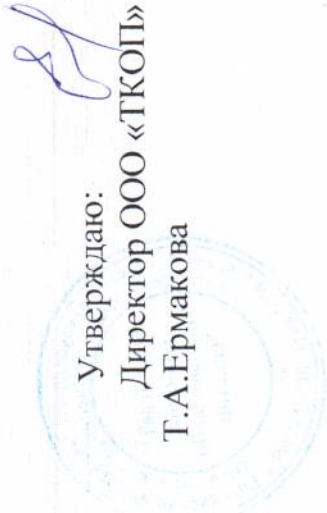


Согласовано,  
Директор школы,  
МКОУ СОШ № 8



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



## ООО «Тавдинский комбинат общественного питания»

### Примерный рацион питания для учащихся образовательных учреждений

Вариант 10 дневного рациона питания (завтраки и обеды) для учащихся 5-11 классов  
По состоянию на 12 января 2026 года

Калорийность завтраков (763-1088 ккал)  
Калорийность обедов (749-1105 ккал)

## 1 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины											Минеральные вещества					
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	А, мкг рет. экв.	Е, мг	Д, мкг	В1, мг	В2, мг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	Zn, мг	I, мкг	
<b>Завтрак</b>																								
2003	10/2003	Салат "ЗОЛОТАЯ ОСЕНЬ"	100	1,1	11,4	6,0	195,8	8,2	242,1	5,3	0	0	0	0	0	0	0,5	7,4	32,0	26,1	14,9	1,3	0,3	3,5
2003	52	КОТЛЕТА АЛЕНУШКИНА ЗАГАДКА	100	15,1	14,7	10,0	250,8	4,5	33,8	2,8	0,2	0	0,2	0	0,2	0,3	3,6	4,4	32,8	168,7	30,2	2,1	1,8	8,1
1996	463/1996	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,3	6,1	48,2	299,5	0	0	5,7	0	0,3	0,2	0	0,3	0,3	2,9	27,3	22,5	229,0	154,7	5,4	1,7	2,8
1997	603/1997	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	30	0,3	0,6	2,1	13,8	0,3	43,2	0,3	0	0	0	0	0	0	0	0,7	4,4	4,8	2,8	0,1	0	0,1
КОНТР. ОТ Р.	7 к.о. 2002г	Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)	76	6,1	0,8	37,9	182,0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0	0,7	23,6	14,9	52,2	9,8	0,5	0,4	1,0
2003	82/2003	Кисель детский Вигошка	200	0	0	24	95	20,1	130	2,3	1,7	0,4	0,4	0,5	0,4	3	120	7,3	0	1,6	0	0	0	0
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>32,9</b>	<b>33,6</b>	<b>128,2</b>	<b>1036,9</b>	<b>33,1</b>	<b>449,1</b>	<b>16,4</b>	<b>1,9</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>0,7</b>	<b>1,0</b>	<b>10,7</b>	<b>183,4</b>	<b>113,9</b>	<b>480,8</b>	<b>214,0</b>	<b>9,4</b>	<b>4,2</b>	<b>15,5</b>	
<b>Обед</b>																								
1996	110/1996	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/10	2,3	6,2	12,3	160,7	8,7	225,7	2,3	0	0	0	0	0	0,1	0,6	11,1	52,5	54,4	26,7	1,3	0,6	6,3
1996	411/1996	БИФТЕКС РУБЛЕННЫЙ	100	21,8	18,6	0,5	343,8	0	1,3	4,2	0	0,1	0,1	0	0	0	4,4	0	22,2	179,1	28,7	1	4,3	10,4
2017	204/2017	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	180	10,0	9,4	34,3	311,6	0,1	53,6	1,2	0	0,1	0,1	0,3	0,1	0,6	15,6	192,2	145,7	15,0	1,2	1,1	0,8	
КОНТР. ОТ Р.	7 к.о. 2002г	Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)	38	3,0	0,4	19	91,6	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,4	12,1	7,7	26,5	4,9	0,3	0,2	0,5	
КОНТР. ОТ Р.	к.о.2023г	Хлеб ржано-пшеничный(Булка Тавдинская)	38	3,1	0,3	19,5	94,3	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,5	11,8	7,3	26,1	5,6	2,7	0,5	0,5	
1996	588/1996	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,2	0	44,6	68	2	0	0	0	0,02	0,04	0	0	0,9	0	111	77	30	6	0	0	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>42,4</b>	<b>34,9</b>	<b>130,2</b>	<b>1070,0</b>	<b>10,8</b>	<b>280,6</b>	<b>7,7</b>	<b>0</b>	<b>0,42</b>	<b>0,24</b>	<b>0,3</b>	<b>0,2</b>	<b>7,4</b>	<b>50,6</b>	<b>392,9</b>	<b>508,8</b>	<b>110,9</b>	<b>12,5</b>	<b>6,7</b>	<b>18,5</b>	
<b>Всего за день:</b>				<b>75,3</b>	<b>68,5</b>	<b>258,4</b>	<b>2106,9</b>	<b>43,9</b>	<b>729,7</b>	<b>24,1</b>	<b>1,9</b>	<b>1,22</b>	<b>1,04</b>	<b>1,0</b>	<b>1,2</b>	<b>18,1</b>	<b>234,0</b>	<b>506,8</b>	<b>989,6</b>	<b>324,9</b>	<b>21,9</b>	<b>10,9</b>	<b>34,0</b>	

## 2 День

Борник центур	№ техноло- гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества					
				Белки, г	Жиры, г	Углевод- ы, г		С, мг	А, мкг рет. экв.	Е, мг	Д, мкг	В1, мг	В2, мг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фоли- евая кислота, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	Zn, мг	I, мкг
<b>Завтрак</b>																							
1996	60/1996	Салат ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	80	1,2	8,1	6,1	180,8	5,4	128,8	3,6	0	0	0	0	0	0,1	0,5	21,3	33,7	14,1	0,8	0,4	2,6
1997	475/1997	КОТЛЕТЫ МОСКОВСКИЕ	100	15,6	15,6	2,9	236,2	0,4	15,1	2,7	0	0,2	0,2	0,2	3,9	1,7	14,3	137,4	21,6	1,2	1,9	4,8	
2017	203/2017	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180/5	6,3	4,0	40,0	231,6	0	0	1,3	0	0,1	0	0	0,6	12,6	12,8	49,8	9,2	1,2	0,4	0,9	
1997	603/1997	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	30	0,3	0,6	2,1	13,8	0,3	43,2	0,3	0	0	0	0	0,7	4,4	4,8	2,8	0,1	0	0,1	0,1	
ОНТР.ОТ Р.	7 к.о. 2002г	Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)	76	6,1	0,9	38	182,9	0	0	0,1	0	0,1	0	0	0,7	23,0	14,5	51,9	9,7	0,5	0,4	0,9	
1996	647/1996	НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,3	0,1	6,2	25,7	20	3,4	0,2	0	0	0	0	0,1	1,3	16,4	7,5	8,8	0,3	0	0,3	
Итого за прием пищи:				29,8	29,3	95,3	871,0	26,1	190,5	8,2	0	0,2	0,2	0,2	0,4	5,8	83,7	285,1	66,2	4,1	3,1	9,6	
<b>Обед</b>																							
1996	138/1996	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И ФРИКАДЕЛЬКОЙ	250/20	0,21	0,46	1,44	10,72	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
2017	232/2017	РЫБА(минтай филе)ТУШЕННАЯ В СМЕТАНОМ СОУСЕ С ОВОЩАМИ	100/50	19,4	5,1	4,2	451,2	0,9	391,6	0,5	0,1	0,1	0,1	0	1,5	8,8	68,3	289,4	71,2	1,2	1,6	188,2	
2017	305/2017	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	180	4,3	4,1	41,1	229,7	0	0	0,3	0	0,1	0	0,8	12	11,9	85,6	29,7	0,5	0,9	0,9	0,9	
ОНТР.ОТ Р.	7 к.о. 2002г	Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)	38	3,0	0,4	19	91,6	0	0	0	0	0,1	0	0,4	12,1	7,7	26,5	4,9	0,3	0,2	0,5	0,5	
ОНТР.ОТ Р.	к.о.2023г	Хлеб ржано-пшеничный(Булка Тавдинская)	38	3,1	0,3	19,5	94,3	0	0	0	0	0,1	0	0,5	11,8	7,3	26,1	5,6	2,7	0,5	0,5	0,5	
1996	629/1996	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/5/7	0,2	0	4,8	19,2	1,1	0,1	0	0	0	0	0	0,6	13,2	5,1	4,6	0,5	0	0	0	
Итого за прием пищи:				30,21	10,36	90,04	896,72	2,0	391,7	0,8	0,1	0,4	0,1	0	3,2	45,3	108,4	432,7	116,0	5,2	3,2	190,1	
Всего за день:				60,01	39,66	185,34	1767,72	28,1	582,2	9,0	0,1	0,6	0,3	0,2	9,0	91,1	192,1	717,8	182,2	9,3	6,3	199,7	

## 3 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины							Минеральные вещества										
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг экв.	А, мкг	Е, мг	Д, мкг	В1, мг	В2, мг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	Zn, мг	I, мкг		
1996	257/1996	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	250/10	7,0	13,7	47,7	377,5	0,6	16,3	0,2	0	0,1	0	0,1	0	0,1	0,8	10,5	134,9	164,1	39,6	0,6	1,3	11,9	
1997	325/1997	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,2	3,8	0,2	49,1	7,6	72,4	0,7	0,8	0,2	0,2	0	0,1	0	0,1	2,4	17,2	60,1	3,8	0,8	0,4	7	
КОНТР.ОТ Р.	7 к.о. 2002г	Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)	76	6,1	0,9	38	183,1	0	0	0,1	0	0	0	0	0	0	0,8	24,1	15,3	52,7	9,9	0,5	0,4	1,0	
2008	ПР	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,6	4,6	33,9	187,7	0	4,4	0	0	0	0	0	0	0	0,3	0	13,1	40,5	9	1	0	0	
1997	702/1997	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	1	0	14,6	59,3	0,3	0	0	0	0	0	0	0	0	0,5	0	37,1	26,3	20,7	0,5	0	0	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>21,9</b>	<b>23,0</b>	<b>134,4</b>	<b>856,7</b>	<b>8,5</b>	<b>93,1</b>	<b>1,0</b>	<b>0,8</b>	<b>0,1</b>	<b>0,3</b>	<b>0,2</b>	<b>0,1</b>	<b>0,2</b>	<b>0,1</b>	<b>2,5</b>	<b>37,0</b>	<b>217,6</b>	<b>343,7</b>	<b>83,0</b>	<b>3,4</b>	<b>2,1</b>	<b>19,9</b>
<b>Обед</b>																									
1996	138/1996	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ФРИКАДЕЛЬКОЙ	250/20	5,7	5,2	18,3	140,3	4,6	201,2	4,1	0	0,3	0	0	0,2	1,0	9,2	37,8	78,7	33,5	2,0	1,0	4,4		
1996	394/1996	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	250	18,2	18,9	24,6	358,4	13,5	18,0	3,4	0	0,3	0,2	0	0,5	4,6	13,4	28,9	228,4	56,6	2,6	3,8	15,1		
КОНТР.ОТ Р.	7 к.о. 2002г	Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)	38	3,0	0,4	19	91,6	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,4	12,1	7,7	26,5	4,9	0,3	0,2	0,5		
КОНТР.ОТ Р.	к.о. 2023г	Хлеб ржано-пшеничный(Булка Тавдинская)	38	3,1	0,3	19,5	94,3	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,5	11,8	7,3	26,1	5,6	2,7	0,5	0,5		
2003	81/2003	Напиток ВИТОШКА	200	0	0	17	80	20	120	2,34	1,68	0,3	0,34	0,5	0,36	3	120	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>30,0</b>	<b>24,8</b>	<b>98,4</b>	<b>764,6</b>	<b>38,1</b>	<b>339,2</b>	<b>9,84</b>	<b>1,68</b>	<b>1,1</b>	<b>0,54</b>	<b>0,5</b>	<b>1,06</b>	<b>9,5</b>	<b>166,5</b>	<b>81,7</b>	<b>359,7</b>	<b>100,6</b>	<b>7,6</b>	<b>5,5</b>	<b>20,5</b>		
<b>Всего за день:</b>				<b>51,9</b>	<b>47,8</b>	<b>232,8</b>	<b>1621,3</b>	<b>46,6</b>	<b>432,3</b>	<b>10,84</b>	<b>2,48</b>	<b>1,2</b>	<b>0,84</b>	<b>0,7</b>	<b>1,16</b>	<b>12,0</b>	<b>203,5</b>	<b>299,3</b>	<b>703,4</b>	<b>183,6</b>	<b>11,0</b>	<b>7,6</b>	<b>40,4</b>		

## 4 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества					
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	А, мкг рет. экв.	Е, мг	Д, мкг	В1, мг	В2, мг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	Zn, мг	I, мкг
<b>Завтрак</b>																							
2003	5/2003	Салат "Рыжик"	80	4,5	16,2	3,4	159,7	11,3	874,4	5,6	0,4	0	0,1	0,2	0,1	0,4	6,1	111,0	102,4	22,1	0,9	0,8	5,3
2003	50/2003	КОТЛЕТА ДЕТСКАЯ	100	15,6	15,3	11,5	260,1	5,1	53,4	3,2	0,4	0	0,2	0,2	0,2	3,1	6,6	39,0	171,5	28,1	1,9	1,8	9,0
1906	463/1996	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,3	6,1	48,2	299,5	0	0	5,7	0	0,3	0,2	0	0,3	2,9	27,3	22,5	229,0	154,7	5,4	1,7	2,8
1907	603/1997	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	30	0,3	0,6	2,1	13,8	0,3	43,2	0,3	0	0	0	0	0	0	0,7	4,4	4,8	2,8	0,1	0	0,1
КОНТР. ОТ Р.	7 к.о. 2002г	Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)	76	6,1	0,8	37,9	182,0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,7	23,6	14,9	52,2	9,8	0,5	0,4	1,0
2003	66/2003	НАПИТОК ВИТАМИННЫЙ ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,7	0	8,5	36,9	88	0	0	0	0	0,1	0	0	0,2	0	13,2	1,4	3,2	0,3	0	0
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>37,5</b>	<b>39,0</b>	<b>111,6</b>	<b>952,0</b>	<b>104,7</b>	<b>971,0</b>	<b>14,8</b>	<b>0,8</b>	<b>0,4</b>	<b>0,6</b>	<b>0,4</b>	<b>0,6</b>	<b>7,3</b>	<b>64,3</b>	<b>205,0</b>	<b>561,3</b>	<b>220,7</b>	<b>9,1</b>	<b>4,7</b>	<b>18,2</b>
<b>Обед</b>																							
2003	108/2003	УХА РЫБАЦКАЯ (горбуша)	250	13,4	6,9	15,7	184,9	8,7	31,5	0,1	0	0,2	0,2	0	0,3	3,2	9,2	39,5	161,7	41,3	1,3	0,8	33,4
2017	301/2017	КНЕЛИ ИЗ МЯСА КУР С РИСОМ	100	17,5	20,7	5,4	266,5	0,8	30,4	2,4	0	0,1	0,1	0,4	0,5	4,7	4,7	14,9	148,6	20,2	1,2	1,3	3,9
1906	472/1996	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ/КАПУСТА ТУШЕННАЯ	100/100	2,0	2,6	13,3	93,1	6,9	4,1	0,1	0	0,1	0,1	0	0,3	0,9	6,8	24,0	55,6	19,5	0,8	0,4	5,7
КОНТР. ОТ Р.	7 к.о. 2002г	Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)	38	3,0	0,4	19	91,6	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,4	12,1	7,7	26,5	4,9	0,3	0,2	0,5
КОНТР. ОТ Р.	к.о.2023г	Хлеб ржано-пшеничный(Булка Тавдинская)	38	3,1	0,3	19,5	94,3	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,5	11,8	7,3	26,1	5,6	2,7	0,5	0,5
1906	588/1996	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,2	0	44,6	68	2	0	0	0	0,02	0,04	0	0	0,9	0	111	77	30	6	0	0
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>41,2</b>	<b>30,9</b>	<b>117,5</b>	<b>798,4</b>	<b>18,4</b>	<b>66,0</b>	<b>2,6</b>	<b>0</b>	<b>0,62</b>	<b>0,44</b>	<b>0,4</b>	<b>1,1</b>	<b>10,6</b>	<b>44,6</b>	<b>204,4</b>	<b>495,5</b>	<b>121,5</b>	<b>12,3</b>	<b>3,2</b>	<b>44,0</b>
<b>Итого за день:</b>				<b>78,7</b>	<b>69,9</b>	<b>229,1</b>	<b>1750,4</b>	<b>123,1</b>	<b>1037,0</b>	<b>17,4</b>	<b>0,8</b>	<b>1,02</b>	<b>1,04</b>	<b>0,8</b>	<b>1,7</b>	<b>17,9</b>	<b>108,9</b>	<b>409,4</b>	<b>1056,8</b>	<b>342,2</b>	<b>21,4</b>	<b>7,9</b>	<b>62,2</b>

## 5 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества						
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	А, мкг рет. экв.	Е, мг	Д, мкг	В1, мг	В2, мг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	Zn, мг	I, мкг	
<b>Завтрак</b>																								
2003	13/2003	Салат "ОСЕННИЙ"	100	1,1	9,4	3,9	161,8	8,8	183,6	4,4	0	0	0	0	0	0	0,4	7,8	28,6	31,5	15,2	0,9	0,2	2,7
1996	332/1996	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	100/50	13,8	9,9	9,7	323,4	1,3	83,2	4,2	0	0,1	0,1	0	0,1	0,7	13,9	57,5	174,5	32,7	0,7	0,9	98,4	
1996	472/1996	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	3,7	4,8	24,2	167,5	12,5	7,2	0,2	0	0,2	0,1	0	0,5	1,6	12,3	43,4	100,3	35,0	1,4	0,7	10,1	
КОНТР-ОТ Р.	7 к.о. 2002г	Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)	76	6,1	0,8	37,9	182,0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,7	23,6	14,9	52,2	9,8	0,5	0,4	1,0	
1997	702/1997	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,4	0	16,6	64,4	0	1	0	0	0	0	0	0	0,1	0	22,7	23,2	9,4	0,5	0	0	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>25,1</b>	<b>24,9</b>	<b>92,3</b>	<b>899,1</b>	<b>22,6</b>	<b>275,0</b>	<b>8,8</b>	<b>0</b>	<b>0,4</b>	<b>0,2</b>	<b>0</b>	<b>0,6</b>	<b>3,5</b>	<b>57,6</b>	<b>167,1</b>	<b>381,7</b>	<b>102,1</b>	<b>4,0</b>	<b>2,2</b>	<b>112,2</b>	
<b>Обед</b>																								
1997	174/1997	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ И СО СМЕТАНОЙ	250/10	2,2	6,3	13,2	180,8	8,0	173,3	2,2	0	0	0	0	0,1	0,7	8,7	41,3	51,1	21,4	0,9	0,4	4,0	
2007	26	ВЕНГЕРСКИЙ ГУЛЯШ ИЗ ФИЛЕ КУРЫ С СОУСОМ	100/50	32,94	19,62	10,92	352	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
1996	256	КАША ПЕРЛОВАЯ С ОВОЩАМИ	180	5,6	5,2	37,6	224,5	0,5	86,4	3,3	0	0,1	0	0	0,2	1,1	15,9	28,0	183,4	25,0	1,3	0,7	0,6	
КОНТР-ОТ Р.	7 к.о. 2002г	Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)	38	3,0	0,4	19	91,6	0	0	0	0	0,1	0	0	0,4	0,4	12,1	7,7	26,5	4,9	0,3	0,2	0,5	
КОНТР-ОТ Р.	к.о.2023г	Хлеб ржано-пшеничный(Булка Тавдинская)	38	3,1	0,3	19,5	94,3	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,5	11,8	7,3	26,1	5,6	2,7	0,5	0,5	
1997	702/1997	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	1	0	14,6	59,3	0,3	0	0	0	0	0	0	0,5	0	37,1	26,3	20,7	0,5	0	0	0	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>47,84</b>	<b>31,82</b>	<b>114,82</b>	<b>1002,5</b>	<b>8,8</b>	<b>259,7</b>	<b>5,5</b>	<b>0</b>	<b>0,3</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0,3</b>	<b>3,2</b>	<b>48,5</b>	<b>121,4</b>	<b>313,4</b>	<b>77,6</b>	<b>5,7</b>	<b>1,8</b>	<b>5,6</b>	
<b>Итого за день:</b>				<b>72,94</b>	<b>56,72</b>	<b>207,12</b>	<b>1901,6</b>	<b>31,4</b>	<b>534,7</b>	<b>14,3</b>	<b>0</b>	<b>0,7</b>	<b>0,2</b>	<b>0</b>	<b>0,9</b>	<b>6,7</b>	<b>106,1</b>	<b>288,5</b>	<b>695,1</b>	<b>179,7</b>	<b>9,7</b>	<b>4,0</b>	<b>117,8</b>	

## 6 день

Формат центр	№ техноло- гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества					
				Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		С, мг	А, мкг рет. экв.	Е, мг	Д, мкг	В1, мг	В2, мг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фоли евая кисло та, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	Zn, мг	I, мкг
<b>Завтрак</b>																							
2003	10/2003	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ЧЕСНОКОМ	100	1,5	15,1	8,3	307,6	28,2	401,8	6,4	0	0	0	0,1	0,6	7,8	44,5	32,3	17,9	0,8	0,3	2,8	
1997	476/1997	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	100	11,3	18,5	3,0	249,7	0,3	2,1	2,5	0	0,2	0,1	0	2,3	0,3	11,4	107,0	19,5	1,1	2,0	5,4	
2017	203/2017	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180/5	6,3	4,0	40,0	231,6	0	0	1,3	0	0,1	0	0,1	0,6	12,6	12,8	49,8	9,2	1,2	0,4	0,9	
1997	603/1997	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	30	0,3	0,6	2,1	13,8	0,3	43,2	0,3	0	0	0	0	0	0,7	4,4	4,8	2,8	0,1	0	0,1	
НПР-ОТ Р.	7 к.о. 2002г	Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)	76	6,1	0,9	38	183,1	0	0	0,1	0	0,1	0	0	0,8	24,1	15,3	52,7	9,9	0,5	0,4	1,0	
1996	647/1996	НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,3	0,1	6,2	25,7	20	3,4	0,2	0	0	0	0	0,1	1,3	16,4	7,5	8,8	0,3	0	0,3	
Итого за прием пищи:				<b>25,8</b>	<b>39,2</b>	<b>97,6</b>	<b>1011,5</b>	<b>48,8</b>	<b>450,5</b>	<b>10,8</b>	<b>0</b>	<b>0,4</b>	<b>0,1</b>	<b>0</b>	<b>0,2</b>	<b>4,4</b>	<b>46,8</b>	<b>104,8</b>	<b>254,1</b>	<b>68,1</b>	<b>4,0</b>	<b>3,1</b>	<b>10,5</b>
<b>Обед</b>																							
1996	129/1996	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/10	2,5	6,5	16,2	241,8	6,9	173,8	2,5	0	0,1	0,1	0	0,2	1,0	49,7	74,6	27,1	1,2	0,3	5,5	
1996	394/1996	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	250	18,2	18,9	24,6	358,4	13,5	18,0	3,4	0	0,3	0,2	0	0,5	4,6	28,9	228,4	56,6	2,6	3,8	15,1	
НПР-ОТ Р.	7 к.о. 2002г	Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)	38	3,0	0,4	19	91,6	0	0	0	0	0,1	0	0	0,4	12,1	7,7	26,5	4,9	0,3	0,2	0,5	
НПР-ОТ Р.	к.о. 2023г	Хлеб ржано-пшеничный(Булка Тавдинская)	38	3,1	0,3	19,5	94,3	0	0	0	0	0,1	0	0	0,5	11,8	7,3	26,1	5,6	2,7	0,5	0,5	
2003	82/2003	Кисель детский Вигошка	200	0	0	24	95	20,1	130	2,3	1,7	0,4	0,4	0,5	0,4	3	7,3	0	1,6	0	0	0	
Итого за прием пищи:				<b>26,8</b>	<b>26,1</b>	<b>103,3</b>	<b>881,1</b>	<b>40,5</b>	<b>321,8</b>	<b>8,2</b>	<b>1,7</b>	<b>1,0</b>	<b>0,7</b>	<b>0,5</b>	<b>1,1</b>	<b>9,5</b>	<b>166,1</b>	<b>100,9</b>	<b>355,6</b>	<b>95,8</b>	<b>6,8</b>	<b>4,8</b>	<b>21,6</b>
Итого за день:				<b>52,6</b>	<b>65,3</b>	<b>200,9</b>	<b>1892,6</b>	<b>89,3</b>	<b>772,3</b>	<b>19,0</b>	<b>1,7</b>	<b>1,4</b>	<b>0,8</b>	<b>0,5</b>	<b>1,3</b>	<b>13,9</b>	<b>212,9</b>	<b>206,7</b>	<b>609,7</b>	<b>163,9</b>	<b>10,8</b>	<b>7,9</b>	<b>32,1</b>

## 7 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества						
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	А, мкг рет. экв.	Е, мг	Д, мкг	В1, мг	В2, мг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	Zn, мг	I, мкг	
<b>Завтрак</b>																								
2003	16/2003	Салат "ОКТАБЕРСКИЙ"	80	0,9	7,5	3,9	254,2	2,0	397,2	3,6	0	0	0	0	0	0	0,2	5,4	26,2	27,6	16,7	0,6	0,2	2,9
2003	64/2003	КОЛБАСКИ ВИТАМИННЫЕ	100	17,3	21,7	2,8	263,9	1,0	158,1	3,8	0	0,1	0,1	0,1	0,4	0,5	4,9	3,8	19,7	152,8	22,8	1,5	1,2	4,2
2017	306/2017	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	180	4,3	4,1	41,1	229,7	0	0	0,3	0	0,1	0	0	0	0,1	0,8	12	11,9	85,6	29,7	0,5	0,9	0,9
2017	330/2017	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,4	1	1,8	20,8	0	9	0	0	0	0	0	0	0	0	0,6	8,2	6,1	1,2	0	0	0,7
КОНТРОЛЬ	7 к.о. 2002г	Хлеб пшеничный (Булка Гавдинская)	76	6,1	0,8	37,9	182,0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0	0,7	23,6	14,9	52,2	9,8	0,5	0,4	1,0
1996	629/1996	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/5/7	0,2	0	4,8	19,2	1,1	0,1	0	0	0	0	0	0	0	0	0,6	13,2	5,1	4,6	0,5	0	0
				<b>29,2</b>	<b>35,1</b>	<b>92,3</b>	<b>969,8</b>	<b>4,1</b>	<b>564,4</b>	<b>7,7</b>	<b>0</b>	<b>0,3</b>	<b>0,1</b>	<b>0,4</b>	<b>0,6</b>	<b>6,6</b>	<b>46,0</b>	<b>94,1</b>	<b>329,4</b>	<b>84,8</b>	<b>3,6</b>	<b>2,7</b>	<b>9,7</b>	
<b>Обед</b>																								
1996	139/1996	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ФРИКАДЕЛЬНОЙ	250/20	2,6	2,4	18,9	107,9	6,6	161,8	1,3	0	0,1	0,1	0	0,2	1,0	9,8	25,1	57,6	23,5	1,1	0,5	4,8	
1996	303	РЫБА (филе минтая) ПРИПУЩЕННЫЙ	100	19,2	1	0,7	392,6	0,5	81,3	0,3	0	0,1	0,1	0	0,1	1,3	6,9	50,2	276,0	64,2	0,9	1,4	188,6	
1996	463/1996	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,3	6,1	48,2	299,5	0	0	5,7	0	0,3	0,2	0	0,3	2,9	27,3	22,5	229,0	154,7	5,4	1,7	2,8	
1997	603/1997	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	30	0,3	0,6	2,1	13,8	0,3	43,2	0,3	0	0	0	0	0	0	0,7	4,4	4,8	2,8	0,1	0	0,1	
КОНТРОЛЬ	7 к.о. 2002г	Хлеб пшеничный (Булка Гавдинская)	38	3,0	0,4	19	91,6	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,4	12,1	7,7	26,5	4,9	0,3	0,2	0,5	
КОНТРОЛЬ	к.о.2023г	Хлеб ржано-пшеничный(Булка Гавдинская)	38	3,1	0,3	19,5	94,3	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,5	11,8	7,3	26,1	5,6	2,7	0,5	0,5	
1997	702/1997	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	1	0	14,6	59,3	0,3	0	0	0	0	0	0	0	0,5	0	37,1	26,3	20,7	0,5	0	0	
1997	688/1997	Фрукты ( мандарин)	100	0	0	0	80	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
				<b>39,5</b>	<b>10,8</b>	<b>123,0</b>	<b>1139,0</b>	<b>7,7</b>	<b>286,3</b>	<b>7,6</b>	<b>0</b>	<b>0,7</b>	<b>0,4</b>	<b>0</b>	<b>0,6</b>	<b>6,6</b>	<b>68,6</b>	<b>154,3</b>	<b>646,3</b>	<b>276,4</b>	<b>11,0</b>	<b>4,3</b>	<b>197,3</b>	
				<b>68,7</b>	<b>45,9</b>	<b>215,3</b>	<b>2108,8</b>	<b>11,8</b>	<b>850,7</b>	<b>15,3</b>	<b>0</b>	<b>1,0</b>	<b>0,5</b>	<b>0,4</b>	<b>1,2</b>	<b>13,2</b>	<b>114,6</b>	<b>248,4</b>	<b>975,7</b>	<b>361,2</b>	<b>14,6</b>	<b>7,0</b>	<b>207,0</b>	
<b>Итого за прием пищи:</b>																								
<b>Итого за день:</b>																								

8 ДЕНЬ

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	С, мг	А, мкг рет. экв.	Е, мг	Д, мкг	В1, мг	В2, мг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Минеральные вещества					
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г												Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	Zn, мг	I, мкг
<b>Завтрак</b>																							
1996	257/1996	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200/10	7,9	10,7	32,1	273,3	0,5	13	1,6	0	0,2	0,2	0	0,1	0,5	11,5	128,2	218,9	69,8	1,9	2,0	11,9
КОНТРОЛЬ	7 к.о. 2002г	МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	76	6,1	0,9	38	183,1	0	0	0,1	0	0,1	0	0	0	0,8	24,1	15,3	52,7	9,9	0,5	0,4	1,0
	ПР	Хлеб пшеничный (Булка Таваднская)	120	8,4	6	14,3	226	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	379/2017	Десерт творожный с наполнителем 6%	200	3,1	2,4	11,8	80,8	0,5	13,2	0	0	0	0,1	0	0	0,3	0	111,2	87,9	19,1	0,5	0,4	9
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>25,5</b>	<b>20,0</b>	<b>96,2</b>	<b>763,2</b>	<b>1,0</b>	<b>26,2</b>	<b>1,7</b>	<b>0</b>	<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>0</b>	<b>0,1</b>	<b>1,6</b>	<b>35,6</b>	<b>254,7</b>	<b>359,5</b>	<b>98,8</b>	<b>2,9</b>	<b>2,8</b>	<b>21,9</b>
<b>Обед</b>																							
1996	110/1996	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/10	2,3	6,2	12,3	160,7	8,7	225,7	2,3	0	0	0	0	0,1	0,6	11,1	52,5	54,4	26,7	1,3	0,6	6,3
1996	411/1996	БИФТЕКС РУБЛЕННЫЙ	100	21,8	18,6	0,5	343,8	0	1,3	4,2	0	0,1	0,1	0	0	4,4	0	22,2	179,1	28,7	1	4,3	10,4
2017	204/2017	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	180	10,0	9,4	34,3	311,6	0,1	53,6	1,2	0	0,1	0,1	0,3	0,1	0,6	15,6	192,2	145,7	15,0	1,2	1,1	0,8
КОНТРОЛЬ	7 к.о. 2002г	Хлеб пшеничный (Булка Таваднская)	38	3,0	0,4	19	91,6	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,4	12,1	7,7	26,5	4,9	0,3	0,2	0,5
КОНТРОЛЬ	к.о.2023г	Хлеб ржано-пшеничный(Булка Таваднская)	38	3,1	0,3	19,5	94,3	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,5	11,8	7,3	26,1	5,6	2,7	0,5	0,5
1996	598/1996	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,2	0	44,6	68	2	0	0	0	0,02	0,04	0	0	0,9	0	111	77	30	6	0	0
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>42,4</b>	<b>34,9</b>	<b>130,2</b>	<b>1070,0</b>	<b>10,8</b>	<b>280,6</b>	<b>7,7</b>	<b>0</b>	<b>0,42</b>	<b>0,24</b>	<b>0,3</b>	<b>0,2</b>	<b>7,4</b>	<b>50,6</b>	<b>392,9</b>	<b>508,8</b>	<b>110,9</b>	<b>12,5</b>	<b>6,7</b>	<b>18,5</b>
<b>Итого за День:</b>				<b>67,9</b>	<b>54,9</b>	<b>226,4</b>	<b>1833,2</b>	<b>11,8</b>	<b>306,8</b>	<b>9,4</b>	<b>0</b>	<b>0,72</b>	<b>0,54</b>	<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>9,0</b>	<b>86,2</b>	<b>647,6</b>	<b>868,3</b>	<b>209,7</b>	<b>15,4</b>	<b>9,5</b>	<b>40,4</b>

## 9 день

Сводные рецептур	№ техноло- гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества					
				Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		С, мг	А, мкг рети. экв.	Е, мг	Д, мкг	В1, мг	В2, мг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фоли евая кисло та, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	Zn, мг	I, мкг
<b>Завтрак</b>																							
1003	7/2003	Салат "ЗДОРОВЬЕ"	100	1,2	10,1	8,4	253,1	4,7	4,2	0	0	0	0	0	0,1	0,5	6,8	36,1	30,7	13,3	0,9	0,3	2,6
1006	416/1996	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	100	14,3	14,1	7,0	231,5	13,4	2,6	0	0	0,2	0,2	0,2	0,2	3,5	2,1	29,2	148,3	26,2	1,6	1,8	5,6
1017	142/2017	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	180	3,9	11,3	29,4	232,9	14,4	4,9	0	0,2	0,1	0	0,5	1,9	15,7	30,8	104,0	43,1	1,8	0,7	9,1	
КОНТРОЛ Р,	7 к.о. 2002г	Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)	76	6,1	0,8	37,9	182,0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,7	23,6	14,9	52,2	9,8	0,5	0,4	1,0	
1003	66/2003	НАПИТОК ВИТАМИННЫЙ ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,7	0	8,5	36,9	88	0	0	0	0,1	0	0	0	0,2	0	13,2	1,4	3,2	0,3	0	0
Итого за прием пищи:																							
			26,2	36,3	91,2	936,4	131,4	223,7	11,7	0	0,3	0,4	0,2	0,8	6,8	48,2	124,2	336,6	95,6	5,1	3,2	18,3	
<b>Обед</b>																							
1007	174/1997	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ И СО СМЕТАНОЙ И ФРИКАДЕЛЬНОЙ	250/201 0	2,2	6,3	13,2	180,8	8,0	173,3	2,2	0	0	0	0	0,1	0,7	8,7	41,3	51,1	21,4	0,9	0,4	4,0
1008	298	СУФЛЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	100	24,4	27,6	10,9	396,3	3,9	90,1	1,2	0,5	0,1	0,4	0,4	0,4	4,4	13,6	91,9	275,7	33,2	3,3	4,2	17,5
1003	36/2003	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С ОВОЩАМИ	180	4,5	6,0	42,4	251,0	0,5	86,4	1,4	0	0,1	0	0	0,1	0,9	13,5	17,0	94,1	32,9	0,7	1,0	1,5
1007	603/1997	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	30	0,3	0,6	2,1	13,8	0,3	43,2	0,3	0	0	0	0	0	0	0,7	4,4	4,8	2,8	0,1	0	0,1
КОНТРОЛ Р,	7 к.о. 2002г	Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)	38	3,0	0,4	19	91,6	0	0	0	0,1	0	0	0	0,4	12,1	7,7	26,5	4,9	0,3	0,2	0,5	
КОНТРОЛ Р,	к.о. 2023г	Хлеб ржано-пшеничный(Булка Тавдинская)	38	3,1	0,3	19,5	94,3	0	0	0	0,1	0	0	0	0,5	11,8	7,3	26,1	5,6	2,7	0,5	0,5	
1008	629/1996	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/57	0,2	0	4,8	19,2	1,1	0,1	0	0	0	0	0	0	0	0,6	13,2	5,1	4,6	0,5	0	0
1007	688/1997	Фрукты (яблоко)	100	0,4	0,3	9,5	42	5	2	0,4	0	0	0	0	0,1	2	19	16	12	2	0,2	1	
Итого за прием пищи:																							
			38,1	41,5	121,4	1089,0	18,8	395,1	5,5	0,5	0,4	0,4	3,0	0,6	7,0	63,0	201,8	499,4	117,4	10,5	6,5	25,1	
Итого за день:																							
			64,3	77,8	212,6	2025,4	150,2	618,8	17,2	0,5	0,7	0,8	3,2	1,4	13,8	111,2	326,0	836,0	213,0	15,6	9,7	43,4	

## 10 день

Бюро рецептур	№ техноло- гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	Витамины								Минеральные вещества							
				Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		С, мг	А, мкг рет. экв.	Е, мг	Д, мкг	В1, мг	В2, мг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фоли евая кисло та, мкг	Са, мг	Р, мг	Мг, мг	Fe, мг	Zn, мг	I, мкг
20/2003	САЛАТ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	100	1,5	15,1	7,4	290,1	4,4	416,7	6,7	0	0	0	0	0,1	0,6	6,6	23,2	41,9	20,4	0,8	0,3	2,9	
449	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (100/180)	100/180	29,2	34,1	43,9	536,2	2,9	274,2	6,5	0	0,2	0,2	0,6	0,8	7,7	18,9	35,0	302,5	61,9	2,5	2,8	7,5	
7 к.о. 2002г	Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)	76	6,1	0,8	37,9	182,0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,7	23,6	14,9	52,2	9,8	0,5	0,4	1,0	
81/2003	Напиток ВИТОШКА	200	0	0	17	80	20	120	2,34	1,68	0,3	0,34	0,5	0,36	3	120	0	0	0	0	0	0	
Итого за прием пищи:			36,8	50,0	106,2	1088,3	27,3	810,9	15,54	1,68	0,6	0,54	1,1	1,26	12,0	169,1	73,1	396,6	92,1	3,8	3,5	11,4	
<b>Обед</b>																							
120/1996	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ И ФРИКАДЕЛЬКОЙ	250/20/1 0	2,2	6,3	9,0	202,4	12,4	217,9	2,2	0	0	0	0	0,2	0,7	9,5	50,9	49,0	22,9	1,1	0,5	4,8	
49/2003	ЗРАЗЫ ВЕРХ-ИСЕТСКИЕ	100	19,9	20,0	5,2	346,3	3,4	28,6	5,3	0,3	0,1	0,2	0,1	0	3,7	2,1	30,3	192,4	31,7	1,7	3,6	11,2	
486/1996	ОВОЩНОЕ РАГУ	180	3,1	8,0	16,8	219,5	11,0	713,3	4,0	0	0	0	0	0,2	1,1	14,5	57,1	82,5	38,1	1,6	0,8	5,7	
7 к.о. 2002г	Хлеб пшеничный (Булка Тавдинская)	38	3,0	0,4	19	91,6	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,4	12,1	7,7	26,5	4,9	0,3	0,2	0,5	
к.о. 2023г	Хлеб ржано-пшеничный(Булка Тавдинская)	38	3,1	0,3	19,5	94,3	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,5	11,8	7,3	26,1	5,6	2,7	0,5	0,5	
688/1996	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,2	0	44,6	68	2	0	0	0	0,02	0,04	0	0	0,9	0	111	77	30	6	0	0	
Итого за прием пищи:			33,5	35,0	114,1	1022,1	28,8	959,8	11,5	0,3	0,32	0,24	0,1	0,4	7,3	50,0	264,3	453,5	133,2	13,4	5,6	22,7	
Итого за день:			70,3	85,0	220,3	2110,4	56,1	1770,7	27,04	1,98	0,92	0,78	1,2	1,66	19,3	219,1	337,4	850,1	225,3	17,2	9,1	34,1	

## Нормативные документы к рациону питания

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

Прошито, пронумеровано,

скреплено печатью 12

двух листов 12

Директор

Т.А. Ермакова

ООО «ТКОП»



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 468811232729010145642545975927204539216488993118

Владелец Богданова Екатерина Андреевна

Действителен с 04.02.2025 по 04.02.2026