

"Утверждаю"  
ОАО "Объединенный комбинат  
школьного питания" СВАО  
Исполнительный директор  
Н.И. Фатеев  
« 18 » августа 2014г.

Примерное меню для организации питания детей обучающихся в учреждениях  
начального и среднего профессионального образования города Москвы  
в период 2013-2015 гг.



Разработано и  
директор и.и.  
"Технологический  
К.З. Разумовского  
Ю.В. Шенская Т.В



ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ  
ЧЕЛОВЕКА

**Управление Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и  
благополучия человека по городу Москве**

Графский переулок, 4/9, Москва, Россия, 129626,

телефон: (495) 687 40 35, факс: (495) 616 65 69, E-mail: [uprav@77.rosпотребнадzor.ru](mailto:uprav@77.rosпотребнадzor.ru), <http://77.rosпотребнадzor.ru>  
ОКПО 76583145, ОГРН 1037746466535, ИНН/КПП 7717528710/771701001

20 ИЮН 2014 № 05-08-01-05/2101-00594-05  
На № 01-11488-2 от 05.06.2014г.

О рассмотрении внесенных изменений  
в примерное меню

Исполнительному  
директору Обществу с  
ограниченной  
ответственностью  
«Комбинат питания  
«КОНКОРД»  
199034 г. Санкт-Петербург,  
наб. Лейтенанта Шмидта,  
д.7, корп. литер Б  
Д.А. Тихонову

Управление Роспотребнадзора по городу Москве, рассмотрев материалы, предоставленные Обществом с ограниченной ответственностью «Комбинат питания «КОНКОРД» (юридический адрес: 199034 г. Санкт-Петербург, наб. Лейтенанта Шмидта, д.7, корп. литер Б; ИНН 7801499923, ОГРН 1097847216720) по вопросу согласования меню: «Примерного 24-дневного меню для обучающихся 1-4 классов и 5-11 классов в общеобразовательных учреждениях города Москвы в период 2013-2015гг. Изменение №2» (состоящее из рациона питания (завтрак, обед, полдник) для обучающихся 1-4 классов; рациона питания (завтрак, обед, полдник) для обучающихся 5-11 классов комплекс №1; рациона питания (завтрак, обед, полдник) для обучающихся 5-11 классов комплекс №2), разработанное ФГБОУ ВПО «МГУТУ им. К.Г. Разумовского» и «Примерного 24-дневного меню для организации питания детей обучающихся в учреждениях начального и среднего профессионального образования города Москвы в период 2013-2015 гг.. Изменение №2» (состоящее из рациона питания (обед) для обучающихся в учреждениях начального и среднего профессионального образования, комплекс №1 и рациона питания (обед) для обучающихся в учреждениях начального и среднего профессионального образования, комплекс №2), разработанные ФГБОУ ВПО «МГУТУ им. К.Г. Разумовского» (юридический адрес: г. Москва, ул. Земляной Вал, д.73), а именно:

- письмо исполнительного директора Д.А. Тихонова № 52 от 04.06.2014г. с приложениями о направлении для согласования изменений к примерным меню для



организации питания детей, обучающихся в общеобразовательных учреждениях города Москвы в период 2013-2015гг. и в учреждениях начального и среднего профессионального образования г. Москвы в период 2013-2015гг. с учетом пожелания родителей и детей в части: исключения гарниров с отварными овощами (рис отварной с кукурузой ; рис отварной с горошком, кукурузой и морковью; рис отварной с зеленым горошком) и блюд с фруктовыми наполнителями (каша манная молочная с яблоком; каша пшенная молочная с курагой, запеканка из творога с курагой, запеканка из творога с яблоком, запеканка из творога с какао);

-«Примерное 24-дневное меню для обучающихся 1-4 классов и 5-11 классов в общеобразовательных учреждениях города Москвы в период 2013-2015гг. Изменение №2» на 70 листах в 1 экземпляре (пояснительная записка на 19 листах, рацион для обучающихся 1-4 классов на 12 листах, рацион для обучающихся 5-11 классов комплекс №1 на 14 листах, рацион для обучающихся 5-11 классов комплекс №2 на 13 листах, приложение к меню на 12 листах), заверенное главным технологом ООО «Комбинат питания «КОНКОРД» Минеевой Ю.О.;

-«Примерное 24-дневного меню для организации питания детей обучающихся в учреждениях начального и среднего профессионального образования города Москвы в период 2013-2015 гг.. Изменение №2» на 42 листах в 1 экземпляре (пояснительная записка на 18 листах, рацион для обучающихся в учреждениях начального и среднего профессионального образования комплекс №1 на 7 листах, рацион для обучающихся в учреждениях начального и среднего профессионального образования комплекс №2 на 8 листах, приложение к меню на 9 листах ), заверенное главным технологом ООО «Комбинат питания «КОНКОРД» Минеевой Ю.О.;

-технологические карты к вышеуказанным меню на 355 листах в 1 экземпляре (разработанные для столовых сырьевых, доготовочных, буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (стр.1-102); для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование и для буфет-раздаточных, не имеющих специализированное технологическое оборудование (стр.103-201); для собственного производства (стр.202-355)), заверенное главным технологом ООО «Комбинат питания «КОНКОРД» Минеевой Ю.О.;

-копии экспертного заключения ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в городе Москве» (129626 Г. Москва, Графский пер., д.4/9, свидетельство об аккредитации №31-АК от 26.02.2010г.) о соответствии проектной, предпроектной, нормативно-технической документации действующим техническим регламентам, государственным санитарно-эпидемиологическим правилам и нормам №77.01.05.Т.001556.04.14 от 11.04.2014г. с актом санитарно-эпидемиологической экспертизы №0105-00876/ПР от 11.04.2014г., выданное на основании заявления №14/02.05.000686-3 от 06.03.2014г.: о соответствии «Примерного 24-дневного меню для обучающихся 1-4 классов и 5-11 классов в общеобразовательных учреждениях города Москвы в период 2013-2015гг. Изменение №2» (рацион питания для обучающихся 1-4 классов), разработанного ФГБОУ ВПО «МГУТУ им. К.Г. Рazuмовского» (для ООО «Комбинат питания «КОНКОРД») СанПиН 2.4.5.2409-08



«Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания, обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования», МР 2.3.1.2432-08 «Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения РФ. Методические рекомендации» (утв. Роспотребнадзором 18.12.2008г);

-копии экспертного заключения ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в городе Москве» (129626 Г. Москва, Графский пер., д.4/9, свидетельство об аккредитации №31-АК от 26.02.2010г.) о соответствии проектной, предпроектной, нормативно-технической документации действующим техническим регламентам, государственным санитарно-эпидемиологическим правилам и нормам №77.01.05.Т.001557.04.14 от 11.04.2014г. с актом санитарно-эпидемиологической экспертизы №0105-00877/ПР от 11.04.2014г., выданное на основании заявления №14/02.05.000685-3 от 06.03.2014г.: о соответствии «Примерного 24-дневного меню для обучающихся 1-4 классов и 5-11 классов в общеобразовательных учреждениях города Москвы в период 2013-2015гг. Изменение №2» (рацион питания для обучающихся 5-11 классов 1 комплекс), разработанного ФГБОУ ВПО «МГУТУ им. К.Г. Разумовского» (для ООО «Комбинат питания «КОНКОРД») СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания, обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования», МР 2.3.1.2432-08 «Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения РФ. Методические рекомендации» (утв. Роспотребнадзором 18.12.2008г);

-копии экспертного заключения ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в городе Москве» (129626 Г. Москва, Графский пер., д.4/9, свидетельство об аккредитации №31-АК от 26.02.2010г.) о соответствии проектной, предпроектной, нормативно-технической документации действующим техническим регламентам, государственным санитарно-эпидемиологическим правилам и нормам №77.01.05.Т.001559.04.14 от 11.04.2014г. с актом санитарно-эпидемиологической экспертизы №0105-00879/ПР от 11.04.2014г., выданное на основании заявления №14/02.05.000684-3 от 06.03.2014г.: о соответствии «Примерного 24-дневного меню для обучающихся 1-4 классов и 5-11 классов в общеобразовательных учреждениях города Москвы в период 2013-2015гг. Изменение №2» (рацион питания для обучающихся 5-11 классов 2 комплекс), разработанного ФГБОУ ВПО «МГУТУ им. К.Г. Разумовского» (для ООО «Комбинат питания «КОНКОРД») СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания, обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования», МР 2.3.1.2432-08 «Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения РФ. Методические рекомендации» (утв. Роспотребнадзором 18.12.2008г);

-копии экспертного заключения ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в городе Москве» (129626 Г. Москва, Графский пер., д.4/9, свидетельство об аккредитации №31-АК от 26.02.2010г.) о соответствии проектной, предпроектной, нормативно-



технической документации действующим техническим регламентам, государственным санитарно-эпидемиологическим правилам и нормам №77.01.05.Т.001566.04.14 от 11.04.2014г. с актом санитарно-эпидемиологической экспертизы №0105-00882/ПР от 11.04.2014г., выданное на основании заявления №14/02.05.000687-3 от 06.03.2014г.: о соответствии «Примерного 24-дневного меню для организации питания детей обучающихся в учреждениях начального и среднего профессионального образования города Москвы в период 2013-2015 гг.. Изменение №2» (рацион питания для обучающихся 1 комплекс (обед)) разработанного ФГБОУ ВПО «МГУТУ им. К.Г. Разумовского» (для ООО «Комбинат питания «КОНКОРД») СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания, обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования», МР 2.3.1.2432-08 «Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения РФ. Методические рекомендации» (утв. Роспотребнадзором 18.12.2008г);

-копии экспертного заключения ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в городе Москве» (129626 Г. Москва, Графский пер., д.4/9, свидетельство об аккредитации №31-АК от 26.02.2010г.) о соответствии проектной, предпроектной, нормативно-технической документации действующим техническим регламентам, государственным санитарно-эпидемиологическим правилам и нормам №77.01.05.Т.001554.04.14 от 11.04.2014г. с актом санитарно-эпидемиологической экспертизы №0105-00875/ПР от 11.04.2014г., выданное на основании заявления №14/02.05.000683-3 от 06.03.2014г.: о соответствии «Примерного 24-дневного меню для организации питания детей обучающихся в учреждениях начального и среднего профессионального образования города Москвы в период 2013-2015 гг.. Изменение №2» (рацион питания для обучающихся 2 комплекс (обед)) разработанного ФГБОУ ВПО «МГУТУ им. К.Г. Разумовского» (для ООО «Комбинат питания «КОНКОРД») СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания, обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования», МР 2.3.1.2432-08 «Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения РФ. Методические рекомендации» (утв. Роспотребнадзором 18.12.2008г);

Считает, что:

-«Примерное 24-дневного меню для обучающихся 1-4 классов и 5-11 классов в общеобразовательных учреждениях города Москвы в период 2013-2015гг. Изменение №2» (состоящее из рациона питания (завтрак, обед, полдник) для обучающихся 1-4 классов; рациона питания (завтрак, обед, полдник) для обучающихся 5-11 классов, комплекс №1; рациона питания (завтрак, обед, полдник) для обучающихся 5-11 классов, комплекс №2), разработанное ФГБОУ ВПО «МГУТУ им. К.Г. Разумовского»;

-«Примерное 24-дневного меню для организации питания детей обучающихся в учреждениях начального и среднего профессионального образования города Москвы в период 2013-2015 гг.. Изменение №2» (состоящее из рациона питания



(обед) для обучающихся комплекс №1 и рациона питания (обед) для обучающихся комплекс №2), разработанные ФГБОУ ВПО «МГУТУ им. К.Г. Разумовского» по пищевой и энергетической ценности, суточной потребности в основных витаминах и микроэлементах отвечают требованиям СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания, обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования».

Дополнительно, предлагаем Вам в технологических картах кулинарных изделий (блюд) указывать наименование сборника рецептур на основании которых они разработаны.

Обращаем особое внимание, что при одновременном использовании двух вариантов меню в одном образовательном учреждении необходимо соблюдение следующих требований санитарного законодательства Российской Федерации:

- наличие достаточного технологического и холодильного оборудования, позволяющего обеспечить одновременное приготовление и реализацию блюд по двум рационам;
- обеспечение ежедневного контроля за фактическим питанием обучающихся, то есть за получением питания только по одному из вариантов меню определенной группой учащихся в течение утвержденного периода (24 дня).

В случае несоблюдения требований законодательства Российской Федерации в части обеспечения санитарно-эпидемиологического благополучия при использовании вышеуказанного меню, Управление Роспотребнадзора по городу Москве оставляет за собой право на отзыв данного документа.

Главный государственный  
санитарный врач по городу Москве



Е.Е. Андреева

Рябенко  
Никонова  
8 (495) 687-40-57  
8 (495) 616-67-94

16.06.14





ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ  
В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
«ЦЕНТР ГИГИЕНЫ И ЭПИДЕМИОЛОГИИ В ГОРОДЕ МОСКВЕ»

129626, г. Москва, Графский пер., д. 4/9, тел. (495)-687-40-35, факс (495)-616-65-69  
Свидетельство об аккредитации №31-АК от 26.02.2010  
Испытательный лабораторный центр: ФСЭН.РУ.ЦОА.021, РОСС RU.0001.510895, DAkkS D-PL-14246-01-00

**Акт**  
**санитарно-эпидемиологической экспертизы**  
**проектной, предпроектной, нормативно-технической документации.**

Регистрационный № *0105-00882/11P*

Дата *11.04.2014*

на основании заявления от 06.03.2014г. Регистрационный № 14/02.05.000683-3

Заявитель: ООО Комбинат питания «КОНКОРД»

Наименование проектной документации: Примерное меню для организации питания детей обучающихся в учреждениях начального и среднего профессионального образования города Москвы в период 2013-2015 гг. Изменение №2 (рацион питания для обучающихся, I комплекс)

Юридический адрес: 119034, г. Санкт-Петербург, наб. Лейтенанта Шмидта, д. 7, лит. Б  
Фактический адрес: 117105, Москва г., Варшавское шоссе, дом № 26, офис № 204

Разработчик проектной документации: ФГБОУ ВПО «МГУТУ имени К.Г.Разумовского» (для ООО Комбинат питания «КОНКОРД») юридический адрес: 109004, Москва, ул. Земляной вал, д. 73.

Перечень проектной документации, представленной для экспертизы:

- Титульный лист Примерное меню для организации питания детей обучающихся в учреждениях начального и среднего профессионального образования города Москвы в период 2013-2015 гг. Изменение №2;
- Рацион питания для обучающихся в учреждениях начального и среднего профессионального образования, I комплекс;
- Приложение № 1 "Распределение плодов и ягод по дням циклического меню"
- Приложение № 2 "Замены блюд при организации питания в учреждениях начального и среднего профессионального образования";
- Приложение № 3 "Сезонные замены салатов из сырых овощей урожая прошлого года в период после 1 марта";
- Приложение № 4 "Распределение соков фруктовых по дням циклического меню";
- Пояснительная записка



- Расчеты среднесуточного потребления продуктов;
- Технологические карты.

Нормативная документация: СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования»; МР 2.3.1.2432-08. Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации. Методические рекомендации" (утв. Роспотребнадзором 18.12.2008).

#### Общие сведения:

Представленный рацион примерного меню разработан на 24-дневный период (4 недели). В соответствии с требованиями СанПиН 2.4.5.2409-08 содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности, включая содержание белков, жиров, углеводов, витаминов (С, В<sub>1</sub>, В<sub>2</sub>, А, Е) и минеральных веществ (фосфор (Р), кальций (Са), железо (Fe), магний (Mg), йод (I), указания номеров технологических карт.

Рацион разработан для пищеблоков, предназначенных для работы на сырье, полуфабрикатах (столовые - доготовочные) и для раздачи готовых блюд (буфет-раздаточные) для обучающихся в учреждениях начального и среднего профессионального образования (15-18 лет) и предусматривает однократный прием пищи (обед).

#### Формирование рациона:

Примерное меню составлено на основе рациона и с использованием продуктов, входящих в рекомендуемые среднесуточные наборы пищевых продуктов для обучающихся в учреждениях начального и среднего профессионального образования.

Обед состоит из закуска, первого, второго блюда и напитка.

Распределение энергетической ценности (калорийности) в рационе примерно соответствует рекомендуемым значениям, предусмотренным СанПиН 2.4.5.2409-08 +/- 5%.

Распределение пищевой и энергетической ценности рациона по неделям равномерное. Соотношение основных пищевых веществ (белков, жиров и углеводов), фосфора и кальция приближены к оптимальным.

Фактическое содержание макро и микронутриентов в меню (таб.1), обеспечивает физиологическую потребность детей в возрасте 15-18 лет: по белку на 35%, жирам – на 385%, углеводам – на 33%, энергии - на 34%, витамине В<sub>1</sub> – на 34%, витамине С- на 83%, витамине А - на 66%, витамине Е – на 68%, кальции – на 320%, фосфоре - на 34%, магнию - на 49%, железу – на 50%, витамине В<sub>2</sub>- на 34%, йоде – на 54%, что удовлетворяет физиологические потребности детей 15-18 лет при организации однократного питания.



Таблица 1

Макро и микронутриенты	Среднее значение по рациону
Белки, г	34,5
Жиры, г	38,1
Углеводы, г	138,4
Энергетическая ценность, ккал	1024,6
Витамин В1, мг	0,5
Витамин С, мг	58,4
Витамин А, мкг рет. экв.	661,4
Витамин Е, мг, ток. экв	10,1
Кальций (Са), мг	386,4
Фосфор (Р), мг	603,9
Магний (Mg), мг	147,4
Железо (Fe), мг	9,1
Витамин В2, мг	0,6
Йод (I), мкг	64,9

Повтор одних и тех же основных блюд или кулинарных изделий в один и тот же день или в последующие 2 дня, а также наличие запрещенных продуктов и блюд не отмечены.

Объемы порций приготавливаемых блюд в основном соответствуют рекомендуемым СанПиН 2.4.5.2409-08. Имеющиеся отступления не являются значимыми учитывая, что в целом рацион обеспечивает физиологическую потребность организма в основных пищевых веществах и энергии (с учетом количества приемов пищи).

#### Технология изготовления кулинарной продукции.

Для приготовления готовых блюд, кулинарных изделий и промышленной продукции (согласно представленной пояснительной записке) используются продукты соответствующие требованиям Гл. II Р 1 единых санитарно-эпидемиологических и гигиенических требований к товарам, подлежащим санитарно-эпидемиологическому надзору (контролю), в т.ч. в части требований к продуктам, предназначенным для питания дошкольников и школьников» для всех наименований пищевых продуктов, относящихся к группам:

- Продукты на мясной основе (включая: консервы мясные (в т.ч. из мяса птицы), колбасные изделия, мясные полуфабрикаты, паштеты и кулинарные изделия);
- Хлебобулочные, мучные кондитерские и мукомольно-крупяные изделия;
- Продукты из рыбы и нерыбных объектов промысла (включая: Полуфабрикаты из рыбы и нерыбных объектов промысла, кулинарные изделия из рыбы и нерыбных объектов промысла);
- Молоко и молочные продукты (включая: молоко питьевое; сливки питьевые; кисломолочные продукты, в т.ч. йогурт; напитки на молочной основе (сухие и жидкие), молоко и сливки (термически обработанные), творог, творожные продукты (в т.ч. с фруктовыми или овощными компонентами), сыры (твердые, полутвердые, мягкие, рассольные, плавленые);



- Фруктовые и овощные консервы (соки, нектары, напитки, морсы, пюре, фруктово-молочные и фруктово-зерновые пюре, комбинированные продукты).

При составлении типового рациона (согласно представленной пояснительной записке) приведены рецептуры и технологии приготовления блюд и кулинарных изделий – разработанные ООО Комбинат питания «Конкорд» с использованием требований к оказанию единой комплексной услуги по организации питания обучающихся и воспитанников в образовательных учреждениях системы Департамента образования города Москвы в 2012 году, Технологической инструкцией по производству кулинарной продукции для питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах (К ГОСТ 30390-95 / ГОСТ 50763-95) и технологические карты для продукции промышленного изготовления по утвержденным техническим условиям, инструкциям.

С целью обеспечения требований СанПиН 2.4.5.2409-08 в период после 1 марта предусмотрена сезонная замена блюд в соответствии с Приложением № 3 «Сезонные замены салатов (после 1 марта)», изготавливаемых по технологическим картам, предусматривающим термическую обработку овощей.

В целях реализации представленного рациона, с учетом типа столовой (буфет раздаточные) в технологические карты внесен раздел «Для буфет раздаточных», конкретизирующий допустимые технологические операции выполняемые персоналом пищеблоков (буфет-раздаточных) при приготовлении кулинарной продукции.

Выборочно представленные технологические карты предусматривают технологию изготовления кулинарной продукции в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.5.2409-08.

#### **Профилактика витаминной и микроэлементной недостаточности.**

Профилактика витаминной и микроэлементной недостаточности обеспечена за счет разнообразия пищевых продуктов, с естественным содержанием необходимых витаминов и минеральных веществ (с учетом потерь при тепловой обработке), а также использования в меню свежих плодов.

Содержание витаминов (С, В1, В2, А, Е) и минеральных веществ (фосфор (Р), кальций (Са), железо (Fe), магний (Mg), йод (I)) обеспечивает физиологические потребности детей 12-18 лет и не превышает уровни потребления в соответствии с МР 2.3.1.2432-08. Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации. Методические рекомендации" (утв. Роспотребнадзором 18.12.2008).

### **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Установлено:

Экспертиза проведена в соответствии с действующими техническими регламентами, государственными санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами, государственными стандартами, с использованием методов и методик, утвержденных в установленном порядке.

Проектная документация: Примерное меню для организации питания детей обучающихся в учреждениях начального и среднего профессионального образования города Москвы в период 2013-2015 гг. Изменение №2 (рацион питания для обучающихся, I комплекс), разработанная ФГБОУ ВПО «МГУТУ имени К.Г.Разумовского» (для ООО Комбинат питания «КОНКОРД»), соответствует требованиям СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания».



обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования». Содержание макронутриентов, микронутриентов и энергетическая ценность рациона обеспечивает физиологические потребности детей 15-18 лет указанные в МР 2.3.1.2432-08 «Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации. Методические рекомендации» (утв. Роспотребнадзором 18.12.2008).

Рекомендовано в соответствии с СанПиН 2.4.5.2409-08:

- Администрации образовательного учреждения – информировать родителей обучающихся о проводимых в учреждении мероприятиях по профилактике витаминной и микроэлементной недостаточности.
- Медицинскому работнику учреждения – обеспечить ведение "Ведомости контроля за питанием" для контроля за качественным и количественным составом рациона питания, ассортиментом используемых пищевых продуктов и продовольственного сырья. В конце каждой недели или один раз в 10 дней осуществляться подсчет и сравнение со среднесуточными нормами питания (в расчете на один день на одного человека, в среднем за неделю или за 10 дней).
- При использовании рациона осуществлять медицинской контроль индивидуальной непереносимости отдельных видов продуктов с целью профилактики пищевых аллергий.
- При проведении замен блюд исключить повторение блюд в тот же день и последующие (предыдущие) 2 дня.
- При одновременном использовании двух вариантов рациона в одной образовательной организации необходимо обеспечить:
  - наличие технологического, в т.ч. холодильного оборудования, достаточного для одновременного приготовления и реализации блюд по обоим вариантам.
  - надежный контроль за индивидуальным питанием обучающихся, включая: выбор только одного варианта рациона и недопущение смены варианта рациона на протяжении всего утвержденного периода (цикла) – 24 дня.

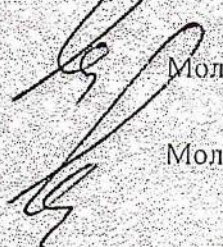
Настоящий акт санитарно-эпидемиологической экспертизы выдан для оформления экспертного заключения

эксперт

Заведующий отделом гигиены детей и подростков



Молдованов В.В.



Молдованов В.В.





**ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ  
В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
«ЦЕНТР ГИГИЕНЫ И ЭПИДЕМИОЛОГИИ В ГОРОДЕ МОСКВЕ»**

129626, Москва, Графский пер. д. 4/9 тел. (495) 687 4035, факс (495) 687 4067  
Свидетельство об аккредитации № 31-АК от 26.02.2010  
Испытательный лабораторный центр:ГСЭН.RU.ЦОА.021, РОСС RU.0001.510895, DAKKS D-PL-14246-01-00

## ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

о соответствии проектной, предпроектной, нормативно-технической  
документации действующим техническим регламентам,  
государственным санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам

№ 77.01.05.Т.001566.04.14

Дата 11.04.2014

На основании заявления № 14/02.05.000687-3

от 06.03.2014

Заявитель: ООО "Комбинат питания "Конкорд"

Юридический адрес: г. Санкт-Петербург, Лейтенанта Шмидта, д.7, к.лит.Б

Наименование документации: Примерное меню для организации питания детей обучающихся в учреждениях начального и среднего профессионального образования города Москвы в период 2013-2015 гг. Изменение №2 (рацион питания для обучающихся, I комплекс)

Фактический адрес: 117105, г. Москва, ЮАО, Варшавское шоссе, дом 26, оф. 204

Разработчик документации: ФБГОУ ВПО "МГУТУ имени К.Г. Разумовского"

Юридический адрес разработчика: г. Москва, ЦАО, улица Земляной Вал, дом 73

Акт санитарно-эпидемиологической экспертизы № 0105-00882/ПР

от 11.04.2014

Экспертиза проведена в соответствии с действующими техническими регламентами, государственными санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами, с использованием методов и методик, утвержденных в установленном порядке

**Указанная документация соответствует**

СанПиН 2.4.5.2409-08 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования" МР 2.3.1.2432-08 "Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации. Методические рекомендации"  
Без приложения действительно. Приложение на 1-ом листе

Главный врач  
(заместитель главного врача)

М. П.



Иваненко А.В.  
Ф.И.О.

МЕСТАЙЛОВ А.В.

№ 015309





**ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ  
В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
«ЦЕНТР ГИГИЕНЫ И ЭПИДЕМИОЛОГИИ В ГОРОДЕ МОСКВЕ»**

129626, Москва, Графский пер. д. 4/9 тел. (495) 687 4085, факс (495) 687 4067  
Свидетельство об аккредитации №31-АК от 26.02.2010  
Испытательный лабораторный центр, IСDN:RU110A:021, РОСС RU.0001.510895, DAkkS D-PL-14246-01-00

**ПРИЛОЖЕНИЕ  
К ЭКСПЕРТНОМУ ЗАКЛЮЧЕНИЮ**

№ 77.01.05.Т.001566.04.14

Дата 11.04.2014

- Рекомендовано в соответствии с СанПиН 2.4.5.2409-08:
- Администрации образовательного учреждения - информировать родителей обучающихся о проводимых в учреждении мероприятиях по профилактике витаминной и микроэлементной недостаточности.
  - Медицинскому работнику учреждения - обеспечить ведение "Ведомости контроля за питанием" для контроля за качественным и количественным составом рациона питания, ассортиментом используемых пищевых продуктов и продовольственного сырья. В конце каждой недели или один раз в 10 дней осуществляется подсчет и сравнение со среднесуточными нормами питания (в расчете на один день на одного человека, в среднем за неделю или за 10 дней).
  - При использовании рациона осуществлять медицинской контроль индивидуальной непереносимости отдельных видов продуктов с целью профилактики пищевых аллергий.
  - При проведении замен блюд исключить повторение блюд в тот же день и последующие (предыдущие) 2 дня.
  - При одновременном использовании двух вариантов рациона в одной образовательной организации необходимо обеспечить:
    - наличие технологического, в т.ч. холодильного оборудования, достаточного для одновременного приготовления и реализации блюд по обоим вариантам.
    - надежный контроль за индивидуальным питанием обучающихся, включая: выбор только одного варианта рациона и недопущение смены варианта рациона на протяжении всего утвержденного периода (цикла) - 24 дня.



Главный врач  
(заместитель главного врача)

М. П.



Иваненко А.В.

**Мизгайлова А.В.**





ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ  
В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА  
**ФЕДЕРАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
«ЦЕНТР ГИГИЕНЫ И ЭПИДЕМИОЛОГИИ В ГОРОДЕ МОСКВЕ»**

129626, г. Москва, Графский пер., д. 4/9, тел. (495)-687-40-35, факс (495)-616-65-69

Свидетельство об аккредитации №31-АК от 26.02.2010

Испытательный лабораторный центр: ФСЭН.РУ.ЦОА.021, РОСС RU.0001.510895, DAkkS D-PL-14246-01-00

**Акт  
санитарно-эпидемиологической экспертизы  
проектной, предпроектной, нормативно-технической документации.**

Регистрационный № *0105-00875/14*

Дата *11.04.2014*

на основании заявления от 06.03.2014г. Регистрационный № 14/02.05.000683-3

Заявитель: ООО Комбинат питания «КОНКОРД»

Наименование проектной документации: Примерное меню для организации питания детей обучающихся в учреждениях начального и среднего профессионального образования города Москвы в период 2013-2015 гг. Изменение №2 (рацион питания для обучающихся, II комплекс)

Юридический адрес: 119034, г. Санкт-Петербург, наб. Лейтенанта Шмидта, д. 7, лит. Б  
Фактический адрес: 117105, Москва г., Варшавское шоссе, дом № 26, офис № 204

Разработчик проектной документации: ФГБОУ ВПО «МГУТУ имени К.Г.Разумовского» (для ООО Комбинат питания «КОНКОРД») юридический адрес: 109004, Москва, ул. Земляной вал, д. 73.

Перечень проектной документации, представленной для экспертизы:

- Титульный лист Примерное меню для организации питания детей обучающихся в учреждениях начального и среднего профессионального образования города Москвы в период 2013-2015 гг. Изменение №2;
- Рацион питания для обучающихся в учреждениях начального и среднего профессионального образования, II комплекс;
- Приложение № 1 "Распределение плодов и ягод по дням циклического меню"
- Приложение № 2 "Замены блюд при организации питания в учреждениях начального и среднего профессионального образования";
- Приложение № 3 "Сезонные замены салатов из сырых овощей урожая прошлого года в период после 1 марта";
- Приложение № 4 "Распределение соков фруктовых по дням циклического меню";
- Пояснительная записка



- Расчеты среднесуточного потребления продуктов;
- Технологические карты

Нормативная документация: СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования»; МР 2.3.1.2432-08. Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации. Методические рекомендации" (утв. Роспотребнадзором 18.12.2008).

#### **Общие сведения:**

Представленный рацион примерного меню разработан на 24-дневный период (4 недели) с учетом пожеланий родителей и детей (исключены гарниры с отварными овощами, творожные блюда с фруктовыми наполнителями, при этом сохранив сбалансированное питание). В соответствии с требованиями СанПиН 2.4.5.2409-08 содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности, включая содержание белков, жиров, углеводов, витаминов (С, В<sub>1</sub>, В<sub>2</sub>, А, Е) и минеральных веществ (фосфор (Р), кальций (Са), железо (Fe), магний (Mg), йод (I), указания номеров технологических карт.

Рацион разработан для пищеблоков, предназначенных для работы на сырье, полуфабрикатах (столовые - доготовочные) и для раздачи готовых блюд (буфет-раздаточные) для обучающихся в учреждениях начального и среднего профессионального образования (15-18 лет) и предусматривает однократный прием пищи (обед).

#### **Формирование рациона:**

Примерное меню составлено на основе рациона и с использованием продуктов, входящих в рекомендуемые среднесуточные наборы пищевых продуктов для обучающихся в учреждениях начального и среднего профессионального образования.

Обед состоит из закуски, первого, второго блюда и напитка.

Распределение энергетической ценности (калорийности) в рационе примерно соответствует рекомендуемым значениям, предусмотренным СанПиН 2.4.5.2409-08 +/- 5%.

Распределение пищевой и энергетической ценности рациона по неделям равномерное. Соотношение основных пищевых веществ (белков, жиров и углеводов), фосфора и кальция приближены к оптимальным.

Фактическое содержание макро и микронутриентов в меню (таб.1), обеспечивает физиологическую потребность детей в возрасте 15-18 лет: по белку на 34%, жирам - на 35%, углеводам - на 34%, энергии - на 34%, витамине В<sub>1</sub> - на 33%, витамине С - на 82%, витамине А - на 44%, витамине Е - на 69%, кальции - на 30%, фосфоре - на 32%, магнию - на 49%, железу - на 49%, витамине В<sub>2</sub> - на 30%, йоде - на 51%, что удовлетворяет физиологические потребности детей 15-18 лет при организации однократного питания.



Таблица 1

Макро и микронутриенты	Среднее значение по рациону
Белки, г	32,8
Жиры, г	34,6
Углеводы, г	142,5
Энергетическая ценность, ккал	1008,7
Витамин В1, мг	0,5
Витамин С, мг	57,2
Витамин А, мкг рет. экв.	439,3
Витамин Е, мг, ток. экв.	10,3
Кальций (Са), мг	364,2
Фосфор (Р), мг	573,4
Магний (Mg), мг	146,3
Железо (Fe), мг	8,7
Витамин В2, мг	0,5
Йод (I), мкг	61,7

Повтор одних и тех же основных блюд или кулинарных изделий в один и тот же день или в последующие 2 дня, а также наличие запрещенных продуктов и блюд не отмечены.

Объемы порций приготавливаемых блюд в основном соответствуют рекомендуемым СанПиН 2.4.5.2409-08. Имеющиеся отступления не являются значимыми учитывая, что в целом рацион обеспечивает физиологическую потребность организма в основных пищевых веществах и энергии (с учетом количества приемов пищи).

#### **Технология изготовления кулинарной продукции.**

Для приготовления готовых блюд, кулинарных изделия и промышленной продукции (согласно представленной пояснительной записке) используются продукты соответствующие требованиям Гл.П Р.1 единых санитарно-эпидемиологических и гигиенических требований к товарам, подлежащим санитарно-эпидемиологическому надзору (контролю), в т.ч. в части требований к продуктам, предназначенным для питания дошкольников и школьников» для всех наименований пищевых продуктов, относящихся к группам:

- Продукты на мясной основе (включая: консервы мясные (в т.ч. из мяса птицы), колбасные изделия, мясные полуфабрикаты, паштеты и кулинарные изделия);
- Хлебобулочные, мучные кондитерские и мукомольно-крупяные изделия;
- Продукты из рыбы и нерыбных объектов промысла (включая: Полуфабрикаты из рыбы и нерыбных объектов промысла, кулинарные изделия из рыбы и нерыбных объектов промысла);
- Молоко и молочные продукты (включая: молоко питьевое; сливки питьевые; кисломолочные продукты, в т.ч. йогурт; напитки на молочной основе (сухие и жидкие), молоко и сливки (термически обработанные), творог, творожные продукты (в т.ч. с фруктовыми или овощными компонентами), сыры (твердые, полутвердые, мягкие, рассольные, плавленые);
- Фруктовые и овощные консервы (соки, нектары, напитки, морсы, пюре, фруктово-молочные и фруктово-зерновые пюре, комбинированные продукты).



При составлении типового рациона (согласно представленной пояснительной записке) приведены рецептуры и технологии приготовления блюд и кулинарных изделий – разработанные ООО Комбинат питания «Конкорд» с использованием требований к оказанию единой комплексной услуги по организации питания обучающихся и воспитанников в образовательных учреждениях системы Департамента образования города Москвы в 2012 году, Технологической инструкцией по производству кулинарной продукции для питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах (К ГОСТ 30390-95 / ГОСТ 50763-95) и технологические карты для продукции промышленного изготовления по утвержденным техническим условиям, инструкциям.

С целью обеспечения требований СанПиН 2.4.5.2409-08 в период после 1 марта предусмотрена сезонная замена блюд в соответствии с Приложением № 3 «Сезонные замены салатов (после 1 марта)», изготавливаемых по технологическим картам, предусматривающим термическую обработку овощей.

В целях реализации представленного рациона, с учетом типа столовой (буфет раздаточные) в технологические карты внесен раздел «Для буфет раздаточных», конкретизирующий допустимые технологические операции выполняемые персоналом пищеблоков (буфет-раздаточных) при приготовлении кулинарной продукции.

Выборочно представленные технологические карты предусматривают технологию изготовления кулинарной продукции в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.5.2409-08.

#### **Профилактика витаминной и микроэлементной недостаточности.**

Профилактика витаминной и микроэлементной недостаточности обеспечена за счет разнообразия пищевых продуктов, с естественным содержанием необходимых витаминов и минеральных веществ (с учетом потерь при тепловой обработке), а также использования в меню свежих плодов.

Содержание витаминов (С, В1, В2, А, Е) и минеральных веществ (фосфор (Р), кальций (Са), железо (Fe), магний (Mg), йод (I)) обеспечивает физиологические потребности детей 12-18 лет и не превышает уровни потребления в соответствии с МР 2.3.1.2432-08. Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации. Методические рекомендации"(утв. Роспотребнадзором 18.12.2008).

### **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Установлено:

Экспертиза проведена в соответствии с действующими техническими регламентами, государственными санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами, государственными стандартами, с использованием методов и методик, утвержденных в установленном порядке.

Проектная документация: Примерное меню для организации питания детей обучающихся в учреждениях начального и среднего профессионального образования города Москвы в период 2013-2015 гг. Изменение №2 (рацион питания для обучающихся, П комплекс), разработанная ФГБОУ ВПО «МГУТУ имени К.Г.Разумовского» (для ООО Комбинат питания «КОНКОРД»), соответствует требованиям СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования». Содержание макронутриентов, микронутри-



ептов и энергетическая ценность рациона обеспечивает физиологические потребности детей 15-18 лет указанные в МР 2.3.1.2432-08 «Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации. Методические рекомендации» (утв. Роспотребнадзором 18.12.2008).

Рекомендовано в соответствии с СанПиН 2.4.5.2409-08.

- Администрации образовательного учреждения – информировать родителей обучающихся о проводимых в учреждении мероприятиях по профилактике витаминной и микроэлементной недостаточности.
- Медицинскому работнику учреждения – обеспечить ведение "Ведомости контроля за питанием" для контроля за качественным и количественным составом рациона питания, ассортиментом используемых пищевых продуктов и продовольственного сырья. В конце каждой недели или один раз в 10-дневный период осуществляться подсчет и сравнение со среднесуточными нормами питания (в расчете на один день на одного человека, в среднем за неделю или за 10 дней).
- При использовании рациона осуществлять медицинской контроль индивидуальной непереносимости отдельных видов продуктов с целью профилактики пищевых аллергий.
- При проведении замен блюд исключить повторение блюд в тот же день и последующие (предыдущие) 2 дня.
- При одновременном использовании двух вариантов рациона в одной образовательной организации необходимо обеспечить:
  - наличие технологического, в т.ч. холодильного оборудования, достаточного для одновременного приготовления и реализации блюд по обоим вариантам.
  - надежный контроль за индивидуальным питанием обучающихся, включая выбор только одного варианта рациона и недопущение смены варианта рациона на протяжении всего утвержденного периода (цикла) – 24 дня.

Настоящий акт санитарно-эпидемиологической экспертизы выдан для оформления экспертного заключения

эксперт

Заведующий отделом гигиены детей и подростков

  
Молдованов В.В.

  
Молдованов В.В.





**ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ  
В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
«ЦЕНТР ГИГИЕНЫ И ЭПИДЕМИОЛОГИИ В ГОРОДЕ МОСКВЕ»**

129626, Москва, Графский пер. д. 4/9 тел. (495) 687 4035, факс (495) 687 4067  
Свидетельство об аккредитации № 31-АК от 26.02.2010  
Испытательный лабораторный центр: GCEN.RU.ЦОА.021, РОСС RU.0001.510895. DAkks D-PL-14246-01-00

**ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

о соответствии проектной, предпроектной, нормативно-технической  
документации действующим техническим регламентам,  
государственным санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам

№ 77.01.05.Т.001554.04.14 Дата 11.04.2014

На основании заявления № 14/02.05.000683-3 от 06.03.2014

**Заявитель:** ООО "Комбинат питания "Конкорд"  
**Юридический адрес:** г. Санкт-Петербург, Лейтенанта Шмидта д. 7, клит. Б  
**Наименование документации:** Примерное меню для организации питания детей обучающихся в учреждениях начального и среднего профессионального образования города Москвы в период 2013-2015 гг. Изменение №2 (рацион питания для обучающихся: П.комплекс)  
**Фактический адрес:** 117105, г. Москва, ЮАО, Варшавское шоссе, дом 26, оф. 204

**Разработчик документации:** ФБГОУ ВПО "МГУТУ имени К.Г. Разумовского"  
**Юридический адрес разработчика:** г. Москва, ЦАО, улица Земляной Вал, дом 73

**Акт санитарно-эпидемиологической экспертизы № 0105-00875/ПР от 11.04.2014**

Экспертиза проведена в соответствии с действующими техническими регламентами, государственными санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами, с использованием методов и методик, утвержденных в установленном порядке.

**Указанная документация соответствует**

СанПиН 2.4.5.2409-08 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования", МР 2.3.1.2432-08 "Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации. Методические рекомендации". Без приложения недействительно. Приложение на 1 листе.

**Главный врач  
(заместитель главного врача)**

М. П.  
**МИЗГАЙЛОВА В.**



№ 015308

**Иваненко А.В.**  
П. И. О.







**ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ  
В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
«ЦЕНТР ГИГИЕНЫ И ЭПИДЕМИОЛОГИИ В ГОРОДЕ МОСКВЕ»**

129626, Москва, Графский пер. д. 4/9, тел. (495) 687-4035, факс (495) 687-4067  
Свидетельство об аккредитации № 31-АК от 26.02.2010  
Испытательный лабораторный центр: FCEN.RU.ЦОА.021. РОСС RU.0001.510895. DAKKS-D-PL-14246-01-00

**ПРИЛОЖЕНИЕ  
К ЭКСПЕРТНОМУ ЗАКЛЮЧЕНИЮ**

№ 77.01.05.Т.001554.04.14

Дата 11.04.2014

Рекомендовано в соответствии с СанПиН 2.4.5.2409-08.

- Администрации образовательного учреждения - информировать родителей обучающихся о проводимых в учреждении мероприятиях по профилактике витаминной и микроэлементной недостаточности.
- Медицинскому работнику учреждения - обеспечить ведение "Ведомости контроля за питанием" для контроля за качественным и количественным составом рациона питания, ассортиментом используемых пищевых продуктов и продовольственного сырья. В конце каждой недели или один раз в 10 дней осуществляться подсчет и сравнение со среднесуточными нормами питания (в расчете на один день на одного человека в среднем за неделю или за 10 дней).
- При использовании рациона осуществлять медицинской контроль индивидуальной непереносимости отдельных видов продуктов с целью профилактики пищевых аллергий.
- При проведении замен блюд исключить повторение блюд в тот же день и последующие (предыдущие) 2 дня.
- При одновременном использовании двух вариантов рациона в одной образовательной организации необходимо обеспечить:
  - наличие технологического, в т.ч. холодильного оборудования, достаточного для одновременного приготовления и реализации блюд по обоим вариантам.
  - надежный контроль за индивидуальным питанием обучающихся, включая: выбор только одного варианта рациона и недопущение смены варианта рациона на протяжении всего утвержденного периода (цикла) - 24 дня.



Главный врач  
(заместитель главного врача)

М. П.



**ИВАНЕНКО А.В.**

Иваненко А.В.



**Пояснительная записка к рациону питания детей обучающихся в учреждениях начального и среднего детей профессионального образования города Москвы в период 2013-2015 гг». Изменение №2.**

В меню внесены изменения с учетом пожелания родителей и детей, при этом сохранив рациональное питание и учитывая требования «Методических рекомендаций по организации питания обучающихся и воспитанников образовательных учреждений», СанПиН 2.4.5.2409-08, СанПиН 2.3.2.1940-05 «Организация детского питания». Исключены гарниры с отварными овощами, творожные и крупяные блюда с наполнителем, в том числе с фруктовыми:

- Рис отварной с кукурузой
- Рис отварной с горошком, кукурузой и морковью
- Рис отварной с зеленым горошком
- Запеканка из творога с какао
- Запеканка из творога с курагой
- Запеканка из творога с яблоком
- Каша манная молочная с яблоком
- Каша пшеничная молочная с курагой

Также, в меню входят такие блюда, как «Брушкетта» - хлебобулочное изделие с начинкой, в составе: мука пшеничная, лук репчатый, морковь, яйцо куриное, масло подсолнечное, сахар, соль, дрожжи, ветчина; «Солянка» - суп с мясом, в составе: картофель, огурец соленый, колбаски (сосиски), говядина, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное, томатная паста, соль, петрушка, укроп; «Юшка с кабачками и помидорами» - суп с овощами, в составе: картофель, цуккини, лук репчатый, морковь, помидоры, масло подсолнечное, соль, петрушка; и др.

При составлении рационов использовались рецептуры и технологии приготовления блюд и кулинарных изделий, разработанные с использованием: требований к оказанию единой комплексной услуги по организации питания обучающихся и воспитанников в образовательных учреждениях, системы Департамента образования города Москвы в 2012 году; технологической инструкции по производству кулинарной продукции для питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах и технологические карты для продукции (кулинарных изделий, готовых блюд) промышленного производства по утвержденным техническим условиям.

В каждой технологической карте предусмотрено описание технологического процесса приготовления питания, как в базовых организациях (комбинатах школьного питания, школьно-базовых столовых и т.п.), так и в доготовочных организациях общественного питания, в столовых образовательных учреждений, в буфет – раздаточных, а именно:

- Вариант 1 «Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет - раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматов, духовых (жарочных) шкафов и др.)»

- Упаковку с продукцией аккуратно вскрывают на пищеблоках школьно-базовых столовых. Перекладывают содержимое в гастроемкость. Помещают в прогретое оборудование. Разогревают до температуры 85°С в центре продукта. Готовые кулинарные изделия (блюда) помещают в изотермическую тару, доставляют в буфет-раздаточный пищеблок. Гастроемкость с готовыми изделиями ставят на мармит или на подогреваемую линию раздачи или в тепловой шкаф или оставляют в изотермической таре, поддерживая температуру подачи.

- Вариант 2 «Для столовых сырьевых, доготовочных, буфет - раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

- Упаковку с продукцией аккуратно вскрывают на пищеблоках столовых сырьевых, доготовочных, буфет - раздаточных. Перекладывают содержимое в гастроемкость.



Помещают в прогретое оборудование. Разогревают до температуры 85°C в центре продукта. Порционируют непосредственно перед раздачей. Не подвергают повторному разогреву.

• Вариант 3 Собственное производство «Для столовых сырьевых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматов, духовых (жарочных) шкафов и др.)»

○ В школьно-базовых сырьевых и доготовочных столовых, приготовление блюд складывается из двух последовательных этапов – холодной (первичной и вторичной) и тепловой обработки.

-первичную подготовку сырья осуществляют в специально предназначенных сырьевых цехах, оснащенных разделочными столами, ваннами, подносами, лотками, разделочными досками, а также другим необходимым оборудованием и инвентарем. Затем производят тепловую обработку.

-тепловую обработку осуществляют в горячих цехах оснащенных производственными столами, электрическими плитами (сковородами), духовыми (жарочными) шкафами (пароконвектоматами) и др.

-готовые блюда, на пищеблоках школьно-базовых столовых раскладывают в изотермическую тару и доставляют на пищеблок, работающий по типу буфет-раздаточной, где порционируют непосредственно перед раздачей. На пищеблоке, работающем по типу буфет-раздаточной осуществляют только поддержание температуры подачи, без повторного разогрева.

Сырье, используемое для приготовления изделий должно быть разрешено к применению в пищевой промышленности, в том числе для приготовления блюд для детей, и соответствовать требованиям действующей нормативной документации: сырье должно сопровождаться документацией, удостоверяющей его качество и безопасность, и соответствовать по показателям безопасности нормам Единых санитарно-эпидемиологических и гигиенических требований к товарам, подлежащим санитарно-эпидемиологическому надзору (контролю) Глава II, Раздел 1), в т.ч. в части требований к продуктам, предназначенным для питания дошкольников и школьников» для всех наименований пищевых продуктов, или СанПиН 2.3.2.1078-01 «Гигиенические требования безопасности и пищевой ценности пищевых продуктов» или СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования». Сырье животного происхождения должно пройти ветеринарно-санитарную экспертизу в соответствии с ветеринарными правилами и нормами, сопровождаться ветеринарными документами, утвержденными Государственной Ветеринарной Службой. Не должно использоваться сырье, содержащее ГМО. Готовые блюда (кулинарные изделия) соответствует Единым санитарно-эпидемиологическим и гигиеническим требованиям к товарам, подлежащим санитарно-эпидемиологическому надзору (контролю), прошедшие государственную регистрацию, внесены в Реестр свидетельств о государственной регистрации и разрешена для производства, реализации и использования для питания детей дошкольного и школьного возраста.

Рационы составлены с учетом организации приготовления питания обучающимся, как в базовых организациях школьного питания (комбинатах школьного питания, школьно-базовые столовых и т.п.), так и в доготовочных организациях общественного питания, в столовых образовательных учреждений, в буфетах – раздаточных.

При составлении рационов учитывались требования «Методических рекомендаций по организации питания обучающихся и воспитанников образовательных учреждений»,



Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации Методические рекомендации МР 2.3.1.2432 -08, СанПиН 2.4.5.2409-08, СанПиН 2.3.2.1940-05 «Организация детского питания», приведены рецептуры и технологии приготовления блюд и кулинарных изделий – разработанные с использованием: Требований к оказанию единой комплексной услуги по организации питания обучающихся и воспитанников в образовательных учреждениях системы Департамента образования города Москвы в 2012 году, Технологической инструкцией по производству кулинарной продукции для питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах (К ГОСТ 30390-95 / ГОСТ 50763-95), Письма Минэкономразвития и торговли РФ № 139-14/412 от 21.10.04 «О действующей нормативной, технологической документации в общественном питании», ГОСТа Р 53996-2010, ГОСТа Р 50763-2007, ГОСТа Р 53105-2008, Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах - М: Хлебпродинформ, 2004 г., Сборником рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания I, II часть- М: Хлебпродинформ, 1996, 1997 г.; Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания Москва Экономика 1983 г. и технологические карты для продукции (кулинарных изделий, готовых блюд) промышленного изготовления по утвержденным техническим условиям, инструкциям. Технологические карты предусматривают технологию изготовления кулинарной продукции 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»

### **Основные требования к производственному процессу и хранению**

При изготовлении кулинарной продукции для питания детей и подростков первостепенное значение имеет точность производственных процессов на предприятиях школьного питания.

Процесс приготовления пищи складывается из двух последовательных этапов – холодной (первичной) и тепловой (вторичной) обработки.

При холодной обработке продукты подготавливают для дальнейшей тепловой обработки (мясо, рыба, птица, овощи, фрукты, крупы, бобовые, яйца и др.), либо для употребления в сыром виде (овощи, фрукты).

Для обработки сырых и готовых продуктов должно быть выделено отдельное технологическое оборудование, которое маркируется в соответствии с назначением.

Доски и ножи закрепляют за соответствующими рабочими местами и хранят непосредственно на этих местах или установленными на ребро в специальных кассетах.

Хранение продуктов должно осуществляться с соблюдением сроков годности и условий хранения пищевых продуктов, установленных изготовителями, и правил товарного соседства. Запрещается совместное хранение сырых и готовых (термообработанных) продуктов, а также полуфабрикатов и готовых продуктов (блюд).

Для хранения овощей должны быть выделены овощные кладовые или овощехранилища. Овощи и фрукты необходимо хранить в сухих, хорошо проветриваемых помещениях в ларях или на стеллажах, отстоящих от пола на 15 см, при температуре, указанной изготовителем.

Следует строго следить за качеством поступающих пищевых продуктов, особенно овощей и фруктов, реализуемых без термической обработки. Завозить плодоовощную продукцию целесообразно небольшими партиями, чтобы избежать порчи при длительном хранении. Для приготовления блюд из сырых овощей и фруктов разрешается использовать только стандартные доброкачественные овощи и фрукты.



Сырье продовольственное (мясо, птица, рыба), а также овощи и фрукты, поступающие в замороженном виде, должны храниться в низкотемпературных холодильниках, в соответствии с указаниями изготовителя, как правило, при температуре не выше  $-18^{\circ}\text{C}$ . Не допускается замораживание сырья два и более раз (замораживание после дефростации).

## **I. Подготовка к использованию сырья продовольственного, продуктов пищевых**

Подготовку сырья осуществляют в специально предназначенных сырьевых цехах, оснащенных разделочными столами, ваннами, подносами, лотками, разделочными досками, а также другим необходимым оборудованием и инвентарем.

Основным требованием при подготовке сырья является недопустимость его соприкосновения с готовой продукцией.

### **1. Подготовка сырья мясного**

При приемке сырья его осматривают, подвергают дополнительной зачистке и влажному туалету.

Замороженное мясо бескостное (говядина, телятина, свинина мясная) в виде блоков, а также субпродукты мясные обработанные (язык, сердце, печень говяжьей), в том числе в блоках, размораживают на воздухе на специальных подносах, лотках или в специальных ваннах, в условиях свободного стока отделяемой при дефростации жидкости, после чего тщательно промывают проточной водой и немедленно начинают его дальнейшую переработку.

Мясо бескостное размороженное зачищают от грубых сухожилий, поверхностных пленок с оставлением межмышечной и соединительной ткани. При необходимости у свинины удаляют излишки шпика. Подготовленное мясо нарезают на куски массой 1-1,5 кг, толщиной не более 8 см, которые направляют на варку для приготовления бульона мясного или для приготовления вторых блюд. Для приготовления фарша выделяют котлетное мясо (говяжье, свиное).

Субпродукты мясные, обработанные в охлажденном или размороженном состоянии зачищают, повторно промывают и направляют на приготовление горячих вторых блюд.

### **2. Подготовка птицы**

Для обработки сырой птицы выделяют отдельные столы, разделочный и производственный инвентарь. У потрошенных тушек птицы удаляют легкие и почки, проверяют тщательность удаления внутренних органов. После этого тушки птицы (или полуфабрикаты) моют проточной теплой, а затем холодной водой до полного удаления загрязнений и остатков крови.

Тушки птицы направляют на термообработку в целом виде, если масса тушки не более 1,5 кг, или разрезают на две полутушки.

Перед термообработкой тушки птицы формируют.

### **3. Подготовка рыбы**

Рыбу размораживают на производственных столах или в воде при температуре не выше  $+12^{\circ}\text{C}$ , с добавлением соли из расчета 7 - 10 г на 1 л. Не рекомендуется дефростировать в воде рыбу осетровых пород и филе.

Филе рыбное мороженое без костей (с кожей или без нее) промышленного производства размораживают на воздухе при комнатной температуре, промывают в холодной проточной воде и обсушивают при комнатной температуре.

Хранение филе рыбного размороженного и рыбы размороженной не допускается.

### **4. Подготовка яиц куриных и продуктов яичных**



Обработку яиц проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха. Для этих целей используются промаркированные ванны и (или) емкости; возможно использование перфорированных емкостей.

Обработка яиц проводится при условии полного их погружения в раствор в следующем порядке:

- I - обработка в 1-2% теплом растворе кальцинированной соды;
- II - обработка в 0,5% растворе хлорамина или других разрешенных в установленном порядке дезинфицирующих средств;
- III - ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Обработанные яйца куриные выкладывают на лотки или в другую чистую промаркированную тару.

Заносить или хранить в производственных помещениях необработанные яйца куриные категорически запрещается.

Замороженный меланж, упакованный в банки или полиэтиленовые пакеты, предварительно размораживают: банки погружают в ванну с водой, температура которой должна быть не более 40 °С; полиэтиленовые пакеты с меланжем укладывают в емкости и выдерживают при комнатной температуре до полного размягчения.

При использовании продуктов яичных жидких пастеризованных, расфасованных в ПЭТ, не допускается контакт горловины тары с емкостями, используемыми для приготовления блюд. После вскрытия упаковки остатки продукта допускается хранить при закрытой крышке при температуре 4±2 °С не более 5 суток. При этом общий срок хранения продукта до вскрытия и после вскрытия упаковки не должен превышать общий срок хранения продукта, исчисляемый с даты изготовления.

## 5. Подготовка овощей, фруктов

Подготовку овощей проводят в соответствии с технологическими инструкциями, утвержденными в установленном порядке.

Сырье овощное должно быть нормальной технической зрелости, свежее, не пораженное сельскохозяйственными и амбарными вредителями, грибковыми заболеваниями и другими видами порчи.

Овощи промывают и очищают (при необходимости) в цехе первичной обработки овощей («коренном»), затем проводят повторную обработку в цехе вторичной обработки овощей («овощном»), после чего их хранят на лотках или в другой посуде со специальной маркировкой.

Холодная обработка овощей, идущих на приготовление сырых салатов, требует особой тщательности, так как испорченные и плохо промытые овощи могут стать причиной кишечных инфекций и глистных инвазий.

Первичная обработка овощей включает сортировку, мытье и очистку. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток. При обработке белокочанной капусты необходимо обязательно удалить 3-4 наружных листа.

Для обеспечения сохранности витаминов в блюдах, овощи, подлежащие отвариванию в очищенном виде, чистят непосредственно перед варкой и варят в подсоленной воде (кроме свеклы). Не допускается предварительная заготовка очищенного картофеля и других овощей с длительным замачиванием их в холодной воде более 2 часов. Отваренные для салатов овощи хранят в холодильнике не более 6 часов при температуре плюс 4±2 °С.



Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

Сырые овощи и зелень, предназначенные для приготовления холодных закусок без последующей термической обработки, рекомендуется выдерживать в 3%-ном растворе уксусной кислоты или в 10% растворе поваренной соли в течение 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой.

Фрукты, включая citrusовые, промывают в условиях цеха первичной обработки овощей (овощного цеха), а затем вторично в условиях холодного цеха в моечных ваннах.

Ягоды укладывают в дуршлаг и промывают сначала теплой, затем холодной проточной водой.

Сухофрукты тщательно перебирают, затем промывают теплой проточной водой.

При поступлении плодоовощной продукции низкого качества использование ее без предварительной термической обработки категорически запрещено.

Овощи и фрукты, быстрозамороженные должны храниться в холодильнике при температуре, указанной изготовителем (обычно от минус 10 до минус 18°C). Их направляют на переработку без предварительного размораживания.

#### 6. Подготовка круп, бобовых, муки пшеничной, сахара-песка и др.

Крупы рисовую, пшено, перловую, гречневую и др. тщательно перебирают и промывают.

Крупку манную, а также измельченные крупы просеивают.

Хлопья овсяные перебирают.

Изделия макаронные перебирают. Макароны при необходимости разламывают.

Горох, фасоль и другие бобовые перебирают, промывают холодной водой, затем замачивают в воде при соотношении гороха (фасоли) и воды 1:2.

Муку пшеничную, сахар-песок, соль или соль поваренную йодированную и др. перед употреблением просеивают через сито с магнитоулавливателем (или без него).

#### 7. Подготовка консервированных продуктов

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

## **II. Требования к условиям приготовления и реализации пищевых продуктов и кулинарных изделий.**

При приготовлении кулинарного изделия, представляющего собой пищевой продукт или сочетание продуктов, доведенного до кулинарной готовности, должны соблюдаться **следующие требования:**

- 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 (растопливаться 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°C, слоем не более 2,5-3 см; запеканки - 20-30 минут при температуре 220 - 280°C, слоем не более 3 - 4 см; хранение яичной массы осуществляется не более 30 минут при температуре не выше °C;
- 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.

#### **Готовность изделий определяется:**

- из мяса и птицы выделением бесцветного сока в месте прокола и серым цветом на разрезе продукта, а также температурой в толще продукта. Указанная температура выдерживается в течение 5 мин.
- натуральных рубленых изделий температурой в толще продукта - не ниже 85°C, для изделий из котлетной массы - не ниже 90°C. Указанная температура выдерживается в течение 5 мин.
- из рыбного фарша и рыбы определяется образованием поджаристой корочки и легким отделением мяса от кости в порционных кусках.

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

**Горячие блюда** (супы, соусы, напитки) при раздаче должны иметь температуру не ниже 75°C, вторые блюда и гарниры - не ниже 65°C, холодные супы, напитки - не выше 14°C.

Свежую зелень закладывают в блюда во время раздачи.

**Изготовление салатов** и их заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Не заправленные салаты допускается хранить не более 3 часов при температуре плюс 4±2°C. Хранение заправленных салатов не допускается. Использование сметаны и майонеза для заправки салатов не допускается. Уксус в рецептурах блюд подлежит замене на лимонную кислоту.

### **III. Требования к качеству кулинарной продукции**

Качество кулинарной продукции, ее безопасность контролируют по органолептическим, физико-химическим и микробиологическим показателям.



Органолептическую оценку качества полуфабрикатов проводят по внешнему виду, цвету и запаху; кулинарных изделий – по внешнему виду, цвету, запаху и консистенции; блюд – по внешнему виду, цвету и запаху.

По органолептическим показателям кулинарная продукция, предназначенная для питания детей и подростков школьного возраста, должна соответствовать требованиям, приведенным в таблице 1.

Таблица 1

**Органолептические показатели кулинарной продукции**

Наименование кулинарной продукции	Внешний вид, цвет, запах
Бутерброды открытые	Бутерброды открытые представляют собой ломтик хлеба толщиной 1,0-1,5 см, смазанный маслом сливочным (или без него), на который уложены сыр или мясные гастрономические продукты, или рыба, нарезанные тонкими ломтиками, или ломтики хлеба равномерно смазаны джемом, вареньем, паштетом и др. Бутерброды имеют свежий вид, не заветренные, не имеют посторонних привкуса и запаха.
Холодные блюда (салаты, винегреты)	Холодные блюда (салаты, винегреты) представляют собой массу, состоящую из овощей свежих или отварных, фруктов, мяса, рыбы, морепродуктов и др., которые нарезаны соломкой или ломтиками, или дольками, или другой формы, заправлены соусом или маслом растительным и др. Компоненты блюда не деформированы, имеют свойственные определенному виду продуктов цвет и запах. Блюдо не заветренное, не имеет посторонних привкуса и запаха.
Первые блюда (супы заправочные: щи, борщи, рассольники, супы с картофелем, крупами, бобовыми, изделиями макаронными и др.)	Первые блюда (супы заправочные: щи, борщи, рассольники, супы с картофелем, крупами, бобовыми, изделиями макаронными и др.), приготовленные по традиционным технологиям, имеют свойственные одноименным блюдам внешний вид, вкус, запах и цвет. Форма нарезки овощей соответствует требованиям, приведенным в технологических картах на каждое первое блюдо. Овощи могут быть шинкованными, нарезанными соломкой, кубиками, дольками, шашками и другой формы. Зерна круп набухшие, непереваренные, сохранившие форму, хорошо отделяемые друг от друга. Консистенция корнеплодов плотная, но не жесткая, свойственная вареным овощам. Капуста, фасоль, горох должны быть мягкими, но не разваренными. Изделия макаронные должны иметь свойственную им форму, не должны быть разваренными, слипшимися. Подаваемые к супам гарниры должны иметь свойственные им внешний вид, вкус, запах (мясо отварное, фрикадельки, кнели, крокеты, мясо птицы отварное, рыба отварная и др.). Супы заправочные должны иметь консистенцию средней густоты, не должны иметь посторонних привкуса и запаха.
Первые блюда (супы молочные)	Первые блюда (супы молочные), приготовленные по традиционным технологиям, имеют свойственные одноименным блюдам вкус, запах, цвет, внешний вид. Супы, приготовленные на молоке, могут содержать изделия макаронные, крупы, овощи. Изделия макаронные, крупы должны иметь свойственную им форму, легко отделяться друг от друга. Зерна круп набухшие, непереваренные, не слипшиеся. Овощи нарезаны кубиками, соломкой, дольками, шинкованные или другой формы. Изделия макаронные не слипшиеся, непереваренные. Супы должны иметь консистенцию средней густоты, не должны иметь посторонних привкуса и запаха.
Первые блюда	Первые блюда (супы-пюре) имеют пюреобразную консистенцию средней



Наименование кулинарной продукции	Внешний вид, цвет, запах
(супы-пюре)	густоты, состоят из протертых овощей, круп, бобовых, из мяса, птицы и др. Супы-пюре могут быть приготовлены как на бульоне, воде, отваре овощном, так и на молоке. Супы-пюре, сваренные по традиционным технологиям, имеют свойственные одноименным блюдам вкус, запах, цвет, не должны иметь посторонних привкуса и запаха. Могут отпускаться с гарнирами или без них.
Первые блюда (супы прозрачные)	Первые блюда (супы прозрачные) состоят из прозрачных бульонов (из мяса, кур, индеек и др.). К бульонам отдельно подают гарниры: овощи, изделия из мяса, птицы, рыбы, яиц, круп, а также гренки, сухарики, пирожки и др. Некоторые виды гарниров (гренки, фрикадельки, кнели, крокеты и др.) отпускают вместе с бульоном. Супы прозрачные и гарниры к ним не должны иметь посторонних привкуса и запаха.
Первые блюда (супы сладкие)	Первые блюда (супы сладкие) представляют собой отвар фруктовый, в котором находятся фрукты, ягоды (свежие или сушеные) вареные в целом виде или нарезанные кусочками, дольками. Супы сладкие имеют жидкую желеобразную консистенцию, не имеют посторонних привкуса и запаха. К супам сладким подают отдельно гарниры: крупу рисовую отварную, изделия макаронные отварные, хлопья пшеничные или кукурузные, клецки, вареники, пудинг рисовый или манный и др.
Вторые блюда (горячие) из мяса, субпродуктов (язык, печень), рыбы, птицы	<p>Вторые блюда (горячие) могут быть представлены блюдами из мяса, субпродуктов (язык, печень), рыбы, птицы, которые могут быть отварными, запеченными, тушеными и др.</p> <p>Вторые блюда могут быть приготовлены из порционных (крупных), а также мелких кусочков мяса, рыбы, птицы, из фарша (формованные рубленые изделия, запеканки, пудинги, суфле и др.). Блюда вторые могут быть приготовлены с овощами, в том числе овощи, фаршированные мясом и рисом, с изделиями макаронными отварными (макаронник), с крупами отварными. Изделия, формованные из мяса, птицы, рыбы, могут быть панированными или без панировки. Вторые блюда из мяса, птицы, рыбы могут быть с соусом или без него.</p> <p>Горячие вторые блюда, приготовленные по традиционным технологиям, имеют свойственные одноименным блюдам вкус, цвет, запах, консистенцию, внешний вид; кусковые и формованные изделия должны быть недеформированными.</p> <p>Готовые вторые блюда из мяса, птицы, рыбы не должны иметь посторонних привкуса и запаха.</p>
Вторые горячие блюда (гарниры) из картофеля, овощей, круп, бобовых, изделий макаронных, яиц, творога и др.	<p>Вторые горячие блюда (гарниры) могут быть представлены блюдами из картофеля, овощей, круп, бобовых, изделий макаронных, яиц, творога и др., которые могут быть отварными, припущенными, тушеными, запеченными, с соусом или без него.</p> <p>Вторые блюда (гарниры), приготовленные по традиционным технологиям, должны иметь свойственные одноименным блюдам внешний вид, вкус, цвет, запах, консистенцию, не должны иметь посторонних привкуса и запаха.</p>
Третьи блюда (компоты, кисели), желе, муссы и другие сладкие блюда	Третьи блюда (компоты, кисели), желе, муссы и другие сладкие блюда, приготовленные по традиционным технологиям, имеют свойственные одноименным блюдам внешний вид, цвет, запах, вкус и консистенцию. Компоты состоят из жидкости (сиропа) и отварных фруктов, ягод и др., которые имеют свойственные для данных плодов или ягод цвет, вкус и



Наименование кулинарной продукции	Внешний вид, цвет, запах
	<p>запах в отварном виде. Сиропы – в меру сладкие, с приятным запахом и вкусом, с различными цветовыми оттенками.</p> <p>Кисели имеют жидкую или густую желеобразную консистенцию, приготовлены, могут быть из фруктов, ягод или молока.</p> <p>Желе имеют прочную желеобразную консистенцию.</p> <p>Готовые третьи блюда и другие сладкие блюда не должны иметь посторонних привкуса и запаха.</p>
<p>Мучные блюда (блины, вареники, оладьи, пирожки с начинками печеные, ватрушки), изделия булочные</p>	<p>Мучные блюда (блины, вареники, пирожки с начинками печеные, ватрушки), изделия булочные, приготовленные по традиционным технологиям, должны иметь свойственные одноименным блюдам и мучным изделиям внешний вид, цвет, запах, вкус, консистенцию.</p> <p>Готовые мучные блюда должны быть недеформированными, не пригоревшими. Начинка в пирожках, блинчиках и др. не должна выступать. Изделия из дрожжевого теста при слабом надавливании на них должны легко восстанавливать первоначальную форму, не должны быть черствыми, заветренными. Мучные блюда и булочные изделия не должны иметь посторонних привкуса и запаха.</p>
<p>Готовые изделия промышленного производства, предназначенные для дошкольного и школьного питания</p>	<p>Готовые изделия промышленного производства, предназначенные для дошкольного и школьного питания, должны соответствовать требованиям технических условий на них.</p> <p>В случае наличия индивидуальной упаковки – она не должна иметь повреждений, загрязнений и др.</p> <p>Готовые изделия промышленного производства не должны иметь посторонних привкуса и запаха, иметь признаки несвежести и другие, несвойственные им, органолептические показатели.</p>



**Дополнение к Пояснительным запискам к рационам питания детей обучающихся в 1-4 классах и 5-11 классах в общеобразовательных учреждениях, в учреждениях начального и среднего профессионального образования в период 2013-2015 гг. города Москвы (Изменение №2)**

В меню внесены изменения с учетом пожелания родителей и детей. Исключены гарниры с отварными овощами, творожные и крупяные блюда с наполнителем, в том числе с фруктовыми:

- Рис отварной с кукурузой
- Рис отварной с горошком, кукурузой и морковью
- Рис отварной с зеленым горошком
- Запеканка из творога с какао
- Запеканка из творога с курагой
- Запеканка из творога с яблоком
- Каша манная молочная с яблоком
- Каша пшеничная молочная с курагой

Также, в меню входят такие блюда, как «Брушкетта» - хлебобулочное изделие с начинкой, в составе: мука пшеничная, лук репчатый, морковь, яйцо куриное, масло подсолнечное, сахар, соль, дрожжи, ветчина; «Солянка» - суп с мясом, в составе: картофель, огурец соленый, колбаски (сосиски), говядина, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное, томатная паста, соль, петрушка, укроп; «Юшка с кабачками и помидорами» - суп с овощами, в составе: картофель, цуккини, лук репчатый, морковь, помидоры, масло подсолнечное, соль, петрушка; и др.

При составлении рационов использовались рецептуры и технологии приготовления блюд и кулинарных изделий, разработанные с использованием: требований к оказанию единой комплексной услуги по организации питания обучающихся и воспитанников в образовательных учреждениях, системы Департамента образования города Москвы в 2012 году; технологической инструкции по производству кулинарной продукции для питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах и технологические карты для продукции (кулинарных изделий, готовых блюд) промышленного производства по утвержденным техническим условиям.

В каждой технологической карте предусмотрено описание технологического процесса приготовления питания, как в базовых организациях (комбинатах школьного питания, школьно-базовых столовых и т.п.), так и в доготовочных организациях общественного питания, в столовых образовательных учреждений, в буфет – раздаточных, а именно:

- Вариант 1 «Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет - раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматов, духовых (жарочных) шкафов и др.)»

- Упаковку с продукцией аккуратно вскрывают на пищеблоках школьно-базовых столовых. Перекладывают содержимое в гостроемкость. Помещают в прогретое оборудование. Разогревают до температуры 85°С в центре продукта. Готовые кулинарные изделия (блюда) помещают в изотермическую тару, доставляют в буфет-раздаточный пищеблок. Гостроемкость с готовыми изделиями ставят на мармит или на подогреваемую линию раздачи или в тепловой шкаф или оставляют в изотермической таре, поддерживая температуру подачи.

- Вариант 2 «Для столовых сырьевых, доготовочных, буфет - раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

- Упаковку с продукцией аккуратно вскрывают на пищеблоках столовых сырьевых, доготовочных, буфет - раздаточных. Перекладывают содержимое в гостроемкость.



Помещают в прогретое оборудование. Разогревают до температуры 85°С в центре продукта. Порционируют непосредственно перед раздачей. Не подвергают повторному разогреву.

- Вариант 3 Собственное производство «Для столовых сырьевых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет - раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматов, духовых (жарочных) шкафов и др.)»

- В школьно-базовых сырьевых и доготовочных столовых, приготовление блюд складывается из двух последовательных этапов – холодной (первичной и вторичной) и тепловой обработки.

- первичную подготовку сырья осуществляют в специально предназначенных сырьевых цехах, оснащенных разделочными столами, ваннами, подносами, лотками, разделочными досками, а также другим необходимым оборудованием и инвентарем. Затем производят тепловую обработку.

- тепловую обработку осуществляют в горячих цехах оснащенных производственными столами, электрическими плитами (сковородами), духовыми (жарочными) шкафами (пароконвектоматами) и др.

- готовые блюда, на пищеблоках школьно-базовых столовых раскладывают в изотермическую тару и доставляют на пищеблок, работающий по типу буфет-раздаточной, где порционируют непосредственно перед раздачей. На пищеблоке, работающем по типу буфет-раздаточной осуществляют только поддержание температуры подачи, без повторного разогрева.



# **Колледж I комплекс**



Колледж Комплекс 1

Наименование	Выход,		Белки	Жиры	Углеводы		Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества					№ ТК (Вариант 1)	№ ТК (Вариант 2)		
	г	г			г	г		г	ккал	В 1, мг	С, мг	А, мкг	Е, мг, ток. экв.	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг			B2, мг	I, мкг
Обед																					
День 1 (понедельник)																					
1 Салат из свежых овощей консервированными с растительным маслом	100		1,36	8,09	7,65	108,92	0,02	9,00	0,00	3,62	33,75	39,11	20,10	1,25	0,04	6,25	100403				
2 Ши из свежей капусты	250		3,08	3,06	7,46	68,94	0,06	19,56	7,50	1,28	153,67	46,14	20,99	0,73	0,06	4,05	110106				
3 Гуляш	100		14,40	1,60	3,30	85,20	0,05	1,47	9,00	0,40	13,81	133,32	18,52	1,94	0,11	5,27	120508				
4 Изделия макаронные отварные	150		8,18	10,61	48,15	320,72	0,08	0,00	13,50	0,79	15,55	45,44	8,32	0,85	0,02	1,15	130402				
5 Компот из плодов сухих (смесь косточковых плодов)	200		0,71	0,14	36,03	148,90	0,03	0,40	0,07	0,43	24,60	30,54	18,24	0,85	0,03	0,00	160211				
6 Ватрушка с джемом	50		3,55	2,45	29,75	155,25	0,04	0,06	1,50	0,86	19,21	34,40	5,46	0,36	0,03	1,75	190301				
7 Хлеб из муки пшеничной	20		1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102				
8 Хлеб ржано-пшеничный	20		1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103				
<b>Итого:</b>			<b>33,90</b>	<b>26,74</b>	<b>152,51</b>	<b>986,73</b>	<b>0,33</b>	<b>30,49</b>	<b>31,57</b>	<b>7,90</b>	<b>315,28</b>	<b>395,74</b>	<b>99,23</b>	<b>6,84</b>	<b>0,30</b>	<b>20,47</b>					
День 2 (вторник)																					
Обед																					
День 2 (вторник)																					
1 Сельдь с растительным маслом	100		6,50	5,83	11,41	124,37	0,09	7,00	6,00	1,72	55,50	214,66	28,10	0,96	0,10	15,50	100602				
2 Солянка	250		4,33	6,03	2,88	82,36	0,05	3,43	7,50	1,32	64,22	77,68	13,18	1,06	0,07	3,79	110206				
3 Коллеты рубленые из птицы	100		13,40	9,80	16,30	207,00	0,07	1,08	42,00	2,63	18,79	120,78	14,25	1,29	0,10	3,60	120613				
4 Пюре картофельное	150		2,69	17,10	18,08	236,81	0,15	12,61	13,05	0,15	54,47	97,91	32,58	1,18	0,14	8,93	130102				
5 Кисель из ягод быстрозамороженных (черная смородина)	200		0,21	0,08	28,82	116,77	0,01	20,00	0,00	0,14	14,73	13,53	6,20	0,32	0,01	0,20	160203				
6 Хлеб из муки пшеничной	20		1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102				
7 Хлеб ржано-пшеничный	20		1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103				
<b>Итого:</b>			<b>29,75</b>	<b>39,64</b>	<b>97,64</b>	<b>866,10</b>	<b>0,42</b>	<b>44,12</b>	<b>68,55</b>	<b>6,48</b>	<b>262,40</b>	<b>591,36</b>	<b>101,91</b>	<b>5,66</b>	<b>0,42</b>	<b>34,02</b>					
День 3 (среда)																					
Обед																					
День 3 (среда)																					
1 Икра из уваренных кабачков	100		1,25	5,48	8,70	90,13	0,06	25,13	0,00	2,26	29,02	29,66	17,05	0,79	0,05	0,51	100518				
2 Борщ сибирский с говядиной	250		6,16	4,84	7,37	96,94	0,09	13,86	7,51	2,06	153,38	127,68	34,74	2,11	0,10	8,06	110103				
3 Пельмени детские из п/ф промышленного производства с маслом сливочным	250		23,84	38,11	50,90	531,50	0,34	0,00	37,50	1,33	40,10	159,31	26,28	1,86	0,17	1,13	120529				
4 Компот из плодов свежих (груши)	200		0,12	0,09	23,07	93,90	0,01	1,50	0,00	0,12	6,30	4,80	3,60	0,75	0,01	0,30	160208				
5 Пирожок с клубничкой или Пирожок с клубничным джемом	50		3,50	1,20	27,50	134,80	0,05	0,07	4,01	0,47	22,01	36,99	6,02	0,37	0,03	1,72	190201				
6 Хлеб из муки пшеничной	20		1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102				
7 Хлеб ржано-пшеничный	20		1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103				
<b>Итого:</b>			<b>37,49</b>	<b>50,52</b>	<b>137,70</b>	<b>1046,07</b>	<b>0,59</b>	<b>40,56</b>	<b>49,01</b>	<b>6,76</b>	<b>305,51</b>	<b>425,24</b>	<b>95,28</b>	<b>6,75</b>	<b>0,38</b>	<b>13,71</b>					
День 4 (четверг)																					
Обед																					
День 4 (четверг)																					
1 Салат из свежих огурцов с растительным маслом	100		0,70	12,08	2,20	120,20	0,03	8,80	0,00	5,37	21,16	37,39	12,38	0,54	0,04	2,64	100507				
2 Суп картофельный с рыбой	250		4,63	3,13	13,75	100,63	0,12	9,35	8,00	1,78	119,75	150,63	47,26	1,24	0,13	4,87	110314				
3 Бефстроганов	100		12,80	4,06	6,90	115,34	0,06	0,47	19,50	0,39	104,78	161,56	21,92	1,90	0,15	8,36	120505				
4 Изделия макаронные отварные	150		8,18	10,61	48,15	320,72	0,08	0,00	13,50	0,79	15,55	45,44	8,32	0,85	0,02	1,15	130402				



5	Кисель из ягод быстрозамороженных (клюква)	200	0,08	0,03	27,88	111,89	0,00	2,10	0,00	0,14	9,49	8,47	2,10	0,14	0,00	0,00	0,00	160202
6	Булочка с цукатами или Булочка с изюмом	50	5,75	3,35	28,60	167,55	0,06	0,11	8,65	0,53	33,31	53,65	9,00	0,58	0,06	3,06	0,00	190104 190105
7	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	0,00	200102 200103
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	0,00	200103
	<b>Итого:</b>		<b>34,76</b>	<b>34,04</b>	<b>147,64</b>	<b>1035,13</b>	<b>0,39</b>	<b>20,82</b>	<b>49,65</b>	<b>9,51</b>	<b>358,74</b>	<b>523,93</b>	<b>108,57</b>	<b>6,11</b>	<b>0,42</b>	<b>22,07</b>		

День 5 (пятница)

Обед

1	Салат из помидоров с растительным маслом	100	0,95	15,15	3,25	155,37	0,05	21,65	0,00	7,21	15,54	22,85	17,20	0,78	0,04	1,66	0,00	100506
2	Рассольник Ленинградский	250	2,36	5,68	13,40	113,35	0,11	9,28	7,50	1,32	70,70	76,50	26,59	0,99	0,08	5,38	0,00	110201 110202
3	Тефтели с рисом	120	12,12	4,94	19,56	171,22	0,06	0,00	0,00	0,36	11,45	163,08	25,05	2,15	0,12	5,29	0,00	120521 120522
4	Капуста тушеная	150	3,75	6,45	16,50	139,05	0,06	48,30	0,00	2,90	291,80	64,15	32,96	1,19	0,08	5,61	0,00	130201 130202
5	Компот из плодов сухих (курага)	200	0,83	0,05	28,14	116,92	0,02	0,64	0,00	0,88	26,20	23,36	16,80	0,57	0,03	0,00	0,00	160210 160211
6	Пирожок с вишней или Пирожок с вишневым джемом	50	3,90	1,95	28,00	145,15	0,05	1,79	3,75	0,49	23,58	36,97	8,58	0,41	0,03	1,68	0,00	190213 190214
7	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	0,00	200102
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	0,00	200103
	<b>Итого:</b>		<b>26,54</b>	<b>35,02</b>	<b>129,01</b>	<b>939,86</b>	<b>0,39</b>	<b>81,66</b>	<b>11,25</b>	<b>13,68</b>	<b>493,98</b>	<b>453,71</b>	<b>134,78</b>	<b>6,95</b>	<b>0,39</b>	<b>21,62</b>		

День 6 (суббота)

Обед

1	Салат из капусты белокачанной со сладким перцем с маслом растительным	100	1,52	7,10	4,22	104,91	0,04	42,20	0,00	3,24	130,13	33,42	14,94	0,61	0,05	3,06	0,00	100202
2	Бульон куриный	230	2,07	5,06	2,99	65,78	0,06	4,60	0,00	0,05	6,90	26,68	10,58	0,41	0,04	2,30	0,00	110501 110502
3	Яйцо куриное диетическое, сваренное вкрутую	20	2,54	2,30	0,14	31,40	0,01	0,00	0,02	0,12	14,68	39,15	2,62	0,53	0,09	4,00	0,00	120304
4	Шницель рубленый из говядины	100	12,00	10,40	6,00	165,60	0,08	0,00	0,00	2,95	14,92	171,88	20,96	2,47	0,13	5,60	0,00	120525 120526
5	Соус томатный	30	0,48	0,00	2,10	16,77	0,01	3,56	3,15	0,11	2,77	7,49	4,53	0,21	0,02	0,20	0,00	140101 140102
6	Картофель отварной	150	2,91	6,76	23,29	165,54	0,18	15,00	9,00	0,18	25,62	88,13	34,67	1,38	0,12	7,77	0,00	130103 130104
7	Сок фруктовый ДП (см. приложение №4)	200	2,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00	0,00	210105
8	Плоды и ягоды свежие (см. приложение №1)	90	0,72	0,36	7,29	42,30	0,02	162,00	0,00	0,27	36,00	30,60	22,50	0,72	0,04	1,80	0,00	210105
9	Зефир	20	0,16	0,02	16,02	65,20	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	2,40	1,20	0,28	0,00	0,00	0,00	200102
10	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	0,00	200103
11	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	0,00	200103
	<b>Итого:</b>		<b>28,52</b>	<b>33,57</b>	<b>112,69</b>	<b>900,70</b>	<b>0,48</b>	<b>231,36</b>	<b>12,17</b>	<b>7,97</b>	<b>309,41</b>	<b>497,34</b>	<b>130,19</b>	<b>10,51</b>	<b>0,51</b>	<b>26,73</b>		
	<b>Итого за 6 дней</b>		<b>31,82</b>	<b>36,59</b>	<b>129,53</b>	<b>962,43</b>	<b>0,43</b>	<b>74,83</b>	<b>37,03</b>	<b>8,72</b>	<b>340,89</b>	<b>481,22</b>	<b>111,66</b>	<b>7,14</b>	<b>0,40</b>	<b>23,10</b>		

День 7 (понедельник)

Обед

1	Салат из моркови с растительным маслом (с сахаром)	100	1,18	7,08	9,28	106,75	0,05	4,55	0,00	3,44	24,66	50,19	34,58	0,65	0,06	4,55	0,00	100302
2	Суп из овощей	250	3,63	7,13	9,93	116,78	0,15	19,68	12,50	5,72	167,01	86,13	32,46	1,10	0,12	6,18	0,00	110306
3	Биточки рубленые куриные	100	12,40	6,90	10,20	152,50	0,08	1,29	48,50	1,31	42,32	146,87	17,86	1,37	0,13	5,70	0,00	120612
4	Рис отварной	150	4,85	6,87	52,93	294,30	0,04	0,00	13,50	0,26	6,12	79,89	26,33	0,54	0,03	1,14	0,00	130301 130302
5	Булочка "Любимая" или Булочка с шоколадом	50	5,65	4,00	27,10	167,00	0,06	0,10	6,91	0,59	29,51	52,72	8,05	0,54	0,02	3,06	0,00	190107 190108
6	Компот из ягод быстрозамороженных (клубника)	200	0,01	0,08	21,52	86,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,60	0,00	0,00	0,06	0,00	0,00	0,00	160205
7	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	0,00	200102
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	0,00	200103



Итого:	30,34	32,86	151,11	1022,53	0,43	25,61	81,41	11,83	324,92	482,58	126,88	5,13	0,37	22,62			
День 8 (вторник)																	
Обед																	
1	Салат из свеклы и горошка зеленого консервированного с маслом растительным	100	1,59	10,10	8,13	129,60	0,03	9,50	0,00	4,51	47,97	43,14	20,86	1,27	0,04	6,45	100402
2	Суп крестьянский с крупой	250	3,38	4,49	10,31	94,40	0,06	15,66	7,50	2,46	139,43	74,10	21,96	0,80	0,06	3,65	110323
3	Гуляш из мяса птицы	100	12,35	4,00	3,40	99,00	0,04	2,10	38,00	0,06	11,75	87,80	11,36	0,91	0,08	3,27	120602
4	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,60	8,15	40,76	266,74	0,29	0,00	13,50	0,59	15,42	202,29	135,08	4,54	0,14	3,84	130310
5	Компот из ягод быстрозамороженных (смородина)	200	0,18	0,07	23,29	95,70	0,01	18,00	0,00	0,13	7,14	5,94	5,58	0,30	0,01	0,18	160207
6	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	5,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
8	Брушкетта	50	5,85	3,10	18,25	124,30	0,06	2,85	33,77	0,71	40,67	102,21	12,14	0,77	0,04	2,27	190216
Итого:			33,57	30,71	124,30	908,54	0,53	48,10	92,77	8,97	317,08	582,27	214,58	9,45	0,37	21,66	
День 9 (среда)																	
Обед																	
1	Салат зеленый с огурцом и растительным маслом	100	0,91	14,10	2,03	138,64	0,03	10,20	0,00	6,43	37,13	34,61	20,04	0,53	0,05	4,11	100205
2	Суп куриный	250	9,13	4,13	9,75	112,63	0,08	6,53	11,79	1,33	24,96	73,56	21,82	0,99	0,07	4,16	110304
3	Рыба (филе) припущенная	120	23,42	0,88	0,00	101,02	0,13	1,46	14,64	1,32	514,61	747,09	44,05	0,75	0,10	197,64	120405
4	Пюре картофельное	150	2,69	17,10	18,08	236,81	0,15	12,61	13,05	0,15	54,47	97,91	32,58	1,18	0,14	8,93	130102
5	Компот из ягод быстрозамороженных (вишня)	200	0,18	0,04	22,31	91,24	0,01	3,30	0,00	0,07	8,74	6,60	5,72	0,17	0,01	0,44	160204
6	Пирожок с яблоком или Пирожок с яблочным джемом	50	3,65	1,50	27,50	138,10	0,05	1,65	4,01	0,50	23,34	37,58	7,45	0,72	0,04	2,03	190204
7	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	5,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
Итого:			42,59	38,55	99,82	917,23	0,50	35,76	43,48	10,31	717,94	1064,14	139,26	5,19	0,41	219,31	
День 10 (четверг)																	
Обед																	
1	Салат из помидоров с растительным маслом	100	0,95	15,15	3,25	155,37	0,05	21,65	0,00	7,21	15,54	22,85	17,20	0,78	0,04	1,66	100506
2	Щи из шпината	230	3,70	4,35	5,88	76,75	0,11	36,58	16,10	1,60	503,13	86,15	62,33	2,51	0,19	3,49	110108
3	Яйцо куриное диетическое, сваренное вкрутую	20	2,54	2,30	0,14	31,40	0,01	0,00	0,02	0,12	14,68	39,15	2,62	0,53	0,09	4,00	120304
4	Пельмени детские из п/ф промышленного производства с маслом сливочным	250	23,84	38,11	50,90	531,5	0,34	0	37,5	1,325	40,1	159,3125	26,275	1,86125	0,1725	1,125	120529
5	Компот из ягод быстрозамороженных (клюква)	200	0,08	0,03	22,57	92,26	0,00	2,40	0,00	0,16	2,90	1,76	2,40	0,16	0,00	0,00	160206
6	Кекс столичный	50	3,34	9,81	28,20	214,47	0,05	0,00	30,05	0,57	15,87	44,37	7,12	0,72	0,06	2,97	170602
7	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	5,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
Итого:			37,07	70,55	131,10	1200,55	0,61	60,63	83,67	11,51	646,92	420,39	125,54	7,42	0,57	15,24	
День 11 (пятница)																	
Обед																	
1	Сельдь с растительным маслом	100	6,50	5,83	11,41	124,37	0,09	7,00	6,00	1,72	55,50	214,66	28,10	0,96	0,10	15,50	100602
2	Суп картофельный с горохом	240	7,80	1,92	16,80	115,68	0,22	6,24	0,00	2,35	36,97	102,38	36,70	1,90	0,08	4,13	110308
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,07	0,41	7,35	37,47	0,02	0,00	0,00	0,24	3,36	12,01	1,86	0,17	0,00	0,00	180601
4	Плов мясной	250	15,50	16,00	25,75	316,50	0,15	5,66	34,50	0,99	32,68	336,82	66,99	4,28	0,24	11,27	120550



День 12 (суббота)																			
Обед																			
5	Компот из плодов сухих (смесь косточковых плодов)	200	0,71	0,14	36,03	148,90	0,03	0,40	0,07	0,43	24,60	30,54	18,24	0,85	0,03	0,00	160211	160211	0,00
6	Булочка	50	2,93	3,80	29,00	161,90	0,06	0,08	9,38	0,55	24,63	46,18	7,02	0,50	0,05	2,69	190103	190102	0,05
7	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102	0,01
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	5,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103	0,01
<b>Итого:</b>			<b>37,13</b>	<b>28,90</b>	<b>146,50</b>	<b>1003,62</b>	<b>0,60</b>	<b>19,38</b>	<b>49,95</b>	<b>6,81</b>	<b>232,44</b>	<b>809,40</b>	<b>166,52</b>	<b>9,52</b>	<b>0,51</b>	<b>35,59</b>			
День 13 (понедельник)																			
Обед																			
1	Салат из капусты белокочанной с растительным маслом	100	1,64	10,08	9,63	136,84	0,03	25,67	0,00	4,52	161,50	31,90	17,28	0,60	0,04	3,02	100201	100201	0,04
2	Солянка	250	4,33	6,03	2,88	82,36	0,05	3,43	7,50	1,32	64,22	77,68	13,18	1,06	0,07	3,79	110205	110206	0,07
3	Печень тушеная (говяжья)	80	13,36	6,24	6,00	133,60	0,34	37,49	54,55	1,03	230,26	398,38	20,62	7,86	2,49	14,97	120515	120516	2,49
4	Соус сметанный	30	0,48	1,68	1,47	22,92	0,01	0,07	22,50	0,11	118,00	13,90	2,12	0,08	0,02	1,44	140106	140107	0,02
5	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,60	8,15	40,76	266,74	0,29	0,00	13,50	0,59	15,42	202,29	135,08	4,54	0,14	3,84	130309	130310	0,14
6	Компот из плодов сухих (курага)	200	0,83	0,05	28,14	116,92	0,02	0,64	0,00	0,88	26,20	23,36	16,80	0,57	0,03	0,00	160210	160210	0,03
7	Ватрушка с джемом	50	3,55	2,45	29,75	155,25	0,04	0,06	1,50	0,86	19,21	34,40	5,46	0,36	0,00	1,75	190301	190302	0,00
8	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102	0,01
9	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	5,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103	0,01
<b>Итого:</b>			<b>34,41</b>	<b>35,49</b>	<b>138,79</b>	<b>1013,43</b>	<b>0,83</b>	<b>67,36</b>	<b>550,68</b>	<b>9,84</b>	<b>689,51</b>	<b>848,70</b>	<b>218,15</b>	<b>15,94</b>	<b>2,80</b>	<b>30,81</b>			
<b>Итого за 6 дней</b>			<b>35,85</b>	<b>39,51</b>	<b>131,94</b>	<b>1010,98</b>	<b>0,58</b>	<b>42,81</b>	<b>975,33</b>	<b>9,88</b>	<b>488,13</b>	<b>701,25</b>	<b>165,15</b>	<b>8,77</b>	<b>0,84</b>	<b>57,54</b>			
День 14 (вторник)																			
Обед																			
1	Салат витаминный с маслом растительным	100	1,05	15,14	10,27	182,77	0,03	16,80	0,00	6,75	92,49	22,90	13,51	0,93	0,03	2,32	100504	100504	0,03
2	Суп из овощей	250	3,63	7,13	9,93	116,78	0,15	19,68	12,50	5,72	167,01	86,13	32,46	1,10	0,12	6,18	110305	110306	0,12
3	Котлеты рубленые из мяса (говядина)	100	12,16	9,60	11,27	180,12	0,07	0,00	0,00	2,91	14,97	153,27	18,82	2,21	0,11	4,90	120523	120524	0,11
4	Изделия макаронные отварные	150	8,18	10,61	48,15	320,72	0,08	0,00	13,50	0,79	15,55	45,44	8,32	0,85	0,02	1,15	130401	130402	0,02
5	Компот из ягод быстрозамороженных (вишня)	200	0,18	0,04	22,31	91,24	0,01	3,30	0,00	0,07	8,74	6,60	5,72	0,17	0,01	0,44	160204	160204	0,01
6	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102	0,01
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	5,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103	0,01
<b>Итого:</b>			<b>27,81</b>	<b>43,32</b>	<b>122,09</b>	<b>990,43</b>	<b>0,39</b>	<b>39,78</b>	<b>26,00</b>	<b>16,76</b>	<b>353,46</b>	<b>381,13</b>	<b>86,42</b>	<b>6,12</b>	<b>0,30</b>	<b>16,99</b>			
День 15 (среда)																			
Обед																			
1	Салат из помидоров и огурцов свежих с маслом растительным	100	0,79	15,11	2,58	150,25	0,04	13,75	0,00	6,90	17,32	30,59	14,06	0,62	0,03	2,20	100505	100505	0,03
2	Суп картофельный с фрикадельками	250	7,59	3,90	19,40	143,08	0,14	11,17	0,01	1,27	26,68	134,48	33,58	2,00	0,15	8,42	110311	110312	0,15
3	Рыба (филе) припущенная	120	23,42	0,88	0,00	101,02	0,13	1,46	14,64	1,32	514,61	747,09	44,05	0,75	0,10	197,64	120405	120405	0,10
4	Пюре картофельное	150	2,69	17,10	18,08	236,81	0,15	12,61	13,05	0,15	54,47	97,91	32,58	1,18	0,14	8,93	130101	130102	0,14
5	Сок фруктовый ДП (см. приложение №4)	200	2,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00			0,02
6	Печенье	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00			0,01
7	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102	0,01
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	5,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103	0,01
<b>Итого:</b>			<b>40,60</b>	<b>39,95</b>	<b>95,30</b>	<b>905,36</b>	<b>0,54</b>	<b>42,99</b>	<b>29,70</b>	<b>11,06</b>	<b>687,58</b>	<b>1108,87</b>	<b>143,86</b>	<b>8,62</b>	<b>0,47</b>	<b>219,19</b>			
День 16 (четверг)																			
Обед																			
1	Салат из свежих овощей с растительным маслом	100	1,36	8,09	7,65	108,92	0,02	9,00	0,00	3,62	33,75	39,11	20,10	1,25	0,04	6,25	100403	100403	0,04
2	Юшка с кабачками и помидорами	250	3,19	2,50	13,48	88,85	0,11	17,52	27,50	0,39	57,66	60,53	26,83	1,06	0,09	5,33	110324	110325	0,09
3	Гуляш из мяса птицы	100	12,35	4,00	3,40	99,00	0,04	2,10	38,00	0,06	11,75	87,80	11,36	0,91	0,08	3,27	120601	120602	0,08



4	Рис отварной	150	4,85	6,87	52,93	294,30	0,04	0,00	13,50	0,26	6,12	79,89	26,33	0,54	0,03	1,14	130301	1,14	0,03	0,00	130302
5	Компот из ягод быстрозамороженных (клубника)	200	0,01	0,08	21,52	86,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,60	0,00	0,00	0,06	0,00	0,00	160205	0,00	0,00	160205	
6	Флоды и ягоды свежие (см. приложение №1)	140	0,56	0,56	13,72	65,80	0,04	14,00	0,00	0,28	22,40	15,40	12,60	3,08	0,03	2,80	210110	2,80	0,03	210110	
7	Брушкетта	50	5,85	3,10	18,25	124,30	0,06	2,85	33,77	0,71	40,67	102,21	12,14	0,77	0,08	2,27	190218	2,27	0,08	190218	
8	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	0,00	0,01	200102	
9	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	2,00	0,01	200103	
<b>Итого:</b>			<b>30,78</b>	<b>26,00</b>	<b>151,11</b>	<b>966,37</b>	<b>0,36</b>	<b>45,47</b>	<b>112,77</b>	<b>5,83</b>	<b>227,65</b>	<b>451,73</b>	<b>116,97</b>	<b>8,53</b>	<b>0,35</b>	<b>23,05</b>					
<b>День 16 (четверг)</b>																					
<b>Обед</b>																					
1	Салат из капусты краснокочанной с маслом растительным	100	0,80	10,19	7,10	123,88	0,05	60,00	0,00	4,50	54,16	32,43	16,07	0,61	0,05	0,00	100203	0,00	0,05	100203	
2	Суп-пюре куриный	240	6,96	8,16	12,48	151,20	0,04	1,30	34,80	0,18	39,30	74,33	11,43	0,59	0,08	4,52	110408	4,52	0,08	110408	
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,07	0,41	7,35	37,47	0,02	0,00	0,00	0,24	3,36	12,01	1,86	0,17	0,00	0,00	180601	0,00	0,00	180601	
4	Азу из говядины	100	14,20	1,20	5,60	90,00	0,06	3,81	0,00	2,60	18,35	142,14	20,76	2,10	0,11	5,54	120504	5,54	0,11	120504	
5	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,60	8,15	40,76	266,74	0,29	0,00	13,50	0,59	15,42	202,29	135,08	4,54	0,14	3,84	130310	3,84	0,14	130310	
6	Компот из ягод быстрозамороженных (клюква)	200	0,08	0,03	22,57	92,26	0,00	2,40	0,00	0,16	2,90	1,76	2,40	0,16	0,00	0,00	160206	0,00	0,00	160206	
7	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	0,00	0,01	200102	
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	2,00	0,01	200103	
<b>Итого:</b>			<b>33,33</b>	<b>28,95</b>	<b>116,02</b>	<b>860,35</b>	<b>0,50</b>	<b>67,51</b>	<b>48,30</b>	<b>8,79</b>	<b>188,20</b>	<b>531,75</b>	<b>195,20</b>	<b>9,04</b>	<b>0,40</b>	<b>15,91</b>					
<b>День 17 (пятница)</b>																					
<b>Обед</b>																					
1	Икра из уваренных кабачков	100	1,25	5,48	8,70	90,13	0,06	25,13	0,00	2,26	29,02	29,66	17,05	0,79	0,05	0,51	100518	0,51	0,05	100518	
2	Борщ с капустой и картофелем	250	2,71	4,88	10,08	94,25	0,06	14,88	7,50	1,29	112,47	53,34	24,09	1,12	0,06	5,73	110101	5,73	0,06	110101	
3	Печень тушенная (говядина)	80	13,36	6,24	6,00	133,60	0,34	37,49	5455,68	1,03	230,26	398,38	20,62	7,86	2,49	14,97	120515	14,97	2,49	120515	
4	Соус сметанный	30	0,48	1,68	1,47	22,92	0,01	0,07	22,50	0,11	118,00	13,90	2,12	0,08	0,02	1,44	140107	1,44	0,02	140107	
5	Изделия макаронные отварные	150	8,18	10,61	48,15	320,72	0,08	0,00	13,50	0,79	15,55	45,44	8,32	0,85	0,02	1,15	130401	1,15	0,02	130401	
6	Кисель из ягод быстрозамороженных (черная смородина)	200	0,21	0,08	28,82	116,77	0,01	20,00	0,00	0,14	14,73	13,53	6,20	0,32	0,01	0,20	160203	0,20	0,01	160203	
7	Пирожок с клубничкой или Пирожок с клубничным джемом	50	3,50	1,20	27,50	134,80	0,05	0,07	4,01	0,47	22,01	36,99	6,02	0,37	0,03	1,72	190201	1,72	0,03	190201	
8	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	0,00	0,01	200102	
9	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	2,00	0,01	200103	
<b>Итого:</b>			<b>32,31</b>	<b>30,96</b>	<b>150,88</b>	<b>1011,99</b>	<b>0,65</b>	<b>97,64</b>	<b>5503,19</b>	<b>6,62</b>	<b>596,73</b>	<b>658,04</b>	<b>92,02</b>	<b>12,26</b>	<b>2,70</b>	<b>27,71</b>					
<b>День 18 (Суббота)</b>																					
<b>Обед</b>																					
1	Винегрет овощной	100	1,60	10,19	9,10	134,87	0,06	8,32	0,00	4,54	38,19	47,33	20,74	0,89	0,05	4,77	100501	4,77	0,05	100501	
2	Рассольник Домашний	250	3,31	4,49	10,46	94,68	0,11	15,78	7,50	1,29	107,95	69,45	28,49	1,06	0,09	6,13	110203	6,13	0,09	110203	
3	Тефтели рыбные	120	13,92	6,24	17,76	182,88	0,11	2,10	13,50	1,21	320,66	468,40	31,73	0,85	0,08	115,59	120403	115,59	0,08	120403	
4	Пюре картофельное	150	2,69	17,10	18,08	236,81	0,15	12,61	13,05	0,15	54,47	97,91	32,58	1,18	0,14	8,93	130101	8,93	0,14	130101	
5	Флоды и ягоды свежие (см. приложение №1)	220	3,30	1,10	46,20	211,20	0,09	22,00	0,00	0,88	17,60	61,60	92,40	1,32	0,11	0,00	210103	0,00	0,11	210103	
6	Сок фруктовый ДП (см. приложение №4)	200	2,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00		0,00	0,02		
7	Кекс с шоколадом	50	3,45	11,00	24,00	208,80	0,05	0,00	30,01	0,56	17,22	70,87	25,62	1,65	0,00	3,20	170604	3,20	0,00	170604	
8	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	0,00	0,01	200102	
9	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	2,00	0,01	200103	
<b>Итого:</b>			<b>32,88</b>	<b>51,11</b>	<b>165,95</b>	<b>1260,04</b>	<b>0,64</b>	<b>64,82</b>	<b>64,06</b>	<b>9,36</b>	<b>624,79</b>	<b>896,37</b>	<b>247,16</b>	<b>10,60</b>	<b>0,50</b>	<b>140,60</b>					
<b>Итого за 6 дней</b>			<b>32,95</b>	<b>36,71</b>	<b>133,56</b>	<b>999,09</b>	<b>0,51</b>	<b>59,70</b>	<b>964,00</b>	<b>9,74</b>	<b>446,40</b>	<b>671,32</b>	<b>146,94</b>	<b>9,20</b>	<b>0,79</b>	<b>73,91</b>					
<b>День 19 (Понедельник)</b>																					
<b>Обед</b>																					



1	Салат из капусты белокачанной и свеклы	100	1,66	7,09	5,64	93,74	0,03	23,67	0,00	3,18	142,58	33,55	17,14	0,80	0,04	3,97	100207	100207
2	Суп-пюре овощной	240	4,08	4,32	12,72	106,08	0,06	9,98	10,80	0,22	77,64	59,96	19,59	0,60	0,07	5,23	110405	110406
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,07	0,41	7,35	37,47	0,02	0,00	0,00	0,24	3,36	12,01	1,86	0,17	0,00	0,00	180601	180601
4	Говядина отварная	100	21,10	2,30	1,80	112,30	0,09	0,00	0,00	0,62	15,79	291,78	34,21	4,20	0,23	10,85	120509	120510
5	Соус томатный	30	0,48	0,00	2,10	16,77	0,01	3,56	3,15	0,11	2,77	7,49	4,53	0,21	0,02	0,20	140101	140102
6	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,60	8,15	40,76	266,74	0,29	0,00	13,50	0,59	15,42	202,29	135,08	4,54	0,14	3,84	130309	130310
7	Компот из плодов свежих (груши)	200	0,12	0,09	23,07	93,90	0,01	1,50	0,00	0,12	6,30	4,80	3,60	0,75	0,01	0,30	160208	160208
8	Пирожок с вишней или Пирожок с вишневым джемом	50	3,90	1,95	28,00	145,15	0,05	1,79	3,75	0,49	23,58	36,97	8,58	0,41	0,03	1,68	190213	190215
9	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
10	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103
<b>Итого:</b>			<b>42,63</b>	<b>25,12</b>	<b>141,60</b>	<b>970,95</b>	<b>0,60</b>	<b>40,49</b>	<b>31,20</b>	<b>6,07</b>	<b>342,14</b>	<b>715,64</b>	<b>232,19</b>	<b>12,54</b>	<b>0,56</b>	<b>28,08</b>		

**День 20 (Вторник)**

**Обед**

1	Салат отварного картофеля, свежего огурца и зеленого салата	100	1,78	7,32	12,06	121,43	0,09	11,00	0,00	3,30	29,12	51,93	25,56	0,82	0,08	5,40	100536	100536
2	Суп картофельный с фасолью	250	4,63	2,63	12,63	92,63	0,17	6,50	0,00	2,43	124,40	148,83	37,37	1,79	0,09	5,72	110309	110310
3	Шницель рубленый куриный	100	11,90	9,00	11,50	174,60	0,07	1,71	65,26	2,26	40,26	186,90	19,63	1,72	0,20	10,35	120615	120616
4	Рагу из овощей	150	2,85	3,45	16,35	107,85	0,10	12,59	0,00	3,49	26,33	59,11	28,47	0,95	0,07	4,31	130203	130204
5	Компот из плодов свежих (яблоки)	200	0,12	0,12	22,92	93,90	0,01	3,00	0,00	0,06	5,40	3,30	2,70	0,72	0,01	0,60	160209	160209
6	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103
8	Булочка "Любимая" или Булочка с шоколадом	50	5,65	4,00	27,10	167,00	0,06	0,10	6,91	0,59	29,51	52,72	8,05	0,54	0,06	3,06	190107	190109
<b>Итого:</b>			<b>29,55</b>	<b>27,32</b>	<b>122,72</b>	<b>856,21</b>	<b>0,55</b>	<b>34,89</b>	<b>72,17</b>	<b>12,65</b>	<b>309,73</b>	<b>569,58</b>	<b>129,38</b>	<b>7,40</b>	<b>0,51</b>	<b>31,44</b>		

**День 21 (Среда)**

**Обед**

1	Салат из морской капусты	100	0,86	5,19	0,00	50,08	0,04	1,90	3800,00	2,20	38,00	52,35	161,50	15,20	0,06	475,00	100206	100206
2	Борщ сибирский с говядиной	250	6,16	4,84	7,37	96,94	0,09	13,86	7,51	2,06	153,38	127,68	34,74	2,11	0,10	8,06	110103	110104
3	Голубцы ленивые	250	20,00	25,00	18,25	378,00	0,11	55,15	5,00	4,40	389,67	210,48	54,91	3,12	0,18	10,41	120542	120543
4	Компот из ягод быстрозамороженных (клубника)	200	0,01	0,08	21,52	86,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,60	0,00	0,00	0,06	0,00	0,00	160205	160205
5	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103
7	Плоды и ягоды свежие (см. приложение №1)	220	3,30	1,10	46,20	211,20	0,09	22,00	0,00	0,88	17,60	61,60	92,40	1,32	0,11	0,00	210103	210103
<b>Итого:</b>			<b>32,95</b>	<b>37,01</b>	<b>113,50</b>	<b>921,42</b>	<b>0,38</b>	<b>92,90</b>	<b>3812,51</b>	<b>10,06</b>	<b>653,94</b>	<b>518,91</b>	<b>351,15</b>	<b>22,68</b>	<b>0,46</b>	<b>495,46</b>		

**День 22 (Четверг)**

**Обед**

1	Салат из помидоров и огурцов свежих с маслом растительным	100	0,79	15,11	2,58	150,25	0,04	13,75	0,00	6,90	17,32	30,59	14,06	0,62	0,03	2,20	100505	100505
2	Суп-пюре из цветной капусты	240	3,60	3,12	16,68	109,20	0,09	26,82	16,80	0,28	84,95	58,20	20,28	1,00	0,08	3,48	110403	110404
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,07	0,41	7,35	37,47	0,02	0,00	0,00	0,24	3,36	12,01	1,86	0,17	0,00	0,00	180601	180601
4	Быточки рубленые куриные	100	12,40	6,90	10,20	152,50	0,08	1,29	48,50	1,31	42,32	146,87	17,86	1,37	0,13	5,70	120611	120612
5	Иддেলা макаронные отварные	150	8,18	10,61	48,15	320,72	0,08	0,00	13,50	0,79	15,55	45,44	8,32	0,85	0,02	1,15	130401	130402
6	Компот из плодов сухих (курага)	200	0,83	0,05	28,14	116,92	0,02	0,64	0,00	0,88	26,20	23,36	16,80	0,57	0,03	0,00	160210	160210
7	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103
<b>Итого:</b>			<b>29,49</b>	<b>36,99</b>	<b>133,26</b>	<b>985,86</b>	<b>0,37</b>	<b>42,50</b>	<b>78,80</b>	<b>10,92</b>	<b>244,39</b>	<b>383,27</b>	<b>86,78</b>	<b>5,45</b>	<b>0,32</b>	<b>14,54</b>		

**День 23 (Пятница)**

**Обед**

<b>Итого:</b>																		
---------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



1	Салат витаминный с маслом растительным	100	1,05	15,14	10,27	182,77	0,03	16,80	0,00	6,75	92,49	22,90	13,51	0,93	0,03	2,32	100504	100504
2	Уха ростовская	250	9,25	3,30	8,75	101,70	0,14	15,31	3,13	2,76	129,84	217,10	33,49	1,17	0,09	46,81	110316	110317
3	Гуляш из мяса птицы	100	12,35	4,00	3,40	99,00	0,04	2,10	38,00	0,06	11,75	87,80	11,36	0,91	0,08	3,27	120601	120602
4	Картофель отварной	150	2,91	6,76	23,29	165,54	0,18	15,00	9,00	0,18	25,62	88,13	34,67	1,38	0,12	7,77	130103	130104
5	Компот из плодов свежих (груши)	200	0,12	0,09	23,07	93,90	0,01	1,50	0,00	0,12	6,30	4,80	3,60	0,75	0,01	0,30	160208	160208
6	Кекс с цукатами	50	1,30	8,75	27,20	200,55	0,04	0,09	30,01	0,58	18,50	43,85	9,52	0,62	0,07	2,97	170607	170603
7	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103
<b>Итого:</b>			<b>29,60</b>	<b>38,84</b>	<b>116,13</b>	<b>942,26</b>	<b>0,48</b>	<b>50,80</b>	<b>80,13</b>	<b>10,97</b>	<b>339,20</b>	<b>531,38</b>	<b>113,73</b>	<b>6,61</b>	<b>0,42</b>	<b>65,44</b>		

День 24 (Суббота)

Обед

1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	100	0,70	12,08	2,20	120,20	0,03	8,80	0,00	5,37	21,16	37,39	12,38	0,54	0,04	2,64	100507	100507
2	Суп картофельный с фасолью	240	4,44	2,52	12,12	88,92	0,16	6,24	0,00	2,33	119,43	142,87	35,87	1,72	0,08	5,49	110309	110310
3	Сухарик из хлеба пшеничного	10	1,07	0,41	7,35	37,47	0,02	0,00	0,00	0,24	3,36	12,01	1,86	0,17	0,00	0,00	180601	180601
4	Пельмени детские из п/ф промышленного производства с маслом сливочным	250	23,84	38,11	50,90	531,50	0,34	0,00	37,50	1,33	40,10	159,31	26,28	1,86	0,17	1,13	120529	120529
5	Сок фруктовый ДП (см. приложение №4)	200	2,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00		
6	Ватрушка с творогом	50	5,40	5,90	24,00	170,70	0,07	0,14	9,01	1,13	50,47	126,13	9,44	0,49	0,00	2,08	190304	190306
7	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103
<b>Итого:</b>			<b>40,08</b>	<b>60,02</b>	<b>136,93</b>	<b>1139,59</b>	<b>0,68</b>	<b>19,18</b>	<b>46,51</b>	<b>11,12</b>	<b>303,22</b>	<b>558,52</b>	<b>101,42</b>	<b>8,44</b>	<b>0,33</b>	<b>13,34</b>		
<b>Итого за 6 дней</b>			<b>34,05</b>	<b>37,55</b>	<b>127,36</b>	<b>969,38</b>	<b>0,51</b>	<b>46,79</b>	<b>686,89</b>	<b>10,30</b>	<b>365,44</b>	<b>546,22</b>	<b>169,11</b>	<b>10,52</b>	<b>0,43</b>	<b>108,05</b>		
<b>Итого за 24 дня</b>			<b>33,67</b>	<b>37,59</b>	<b>130,60</b>	<b>985,47</b>	<b>0,51</b>	<b>56,03</b>	<b>665,81</b>	<b>9,66</b>	<b>410,22</b>	<b>600,00</b>	<b>148,21</b>	<b>8,91</b>	<b>0,61</b>	<b>65,65</b>		



# **Колледж II комплекс**



Колледж Комплекс 2

Наименование	Выход, г	Белки г	Жиры г	Углево ды г	Энергетич еская ценность ккал	Витамины			Минеральные вещества						№ ТК (Вариант ст 1)	№ ТК фк (Вариант 2)	
						В 1, мг	С, мг	А, мкг	Е, мг, ток. экв.	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	B2, мг			I, мкг
<b>День 1(понедельник)</b>																	
1	Салат зеленый с помидорами с растительным маслом	100	1,15	10,17	2,70	108,30	0,04	18,50	0,00	5,03	38,72	26,99	26,06	0,70	0,05	4,20	100204
2	Суп картофельный с горохом	240	7,80	1,92	16,80	115,68	0,22	6,24	0,00	2,35	36,97	102,38	36,70	1,90	0,00	4,13	110308
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,07	0,41	7,35	37,47	0,02	0,00	0,00	0,24	3,36	12,01	1,86	0,17	0,00	0,00	180601
4	Рыба (филе) припущенная	120	23,42	0,88	0,00	101,02	0,13	1,46	14,64	1,32	514,61	747,09	44,05	0,75	0,10	197,64	120405
5	Рис отварной	150	4,85	6,87	52,93	294,30	0,04	0,00	13,50	0,26	6,12	79,89	26,33	0,54	0,00	1,14	130302
6	Компот из плодов сухих (смесь косточковых плодов)	200	0,71	0,14	36,03	148,90	0,03	0,40	0,07	0,43	24,60	30,54	18,24	0,85	0,03	0,00	160211
7	Ватрушка с джемом	50	3,55	2,45	29,75	155,25	0,04	0,06	1,50	0,86	19,21	34,40	5,46	0,36	0,03	1,75	190301
8	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
9	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
<b>Итого:</b>			<b>45,18</b>	<b>23,64</b>	<b>165,72</b>	<b>1059,72</b>	<b>0,57</b>	<b>26,66</b>	<b>29,71</b>	<b>11,01</b>	<b>698,28</b>	<b>1100,10</b>	<b>166,31</b>	<b>6,13</b>	<b>0,23</b>	<b>210,86</b>	
<b>День 2(вторник)</b>																	
<b>Обед</b>																	
1	Салат из капусты белокочанной с растительным маслом	100	1,64	10,08	9,63	136,84	0,03	25,67	0,00	4,52	161,50	31,90	17,28	0,60	0,04	3,02	100201
2	Суп-пюре курный	240	6,96	8,16	12,48	151,20	0,04	1,30	34,80	0,18	39,30	74,33	11,43	0,59	0,00	4,52	110408
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,07	0,41	7,35	37,47	0,02	0,00	0,00	0,24	3,36	12,01	1,86	0,17	0,00	0,00	180601
4	Печень тушеная (говяжья)	80	13,36	6,24	6,00	133,60	0,34	37,49	5455,68	1,03	230,26	398,38	20,62	7,86	0,00	14,97	120516
5	Соус сметанный	20	0,32	1,12	0,98	15,28	0,01	0,05	15,00	0,08	78,66	9,27	1,41	0,05	0,00	0,96	140107
6	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,60	8,15	40,76	266,74	0,29	0,00	13,50	0,59	15,42	202,29	135,08	4,54	0,00	3,84	130309
7	Кисель из ягод быстрозамороженных (черная смородина)	200	0,21	0,08	28,82	116,77	0,01	20,00	0,00	0,14	14,73	13,53	6,20	0,32	0,01	0,20	160203
8	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
9	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
<b>Итого:</b>			<b>33,78</b>	<b>35,05</b>	<b>126,18</b>	<b>956,70</b>	<b>0,77</b>	<b>84,50</b>	<b>5518,98</b>	<b>7,30</b>	<b>597,94</b>	<b>808,50</b>	<b>201,49</b>	<b>14,99</b>	<b>0,06</b>	<b>29,51</b>	
<b>День 3 (среда)</b>																	
<b>Обед</b>																	
1	Салат из помидоров и огурцов свежих с маслом растительным	100	0,79	15,11	2,58	150,25	0,04	13,75	0,00	6,90	17,32	30,59	14,06	0,62	0,03	2,20	100505
2	Суп-пюре из цветной капусты	240	3,60	3,12	16,68	109,20	0,09	26,82	16,80	0,28	84,95	58,20	20,28	1,00	0,00	3,48	110403
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,07	0,41	7,35	37,47	0,02	0,00	0,00	0,24	3,36	12,01	1,86	0,17	0,00	0,00	180601
4	Рагу из мяса птицы	250	11,50	4,13	32,00	211,13	0,24	16,95	52,50	2,66	52,70	227,67	55,60	2,82	0,00	12,14	120609
5	Гемотоген обогащенный очищенным гемоглобином	20	1,20	0,60	15,14	70,80	0,01	0,00	20,00	0,00	2,00	6,60	0,40	0,12	0,04	0,00	



6	Пирожок с клубничкой или Пирожок с клубничным джемом	50	3,31	1,65	25,81	130,75	0,05	0,07	4,01	0,47	22,01	36,99	6,02	0,37	0,03	1,72	190201 190202	190203
7	Компот из плодов свежих (груши)	200	0,12	0,09	23,07	93,90	0,01	1,50	0,00	0,12	6,30	4,80	3,60	0,75	0,01	0,30	160208	160208
8	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
9	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>24,21</b>	<b>25,91</b>	<b>142,79</b>	<b>902,29</b>	<b>0,49</b>	<b>59,09</b>	<b>93,31</b>	<b>11,19</b>	<b>243,34</b>	<b>443,66</b>	<b>109,42</b>	<b>6,71</b>	<b>0,13</b>	<b>21,84</b>		

**День 4 (четверг)**

<b>Обед</b>																		
1	Внегнет овощной	100	2,09	10,22	12,21	149,49	0,07	11,36	0,00	4,56	48,94	59,66	28,28	1,35	0,06	7,20	100501	100501
2	Щи из шпината	230	3,70	4,35	5,88	76,75	0,11	36,58	16,10	1,60	503,13	86,15	62,33	2,51	0,00	3,49	110107	110108
3	Яйцо куриное диетическое, сваренное вкрутую	20	2,54	2,30	0,14	31,40	0,01	0,00	0,02	0,12	14,68	39,15	2,62	0,53	0,09	4,00	120304	120304
4	Котлеты рубленые из фарша рыбного	100	9,60	9,28	17,50	191,92	0,09	0,82	9,10	1,83	284,57	418,56	26,50	0,63	0,00	105,50	120401	120402
5	Рис отварной	150	4,85	6,87	52,93	294,30	0,04	0,00	13,50	0,26	6,12	79,89	26,33	0,54	0,00	1,14	130301	130302
6	Булочка с цукатами или Булочка с изюмом	50	5,75	3,35	28,60	167,55	0,06	0,11	8,65	0,53	33,31	53,65	9,00	0,58	0,00	3,06	190104 190105	190106
7	Кисель из ягод быстрозамороженных (клубника)	200	0,08	0,03	27,88	111,89	0,00	2,10	0,00	0,14	9,49	8,47	2,10	0,14	0,00	0,00	160202	160202
8	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
9	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>31,23</b>	<b>37,20</b>	<b>165,29</b>	<b>1122,11</b>	<b>0,43</b>	<b>50,97</b>	<b>47,37</b>	<b>9,55</b>	<b>954,92</b>	<b>812,31</b>	<b>164,76</b>	<b>7,16</b>	<b>0,17</b>	<b>126,38</b>		

**День 5 (пятница)**

<b>Обед</b>																		
1	Салат отварного картофеля, свежего огурца и зеленого салата	100	1,78	7,32	12,06	121,43	0,09	11,00	0,00	3,30	29,12	51,93	25,56	0,82	0,08	5,40	100536	100536
2	Борщ с капустой и картофелем	250	2,71	4,88	10,08	94,25	0,06	14,88	7,50	1,29	112,47	53,34	24,09	1,12	0,00	5,73	110101	110102
3	Шницель рубленый куриный	100	11,90	9,00	11,50	174,60	0,07	1,71	65,26	2,26	40,26	186,90	19,63	1,72	0,00	10,35	120615	120616
4	Соус томатный	30	0,48	0,00	2,10	16,77	0,01	3,56	3,15	0,11	2,77	7,49	4,53	0,21	0,00	0,20	140101	140102
5	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,60	8,15	40,76	266,74	0,29	0,00	13,50	0,59	15,42	202,29	135,08	4,54	0,00	3,84	130309	130310
6	Пирожок с вишней или Пирожок с вишневым джемом	50	3,90	1,95	28,00	145,15	0,05	1,79	3,75	0,49	23,58	36,97	8,58	0,41	0,00	1,68	190213 190214	190215
7	Компот из плодов сухих (курага)	200	0,83	0,05	28,14	116,92	0,02	0,64	0,00	0,88	26,20	23,36	16,80	0,57	0,03	0,00	160210	160210
8	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
9	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>31,82</b>	<b>32,15</b>	<b>152,79</b>	<b>1034,66</b>	<b>0,64</b>	<b>33,57</b>	<b>93,16</b>	<b>9,43</b>	<b>304,52</b>	<b>629,07</b>	<b>241,87</b>	<b>10,25</b>	<b>0,12</b>	<b>29,20</b>		

**День 6 (суббота)**

<b>Обед</b>																		
1	Икра из уваренных кабачков	100	1,25	5,48	8,70	90,13	0,06	25,13	0,00	2,26	29,02	29,66	17,05	0,79	0,05	0,51	100518	100502
2	Суп картофельный с фрикадельками	250	7,59	3,90	19,40	143,08	0,14	11,17	0,01	1,27	26,68	134,48	33,58	2,00	0,15	8,42	110311	110312
3	Пельмени детские из п/ф промышленного производства с маслом сливочным	250	23,84	38,11	50,90	531,50	0,34	0,00	37,50	1,33	40,10	159,31	26,28	1,86	0,17	1,13	120529	120529



4	Фрукты и ягоды свежие (см. приложение №1)	90	0,72	0,36	7,29	42,30	0,02	162,00	0,00	0,27	36,00	30,60	22,50	0,72	0,04	1,80	210105	210105
5	Сок фруктовый ДП (см. приложение №4)	200	2,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00		
6	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>38,02</b>	<b>48,85</b>	<b>126,66</b>	<b>997,81</b>	<b>0,62</b>	<b>202,30</b>	<b>37,51</b>	<b>5,84</b>	<b>200,50</b>	<b>434,85</b>	<b>115,00</b>	<b>9,03</b>	<b>0,29</b>	<b>13,86</b>		
	<b>Итого за 6 дней:</b>		<b>60,55</b>	<b>63,66</b>	<b>265,52</b>	<b>1847,81</b>	<b>1,08</b>	<b>147,92</b>	<b>1935,06</b>	<b>16,28</b>	<b>883,46</b>	<b>1226,15</b>	<b>305,23</b>	<b>17,07</b>	<b>0,30</b>	<b>108,74</b>		

**День 7 (понедельник)**

**Обед**

1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	100	0,70	12,08	2,20	120,20	0,03	8,80	0,00	5,37	21,16	37,39	12,38	0,54	0,04	2,64	100507	100507
2	Суп-пюре картофельный	240	4,03	4,39	12,67	106,34	0,13	10,06	19,80	0,24	63,12	96,30	28,90	1,00	0,00	8,59	110402	110402
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,07	0,41	7,35	37,47	0,02	0,00	0,00	0,24	3,36	12,01	1,86	0,17	0,00	0,00	180601	180601
4	Тефтели рубленые из говядины	120	14,82	8,64	19,74	216,00	0,08	4,03	15,66	3,28	48,73	181,73	25,22	2,40	0,00	7,97	120520	120520
5	Рагу из овощей	150	2,85	3,45	16,35	107,85	0,10	12,59	0,00	3,49	26,33	59,11	28,47	0,95	0,00	4,31	130204	130204
6	Компот из ягод быстрозамороженных (клубника)	200	0,01	0,08	21,52	86,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,60	0,00	0,00	0,06	0,00	0,00	160205	160205
7	Булочка "Любимая" или Булочка с шоколадом	50	5,65	4,00	27,10	167,00	0,06	0,10	6,91	0,59	29,51	52,72	8,05	0,54	0,02	3,06	190107	190109
8	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
9	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>31,76</b>	<b>33,85</b>	<b>127,10</b>	<b>940,06</b>	<b>0,45</b>	<b>35,57</b>	<b>42,37</b>	<b>13,74</b>	<b>247,51</b>	<b>506,06</b>	<b>112,48</b>	<b>6,52</b>	<b>0,07</b>	<b>28,57</b>		

**День 8 (вторник)**

**Обед**

1	Сельдь с растительным маслом	100	6,44	7,81	10,89	139,89	0,09	6,68	6,00	2,60	55,02	212,84	27,36	0,93	0,09	15,34	100602	100602
2	Юшка с кабачками и помидорами	250	3,19	2,50	13,48	88,85	0,11	17,52	27,50	0,39	57,66	60,53	26,83	1,06	0,00	5,33	110325	110325
3	Говядина отварная	100	21,10	2,30	1,80	112,30	0,09	0,00	0,00	0,62	15,79	291,78	34,21	4,20	0,00	10,85	120510	120510
4	Соус томатный	30	0,48	0,00	2,10	16,77	0,01	3,56	3,15	0,11	2,77	7,49	4,53	0,21	0,00	0,20	140102	140102
5	Изделия макаронные отварные	150	8,18	10,61	48,15	320,72	0,08	0,00	13,50	0,79	15,55	45,44	8,32	0,85	0,00	1,15	130401	130402
6	Компот из ягод быстрозамороженных (смородина)	200	0,18	0,07	23,29	95,70	0,01	18,00	0,00	0,13	7,14	5,94	5,58	0,30	0,01	0,18	160207	160207
7	Брушкетта	50	5,85	3,10	18,25	124,30	0,06	2,85	33,77	0,71	40,67	102,21	12,14	0,77	0,00	2,27	190218	190216
8	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
9	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>48,03</b>	<b>27,19</b>	<b>138,12</b>	<b>997,33</b>	<b>0,50</b>	<b>48,60</b>	<b>83,92</b>	<b>5,86</b>	<b>249,29</b>	<b>793,01</b>	<b>126,59</b>	<b>9,18</b>	<b>0,11</b>	<b>37,32</b>		

**День 9 (среда)**

**Обед**

1	Салат из моркови с растительным маслом	100	1,22	7,09	6,49	95,83	0,06	4,70	0,00	3,46	25,38	51,84	35,72	0,66	0,07	4,70	100301	100301
2	Рассольник Домашний	250	3,31	4,49	10,46	94,68	0,11	15,78	7,50	1,29	107,95	69,45	28,49	1,06	0,00	6,13	110204	110204
3	Голубцы ленивые	250	20,00	25,00	18,25	378,00	0,11	55,15	5,00	4,40	389,67	210,48	54,91	3,12	0,00	10,41	120542	120543
5	Компот из ягод быстрозамороженных (вишня)	200	0,18	0,04	22,31	91,24	0,01	3,30	0,00	0,07	8,74	6,60	5,72	0,17	0,01	0,44	160204	160204



6	Пирожок с яблоком или Пирожок с яблочным джемом	50	3,65	1,50	27,50	138,10	0,05	1,65	4,01	0,50	23,34	37,58	7,45	0,72	0,00	2,03	190204 190205	190206
7	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>30,98</b>	<b>38,92</b>	<b>105,16</b>	<b>896,65</b>	<b>0,38</b>	<b>80,58</b>	<b>16,51</b>	<b>10,23</b>	<b>609,78</b>	<b>442,74</b>	<b>139,89</b>	<b>6,58</b>	<b>0,08</b>	<b>25,70</b>		

**День 10 (четверг)**

**Обед**

1	Салат из капусты белокачанной со сладким перцем с маслом растительным	100	1,52	7,10	4,22	104,91	0,04	42,20	0,00	3,24	130,13	33,42	14,94	0,61	0,05	3,06	100202	100202
2	Суп картофельный с фасолью	240	4,44	2,52	12,12	88,92	0,16	6,24	0,00	2,33	119,43	142,87	35,87	1,72	0,00	5,49	110310	110310
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,07	0,41	7,35	37,47	0,02	0,00	0,00	0,24	3,36	12,01	1,86	0,17	0,00	0,00	180601	180601
4	Биточки рубленые куриные	100	12,40	6,90	10,20	152,50	0,08	1,29	48,50	1,31	42,32	146,87	17,86	1,37	0,08	5,70	120612	120612
5	Рагу из овощей	150	2,85	3,45	16,35	107,85	0,10	12,59	0,00	3,49	26,33	59,11	28,47	0,95	0,00	4,31	130203	130204
6	Кекс столичный	50	3,34	9,81	28,20	214,47	0,05	0,00	30,05	0,57	15,87	44,37	7,12	0,72	0,06	2,97	170601	170602
7	Компот из ягод быстрозамороженных (клюква)	200	0,08	0,03	22,57	92,26	0,00	2,40	0,00	0,16	2,90	1,76	2,40	0,16	0,00	0,00	160206	160206
8	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
9	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>28,32</b>	<b>31,02</b>	<b>121,17</b>	<b>897,17</b>	<b>0,48</b>	<b>64,72</b>	<b>78,55</b>	<b>11,87</b>	<b>395,04</b>	<b>507,21</b>	<b>116,12</b>	<b>6,57</b>	<b>0,20</b>	<b>23,53</b>		

**День 11 (пятница)**

**Обед**

1	Салат зеленый с огурцом и растительным маслом	100	0,91	14,10	2,03	138,64	0,03	10,20	0,00	6,43	37,13	34,61	20,04	0,53	0,05	4,11	100205	100205
2	Борщ свиной с говядиной	250	6,16	4,84	7,37	96,94	0,09	13,86	7,51	2,06	153,38	127,68	34,74	2,11	0,00	8,06	110104	110104
3	Тефтели рыбные	120	13,92	6,24	17,76	182,88	0,11	2,10	13,50	1,21	320,66	468,40	31,73	0,85	0,00	115,59	120403	120404
4	Соус томатный	30	0,48	0,00	2,10	16,77	0,01	3,56	3,15	0,11	2,77	7,49	4,53	0,21	0,00	0,20	140102	140102
5	Изделия макаронные отварные	150	8,18	10,61	48,15	320,72	0,08	0,00	13,50	0,79	15,55	45,44	8,32	0,85	0,00	1,15	130401	130402
6	Компот из плодов сухих (смесь косточковых плодов)	200	0,71	0,14	36,03	148,90	0,03	0,40	0,07	0,43	24,60	30,54	18,24	0,85	0,03	0,00	160211	160211
7	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>32,99</b>	<b>36,73</b>	<b>133,60</b>	<b>1003,65</b>	<b>0,40</b>	<b>30,11</b>	<b>37,73</b>	<b>11,55</b>	<b>608,78</b>	<b>780,95</b>	<b>125,20</b>	<b>6,26</b>	<b>0,09</b>	<b>131,12</b>		

**День 12 (суббота)**

**Обед**

1	Салат из свеклы с огурцами консервированными с растительным маслом	100	1,36	8,09	7,65	108,92	0,02	9,00	0,00	3,62	33,75	39,11	20,10	1,25	0,04	6,25	100403	100403
2	Щи из свежей капусты	250	3,08	3,06	7,46	68,94	0,06	19,56	7,50	1,28	153,67	46,14	20,99	0,73	0,00	4,05	110106	110106
3	Шницель рубленый из говядины	100	12,00	10,40	6,00	165,60	0,08	0,00	0,00	2,95	14,92	171,88	20,96	2,47	0,00	5,60	120526	120526
4	Картофель отварной	150	2,91	6,76	23,29	165,54	0,18	15,00	9,00	0,18	25,62	88,13	34,67	1,38	0,00	7,77	130103	130104
5	Компот из плодов сухих (курага)	200	0,83	0,05	28,14	116,92	0,02	0,64	0,00	0,88	26,20	23,36	16,80	0,57	0,03	0,00	160210	160210
6	Ватрушка с джемом	50	3,55	2,45	29,75	155,25	0,04	0,06	1,50	0,86	19,21	34,40	5,46	0,36	0,00	1,75	190301	190303
7	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102



8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>26,34</b>	<b>31,61</b>	<b>122,45</b>	<b>879,97</b>	<b>0,44</b>	<b>44,26</b>	<b>18,00</b>	<b>10,28</b>	<b>328,06</b>	<b>126,57</b>	<b>7,63</b>	<b>0,08</b>	<b>27,42</b>		
	<b>Итого за 6 дней:</b>		<b>60,85</b>	<b>60,80</b>	<b>228,02</b>	<b>1714,93</b>	<b>0,81</b>	<b>95,35</b>	<b>85,30</b>	<b>18,89</b>	<b>771,57</b>	<b>1082,25</b>	<b>13,16</b>	<b>0,20</b>	<b>86,46</b>		

**День 13 (понедельник)**

<b>Обед</b>																	
1	Салат из помидоров с растительным маслом	100	0,95	15,15	3,25	155,37	0,05	21,65	0,00	7,21	15,54	22,85	17,20	0,78	0,04	1,66	100506
2	Рассольник Ленинградский	250	2,36	5,68	13,40	113,35	0,11	9,28	7,50	1,32	70,70	76,50	26,59	0,99	0,00	5,38	110201
3	Зразы мясные с фаршем из яйца и ветчины	80	11,44	4,24	10,48	125,84	0,05	0,00	0,01	1,93	16,27	123,56	14,69	1,80	0,00	7,04	120528
4	Капуста тушеная	150	3,75	6,45	16,50	139,05	0,06	48,30	0,00	2,90	291,80	64,15	32,96	1,19	0,00	5,61	130202
5	Мармелад	36	0,04	0,00	28,58	115,56	0,00	0,00	0,00	0,00	1,44	0,36	0,72	0,14	0,00	0,00	
6	Компот из ягод быстрозамороженных (вишня)	200	0,18	0,04	22,31	91,24	0,01	3,30	0,00	0,07	8,74	6,60	5,72	0,17	0,01	0,44	160204
7	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	
	<b>Итого:</b>		<b>22,84</b>	<b>32,94</b>	<b>124,97</b>	<b>891,61</b>	<b>0,35</b>	<b>82,53</b>	<b>7,51</b>	<b>14,29</b>	<b>463,89</b>	<b>377,62</b>	<b>108,08</b>	<b>6,17</b>	<b>0,06</b>	<b>22,13</b>	

**День 14 (вторник)**

<b>Обед</b>																	
1	Салат витаминный с маслом растительным	100	1,05	15,14	10,27	182,77	0,03	16,80	0,00	6,75	92,49	22,90	13,51	0,93	0,03	2,32	100504
2	Суп куриный	250	9,13	4,13	9,75	112,63	0,08	6,53	11,79	1,33	24,96	73,56	21,82	0,99	0,00	4,16	110304
3	Пельмени детские из п/ф промышленного производства с маслом сливочным	250	23,84	38,11	50,90	531,50	0,34	0,00	37,50	1,33	40,10	159,31	26,28	1,86	0,17	1,13	120529
4	Сок фруктовый ДП (см. приложение №4)	200	2,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00	
5	Печенье	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
6	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	
	<b>Итого:</b>		<b>40,13</b>	<b>60,34</b>	<b>126,16</b>	<b>1101,10</b>	<b>0,53</b>	<b>27,33</b>	<b>51,29</b>	<b>10,83</b>	<b>232,05</b>	<b>354,57</b>	<b>81,20</b>	<b>7,85</b>	<b>0,25</b>	<b>9,61</b>	

**День 15 (среда)**

<b>Обед</b>																	
1	Салат из моркови с растительным маслом	100	1,22	7,09	6,49	95,83	0,06	4,70	0,00	3,46	25,38	51,84	35,72	0,66	0,07	4,70	100301
2	Суп крестьянский с крупой	250	3,38	4,49	10,31	94,40	0,06	15,66	7,50	2,46	139,43	74,10	21,96	0,80	0,00	3,65	110323
3	Котлеты рубленые из мяса (говядина)	100	12,16	9,60	11,27	180,12	0,07	0,00	0,00	2,91	14,97	153,27	18,82	2,21	0,00	4,90	120524
4	Рагу из овощей	150	2,85	3,45	16,35	107,85	0,10	12,59	0,00	3,49	26,33	59,11	28,47	0,95	0,00	4,31	130204
5	Фрукты и ягоды свежие (см. приложение №1)	140	0,56	0,56	13,72	65,80	0,04	14,00	0,00	0,28	22,40	15,40	12,60	3,08	0,03	2,80	210110
6	Компот из ягод быстрозамороженных (клубника)	200	0,01	0,08	21,52	86,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,60	0,00	0,00	0,06	0,00	0,00	160205
7	Брушкетта	50	5,85	3,10	18,25	124,30	0,06	2,85	33,77	0,71	40,67	102,21	12,14	0,77	0,00	2,27	190218
8	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102



		20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103	
Итого:			28,66	29,17	118,07	853,50	0,43	49,79	41,27	13,83	324,48	522,73	137,31	9,39	0,11	24,63			
<b>День 16 (четверг)</b>																			
<b>Обед</b>																			
1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	100	0,70	12,08	2,20	120,20	0,03	8,80	0,00	5,37	21,16	37,39	12,38	0,54	0,04	2,64	100507	100507	
2	Уха ростовская	250	9,25	3,30	8,75	101,70	0,14	15,31	3,13	2,76	129,84	217,10	33,49	1,17	0,00	46,81	110317	110317	
3	Говядина тушеная с черносливом	100	13,60	4,80	7,70	128,40	0,05	2,62	0,00	2,25	20,20	124,72	27,62	2,05	0,00	4,27	120514	120514	
3	Картофель отварной	150	2,91	6,76	23,29	165,54	0,18	15,00	9,00	0,18	25,62	88,13	34,67	1,38	0,00	7,77	130104	130104	
4	Мармелад	36	0,04	0,00	28,58	115,56	0,00	0,00	0,00	0,00	1,44	0,36	0,72	0,14	0,00	0,00	160206	160206	
5	Компот из ягод быстрозамороженных (яблока)	200	0,08	0,03	22,57	92,26	0,00	2,40	0,00	0,16	2,90	1,76	2,40	0,16	0,00	0,00	200102	200102	
6	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200103	200103	
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103	
<b>Итого:</b>			29,20	27,77	113,25	822,46	0,44	44,13	12,13	11,24	255,86	536,26	118,87	6,30	0,05	63,49			
<b>День 17 (пятница)</b>																			
<b>Обед</b>																			
1	Салат из капусты белокочанной со сладким перцем с маслом растительным	100	1,52	7,10	4,22	104,91	0,04	42,20	0,00	3,24	130,13	33,42	14,94	0,61	0,05	3,06	100202	100202	
2	Суп картофельный с горохом	250	8,13	2,00	17,50	120,50	0,23	6,50	0,00	2,45	38,51	106,65	38,23	1,98	0,00	4,30	110307	110308	
3	Плов из индейки	250	20,83	4,75	47,50	316,05	0,12	5,21	9,50	5,73	31,70	298,59	58,14	2,33	0,00	1,83	120607	120608	
4	Кисель из ягод быстрозамороженных (черная смородина)	200	0,21	0,08	28,82	116,77	0,01	20,00	0,00	0,14	14,73	13,53	6,20	0,32	0,01	0,20	160203	160203	
5	Пирожок с клубничкой или Пирожок с клубничным джемом	50	3,50	1,20	27,50	134,80	0,05	0,07	4,01	0,47	22,01	36,99	6,02	0,37	0,00	1,72	190201	190203	
6	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102	
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103	
<b>Итого:</b>			36,80	15,93	145,70	891,83	0,49	73,98	13,51	12,55	291,78	555,98	131,13	6,47	0,07	13,11			
<b>День 18 (Суббота)</b>																			
<b>Обед</b>																			
1	Салат из морской капусты	100	0,86	5,19	0,00	50,08	0,04	1,90	3800,00	2,20	38,00	52,35	161,50	15,20	0,06	475,00	100206	100206	
2	Бульон куриный	230	2,07	5,06	2,99	65,78	0,06	4,60	0,00	0,05	6,90	26,68	10,58	0,41	0,00	2,30	110501	110502	
3	Яйцо куриное диетическое, сваренное вкрутую	20	2,54	2,30	0,14	31,40	0,01	0,00	0,02	0,12	14,68	39,15	2,62	0,53	0,09	4,00	120304	120304	
4	Рагу из мяса птицы	250	11,50	4,13	32,00	211,13	0,24	16,95	52,50	2,66	52,70	227,67	55,60	2,82	0,00	12,14	120609	120610	
5	Фрукты и ягоды свежие (см. приложение №1)	220	3,30	1,10	46,20	211,20	0,09	22,00	0,00	0,88	17,60	61,60	92,40	1,32	0,11	0,00	210103	210103	
6	Сок фруктовый ДП (см. приложение №4)	200	2,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00			
7	Кекс с шоколадом	50	3,45	11,00	24,00	208,80	0,05	0,00	30,01	0,56	17,22	70,87	25,62	1,65	0,00	3,20	170604	170605	
8	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102	
9	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103	
<b>Итого:</b>			28,34	29,77	145,69	969,19	0,54	49,45	3882,53	7,19	215,80	559,12	363,92	25,59	0,29	498,63			



Итого за 6 дней:		58,18	59,81	237,12	1694,62	0,87	95,32	1334,83	20,92	517,31	905,82	295,49	19,56	0,26	206,84		
День 19 (Понедельник)																	
Обед																	
1	Салат из свеклы и горошка зеленого консервированного с маслом растительным	100	1,59	10,10	8,13	129,60	0,03	9,50	0,00	4,51	47,97	43,14	20,86	1,27	0,04	6,45	100402
2	Суп картофельный с рыбой	250	4,63	3,13	13,75	100,63	0,12	9,35	8,00	1,78	119,75	150,63	47,26	1,24	0,00	4,87	110315
3	Котлеты рубленые из птицы	100	13,40	9,80	16,30	207,00	0,07	1,08	42,00	2,63	18,79	120,78	14,25	1,29	0,00	3,60	120614
4	Изделия макаронные отварные	150	8,18	10,61	48,15	320,72	0,08	0,00	13,50	0,79	15,55	45,44	8,32	0,85	0,00	1,15	130402
5	Пирожок с вишней или Пирожок с вишневым джемом	50	3,90	1,95	28,00	145,15	0,05	1,79	3,75	0,49	23,58	36,97	8,58	0,41	0,00	1,68	190213 190214
6	Компот из плодов свежих (груши)	200	0,12	0,09	23,07	93,90	0,01	1,50	0,00	0,12	6,30	4,80	3,60	0,75	0,01	0,30	160208
7	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
<b>Итого:</b>			<b>34,43</b>	<b>36,47</b>	<b>157,56</b>	<b>1095,80</b>	<b>0,40</b>	<b>23,22</b>	<b>67,25</b>	<b>10,83</b>	<b>286,64</b>	<b>468,55</b>	<b>110,46</b>	<b>6,66</b>	<b>0,06</b>	<b>20,05</b>	
День 20 (Вторник)																	
Обед																	
1	Салат из моркови с растительным маслом (с сахаром)	100	1,18	7,08	9,28	106,75	0,05	4,55	0,00	3,44	24,66	50,19	34,58	0,65	0,06	4,55	100302
2	Солянка	250	4,33	6,03	2,88	82,36	0,05	3,43	7,50	1,32	64,22	77,68	13,18	1,06	0,00	3,79	110206
3	Бефстроганов	100	12,80	4,06	6,90	115,34	0,06	0,47	19,50	0,39	104,78	161,56	21,92	1,90	0,00	8,36	120506
4	Пюре картофельное	150	2,69	17,10	18,08	236,81	0,15	12,61	13,05	0,15	54,47	97,91	32,58	1,18	0,00	8,93	130102
5	Компот из плодов свежих (яблоки)	200	0,12	0,12	22,92	93,90	0,01	3,00	0,00	0,06	5,40	3,30	2,70	0,72	0,01	0,60	160209
6	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
8	Булочка "Любимая" или Булочка с шоколадом	50	5,65	4,00	27,10	167,00	0,06	0,10	6,91	0,59	29,51	52,72	8,05	0,54	0,06	3,06	190107 190108
<b>Итого:</b>			<b>29,39</b>	<b>39,20</b>	<b>107,31</b>	<b>900,95</b>	<b>0,43</b>	<b>24,15</b>	<b>46,96</b>	<b>6,48</b>	<b>337,74</b>	<b>510,16</b>	<b>120,61</b>	<b>6,91</b>	<b>0,14</b>	<b>31,28</b>	
День 21 (Среда)																	
Обед																	
1	Салат зеленый с помидорами с растительным маслом	100	1,15	10,17	2,70	108,30	0,04	18,50	0,00	5,03	38,72	26,99	26,06	0,70	0,05	4,20	100204
2	Щи из шпината	230	3,70	4,35	5,88	76,75	0,11	36,58	16,10	1,60	503,13	86,15	62,33	2,51	0,00	3,49	110108
3	Яйцо куриное диетическое, сваренное вкрутку	20	2,54	2,30	0,14	31,40	0,01	0,00	0,02	0,12	14,68	39,15	2,62	0,53	0,09	4,00	120304
4	Пельмени детские из п/ф промышленного производства с маслом сливочным	250	23,84	38,11	50,90	531,50	0,34	0,00	37,50	1,33	40,10	159,31	26,28	1,86	0,17	1,13	120529
5	Компот из ягод быстрозамороженных (клубника)	200	0,01	0,08	21,52	86,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,60	0,00	0,00	0,06	0,00	0,00	160205
6	Плоды и ягоды свежие (см. приложение №1)	220	3,30	1,10	46,20	211,20	0,09	22,00	0,00	0,88	17,60	61,60	92,40	1,32	0,11	0,00	210103
7	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103



Итого:		37,17	56,91	147,51	1144,35	0,64	77,08	53,62	9,47	669,53	440,00	217,28	7,83	0,43	14,81		
День 22 (Четверг)																	
Обед																	
1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	100	0,70	12,08	2,20	120,20	0,03	8,80	0,00	5,37	21,16	37,39	12,38	0,54	0,04	2,64	100507
2	Суп куриный	250	9,13	4,13	9,75	112,63	0,08	6,53	11,79	1,33	24,96	73,56	21,82	0,99	0,00	4,16	110303
3	Рагу из мяса птицы	250	11,50	4,13	32,00	211,13	0,24	16,95	52,50	2,66	52,70	227,67	55,60	2,82	0,00	12,14	120609
4	Компот из плодов сухих (курага)	200	0,83	0,05	28,14	116,92	0,02	0,64	0,00	0,88	26,20	23,36	16,80	0,57	0,03	0,00	160210
5	Булочка	50	2,93	3,80	29,00	161,90	0,06	0,08	9,38	0,55	24,63	46,18	7,02	0,50	0,00	2,69	190102
6	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,34	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,18	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
<b>Итого:</b>			<b>27,71</b>	<b>24,97</b>	<b>121,25</b>	<b>821,57</b>	<b>0,46</b>	<b>33,00</b>	<b>73,67</b>	<b>11,31</b>	<b>204,35</b>	<b>474,95</b>	<b>121,22</b>	<b>6,27</b>	<b>0,08</b>	<b>23,63</b>	
День 23 (Пятница)																	
Обед																	
1	Салат из помидоров свежих и яблок	100	0,68	10,26	6,12	121,85	0,04	15,75	0,00	4,81	14,42	17,04	13,11	1,40	0,03	1,80	100526
2	Суп-пюре картофельный	240	4,03	4,39	12,67	106,34	0,13	10,06	19,80	0,24	63,12	96,30	28,90	1,00	0,00	8,59	110402
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,07	0,41	7,35	37,47	0,02	0,00	0,24	0,24	3,36	12,01	1,86	0,17	0,00	0,00	180601
4	Азу из говядины	100	14,20	1,20	5,60	90,00	0,06	3,81	0,00	2,60	18,35	142,14	20,76	2,10	0,00	5,54	120504
5	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,60	8,15	40,76	266,74	0,29	0,00	13,50	0,59	15,42	202,29	135,08	4,54	0,00	3,84	130309
6	Компот из плодов свежих (груши)	200	0,12	0,09	23,07	93,90	0,01	1,50	0,00	0,12	6,30	4,80	3,60	0,75	0,01	0,30	160208
7	Кекс с пукатами	50	1,30	8,75	27,20	200,55	0,04	0,09	30,01	0,58	18,50	43,85	9,52	0,62	0,07	2,97	170607
8	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,34	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
9	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,18	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
<b>Итого:</b>			<b>31,62</b>	<b>34,06</b>	<b>142,93</b>	<b>1015,65</b>	<b>0,63</b>	<b>31,21</b>	<b>63,31</b>	<b>9,70</b>	<b>194,16</b>	<b>585,23</b>	<b>220,42</b>	<b>11,45</b>	<b>0,12</b>	<b>25,04</b>	
День 24 (Суббота)																	
Обед																	
1	Салат отварного картофеля, свежего огурца и зеленого салата	100	1,78	7,32	12,06	121,43	0,09	11,00	0,00	3,30	29,12	51,93	25,56	0,82	0,08	5,40	100536
2	Рассольник Домашний	250	3,31	4,49	10,46	94,68	0,11	15,78	7,50	1,29	107,95	69,45	28,49	1,06	0,00	6,13	110204
3	Капуста тушеная с колбасными изделиями	250	11,00	20,93	32,25	361,33	0,15	62,66	0,00	5,75	393,04	137,89	47,63	2,20	0,00	9,38	120518
4	Сок фруктовый ДП (см. приложение №4)	200	2,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00	
5	Ватрушка с творогом	50	5,40	5,90	24,00	170,70	0,07	0,14	9,01	1,13	50,47	126,13	9,44	0,49	0,00	2,08	190304
6	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,34	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,18	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,00	2,00	200103
<b>Итого:</b>			<b>26,11</b>	<b>39,64</b>	<b>119,13</b>	<b>938,94</b>	<b>0,49</b>	<b>93,58</b>	<b>16,51</b>	<b>12,19</b>	<b>649,28</b>	<b>466,20</b>	<b>126,71</b>	<b>8,23</b>	<b>0,10</b>	<b>24,98</b>	
<b>Итого за 6 дней:</b>			<b>56,40</b>	<b>71,00</b>	<b>238,97</b>	<b>1789,79</b>	<b>0,95</b>	<b>90,21</b>	<b>95,90</b>	<b>18,19</b>	<b>732,79</b>	<b>903,61</b>	<b>287,16</b>	<b>14,67</b>	<b>0,30</b>	<b>43,26</b>	
<b>Итого за 24 дня</b>			<b>32,29</b>	<b>34,55</b>	<b>133,19</b>	<b>963,96</b>	<b>0,50</b>	<b>57,10</b>	<b>434,44</b>	<b>10,32</b>	<b>398,48</b>	<b>565,82</b>	<b>150,12</b>	<b>8,59</b>	<b>0,14</b>	<b>61,53</b>	



# Приложение №1

## Распределение плодов и ягод по дням циклического меню

Распределение плодов и ягод по дням циклического меню образовательных учреждений начального и среднего профессионального образования с дневным пребыванием. Комплекс II и Комплекс I

Наименование плода	Выход, гр.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
		Киви*	90					X																	
Банан*	220																		X						
Яблоко*	140															X									

\*Возможна замена на фрукт в ассортименте



Приложение №4

Распределение соков фруктовых по дням цикличного меню																									
Наименование плода	Выход	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
Сок яблочный*	200																								X
Сок мультифрукт*	200														X										
Сок яблочно-вишневый*	200																		X						
Сок яблочный-виноградный*	200						X																		

\*Возможна замена на нектар или сок в ассортименте. Не допускается использовать один и тот же продукт два раза подряд.



Приложение №2

Замены блюд при организации питания в учреждениях начального и среднего профессионального образования

День	Прием пищи	№ Комплекса	Заменяемое блюдо	Вариант замены
1	Обед	2	Рыба (филе) припущенная	Тефтели рыбные Соус томатный
1	Обед	1 и 2	Ватрушка с джемом	Выпечка в ассортименте или кондитерское изделие
2	Обед	1	Котлеты рубленые из птицы	Котлеты куриные с ветчиной
3	Обед	1 и 2	Пирожок с клубничкой или с клубничным джемом	Выпечка в ассортименте или кондитерское изделие
3	Обед	1	Пельмени детские из п/ф промышленного производства с маслом сливочным	Пельмени ленивые или поджарка из свинины с макаронными изделиями
4	Обед	2	Котлеты рубленые из фарша рыбного	Рыба (филе) припущенная
6	Обед	1	Бульон куриный Яйцо куриное диетическое, сваренное вкрутую	Щи из свежей капусты
6	Обед	2	Пельмени детские из п/ф промышленного производства с маслом сливочным	Пельмени ленивые или поджарка из свинины с макаронными изделиями



9	Обед	1	Рыба (филе) припущенная	Котлеты рубленые из фарша рыбного
9	Обед	2	Голубцы ленивые	Курица по-тайски с рисом
10	Обед	1	Щи из шпината Яйцо куриное диетическое, сваренное вкрутую	Суп картофельный с рыбой
10	Обед	1	Пельмени детские из п/ф промышленного производства с маслом сливочным	Пельмени ленивые или поджарка из свинины с макаронными изделиями
11	Обед	1	Плов мясной	Курица в сырном соусе с рисом
11	Обед	2	Тефтели рыбные	Рыба (филе) припущенная
12	Обед	1 и 2	Вагрушка с джемом	Выпечка в ассортименте или кондитерское изделия
13	Обед	2	Зразы мясные с фаршем из яйца и ветчины	Тефтели с рисом
14	Обед	1	Рыба (филе) припущенная	Тефтели рыбные Соус томатный
14	Обед	2	Пельмени детские из п/ф промышленного производства с маслом сливочным	Пельмени ленивые или поджарка из свинины с макаронными изделиями
15	Обед	1 и 2	Брушкетта	Выпечка в ассортименте или кондитерское изделия



17	Обед	1 и 2	Пирожок с клубникой или с клубничным джемом	Выпечка в ассортименте или кондитерское изделия
18	Обед	1	Тефтели рыбные	Рыба (филе) припущенная
18	Обед	1 и 2	Кекс с шоколадом	Выпечка в ассортименте или кондитерское изделия
19	Обед	2	Котлеты рубленые из птицы	Котлета куриная с ветчиной
19	Обед	1 и 2	Пирожок с вишней или с вишневым джемом	Выпечка в ассортименте или кондитерское изделия
21	Обед	1	Голубцы ленивые	Паста карбонара
21	Обед	2	Пельмени детские из п/ф промышленного производства с маслом сливочным	Пельмени ленивые или поджарка из свинины с макаронными изделиями
24	Обед	1	Пельмени детские из п/ф промышленного производства с маслом сливочным	Говядина с овощами



Приложение №3

Сезонные замены салатов из сырых овощей урожая прошлого года в период после 1 марта.

День	Прием пищи	№ комплекса	Заменяемый салат	Сезонный салат
2	Обед	2	Салат из капусты белокочанной с растительным маслом	Помидоры свежие Огурцы свежие
6	Обед	1	Салат из капусты белокочанной со сладким перцем с маслом растительным	Салат из отварной цветной капусты со свежими огурцами и помидорами
7	Обед	1	Салат из моркови с растительным маслом (с сахаром)	Салат из отварного картофеля, свежего огурца и зеленого салата
9	Обед	2	Салат из моркови с растительным маслом	Салат из отварного картофеля с морковью, зеленым горошком и маслом
10	Обед	2	Салат из капусты белокочанной со сладким перцем с маслом растительным	Помидоры свежие Огурцы свежие
12	Обед	1	Салат из капусты белокочанной с растительным маслом	Салат из отварной цветной капусты со свежими огурцами и помидорами
13	Обед	1	Салат витаминный с маслом растительным	Салат из моркови, картофеля, кукурузы, свежих огурцов с маслом растительным



День	Прием пищи	№ комплекса	Заменяемый салат	Сезонный салат
14	Обед	2	Салат витаминный с маслом растительным	Салат из моркови с сыром и зеленым горошком
15	Обед	2	Салат из моркови с растительным маслом	Огурцы консервированные без уксуса
16	Обед	1	Салат из капусты краснокочанной с маслом растительным	Салат из отварного картофеля, свежего огурца и зеленого салата
19	Обед	1	Салат из капусты белокочанной и свеклы	Салат из свеклы с маслом растительным
17	Обед	2	Салат из капусты белокочанной со сладким перцем с маслом растительным	Салат зеленый с помидорами и растительным маслом
20	Обед	2	Салат из моркови с растительным маслом (с сахаром)	Салат из моркови, картофеля, кукурузы, свежих огурцов и масла растительного
23	Обед	1	Салат витаминный с маслом растительным	Салат из моркови с сыром и зеленым горошком



Среднесуточное потребление продуктов по меню для организации питания детей  
обучающихся в учреждениях начального и среднего профессионального образования  
города Москвы в период 2013-2015 гг. Изменение №2.

Наименование	Колледжи I комплекс	Колледжи II комплекс
Бобовые	3,06	3,58
Дрожжи сушеные	0,14	0,13
Какао	0,21	0,21
Картофель свежий	86,49	94,40
Колбасные изделия	1,74	2,95
Крахмал	1,35	1,35
Крупы	20,27	16,71
Макаронные изделия	10,61	6,66
Масло растительное	15,02	16,66
Масло сливочное	7,84	6,71
Молоко	17,15	15,69
Мука пшеничная	18,01	18,35
Мясо	80,70	82,26
Овощи	145,75	165,59
Рыба	14,21	17,01
Сахар, в т.ч. кондитерские изделия	24,39	27,25
Сметана	6,93	4,96
Соль	2,27	2,43
Субпродукты	9,47	4,73
Сухофрукты	4,65	4,98
Сыр	0,82	0,82
Творог	0,63	0,63
Томат-паста	2,67	3,49
Фрукты свежие или сок	80,3	80,86
Хлеб пшеничный	30,44	32,84
Хлеб ржано-пшеничный	20,00	20,00
Яйцо	4,60	6,04