УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы: Ф.Б. Брагинова

Приказ от 28.10.2020г. № 192/1-од

ПРИМЕРНОЕ 10 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ №2090 от 28.10.2020г

(к меню № 10-ШК/2409-08/32 от 22.09.2014 (завтрак, обед))
имеющего экспертное заключение, выданное ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Тюменской области»)

для питания обучающихся с 12 до 18 лет
с заболеванием сахарный диабет
горячий завтрак, второй завтрак и обед (осенне-зимний сезон)

с расчетом содержания пищевой и энергетической ценности
(белков, жиров, углеводов, калорийности, минеральных веществ и витаминов)
в блюдах и кулинарных изделиях

г. Тюмень, 2020г.

Аннотация

Примерное 10 – ти дневное меню разработано для питания детей школьного возраста (с 12 до 18 лет) с заболеванием сахарный диабет в общеобразовательном учреждении. Приемы пищи – **горячий завтрак, второй завтрак, обед.**

В основное меню внесены изменения и дополнения для обеспечения питанием детей с заболеванием сахарный диабет в соответствие с Приложением № 1 МР 2.4.0162-19. 2.4. Гигиена детей и подростков. Особенности организации питания детей, страдающих сахарным диабетом и иными заболеваниями, сопровождающимися ограничениями в питании (в образовательных и оздоровительных организациях). Методические рекомендации" (утв. Главным государственным санитарным врачом РФ 30.12.2019).

ПЕРЕЧЕНЬ
ПИЩЕВОЙ ПРОДУКЦИИ, КОТОРАЯ НЕ ДОПУСКАЕТСЯ В ПИТАНИИ
ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

1. С сахарным диабетом:

1) жирные виды рыбы;

2) мясные и рыбные консервы;

3) сливки, жирные молочные продукты, соленые сыры, сладкие сырки;

4) жиры животного происхождения отдельных пищевых продуктов;

5) яичные желтки;

6) молочные супы с добавлением манной крупы, риса, макарон;

7) жирные бульоны;

8) пшеничная мука, сдобное и слоеное тесто, рис, пшенная крупа манная крупа, макароны;

9) овощи соленые;

10) сахар, кулинарные изделия, приготовленные на сахаре, шоколад, виноград, финики, изюм, инжир, бананы, хурма и ананасы;

11) острые, жирные и соленые соусы;

12) сладкие соки и промышленные сахарсодержащие напитки.

Предусмотрена замена макаронных изделий из муки пшеничной на макаронные изделия диабетического назначения.

Применять в соответствии с рекомендациями п.3.3. ….Для детей с пищевой аллергией к имеющемуся в организации цикличному меню разрабатывается приложение к нему с заменой продуктов и блюд, исключающих наличие в меню пищевых аллергенов. "МР 2.4.0162-19. 2.4. Гигиена детей и подростков. Особенности организации питания детей, страдающих сахарным диабетом и иными заболеваниями, сопровождающимися ограничениями в питании (в образовательных и оздоровительных организациях). Методические рекомендации" (утв. Главным государственным санитарным врачом РФ 30.12.2019).

Меню содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности, включая содержание витаминов и минеральных веществ в каждом готовом блюде и кулинарном изделии. Расчеты проведены на программном комплексе: «Система расчетов для общественного питания», одобренной Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (свидетельство №32 от 11.06.2009 г.)

Меню разработано на основании **Сборников технологических нормативов** и в соответствии с требованиями **СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно – эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования» (далее - СанПиН 2.4.5.2409-08).**

- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, I часть - М.: Хлебпродинформ, 1996 г **(№ рец. – 1996);**
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах — М.: Хлебпродинформ, 2004г **(№ рец. – 2004);**

- Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции общественного питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, Том 1,2 – Москва, 2006г **(№ рец. – 2006, Москва);**
- Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, I часть, II часть — Пермь: Уральский институт питания, 2001г **(№рец.-2001, Пермь)**;
- Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях, г. Екатеринбург (экспертное заключение ФГУЗ «Центра гигиены и эпидемиологии в Свердловской области» №02-01-12-13-01/276), 2011г **(№ рец. – 2011, Екатеринбург).**
- Сборник технических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной – Пермь, ООО «Уральский региональный центр питания» ГБОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е.А. Вагнера», 2013г **(№ рец. – 2013, Пермь);**
- Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, I часть, II часть — Пермь: Уральский институт питания, 2004г **(№рец.-2004, Пермь)**;
- Картотека блюд лечебного и рационального питания, - Екатеринбург, 1995 **(№ рец. – 1995, Картотека блюд**).

Блюда и кулинарные изделия следует изготавливать строго по **технологическим и технико-технологическим картам**.

Качество и безопасность продукции, произведенной по рецептурам меню, гарантируется только при строгом соблюдении: **санитарных норм и правил, правил технологии приготовления блюд и изделий, последовательности технологических процессов, температурного режима, взаимозаменяемости продуктов, кулинарного назначения мясных и рыбных полуфабрикатов, указанных в технологических картах.**

Нормы вложения продуктов массой брутто в рецептурах меню рассчитаны на стандартное сырье следующих кондиций:

- Говядина полуфабрикат или говядина 1 категории;
- Мясо птицы;
- Колбасные изделия (сосиски, сардельки, колбаса вареная);
- Рыба мороженная, крупная, неразделанная или потрошенная, конкретно для данного блюда;
- В рецептурах предусмотрено использование: томатного пюре с содержанием сухих веществ 12%, яиц куриных средней массой 40 г без скорлупы;
- Для овощей приняты нормы отходов соответствие с **Приложением №24** Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий 1996 г, необходимо строго следить за пересчетом процента отходов для расчета сырья по овощам, в соответствии с сезонностью.
- Соль в рецептурах меню и технологических карт указана для приготовления молочных каш и мучных изделий, закладка соли и специй (лавровый лист), предусмотренная в рецептурах блюд и кулинарных изделий не должна превышать норму потребления в день.
- При приготовлении блюд, предусматривающих замену продуктов, использована **таблица № 26 «Нормы взаимозаменяемости продуктов при приготовлении блюд».**

Кроме того, в меню использованы: хлеб и хлебобулочные изделия с содержанием витаминов и минералов, фрукты в свежем виде. Для дополнительного обогащения рациона микронутриентами могут быть использованы в меню специализированные продукты питания, обогащенные микронутриентами, а также инстантные витаминизированные напитки промышленного выпуска и витаминизация третьих блюд специальными витаминно-минеральными премиксами.

Продукты, входящие в состав рецептур блюд и кулинарных изделий согласно меню, указаны **в граммах**, кроме жидкости (сок, молоко, кисломолочный продукты, вода питьевая), которые указаны **в миллилитрах**.

При кулинарной обработке пищевых продуктов необходимо строго соблюдать санитарно-эпидемиологические требования к технологическим процессам приготовления блюд:

- при изготовлении вторых блюд из вареного мяса, птицы, рыбы или отпуске вареного мяса (птицы) к первым блюдам, порционированное мясо обязательно подвергают вторичному кипячению в бульоне в течение 5-7 минут;
- порционированное для первых блюд мясо может до раздачи храниться в бульоне на горячей плите или мармите (не более 1 часа);
- при перемешивании ингредиентов, входящих в состав блюд, необходимо пользоваться кухонным инвентарем, не касаясь продукта руками;
- при изготовлении картофельного (овощного) пюре следует использовать механическое оборудование;
- масло сливочное, используемое для заправки гарниров и других блюд, должно предварительно подвергаться термической обработке (растапливаться и доводиться до кипения);
- яйцо варят в течение 10 минут после закипания воды;
- яйцо рекомендуется использовать для приготовления блюд из яиц, а также в качестве компонента в составе блюд;
- омлеты и запеканки, в рецептуру которых входит яйцо, готовят в жарочном шкафу, омлеты – в течение 8-10 минут при температуре 180-200 С, слоем не более 2,5-3 см; запеканки – 20-30 минут при температуре 220-280 С, слоем не более 3-4 см; хранение яичной массы осуществляется не более 30 минут при температуре не выше 4±2ºС;
- вареные колбасы, сардельки и сосиски варят не менее 5 минут после закипания;
- гарниры из риса и макаронных изделий варят в большом объеме воды (в соотношении не менее 1:6) без последующей промывки;
- салаты заправляют непосредственно перед раздачей.

Готовые первые и вторые блюда могут находиться на мармите или горячей плите не более 2-х часов с момента изготовления либо в изотермической таре (термосах) - в течение времени, обеспечивающего поддержание температуры не ниже температуры раздачи, но не более 2-х часов. Подогрев остывших ниже температуры раздачи готовых горячих блюд не допускается.

Горячие блюда (супы, соусы, напитки) при раздаче должны иметь температуру не ниже 65 °С, вторые блюда и гарниры - не ниже 65 °С, холодные супы, напитки - не выше 15 °С.

Холодные закуски должны выставляться в порционированном виде в охлаждаемый прилавок-витрину и реализовываться в течение одного часа.

Готовые к употреблению блюда из сырых овощей могут храниться в холодильнике при температуре 4 +/- 2 °С не более 30 минут.

Свежую зелень закладывают в блюда во время раздачи.

Использование сметаны и майонеза для заправки салатов не допускается.

Приготовление блюд должен соблюдаться принцип «щадящего питания»: для тепловой обработки применяется варка, запекание, припускание, тушение, приготовление на пару, приготовление в конвектомате; при приготовлении блюд не допускается жарка.

В целях профилактики гиповитаминозов проводят круглогодичную искусственную **витаминизацию холодных напитков** (компоты, кисели и др.) аскорбиновой кислотой, в соответствии санитарными правилами. Витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом). Подогрев витаминизированной пищи не допускается.

В соответствии с временными рекомендациями **«Ассортимент и технология производства кулинарной продукции для питания детей и подростков в организованных**

Продукты, входящие в состав рецептур блюд и кулинарных изделий согласно меню, указаны **в граммах**, кроме жидкости (сок, молоко, кисломолочный продукты, вода питьевая), которые указаны **в миллилитрах**.

При кулинарной обработке пищевых продуктов необходимо строго соблюдать санитарно-эпидемиологические требования к технологическим процессам приготовления блюд:

- при изготовлении вторых блюд из вареного мяса, птицы, рыбы или отпуске вареного мяса (птицы) к первым блюдам, порционированное мясо обязательно подвергают вторичному кипячению в бульоне в течение 5-7 минут;
- порционированное для первых блюд мясо может до раздачи храниться в бульоне на горячей плите или мармите (не более 1 часа);
- при перемешивании ингредиентов, входящих в состав блюд, необходимо пользоваться кухонным инвентарем, не касаясь продукта руками;
- при изготовлении картофельного (овощного) пюре следует использовать механическое оборудование;
- масло сливочное, используемое для заправки гарниров и других блюд, должно предварительно подвергаться термической обработке (растапливаться и доводиться до кипения);
- яйцо варят в течение 10 минут после закипания воды;
- яйцо рекомендуется использовать для приготовления блюд из яиц, а также в качестве компонента в составе блюд;
- омлеты и запеканки, в рецептуру которых входит яйцо, готовят в жарочном шкафу, омлеты – в течение 8-10 минут при температуре 180-200 С, слоем не более 2,5-3 см; запеканки – 20-30 минут при температуре 220-280 С, слоем не более 3-4 см; хранение яичной массы осуществляется не более 30 минут при температуре не выше 4±2ºС;
- вареные колбасы, сардельки и сосиски варят не менее 5 минут после закипания;
- гарниры из риса и макаронных изделий варят в большом объеме воды (в соотношении не менее 1:6) без последующей промывки;
- салаты заправляют непосредственно перед раздачей.

Готовые первые и вторые блюда могут находиться на мармите или горячей плите не более 2-х часов с момента изготовления либо в изотермической таре (термосах) - в течение времени, обеспечивающего поддержание температуры не ниже температуры раздачи, но не более 2-х часов. Подогрев остывших ниже температуры раздачи готовых горячих блюд не допускается.

Горячие блюда (супы, соусы, напитки) при раздаче должны иметь температуру не ниже 65 °С, вторые блюда и гарниры - не ниже 65 °С, холодные супы, напитки - не выше 15 °С.

Холодные закуски должны выставляться в порционированном виде в охлаждаемый прилавок-витрину и реализовываться в течение одного часа.

Готовые к употреблению блюда из сырых овощей могут храниться в холодильнике при температуре 4 +/- 2 °С не более 30 минут.

Свежую зелень закладывают в блюда во время раздачи.

Использование сметаны и майонеза для заправки салатов не допускается.

Приготовление блюд должен соблюдаться принцип «щадящего питания»: для тепловой обработки применяется варка, запекание, припускание, тушение, приготовление на пару, приготовление в конвектомате; при приготовлении блюд не допускается жарка.

В целях профилактики гиповитаминозов проводят круглогодичную искусственную **витаминизацию холодных напитков** (компоты, кисели и др.) аскорбиновой кислотой, в соответствии санитарными правилами. Витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом). Подогрев витаминизированной пищи не допускается.

В соответствии с временными рекомендациями **«Ассортимент и технология производства кулинарной продукции для питания детей и подростков в организованных**

коллективах» утвержденными Главным государственным санитарным врачом по Тюменской области (приказ №138 от 13.09.2006), **СанПиН 2.3.2.1293-03 «Гигиенические требования по применению пищевых добавок», п. 2.12.1:**

- Томатное пюре, джем, повидло, кисели и др. продукты использовать без консервантов и искусственных добавок.
- Консервированные овощи (кукуруза, зеленый горошек) для приготовления салатов использовать после термической обработки.
- Консервированные, соленые овощи (огурцы, томаты) для приготовления салатов и других блюд использовать без добавления уксуса, не являющимися закусочными консервами.
- Чеснок добавлять с учетом индивидуальной переносимости.

В приготовлении блюд использовать только йодированную соль, соответствующую требованиям государственных стандартов. Соль в меню включена в состав рецептур блюд (каши, выпечные изделия), в другие блюда закладка соли осуществляется с закладкой с учетом приготовления качественных по органолептическим показателям **в меру соленых блюд.**

Следует учитывать, что выход фруктов и кондитерских изделий дан в меню ориентировочно. При формировании меню необходимо определять фактический выход фруктов и кондитерских изделий.

Разработчик АУ ТО «Центр технологического контроля»
г. Тюмень ул. Мельникайте 107/1, тел. 8 (3452) 209839, 209147

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий, 1996 г.
таблица № 28

Извлечение

Расход соли и специй при приготовлении блюд и изделий

Блюда	Наименование специй	
	Соль, г	Лавровый лист, г
1	2	5
1. **Холодные блюда (на порцию)**	2—3	0,01
2. **Супы (на 1000 г)'**	6—10	0,04
3. **Блюда из овощей (варка) на 1 л воды**	10	—
4. **Блюда из круп (на 1 кг крупы)**		
гречневая каша:		
рассыпчатая из ядрицы	21	—
вязкая	40	—
пшенная каша:		
рассыпчатая	25	—
вязкая	40	—
рисовая каша:		
рассыпчатая	28	—
вязкая	45	—
перловая каша:		
рассыпчатая	30	—
вязкая	45	—
овсяная каша вязкая	40	—
манная каша вязкая	45	—
кукурузная каша:		
рассыпчатая	30	—
вязкая	35	
5. **Блюда из бобовых (на 1 порцию отварных бобов)**	3—4	—
6. **Блюда из макаронных изделий (варка) на I кг изделий**	30	
7. **Блюда из яиц (на 1 шт.)**	0,25	
8. **Блюда из творога (на 1 кг)**	10	
9. **Блюда из рыбы и морепродуктов (на 1 порцию)**	3	0,01
10. **Блюда из мяса (на 1 порцию)**	4	0,02
11. **Блюда из сельскохозяйственной птицы (на 1 порцию)**	3—5	0,02

[1] Норма закладки соли в молочных супах — 6 г на **1000 г.**

Распределение энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи с 12 до 18 лет с заболеванием сахарный диабет (осенне-зимний сезон)

Суточная потребность в энергетической ценности при заболевании сахарный диабет (2500 ккал) *	Завтрак, 2 завтрак ккал	% выполнения	Обед, ккал	% выполнения	Итого, ккал	% выполнения	Потребление хлеба ржаного или ржаного с отрубями в день, г
	25% от суточного рациона		35% от суточного рациона		60% от суточного рациона		
	625		**875**		**1500**		
1 день	637	25	854	34	1491	60	160
2 день	609	24	905	36	1514	61	140
3 день	600	24	883	35	1483	59	140
4 день	635	25	838	34	1473	59	135
5 день	595	24	915	37	1510	60	115
6 день	595	24	850	34	1445	58	140
7 день	651	26	892	36	1544	62	156
8 день	616	25	896	36	1511	60	140
9 день	653	26	880	35	1533	61	120
10 день	608	24	870	35	1478	59	140
итого в среднем за день	**620**	**25**	**878**	**35**	**1498**	**60**	**139**

* Сборник технических нормативов. "Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий диетического питания" Приложение 3 "Суточная потребность в пищевых веществах и энергии в среднем для отдельных диет"

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

ПРИМЕРНОЕ 10-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ № 2090 от 28.10.2020 г.

для питания обучающихся с 12 до 18 лет с заболеванием сахарный диабет

горячий завтрак, второй завтрак и обед (осенне-зимний сезон)

Данное меню скорректировано из утвержденного ранее

10 –ти дневного меню № 10-ШК/2409-08/32 от 22.09.2014 (завтрак, обед)

имеющего экспертное заключение, выданное ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Тюменской области»

Меню содержит обязательные вложения - титульный лист, аннотацию, таблицу по расходу специй и соли, таблицу распределения энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи

1 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
								Витамины				Минералы, мг			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Е, мг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				***34***	***39***	***37***	***637***	***2***	***0***	***1***	***3***	***660***	***666***	***70***	***5***
Бутерброд с сыром (№3-2004)			**20/15**	**6,7**	**5,4**	**7,4**	**105**	**0,14**	**0,04**	**0,41**	**0,34**	**251,00**	**134,64**	**17,25**	**0,53**
хлеб ржаной или ржаной с отрубями	20	20													
сыр несоленый, нежирный	16	15													
Омлет натуральный с маслом (р.340-2004)			**200**	**17,1**	**25,2**	**2,9**	**307**	**0,42**	**0,14**	**0,41**	**2,37**	**130,06**	**266,32**	**17,41**	**2,53**
яйцо куриное	145	145													
молоко питьевое	57	57													

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 2090 от 28.10.2020г.
АУ ТО «Центр технологического контроля»

масло сливочное (несоленое)	4	4													
масса готового омлета		190													
масло сливочное (несоленое) на полив при подаче	10	10													
Кофейный напиток (№253-2004, Пермь)			**200**	**1,9**	**1,7**	**2,4**	**33**	**0,26**	**0,02**	**0,01**	**0,00**	**58,64**	**41,85**	**6,65**	**0,09**
кофейный напиток	3	3													
без сахара															
молоко питьевое	50	50													
или молоко концентрированное	23	23													
или молоко сухое	6	6													
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями			**40**	**2,7**	**0,6**	**14,8**	**75**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**13,60**	**63,2**	**18,80**	**1,52**
2 завтрак															
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, простокваша) без фруктового наполнителя (№517-2013, Пермь)	207	200	**200**	**5,5**	**6,4**	**9,4**	**117**	**1,07**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**206,7**	**160,00**	**10,00**	**0,19**
ОБЕД				***38***	***27***	***116***	***854***	***140***	***1***	***0***	***7***	***195***	***567***	***127***	***8***
Салат из белокочанной капусты с морковью (№4-2001, Пермь)			**100**	**1,6**	**6,0**	**8,1**	**93**	**37,43**	**0,03**	**0,00**	**2,88**	**42,18**	**30,95**	**16,85**	**0,58**
капуста свежая белокочанная (стертая с солью)	168	85													
морковь до 01.01.-20%	16	13													
с 01.01 - 25%	17	13													

капуста и морковь старого урожая используется в сыром виде до 1 марта, с 1 марта только капуста или морковь нового урожая или другой салат															
без сахара															
масло растительное	6	6													
зелень свежая (петрушка, укроп)	4	3													
ИЛИ															
Салат из квашеной капусты с луком (№7-2001, Пермь)			**100**	**2,0**	**6,0**	**4,5**	**80**	**40,68**	**0,04**	**0,00**	**3,06**	**43,18**	**36,95**	**18,23**	**0,98**
капуста квашеная	126	88													
лук репчатый	12	10													
или лук зеленый	12,5	10													
лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый															
масло растительное	6	6													
зелень свежая (петрушка, укроп)	4	3													
Уха рыбацкая (№181-1996)			**250/40**	**6,8**	**4,9**	**10,2**	**112**	**2,61**	**0,14**	**0,02**	**0,18**	**20,45**	**92,62**	**10,77**	**0,65**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	80	60													
01.11.-31.12. -30%	86	60													
01.01-29.02 - 35%	92	60													
01.03. - 40%	100	60													

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

лук репчатый	19	16													
масло сливочное (несоленое)	5	5													
горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	69	48													
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	66	49													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
или зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2													
Кнели из говядины припущенные №379-2013, Пермь			**100**	**15,4**	**9,1**	**0,6**	**146**	**0,50**	**0,07**	**0,02**	**0,50**	**58,00**	**188,00**	**24,00**	**2,40**
говядина 1 категории	121	89													
или говядина полуфабрикат	105	89													
или фарш промышленного производства	89	89													
вода питьевая	20	20													
лук репчатый	7	6													
яйцо куриное	6	6													
масло растительное для смазки емкости	2	2													
Макароны отварные с подгарнировкой (№332-2004)			**180**	**5,8**	**5,2**	**30,0**	**190**	**11,96**	**0,23**	**0,01**	**0,82**	**21,25**	**87,50**	**24,45**	**0,09**
макароны диабетические (или макаронные изделия из муки грубого помола)	46	46													
масло сливочное (несоленое)	6	6													

Горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	77	50													
или огурцы свежие парниковые	51	50													
или огурцы свежие грунтовые	53	50													
Отвар из плодов шиповника (№705-2004)			**200**	**0,72**	**0,24**	**11,6**	**51**	**79,20**	**0,01**	**0,00**	**1,68**	**13,10**	**3,47**	**3,55**	**0,19**
шиповник	30	30													
без сахара															
Фрукт (кроме - абрикосов, винограда, изюма, бананов, инжира, фиников, урюка) №458-2006, Москва			**150**	**0,5**	**0,0**	**18,0**	**74**	**8,5**	**0,1**	**0,0**	**0,8**	**5,8**	**6,3**	**0,0**	**0,2**
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями			**100**	**6,7**	**1,5**	**37,0**	**188**	**0,12**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**34,00**	**158,0**	**47,00**	**3,80**
ИТОГО:				***71***	***66***	***152***	***1491***	***142***	***1***	***1***	***10***	***855***	***1233***	***197***	***13***

2 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
								Витамины				Минералы, мг			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Е, мг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				***22***	***25***	***74***	***609***	***1***	***3***	***0***	***1***	***569***	***574***	***80***	***3***
Бутерброд с маслом (№1-2004)			**20/10**	**1,6**	**7,4**	**7,4**	**103**	**0,00**	**0,02**	**0,00**	**0,64**	**6,40**	**16,00**	**2,80**	**0,20**
хлеб ржаной или ржаной с отрубями	20	20													

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

масло сливочное (несоленое)	10	10													
Каша пшенная жидкая, с маслом (№311-2004)			**200/5**	**8,3**	**8,8**	**22,2**	**201**	**0,90**	**0,20**	**0,10**	**0,00**	**215,50**	**246,20**	**20,10**	**1,00**
крупа пшено	30	30													
без сахара															
молоко питьевое	178	178													
или молоко концентрированное	82	82													
или молоко сухое	21	21													
масло сливочное (несоленое)	5	5													
Чай с молоком (№630-1996)			**200**	**2,6**	**2,5**	**4,7**	**52**	**0,20**	**0,02**	**0,00**	**0,00**	**93,30**	**68,38**	**10,60**	**0,12**
чай - заварка	0,5	0,5													
без сахара															
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями			**40**	**2,7**	**0,6**	**14,8**	**75**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**13,60**	**63,2**	**18,80**	**1,52**
2 завтрак															
Молоко кипячёное №260-2001, Пермь	211	200	**200**	**5,8**	**5,0**	**9,4**	**106**	**0,02**	**2,60**	**0,04**	**0,00**	**240,00**	**180,00**	**28,00**	**0,12**

Хлебцы для диетического питания (отрубные или ржаные или гречневые или др.)			**40**	**1,5**	**0,5**	**15,4**	**72**								
ОБЕД				***37***	***36***	***108***	***905***	***16***	***10***	***1***	***5***	***245***	***450***	***117***	***9***
Икра кабачковая промышленного производства для детского питания №101-2004	105	100	**100**	**1,5**	**5,3**	**7,3**	**82**	**5,0**	**0,0**	**0,0**	**1,8**	**28,2**	**29,5**	**0,0**	**0,8**
зелень свежая (петрушка, укроп)	2	1,5													
ИЛИ															
Овощи свежие (огурцы) №70-2006, Москва			**100**	**0,7**	**0,1**	**1,9**	**11**	**7,00**	**0,03**	**0,00**	**0,00**	**17,00**	**30,00**	**14,00**	**0,50**
огурцы свежие грунтовые	105	100													
или огурцы свежие парниковые	102	100													
Суп гороховый на вегетарианском бульоне с гренками ржаными, с мясом (№37-2001, Пермь)			**250/10/10**	**5,8**	**5,0**	**24,2**	**165**	**1,72**	**0,20**	**0,14**	**0,36**	**26,91**	**85,00**	**30,54**	**1,80**
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	53	40													
01.11.-31.12. -30%	57	40													
01.01-29.02 - 35%	62	40													
01.03. - 40%	67	40													
горох лущёный	20	20													
лук репчатый	12	10													

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

морковь до 01.01.-20%	16	13													
с 01.01 - 25%	17	13													
масло сливочное (несоленое)	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
или зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2													
хлеб ржаной или ржаной с отрубями	19	16													
Кура запеченная (№494-2004)			**120**	**20,2**	**20,4**	**1,4**	**270**	**0,23**	**0,03**	**0,02**	**1,80**	**27,65**	**120,30**	**15,00**	**1,56**
курица потрошённая 1 категории	180	161													
или окорочок куриный	180	161													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	5	5													
чеснок свежий	0,6	0,5													
масло растительное	5	5													
Овощи отварные с маслом (р.422-2013, Пермь)			**200**	**3,5**	**3,7**	**18,3**	**121**	**0,02**	**10,00**	**0,40**	**0,60**	**74,00**	**56,00**	**26,00**	**1,60**
смесь овощная замороженная	233	222													
или фасоль стручковая замороженная	233	222													
масло сливочное (несоленое)	5	5													
Сок овощной, или томатный, или кисло-сладких ягод без содержания сахара №707-2004			**200**	**0,6**	**0,2**	**11,5**	**50**	**0,00**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**55,00**	**26,0**	**8,0**	**0,00**

Фрукт (кроме - абрикосов, винограда, изюма, бананов, инжира, фиников, урюка) №458-2006, Москва	**150**	**0,5**	**0,0**	**16,2**	**66**	**8,5**	**0,1**	**0,0**	**0,8**	**5,8**	**6,3**	**0,0**	**0,2**
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями	**80**	**5,4**	**1,2**	**29,6**	**151**	**0,10**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**27,20**	**126,4**	**37,60**	**3,04**
ИТОГО:		***60***	***61***	***182***	***1514***	***17***	***13***	***1***	***6***	***814***	***1023***	***197***	***12***

3 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
								Витамины				Минералы, мг			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Е, мг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК			***21***	***21***	***81***	***600***	***1***	***0***	***0***	***1***	***454***	***665***	***82***	***3***	
Бутерброд с маслом с джемом или повидлом диабетическим (№ 1,2-2004)			**20/5/20**	**1,7**	**3,9**	**20,7**	**125**	**0,07**	**0,02**	**0,03**	**0,30**	**7,39**	**16,86**	**4,24**	**0,20**
хлеб ржаной или ржаной с отрубями	20	20													
масло сливочное (несоленое)	5	5													
джем диабетический, или повидло диабетическое	20,2	20													
Запеканка из творога (№366-2004)			**200**	**10,5**	**12,9**	**38,7**	**313**	**0,61**	**0,09**	**0,11**	**0,68**	**237,69**	**346,39**	**41,76**	**0,78**
творог нежирный	206	204													
хлопья овсяные "Геркулес"	16	16													
без сахара															
яйцо куриное	7	7													

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

сметана	6,5	6,5													
масло сливочное (несоленое) для смазки листа	4,5	4,5													
Чай без сахара (р.685-2004)			**200**	**0,1**	**0,0**	**0,5**	**2**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**
чай - заварка	0,5	0,5													
без сахара															
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями			**40**	**2,7**	**0,6**	**14,8**	**75**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**13,60**	**63,2**	**18,80**	**1,52**
2 завтрак															
Йогурт без фруктового наполнителя и содержания сахара в индивидуальной упаковке			**125**	**6,3**	**4,0**	**6,0**	**85**	**0,75**	**0,10**	**0,00**	**0,00**	**195,00**	**239,00**	**17,50**	**0,13**
ОБЕД			**30**	**32**	**120**	**883**	**16**	**1**	**0**	**6**	**185**	**576**	**186**	**10**	
Икра свекольная (р.78-2004)			**100**	**1,9**	**5,9**	**10,5**	**103**	**2,50**	**0,02**	**0,00**	**2,36**	**34,64**	**47,84**	**22,46**	**1,35**
свекла до 01.01 -20%	100	80													
с 01.01 - 25%	106	80													
лук репчатый	24	20													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	13	13													
без сахара															
масло растительное	6	6													
зелень свежая (петрушка, укроп)	4	3													

ИЛИ															
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным №14/1; 15/1-2011, Екатеринбург			**100**	**0,9**	**5,0**	**3,1**	**61**	**17,2**	**0,0**	**0,0**	**1,3**	**18,1**	**33,4**	**16,7**	**0,7**
помидоры свежие парниковые	51	50													
или помидоры свежие грунтовые	59	50													
огурцы свежие парниковые	46	45													
или огурцы свежие грунтовые	47	45													
масло растительное	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2	1,5													
Рассольник Ленинградский на вегетарианском бульоне с мясом со сметаной (№129-1996)			**250/10/5**	**4,8**	**6,5**	**15,6**	**140**	**4,20**	**0,30**	**0,19**	**0,45**	**28,96**	**98,00**	**32,74**	**1,80**
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	93	70													
01.11.-31.12. -30%	100	70													
01.01-29.02 - 35%	108	70													
01.03. - 40%	117	70													
крупа перловая	5	5													
морковь до 01.01.-20%	12,5	10													

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

с 01.01 - 25%	13	10													
лук репчатый	10	8													
огурцы солёные (без уксуса)	27	15													
масло сливочное (несоленое)	5	5													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
или зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2													
Тефтели с соусом (БЕЗ МУЧНОЙ ПАНИРОВКИ, ПРИПУЩЕННЫЕ и ЗАПЕЧЕННЫЕ В СОУСЕ С УМЕНЬШЕННЫМ КОЛИЧЕСТВОМ МУКИ) (№461-2004)			**100**	**11,3**	**12,5**	**11,5**	**204**	**0,44**	**0,04**	**0,05**	**2,02**	**22,71**	**133,05**	**23,03**	**0,35**
говядина 1 категории	79	58													
или говядина полуфабрикат	68	58													
или фарш промышленного производства	58	58													
хлеб ржаной	11	11													
молоко питьевое	18	18													
лук репчатый	33	28													
масло растительное	3	3													
масса припущенного с маслом лука		**14**													
масло растительное	3	3													

масса готового изделия		70													
соус томатный (№587-2004)		30													
масло сливочное (несоленое)	1,8	1,8													
мука пшеничная	*1*	*1*													
морковь до 01.01.-20%	2,3	1,8													
с 01.01 - 25%	2,4	1,8													
лук репчатый	0,7	0,6													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	7,5	7,5													
без сахара															
бульон или отвар	30	30													
Каша гречневая вязкая (№302-2004)			**180**	**5,2**	**5,5**	**24,7**	**169**	**0,00**	**0,10**	**0,02**	**0,78**	**10,25**	**138,76**	**62,64**	**2,98**
крупа гречневая	46	46													
вода питьевая	144	144													
масло сливочное (несоленое)	8	8													
Сок овощной, или томатный, или кисло-сладких ягод без содержания сахара №707-2004			**200**	**0,6**	**0,2**	**11,5**	**50**	**0,00**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**55,00**	**26,0**	**8,0**	**0,00**
Фрукт (кроме - абрикосов, винограда, изюма, бананов, инжира, фиников, урюка) №458-2006, Москва			**150**	**0,5**	**0,0**	**16,2**	**66**	**8,5**	**0,1**	**0,0**	**0,8**	**5,8**	**6,3**	**0,0**	**0,2**

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

Хлеб ржаной или ржаной с отрубями	80	5,4	1,2	29,6	151	0,10	0,00	0,00	0,00	27,20	126,4	37,60	3,04
ИТОГО:		*51*	*53*	*200*	*1483*	*17*	*1*	*0*	*7*	*638*	*1242*	*269*	*12*

4 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
								Витамины				Минералы, мг			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Е, мг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				**25**	**21**	**86**	**635**	**1**	**3**	**1**	**0**	**737**	**472**	**75**	**2**
Бутерброд с сыром (№3-2004)			**20/15**	**6,7**	**5,4**	**7,4**	**105**	**0,14**	**0,04**	**0,41**	**0,34**	**251,00**	**134,64**	**17,25**	**0,53**
хлеб ржаной или ржаной с отрубями	20	20													
сыр несоленый, нежирный	16	15													
Суп молочный с крупой (р.161-2004)			**200**	**4,7**	**5,2**	**13,6**	**120**	**0,52**	**0,05**	**0,04**	**0,02**	**180,50**	**84,05**	**13,30**	**0,40**
крупа кукурузная	12	12													
или ячневая, или гречневая, или пшено	16	16													
вода питьевая	110	110													
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													

масло сливочное (несоленое)	2	2												
без сахара														
Мучное изделие в ассортименте на ксилите или сорбите или фруктозе или стевии			**35**	**2,2**	**2,5**	**22,0**	**119**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**
Кофейный напиток (№253-2004, Пермь)			**200**	**1,9**	**1,7**	**2,4**	**33**	**0,26**	**0,02**	**0,01**	**0,00**	**58,64**	**41,85**	**6,65**	**0,09**
кофейный напиток	3	3												
без сахара														
молоко питьевое	50	50												
или молоко концентрированное	23	23												
или молоко сухое	6	6												
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями			**20**	**1,3**	**0,3**	**7,4**	**38**	**0,02**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**6,80**	**31,6**	**9,40**	**0,76**
2 завтрак															
Хлопья с молоком кипяченым (Технико - технологическая карта, разработана АУ ТО "Центр технологического контроля")			**250**	**8,6**	**5,8**	**33,4**	**220**	**0,02**	**2,60**	**0,04**	**0,00**	**240,00**	**180,00**	**28,00**	**0,12**
Молоко кипячёное №260-2001, Пермь	211	210												
Хлопья злаковые без содержания сахара	50	50												
ОБЕД				**33**	**25**	**121**	**838**	**24**	**1**	**0**	**6**	**208**	**666**	**141**	**7**
Кукуруза консервированная (после термической обработки) (р. 101-2004)	167	100	**100**	**4,8**	**0,2**	**7,8**	**53**	**8,75**	**0,31**	**0,00**	**0,17**	**41,75**	**187,50**	**24,83**	**0,80**

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

Суп с макаронными изделиями на вегетарианском бульоне с мясом (№157-2013, Пермь)			**250/10**	**5,1**	**4,9**	**14,3**	**122**	**0,12**	**0,03**	**0,01**	**0,10**	**10,76**	**45,26**	**9,64**	**0,06**
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
макароны диабетические (или макаронные изделия из муки грубого помола)	20	20													
морковь до 01.01.-20%	12,5	10													
с 01.01 - 25%	13	10													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное (несоленое)	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
или зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2													
ИЛИ															
Суп с макаронными изделиями с курицей (№157-2013, Пермь)			**250/15**	**5,8**	**5,3**	**14,3**	**128**	**0,12**	**0,04**	**0,03**	**0,52**	**12,95**	**50,29**	**10,53**	**0,05**
курица потрошеная 1 категории	24	21													
макароны диабетические (или макаронные изделия из муки грубого помола)	20	20													
морковь до 01.01.-20%	12,5	10													
с 01.01 - 25%	13	10													

лук репчатый	12	10													
масло сливочное (несоленое)	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
или зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2													
Рыба, тушеная в томате с овощами (№374-2004)			**110**	**12,1**	**12,6**	**8,2**	**195**	**2,30**	**0,18**	**0,10**	**5,62**	**27,90**	**172,89**	**38,28**	**0,97**
горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	137	96													
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	122	90													
или кета неразделанная (филе с кожей без костей)	165	96													
масса тушеных овощей с соусом		**30**													
вода питьевая	15	15													
морковь до 01.01.-20%	19	15													
с 01.01 - 25%	20	15													
лук репчатый	8	7													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	2	2													
масло растительное	5	5													
без сахара															
ИЛИ															

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

Рыба припущенная с маслом (р.371-2004)			**100/5**	**16,9**	**11,7**	**3,4**	**187**	**1,44**	**0,12**	**0,01**	**2,20**	**16,10**	**201,00**	**14,00**	**0,30**
горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	172	120													
или горбуша неразделанная (филе с кожей без костей)	206	120													
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	166	123													
морковь - до 01.01 - 20%	19	15													
с 01.01 - 25%	20	15													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное (несоленое)	5	5													
Пюре картофельное (р.520-2004)			**180**	**3,5**	**5,3**	**25,5**	**164**	**12,48**	**0,11**	**0,06**	**0,18**	**38,77**	**76,14**	**13,50**	**1,08**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	205	154													
01.11.-31.12. -30%	220	154													
01.01-29.02 - 35%	237	154													
01.03. - 40%	257	154													
молоко питьевое	29	29													
масло сливочное (несоленое)	7	7													
Сок овощной, или томатный, или кисло-сладких ягод без содержания сахара №707-2004			**200**	**0,6**	**0,2**	**28,0**	**116**	**0,00**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**55,00**	**26,0**	**8,0**	**0,00**
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями			**100**	**6,7**	**1,5**	**37,0**	**188**	**0,12**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**34,00**	**158,0**	**47,00**	**3,80**
ИТОГО:				***58***	***46***	***207***	***1473***	***25***	***3***	***1***	***6***	***945***	***1138***	***216***	***9***

5 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
								Витамины				Минералы, мг			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Е, мг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				**24**	**27**	**64**	**595**	**2**	**0**	**1**	**0**	**720**	**660**	**61**	**3**
Бутерброд с маслом и сыром (№1,3-2004)			**20/5/20**	**7,3**	**10,9**	**7,4**	**157**	**0,00**	**0,04**	**0,80**	**0,40**	**203,12**	**136,47**	**14,67**	**0,33**
хлеб ржаной или ржаной с отрубями	20	20													
масло сливочное (несоленое)	5	5													
сыр	21	20													
Каша "Геркулесовая" жидкая с маслом (р.311-2004)			**200/5**	**8,4**	**8,9**	**32,0**	**242**	**0,46**	**0,15**	**0,10**	**0,00**	**296,00**	**300,00**	**18,00**	**0,90**
хлопья овсяные "Геркулес"	20	20													
молоко питьевое	190	190													
без сахара															
соль йодированная	1	1													
масло сливочное (несоленое)	5	5													
Чай с лимоном (№686-2004)			**200/5**	**0,2**	**0,0**	**0,7**	**4**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,20**	**0,00**	**0,00**	**0,02**
чай - заварка	0,5	0,5													

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

без сахара															
лимон	7	5													
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями			**40**	**2,7**	**0,6**	**14,8**	**75**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**13,60**	**63,2**	**18,80**	**1,52**
2 завтрак															
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, простокваша) без фруктового наполнителя (№517-2013, Пермь)	207	200	**200**	**5,5**	**6,4**	**9,4**	**117**	**1,07**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**206,7**	**160,00**	**10,00**	**0,19**
ОБЕД				***29***	***41***	***108***	***915***	***35***	***1***	***0***	***7***	***216***	***691***	***150***	***8***
Яйцо куриное с гарниром (ТТК)			**100**	**6,3**	**8,5**	**10,5**	**144**	**12,50**	**0,20**	**0,13**	**1,60**	**40,50**	**157,00**	**25,00**	**1,60**
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	77	50													
яйцо куриное	40	40													
масло растительное на полив при подаче	6	6													
зелень свежая (петрушка, укроп)	4	3													
Свекольник на вегетарианском бульоне с мясом, со сметаной (№35-2004, Пермь)			**250/10/5**	**5,8**	**6,1**	**14,0**	**134**	**6,57**	**0,06**	**0,02**	**0,06**	**18,50**	**78,9**	**19,21**	**0,63**
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
свекла до 01.01 -20%	80	64													
с 01.01 - 25%	85	64													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	53	40													

01.11.-31.12. -30%	57	40													
01.01-29.02 - 35%	62	40													
01.03. - 40%	67	40													
морковь до 01.01.-20%	12,5	10													
с 01.01 - 25%	13	10													
лук репчатый	13	11													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	3	3													
масло сливочное (несоленое)	5	5													
без сахара															
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
или зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2													
сметана	5	5													
Колбаса вареная отварная с маслом (№413-2004)			**120/5**	**6,5**	**12,6**	**5,2**	**160**	**0,14**	**0,14**	**0,14**	**0,36**	**65,39**	**211,20**	**23,10**	**0,99**
колбаса вареная, сосиски, сардельки "высший сорт"	122	120													
масло сливочное (несоленое)	5	5													
Овощи тушеные (с уменьшенным содержанием картофеля) (ТТК)			**180**	**4,4**	**12,9**	**18,4**	**207**	**7,10**	**0,15**	**0,14**	**4,31**	**35,81**	**111,83**	**47,01**	**1,59**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	102	77													

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

01.11.-31.12. -30%	110	77													
01.01-29.02 - 35%	119	77													
01.03. - 40%	129	77													
морковь до 01.01.-20%	96	77													
с 01.01 - 25%	102	77													
капуста свежая белокочанная	34	27													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	2,0	2,0													
или помидоры свежие парниковые	14,3	14													
или помидоры свежие грунтовые	16,5	14													
лук репчатый	11	9													
масло растительное	10	10													
сметана	10	10													
бульон или вода питьевая	40	40													
Компот из сухофруктов + Витамин "С" (№639-2004)			**200**	**0,4**	**0,0**	**17,4**	**71**	**0,19**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**26,69**	**15,18**	**3,06**	**0,54**
сухофрукты	25	25													
без сахара															
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями			**70**	**4,7**	**1,1**	**25,9**	**132**	**0,08**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**23,80**	**110,6**	**32,90**	**2,66**

Фрукт (кроме - абрикосов, винограда, изюма, бананов, инжира, фиников, урюка) №458-2006, Москва	**150**	**0,5**	**0,0**	**16,2**	**66**	**8,5**	**0,1**	**0,0**	**0,8**	**5,8**	**6,3**	**0,0**	**0,2**
ИТОГО:		***53***	***68***	***172***	***1510***	***37***	***1***	***1***	***8***	***936***	***1351***	***212***	***11***

6 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
								Витамины				Минералы, мг			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Е, мг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				***21***	***29***	***62***	***595***	***2***	***0***	***0***	***1***	***436***	***523***	***62***	***2***
Бутерброд с маслом (№1-2004)			**20/10**	**1,6**	**7,4**	**7,4**	**103**	**0,00**	**0,02**	**0,00**	**0,64**	**6,40**	**16,00**	**2,80**	**0,20**
хлеб ржаной или ржаной с отрубями	20	20													
масло сливочное (несоленое)	10	10													
Суп молочный с макаронными изделиями (р.160-2004)			**200**	**6,4**	**7,9**	**16,8**	**164**	**0,67**	**0,05**	**0,04**	**0,20**	**128,13**	**136,80**	**11,90**	**0,25**
вода питьевая	84	84													
молоко питьевое	100	100													
макароны диабетические (или макаронные изделия из муки грубого помола)	16	16													
соль йодированная	0,6	0,6													
без сахара															

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

масло сливочное (несоленое)	2,5	2,5													
Чай с молоком (№630-1996)			**200**	**2,6**	**2,5**	**4,7**	**52**	**0,20**	**0,02**	**0,00**	**0,00**	**93,30**	**68,38**	**10,60**	**0,12**
чай - заварка	0,5	0,5													
без сахара															
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
Мучное изделие в ассортименте на ксилите или сорбите или фруктозе или стевии			**20**	**1,3**	**1,5**	**12,7**	**70**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями			**40**	**2,7**	**0,6**	**14,8**	**75**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**13,60**	**63,2**	**18,80**	**1,52**
2 завтрак															
Йогурт без фруктового наполнителя и содержания сахара в индивидуальной упаковке			**125**	**6,9**	**8,9**	**6,0**	**132**	**0,75**	**0,10**	**0,00**	**0,00**	**195,00**	**239,00**	**17,50**	**0,13**
ОБЕД				**33**	**43**	**83**	**850**	**5**	**1**	**0**	**6**	**228**	**561**	**105**	**8**
Сельдь с луком с маслом (№89-2004)			**100**	**9,3**	**16,2**	**1,3**	**188**	**1,63**	**0,02**	**0,13**	**4,53**	**97,53**	**208,08**	**20,02**	**0,93**
сельдь слабосоленая (вымоченная)	166	80													
лук репчатый	12	10													
масло растительное на полив при подаче	10	10													
зелень свежая (петрушка, укроп)	4	3													

Суп овсяный с мелкошинкованными овощами на вегетарианском бульоне с мясом со сметаной (№1.45-1995, Картотека блюд)			**250/10/5**	**4,9**	**5,9**	**14,2**	**130**	**0,05**	**0,50**	**0,02**	**0,23**	**19,80**	**74,20**	**24,10**	**1,17**
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	33	25													
01.11.-31.12. -30%	36	25													
01.01-29.02 - 35%	39	25													
01.03 - 40%	42	25													
крупа хлопья овсяные "Геркулес"	10	10													
морковь до 01.01.-20%	25	20													
с 01.01 - 25%	27	20													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное (несоленое)	5	5													
сметана	5	5													
Жаркое по домашнему (с уменьшенным содержанием картофеля) (№436-2004)			**210**	**12,6**	**19,6**	**26,2**	**332**	**3,30**	**0,08**	**0,00**	**1,17**	**28,78**	**126,59**	**15,49**	**2,64**
говядина 1 категории	107	79													
или говядина полуфабрикат	93	79													
масло растительное	10	10													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	86	65													

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

01.11.-31.12. -30%	93	65														
01.01-29.02 - 35%	100	65														
01.03. - 40%	109	65														
морковь до 01.01.-20%	81	65														
с 01.01 - 25%	86	65														
лук репчатый	18	15														
масло сливочное (несоленое)	10	10														
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	5	5														
Сок овощной, или томатный, или кисло-сладких ягод без содержания сахара №707-2004			**200**	**0,6**	**0,2**	**11,5**	**50**	**0,00**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**55,00**	**26,0**	**8,0**	**0,00**	
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями			**80**	**5,4**	**1,2**	**29,6**	**151**	**0,10**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**27,20**	**126,4**	**37,60**	**3,04**	
ИТОГО:				***54***	***72***	***145***	***1445***	***7***	***1***	***0***	***7***	***665***	***1085***	***167***	***10***	

7 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
								Витамины				Минералы, мг			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Е, мг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				**24**	**20**	**93**	**651**	**11**	**3**	**1**	**1**	**711**	**610**	**81**	**3**
Бутерброд с сыром (№3-2004)			**20/15**	**6,7**	**5,4**	**7,4**	**105**	**0,14**	**0,04**	**0,41**	**0,34**	**251,00**	**134,64**	**17,25**	**0,53**
хлеб ржаной или ржаной с отрубями	20	20													

сыр несоленый, нежирный	16	15													
Каша ячневая жидкая, с маслом (№311-2004)			**200/5**	**6,9**	**8,9**	**25,7**	**211**	**0,86**	**0,10**	**0,10**	**0,00**	**199,60**	**224,77**	**17,10**	**0,81**
крупа ячневая	40	40													
без сахара															
молоко питьевое	168	168													
масло сливочное (несоленое)	5	5													
Чай без сахара (р.685-2004)			**200**	**0,1**	**0,0**	**0,5**	**2**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**
чай - заварка	0,5	0,5													
без сахара															
Фрукт (кроме - абрикосов, винограда, изюма, бананов, инжира, фиников, урюка) №458-2006, Москва			**180**	**0,6**	**0,0**	**19,4**	**80**	**10,2**	**0,1**	**0,0**	**1,0**	**6,9**	**7,6**	**0,0**	**0,3**
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями			**40**	**2,7**	**0,6**	**14,8**	**75**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**13,60**	**63,2**	**18,80**	**1,52**
2 завтрак															
Молоко кипячёное №260-2001, Пермь	211	200	**200**	**5,8**	**5,0**	**9,4**	**106**	**0,02**	**2,60**	**0,04**	**0,00**	**240,00**	**180,00**	**28,00**	**0,12**
Хлебцы для диетического питания (отрубные или ржаные или гречневые или др.)			**40**	**1,5**	**0,5**	**15,4**	**72**								
ОБЕД			**40,2**	**30,8**	**113,5**	**892,4**	**84,9**	**0,4**	**0,1**	**6,4**	**180,4**	**716,0**	**230,0**	**12,7**	
Икра морковная (р.78-2004)			**100**	**1,9**	**5,9**	**8,4**	**94**	**2,50**	**0,04**	**0,00**	**2,61**	**35,68**	**48,88**	**29,64**	**0,71**
морковь до 01.01.-20%	100	80													

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

с 01.01 - 25%	63	80													
лук репчатый	21	18													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	11	14													
без сахара															
масло растительное	6	6													
зелень свежая (петрушка, укроп)	4	3													
ИЛИ															
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным №14/1; 15/1-2011, Екатеринбург			**100**	**0,9**	**5,0**	**3,1**	**61**	**17,2**	**0,0**	**0,0**	**1,3**	**18,1**	**33,4**	**16,7**	**0,7**
помидоры свежие парниковые	51	50													
или помидоры свежие грунтовые	59	50													
огурцы свежие парниковые	46	45													
или огурцы свежие грунтовые	47	45													
масло растительное	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2	1,5													
Уха рыбацкая (№181-1996)			**250/40**	**6,8**	**4,9**	**10,2**	**112**	**2,61**	**0,14**	**0,02**	**0,18**	**20,45**	**92,62**	**10,77**	**0,65**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	80	60													
01.11.-31.12. -30%	86	60													

01.01-29.02 - 35%	92	60													
01.03. - 40%	100	60													
лук репчатый	19	16													
масло сливочное (несоленое)	5	5													
горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	69	48													
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	66	49													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
или зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2													
Кнели из говядины припущенные №379-2013, Пермь			**100**	**15,4**	**9,1**	**0,6**	**146**	**0,50**	**0,07**	**0,02**	**0,50**	**58,00**	**188,00**	**24,00**	**2,40**
говядина 1 категории	121	89													
или говядина полуфабрикат	105	89													
или фарш промышленного производства	89	89													
вода питьевая	20	20													
лук репчатый	7	6													
яйцо куриное	6	6													
масло растительное для смазки емкости	2	2													
Каша гречневая рассыпчатая №508-2004			**180**	**8,7**	**9,2**	**45,7**	**300**	**0,00**	**0,16**	**0,02**	**1,40**	**19,20**	**225,00**	**115,00**	**4,90**
крупа гречневая	85	85													

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

вода питьевая	108	108													
масло сливочное (несоленое)	10	10													
Отвар из плодов шиповника (№705-2004)			**200**	**0,72**	**0,24**	**11,6**	**51**	**79,20**	**0,01**	**0,00**	**1,68**	**13,10**	**3,47**	**3,55**	**0,19**
шиповник	30	30													
без сахара															
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями			**100**	**6,7**	**1,5**	**37,0**	**188**	**0,12**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**34,00**	**158,0**	**47,00**	**3,80**
ИТОГО:				***64***	***51***	***206***	***1544***	***96***	***3***	***1***	***8***	***892***	***1326***	***311***	***16***

8 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
								Витамины				Минералы, мг			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Е, мг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				**22**	**22**	**82**	**616**	**2**	**0**	**0**	**1**	**519**	**613**	**78**	**3**
Бутерброд с повидлом или джемом диабетическим (№2-2004)			**20/15**	**1,6**	**0,5**	**16,7**	**78**	**0,07**	**0,00**	**0,00**	**0,58**	**1,98**	**1,27**	**0,99**	**0,18**
джем диабетический, или повидло диабетическое	15,2	15													
хлеб ржаной или ржаной с отрубями	20	20													
Запеканка из творога (№366-2004)			**200**	**10,5**	**12,9**	**38,7**	**313**	**0,61**	**0,09**	**0,11**	**0,68**	**237,69**	**346,39**	**41,76**	**0,78**
творог нежирный	206	204													

хлопья овсяные "Геркулес"	16	16													
без сахара															
яйцо куриное	7	7													
сметана	6,5	6,5													
масло сливочное (несоленое) для смазки листа	4,5	4,5													
Кофейный напиток (№253-2004, Пермь)			**200**	**1,9**	**1,7**	**2,4**	**33**	**0,26**	**0,02**	**0,01**	**0,00**	**58,64**	**41,85**	**6,65**	**0,09**
кофейный напиток	3	3													
без сахара															
молоко питьевое	50	50													
или молоко концентрированное	23	23													
или молоко сухое	6	6													
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями			**40**	**2,7**	**0,6**	**14,8**	**75**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**13,60**	**63,2**	**18,80**	**1,52**
2 завтрак															
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, простокваша) без фруктового наполнителя (№517-2013, Пермь)	207	200	**200**	**5,5**	**6,4**	**9,4**	**117**	**1,07**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**206,7**	**160,00**	**10,00**	**0,19**
ОБЕД				***31***	***28***	***131***	***896***	***32***	***0***	***0***	***6***	***236***	***464***	***99***	***5***
Икра кабачковая промышленного производства для детского питания №101-2004	105	100	**100**	**1,5**	**5,3**	**7,3**	**82**	**5,0**	**0,0**	**0,0**	**1,8**	**28,2**	**29,5**	**0,0**	**0,8**

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

зелень свежая (петрушка, укроп)	2	1,5													
ИЛИ															
Овощи свежие (огурцы) №70-2006, Москва			**100**	**0,7**	**0,1**	**1,9**	**11**	**7,00**	**0,03**	**0,00**	**0,00**	**17,00**	**30,00**	**14,00**	**0,50**
огурцы свежие грунтовые	105	100													
или огурцы свежие парниковые	102	100													
Щи из свежей капусты с картофелем на вегетарианском бульоне, с мясом, со сметаной (№124-2004)			**250/10/5**	**4,5**	**4,6**	**12,5**	**109**	**4,74**	**0,08**	**0,18**	**0,32**	**41,68**	**54,97**	**10,54**	**0,88**
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
капуста белокочанная свежая	63	50													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	40	30													
01.11.-31.12. -30%	43	30													
01.01-29.02 - 35%	46	30													
01.03. - 40%	50	30													
морковь до 01.01.-20%	16	13													
с 01.01 - 25%	17	13													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное (несоленое)	5	5													

зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
или зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2													
сметана	5	5													
Гуляш (№152-2004, Пермь)			**100**	**12,5**	**10,5**	**4,0**	**161**	**0,23**	**0,03**	**0,04**	**2,56**	**56,54**	**144,57**	**19,46**	**0,21**
говядина полуфабрикат	93	79													
или говядина 1 категории	107	79													
масло растительное	5	5													
лук репчатый	12	10													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	4	4													
мука пшеничная	2	2													
Макароны отварные (№332-2004)			**180**	**5,5**	**5,8**	**47,2**	**263**	**11,54**	**0,22**	**0,01**	**0,75**	**20,54**	**75,21**	**23,54**	**0,08**
макароны диабетические (или макаронные изделия из муки грубого помола)	63	63													
масло сливочное (несоленое)	8	8													
Сок овощной, или томатный, или кисло-сладких ягод без содержания сахара №707-2004			**200**	**0,6**	**0,2**	**11,5**	**50**	**0,00**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**55,00**	**26,0**	**8,0**	**0,00**
Фрукт (кроме - абрикосов, винограда, изюма, бананов, инжира, фиников, урюка) №458-2006, Москва			**180**	**0,6**	**0,0**	**19,4**	**80**	**10,2**	**0,1**	**0,0**	**1,0**	**6,9**	**7,6**	**0,0**	**0,3**
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями			**80**	**5,4**	**1,2**	**29,6**	**151**	**0,10**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**27,20**	**126,4**	**37,60**	**3,04**
ИТОГО:				***53***	***50***	***213***	***1511***	***34***	***1***	***0***	***8***	***755***	***1077***	***177***	***8***

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

9 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
								Витамины				Минералы, мг			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Е, мг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				**26**	**27**	**77**	**653**	**12**	**0**	**1**	**1**	**801**	**783**	**70**	**3**
Бутерброд с маслом и с сыром (№1,3-2004)			**20/5/20**	**7,3**	**10,9**	**7,4**	**157**	**0,00**	**0,04**	**0,80**	**0,40**	**203,12**	**136,47**	**14,67**	**0,33**
хлеб ржаной или ржаной с отрубями	20	20													
масло сливочное (несоленое)	5	5													
сыр	21	20													
Каша "Геркулесовая" жидкая с маслом (р.311-2004)			**200/5**	**8,4**	**8,9**	**32,0**	**242**	**0,46**	**0,15**	**0,10**	**0,00**	**296,00**	**300,00**	**18,00**	**0,90**
хлопья овсяные "Геркулес"	20	20													
молоко питьевое	190	190													
без сахара															
соль йодированная	1	1													
масло сливочное (несоленое)	5	5													
Чай с молоком (№630-1996)			**200**	**2,6**	**2,5**	**4,7**	**52**	**0,20**	**0,02**	**0,00**	**0,00**	**93,30**	**68,38**	**10,60**	**0,12**
чай - заварка	0,5	0,5													

без сахара															
молоко питьевое	100	100													
или молоко концентрированное	46	46													
или молоко сухое	12	12													
Фрукт (кроме - абрикосов, винограда, изюма, бананов, инжира, фиников, урюка) №458-2006, Москва			**180**	**0,6**	**0,0**	**19,4**	**80**	**10,2**	**0,1**	**0,0**	**1,0**	**6,9**	**7,6**	**0,0**	**0,3**
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями			**20**	**1,3**	**0,3**	**7,4**	**38**	**0,02**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**6,80**	**31,6**	**9,40**	**0,76**
2 завтрак															
Йогурт без фруктового наполнителя и содержания сахара в индивидуальной упаковке			**125**	**6,3**	**4,0**	**6,0**	**85**	**0,75**	**0,10**	**0,00**	**0,00**	**195,00**	**239,00**	**17,50**	**0,13**
ОБЕД			**41**	**41**	**87**	**880**	**48**	**0**	**0**	**5**	**243**	**466**	**93**	**8**	
Яйцо куриное с гарниром (ТТК)			**100**	**7,6**	**4,9**	**4,5**	**93**	**10,63**	**0,18**	**0,10**	**0,35**	**38,06**	**119,75**	**18,88**	**1,56**
кукуруза консервированная (после термической обработки)	100	60													
яйцо куриное	40	40													
зелень свежая (петрушка, укроп)	4	3													
Рассольник Домашний на вегетарианском бульоне с мясом со сметаной (№131-2004)			**250/10/5**	**4,6**	**6,1**	**13,2**	**126**	**4,20**	**0,08**	**0,17**	**0,21**	**20,37**	**80,00**	**15,13**	**0,16**
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
капуста белокочанная свежая	25	20													

Автономное учреждение Томской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

картофель - 01.09.-31.10.- 25%	86	65													
01.11.-31.12. -30%	93	65													
01.01-29.02 - 35%	100	65													
01.03. - 40%	109	65													
морковь до 01.01.-20%	12,5	10													
с 01.01 - 25%	13	10													
лук репчатый	12	10													
огурцы солёные (без уксуса)	27	15													
масло сливочное (несоленое)	5	5													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
или зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2													
Кура запеченная (№494-2004)			**120**	**20,2**	**20,4**	**1,4**	**270**	**0,23**	**0,03**	**0,02**	**1,80**	**27,65**	**120,30**	**15,00**	**1,56**
курица потрошённая 1 категории	180	161													
или окорочок куриный	180	161													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	5	5													
чеснок свежий	0,6	0,5													

масло растительное	5	5													
Капуста тушенная (р.534-2004)			**180**	**3,1**	**8,2**	**20,8**	**169**	**33,12**	**0,06**	**0,00**	**2,25**	**102,70**	**4,21**	**3,80**	**1,51**
капуста свежая белокочанная	263	210													
морковь до 01.01.-20%	6,3	5													
с 01.01 - 25%	6,7	5													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	9	9													
лук репчатый	8	7													
мука пшеничная	1,6	1,6													
масло растительное	9	9													
без сахара															
ИЛИ															
Рагу овощное (№224-2004)			**180**	**3,2**	**5,9**	**19,3**	**143**	**13,14**	**0,09**	**0,19**	**2,83**	**47,29**	**88,11**	**42,57**	**1,44**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	77	58													
01.11.-31.12. -30%	83	58													
01.01-29.02 - 35%	89	58													
01.03. - 40%	97	58													
капуста белокочанная свежая	56	45													

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

масло растительное	6	6													
морковь до 01.01.-20%	26	21													
с 01.01 - 25%	28	21													
лук репчатый	24	20													
соус томатный (№587-2004)		**54**													
масло сливочное (несоленое)	3,5	3,5													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	5	5													
вода питьевая или бульон	50	50													
морковь до 01.01.-20%	18	14													
с 01.01 - 25%	19	14													
лук репчатый	1,4	1,2													
мука пшеничная	2,4	2,4													
без сахара															
Компот из сухофруктов + Витамин "С" (№639-2004)			**200**	**0,4**	**0,0**	**17,4**	**71**	**0,19**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**26,69**	**15,18**	**3,06**	**0,54**
сухофрукты	25	25													
без сахара															
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями			**80**	**5,4**	**1,2**	**29,6**	**151**	**0,10**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**27,20**	**126,4**	**37,60**	**3,04**

ИТОГО:			68	67	164	1533	60	1	1	6	1044	1249	164	11

10 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
								Витамины				Минералы, мг			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Е, мг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
ЗАВТРАК				***19***	***19***	***89***	***608***	***1***	***3***	***0***	***0***	***464***	***465***	***60***	***2***
Бутерброд с маслом с джемом или повидлом диабетическим (№ 1,2-2004)			**20/5/20**	**1,7**	**3,9**	**20,7**	**125**	**0,07**	**0,02**	**0,03**	**0,30**	**7,39**	**16,86**	**4,24**	**0,20**
хлеб ржаной или ржаной с отрубями	20	20													
масло сливочное (несоленое)	5	5													
джем диабетический, или повидло диабетическое	20,2	20													
Каша пшеничная жидкая, с маслом (№311-2004)			**200/5**	**7,3**	**9,4**	**27,0**	**222**	**0,90**	**0,10**	**0,10**	**0,00**	**210,10**	**236,60**	**18,00**	**0,85**
крупа пшеничная	40	40													
без сахара															
молоко питьевое	168	168													
или молоко концентрированное	77	77													
или молоко сухое	20	20													
масло сливочное (несоленое)	5	5													

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

Чай с лимоном (№686-2004)			**200/5**	**0,2**	**0,0**	**0,7**	**4**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,20**	**0,00**	**0,00**	**0,02**
чай - заварка	0,5	0,5													
без сахара															
лимон	7	5													
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями			**20**	**1,3**	**0,3**	**7,4**	**38**	**0,02**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**6,80**	**31,6**	**9,40**	**0,76**
2 завтрак															
Хлопья с молоком кипяченым (Технико - технологическая карта №1, разработана АУ ТО "Центр технологического контроля")			**250**	**8,6**	**5,8**	**33,4**	**220**	**0,02**	**2,60**	**0,04**	**0,00**	**240,00**	**180,00**	**28,00**	**0,12**
Молоко кипячёное №260-2001, Пермь	211	210													
Хлопья злаковые без содержания сахара	50	50													
ОБЕД			**34**	**24**	**137**	**870**	**37**	**10**	**1**	**5**	**218**	**564**	**139**	**8**
Овощи консервированные в собственном соку № 101-2004			**100**	**1,0**	**0,3**	**12,0**	**23**	**24,5**	**0,1**	**0,0**	**0,7**	**13,7**	**25,5**	**19,6**	**0,9**
помидоры консервированные в собственном соку	102	100													
ИЛИ															
Овощи натуральные (помидоры) №106-2013, Пермь			**100**	**1,1**	**0,2**	**3,8**	**21**	**25,00**	**0,06**	**0,00**	**0,70**	**14,00**	**26,00**	**20,00**	**0,90**
или помидоры свежие парниковые	102	100													
или помидоры свежие грунтовые	118	100													

Борщ из свежей капусты с картофелем на вегетарианском бульоне, с мясом со сметаной (№110-2004)		250/10/5		5,2	6,6	22,2	169	2,42	0,09	0,18	0,42	19,25	91,45	24,50	1,30
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
свекла до 01.01 -20%	50	40													
с 01.01 - 25%	53	40													
капуста белокочанная свежая	25	20													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	27	20													
01.11.-31.12. -30%	29	20													
01.01-29.02 - 35%	31	20													
01.03. - 40%	33	20													
морковь до 01.01.-20%	12,5	10													
с 01.01 - 25%	13	10													
лук репчатый	12	10													
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	7	7													
масло сливочное (несоленое)	5	5													
сметана	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

или зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2													
Рыба припущенная с маслом (р.371-2004)			**100/5**	**16,9**	**11,7**	**3,4**	**187**	**1,44**	**0,12**	**0,01**	**2,20**	**16,10**	**201,00**	**14,00**	**0,30**
горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	172	120													
или горбуша неразделанная (филе с кожей без костей)	206	120													
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	166	123													
морковь - до 01.01 - 20%	19	15													
с 01.01 - 25%	20	15													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное (несоленое)	5	5													
Овощи отварные с маслом (р.422-2013, Пермь)			**200**	**3,5**	**3,7**	**18,3**	**121**	**0,02**	**10,00**	**0,40**	**0,60**	**74,00**	**56,00**	**26,00**	**1,60**
смесь овощная замороженная	233	222													
или фасоль стручковая замороженная	233	222													
масло сливочное (несоленое)	5	5													
Сок овощной, или томатный, или кисло-сладких ягод без содержания сахара №707-2004			**200**	**0,6**	**0,2**	**28,0**	**116**	**0,00**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**55,00**	**26,0**	**8,0**	**0,00**
Фрукт (кроме - абрикосов, винограда, изюма, бананов, инжира, фиников, урюка) №458-2006, Москва			**150**	**0,5**	**0,0**	**16,2**	**66**	**8,5**	**0,1**	**0,0**	**0,8**	**5,8**	**6,3**	**0,0**	**0,2**
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями			**100**	**6,7**	**1,5**	**37,0**	**188**	**0,12**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**34,00**	**158,0**	**47,00**	**3,80**
ИТОГО:				***54***	***43***	***226***	***1478***	***38***	***13***	***1***	***5***	***682***	***1029***	***199***	***10***