | или Напиток теплый из шиповника | Какао с молоком |
| или Напиток теплый из изюма | или Чай райбуш | или Чай яблочно-брусничный | или Напиток бруснично-вишневый | или Напиток теплый из изюма | или Какао-напиток молочный с зефирками |
| или Напиток теплый из шиповника | или Чай черный | или Чай яблочно-вишневый | или Напиток яблочно-вишневый | или Напиток из сухофруктов | |
| | или Чай зеленый | | или Напиток фруктовый (яблочный) | | |
| | или Чай гречишный | | или Напиток теплый смородиновый | | |
| | | | или Напиток бруснично-смородиновый | | |
| Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный |
| Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной |
| | | | | | |
| Масло сливочное порционное (в вид упаковке) | Овощные палочки | Масло сливочное порционное (в вид упаковке) | Блинчик | Сок овощной | |
| или Масло сливочное | или Овощи свежие порционно | или Масло сливочное | или Блины со сгущенкой | или Салат Витаминный из квашеной капусты с зеленым луком с маслом растительным | |
| | или Овощи вакуумной сушки/сушеные | | или Блины с яблочной начинкой и бананом | или Салат из свежих овощей | |
| | или Сок овощной | | или Блины с абрикосовой начинкой | или Салат Витаминный из свежей капусты и свежих овощей с маслом растительным | |
| | или Нектар овощной | | или Блины с вишневой начинкой | или Овощи вакуумной сушки/сушеные | |
| | | | или Блины с яблочной начинкой | или Нектар овощной | |
| | | | или Блинчик с джемом | | |
| | | | или Блинчик с медом | | |
| | | | или Круассан | | |
| Молоко витаминизированное | | Фрукт (яблочные дольки или яблоко, или банан, или апельсин, или сезонный фрукт/сухофрукт/фрукт вакуумной сушки) | | Фрукт (яблочные дольки или яблоко, или банан, или апельсин, или сезонный фрукт/сухофрукт/фрукт вакуумной сушки) | Кисломолочная продукция (кефир) |
| или Молоко йодированное | | | | или сок фруктовый | |

| 13 день | 14 день | 3 неделя | | 16 день | 17 день | 18 день |
|---|--|--|--|---|---|---------|
| Фрикасе из мяса птицы | Каша пшеница с бананом | или Печень по-Строгоновски | Тефтели мясные | Запеканка творожная с сухофруктами и шпиком | Рыбные палочки/галеты | |
| или Мясо птицы в томатном соусе с сыром и макаронным гарниром | Каша молочная ячневая с маслом | или Бефстроганов из мяса | или Котлета мясная | или Сырники из творога | или Котлета рыбная | |
| или Мясо птицы в сливочном соусе с макаронным гарниром (в стиле Альфредо) | или Каша молочная пшеничная с маслом | или Поджарка из мяса | или Сочные биточки "по-домашнему" из мяса | или Запеканка из творога | или Запеканка картофельная с рыбой | |
| или Мясо птицы в соусе Мак-н-чи с макаронным гарниром | или Каша молочная рисовая (жидкая) с маслом | или Азу из мяса "По-новому" | или Тефтели мясные с брусничным соусом | Сгущенное молоко | | |
| или Пельмени из мяса птицы | или Каша молочная кукурузная (жидкая) с маслом | или Печень тушеная с овощами | или Ленивые голубцы | или с Соусом ягодным | | |
| или Чахохбили "по-школьному" | или Каша молочная пшеница с маслом | или Гуляш из мяса | или Шницель из мяса натуральный | или с Повидлом | | |
| или Филе из мяса птицы запеченное с сыром | или Каша "Дружба" со сливочным маслом | или Говядина с картошкой в стиле Шурпа | Гречка отварная с овощами | или с Джемом | или Запеканка картофельная с рыбой | |
| или Бедро запеченное | или Каша молочная Геркулесовая с маслом | или Жаркое "По-домашнему" с мясом | или Гречка отварная | | Овощи тушеные(без картофеля) | |
| | | | или Рис припущенный | | или Овощи припущенные | |
| | | | или Рис припущенный с овощами | | или Овощи свежие | |
| | | Картофель тушеный | | | | |
| | | или Пюре картофельное | | | | |
| Макаронные изделия с сыром | | или Картофель отварной | | | | |
| или Макаронные изделия в томатном соусе | | или Картофельные шарики | | | | |
| Макаронные изделия отварные | | | | | | |
| или Окро отварные | Кофейный напиток с молоком | Напиток теплый из курала | Напиток теплый из брусники | Чай с ягодно-яблочной смесью | Кофейный напиток с молоком | |
| Чай яблочно-брусничный | или Цикорий с молоком | или Напиток теплый из шиповника | или Напиток теплый из вишни | или Чай яблочно-брусничный | или Цикорий с молоком | |
| или Чай с ягодно-яблочной смесью | или Кофейный напиток с цикорием | или Напиток теплый из мака | или Напиток яблочно-вишневый | или Чай яблочно-смородиновый | или Кофейный напиток с цикорием | |
| или Чай яблочно-смородиновый | | или Напиток из сухофруктов | или Напиток бруснично-смородиновый | или Чай яблочно-вишневый | | |
| или Чай яблочно-вишневый | | | или Напиток бруснично-вишневый | | | |
| Хлеб пшеничный | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| Хлеб пшеничный | Хлеб ржаной | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | |
| Хлеб ржаной | | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | | Хлеб ржаной | |
| | | | | | | |
| | Масло сливочное порционное (в инд.упаковке) | | | Масло сливочное порционное | | |
| | или Масло сливочное | | | или Масло сливочное | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| Кондитерские изделия | Кисломолочная продукция (йогурт обогащенный, питьевой йогурт, сметана, ряженка, кефир) | Молоко витаминизированное | Творог в индивидуальной упаковке (творожок в индивидуальной упаковке, творожный десерт в индивидуальной упаковке, мягкий творог в индивидуальной упаковке) | Фрукт (яблочное пюре или яблоко, или Банан, или апельсин, или сезонный фрукт/сухофрукт/фрукт вакуумной сушки) | Мед натуральный в индивидуальной упаковке | |
| | или сок фруктовый | или Молоко йодированное | | или сок фруктовый | Кисломолочная продукция (кефир) | |
| | | | | | | |

4 неделя

| 19 день | 20 день | 21 день | 22 день | 23 день | 24 день |
|---|---|--|---|---|---|
| Каша рисовая с маком и джемом | Чахохбили "по-школьному" | Бефстроганов из мяса | Шницель из мяса | Рыба запеченная | Омлет запеченный с сыром |
| Каша молочная ячневая с маслом | или Фрикасе из мяса птицы | или Поджарка из мяса | или Сочные биточки "по-домашнему" из мяса | или Рыба, запеченная с сыром | или Сирэмбл с томатом свежим |
| или Каша молочная пшеничная с маслом | | или Гуляш из мяса | или Тефтели мясные с брусничным соусом | | или Омлет запеченный натуральный |
| или Каша молочная рисовая (жидкая) с маслом | или Филе из птицы запеченное с овощами и сыром | или Азу из мяса "По-новому" | или Ленивые голубцы | | или Омлет запеченный с сыром и помидорами |
| или Каша молочная кукурузная (жидкая) с маслом | | или Говядина с картошкой в стиле Шурпа | или Тефтели мясные | | |
| или Каша "Дружба" со сливочным маслом | | или Печень по-Строгоновски | Гречка отварная с овощами | | |
| или Каша молочная пшеничная с маслом | Овощи припущенные | или Печень тушеная с овощами | или Перловка отварная с овощами | или Запеканка картофельная с рыбой | |
| или Каша молочная Геркулесовая с маслом | Овощи тушеные(без картофеля) | или Мясо тушеное с овощами | или Гречка отварная | Картофель тушеный | |
| | или Овощи свежие | или Жаркое "По-домашнему" с мясом | или Полба припущенная | или Пюре картофельное | |
| | | или Запеканка картофельная с мясом | или Каша вязкая гречневая с сыром (Гачетто) | или Картофель отварной | |
| | | Картофель запеченный дольками | или Каша вязкая перловая с сыром (Педлотто) | или Картофель запеченный дольками | |
| | | или Пюре картофельное | | или Картофельные шарики | |
| | | или Картофель отварной | | или Картофельные оладьи (вафли) | |
| | | или Картофель тушеный | | | |
| | | или Картофельные шарики | | | |
| | | или Картофельные оладьи (вафли) | | | |
| Какао с молоком | Напиток из сухофруктов | Чай с лимоном | Напиток яблочно-вишневый | Чай с ягодно-яблочной смесью | Кофейный напиток с цикорием |
| или Какао молочно-шоколадный | или Напиток теплый из кураги | или Чай ройбуш | или Напиток бруснично-смородиновый | или Чай яблочно-брусничный | или Кофейный напиток с молоком |
| или Какао-напиток молочный с зефирками | или Напиток теплый из изюма | или Чай с апельсином | или Напиток бруснично-вишневый | или Чай яблочно-вишневый | или Цикорий с молоком |
| | или Напиток теплый из шиповника | или Чай черный | или Напиток теплый из брусники | или Чай яблочно-смородиновый | |
| | | или Чай зеленый | или Напиток фруктовый (яблочный) | | |
| | | или Чай гречишный | или Напиток теплый смородиновый | | |
| | | | или Напиток теплый из вишни | | |
| Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | Хлеб ржаной |
| | | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | |
| | | | | | |
| Блины со стуженкой | Масло сливочное порционное (в инд. упаковке) | Овощные палочки | | Салат из свеклы с маслом растительным | Сыр порционный плавяный |
| или Блины с яблочной начинкой | Масло сливочное | или Овощи свежие порционно | | или Овощная нарезка с маслом растительным | или Сыр нарезка |
| или Блины с яблочной начинкой и бананом | | или Овощи вакуумной сушки/сушеные | | Кондитерское изделие | или Тост с сыром |
| или Блины с абрикосовой начинкой | | или Сок овощной | | | |
| или Блины с вишневой начинкой | | или Нектар овощной | | | |
| или Блиничик | | Итого за прием | | | |
| или Блиничик с джемом | | | | | |
| или Блиничик с медом | | | | | |
| или Круассан | | | | | |
| Фрукт (яблочные дольки или яблоко, или банан, или апельсин, или сезонный фрукт/сухофрукт/фрукт вакуумной сушки) | Кисломолочная продукция (йогурт обогащенный, питьевой йогурт, снежок, ряженка, кефир) | | Молоко витаминизированное | | Фрукт (яблочные дольки или яблоко, или банан, или апельсин, или сезонный фрукт/сухофрукт/фрукт вакуумной сушки) |
| | | | или Молоко йодированное | | |

**Распределение энергетической ценности (калорийности) горячего
завтрака**

| Суточная потребность в пищевых дНИ | Завтрак | | Средняя калорийность за 6 дней (1 неделя) |
|---|---------------|--------------|--|
| | ккал | % | |
| | | 25% | |
| 1 | 675,83 | 24,85 | |
| 2 | 663,53 | 24,39 | |
| 3 | 655,28 | 24,09 | |
| 4 | 639,99 | 23,53 | |
| 5 | 677,26 | 24,90 | |
| 6 | 691,93 | 25,44 | |
| | 667,30 | 24,53 | 667,30 |
| 7 | 681,74 | 25,06 | |
| 8 | 671,23 | 24,68 | |
| 9 | 714,82 | 26,28 | |
| 10 | 686,00 | 25,22 | |
| 11 | 735,07 | 27,02 | |
| 12 | 694,68 | 25,54 | |
| | 697,26 | 25,63 | 697,69 |
| 13 | 679,39 | 24,98 | |
| 14 | 710,93 | 26,14 | |
| 15 | 673,22 | 24,75 | |
| 16 | 659,70 | 24,25 | |
| 17 | 782,35 | 28,76 | |
| 18 | 676,63 | 24,88 | |
| | 697,04 | 25,63 | 700,44 |
| 19 | 684,93 | 25,18 | |
| 20 | 694,67 | 25,54 | |
| 21 | 701,06 | 25,77 | |
| 22 | 699,29 | 25,71 | |
| 23 | 772,29 | 28,39 | |
| 24 | 690,55 | 25,39 | |
| | 707,13 | 26,00 | 697,42 |
| Итого | 692,18 | 25,45 | 690,71 |

Распределение пищевых веществ горячего завтрака

| дни | Завтрак | | |
|--------------|--------------|--------------|--------------|
| | Белки | Жиры | Углеводы |
| 1 | 14,85 | 25,72 | 91,22 |
| 2 | 21,50 | 21,70 | 92,68 |
| 3 | 20,34 | 17,88 | 98,69 |
| 4 | 21,79 | 17,98 | 93,81 |
| 5 | 16,87 | 24,42 | 89,12 |
| 6 | 22,85 | 28,31 | 83,51 |
| | 19,70 | 22,67 | 91,51 |
| 7 | 25,89 | 24,03 | 84,32 |
| 8 | 19,89 | 19,37 | 101,39 |
| 9 | 30,55 | 31,55 | 79,30 |
| 10 | 32,14 | 19,59 | 91,11 |
| 11 | 20,19 | 22,72 | 103,02 |
| 12 | 27,91 | 19,72 | 94,05 |
| | 26,10 | 22,83 | 92,20 |
| 13 | 28,89 | 24,03 | 82,39 |
| 14 | 15,75 | 25,75 | 94,02 |
| 15 | 25,38 | 15,73 | 99,71 |
| 16 | 20,08 | 20,15 | 91,52 |
| 17 | 26,87 | 31,36 | 123,79 |
| 18 | 19,28 | 15,79 | 98,89 |
| | 22,71 | 22,14 | 98,39 |
| 19 | 16,88 | 20,05 | 105,40 |
| 20 | 20,37 | 23,81 | 90,40 |
| 21 | 19,16 | 25,44 | 92,02 |
| 22 | 22,38 | 22,93 | 97,03 |
| 23 | 30,02 | 23,88 | 104,47 |
| 24 | 22,11 | 26,85 | 70,72 |
| | 21,82 | 23,83 | 93,34 |
| Итого | 22,58 | 22,86 | 93,86 |