

КОНТРАКТ №1

на оказание услуг по обеспечению питанием детей в период школьных каникул в лагере с дневным пребыванием детей

г. Георгиевск

«16» июня 2026 г.

Муниципальное учреждение дополнительного образования Дом детского творчества, именуемое в дальнейшем «Заказчик», в лице директора Беликовой В.Н., действующего на основании Устава, с одной стороны, и общество с ограниченной ответственностью «Региональный Логистический Центр» (ООО «РЛЦ»), именуемое в дальнейшем «Исполнитель», в лице генерального директора Климова Сергея Юрьевича, действующего на основании Устава, с другой стороны (далее – Стороны), в соответствии с п. 5 ч. 1. ст. 93 Федерального Закона от 5 апреля 2013 г. № 44-ФЗ «О контрактной системе в сфере закупок товаров, работ, услуг для обеспечения государственных и муниципальных нужд», (ИКЗ 263262502004326250100100020000000244), заключили настоящий Контракт о нижеследующем:

1. Предмет Контракта

1.1. Заказчик поручает, а исполнитель принимает на себя обязательства на оказание услуги по обеспечению питанием детей в период школьных каникул в лагере с дневным пребыванием детей (далее – услуга) в соответствии с условиями настоящего Контракта, спецификацией (Приложение №1 к Контракту) и Примерным меню (Приложение №2, 3 к Контракту), являющихся неотъемлемой частью настоящего Контракта.

1.2. Исполнитель обязуется оказать услугу по составу, качеству, соответствующих примерному меню, разработанному в соответствии с Методическими рекомендациями «МР 2.4.0179-20. 2.4. Гигиена детей и подростков. Рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций. Методические рекомендации», утвержденными Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации 18 мая 2020 года (далее – примерное меню).

1.3. Приготовление пищи исполнителем осуществляется ежедневно (за исключением каникулярных, праздничных, выходных дней).

1.4. Заказчик обязуется принять и оплатить услугу в установленном настоящим Контрактом порядке.

По согласованию с учредителем, в целях выполнения обязательств по Контракту, на основании ст. 17.1 Федерального закона от 26.07.2006 № 135-ФЗ «О защите конкуренции» Заказчик предоставляет Исполнителю недвижимое имущество (помещение), отвечающее санитарно-техническим требованиям, и оборудование в безвозмездное пользование.

1.5 Место оказания услуг: Ставропольский край, г. Георгиевск, ул. Кирова, 124 (55 учащихся), Ставропольский край, г. Георгиевск, ул. Быкова, 81 (40 учащихся).

1.6. Стороны в своей деятельности руководствуются

- Законом Российской Федерации «О защите прав потребителей» от 07.02.1992 г. № 2300-1,

- Федеральным законом «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» от 30.03.99 г. № 52-ФЗ,

- Федеральным законом «О качестве и безопасности пищевых продуктов» от 02.01.2000 г. № 29-ФЗ.

1.5. После заключения Контракта Исполнитель в течение 5 рабочих дней обязан предоставить Заказчику следующие документы:

- Контракт о проведении санитарно-эпидемиологической экспертизы, обследования, исследования, испытания и токсикологической, гигиенической или иного вида оценки, заключенный с ФГУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Ставропольском крае»;

- разработанное меню на 2 возрастные группы учащихся, отвечающее требованиям и нормам СанПиН 2.3/2.4.-3590-20 от 27.10.2020 №32, согласованное Управление Федеральной

службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по Ставропольскому краю;

- копии документов, подтверждающих квалификацию поваров, а также копии карт последнего медицинского освидетельствования сотрудников Исполнителя, в том числе Шигеллвак, норовирус;

- документы, подтверждающие прохождение персоналом Исполнителя курсов обучения работе и эксплуатации оборудования, используемого на пищеблоке Заказчика.

2. Цена Контракта и порядок расчетов.

2.1. Цена Контракта является твердой, не может изменяться в ходе заключения и исполнения Контракта, за исключением случаев, установленных Контрактом и (или) предусмотренных законодательством Российской Федерации.

2.2. Общая цена Контракта составляет 271355,25 рублей (двести семьдесят одна тысяча триста пятьдесят пять рублей 25 коп.) на количество детей - 95 человек.

2.3. Источник финансирования – средства бюджета Георгиевского муниципального округа Ставропольского края на 2026 г, средства родителей.

2.4. Оплата по Договору производится в следующем порядке:

213742,50 рублей (двести тринадцать тысяч семьсот сорок два рубля 50 копеек) - за счет средств бюджета Георгиевского муниципального округа Ставропольского края на 2026 год за 95 детей;

57612,75 рублей (пятьдесят семь тысяч шестьсот двенадцать рублей 75 копеек) – за счет средств родителей за 95 детей.

2.5. В общую цену Контракта включены все расходы Исполнителя, необходимые для осуществления им своих обязательств по Контракту в полном объеме и надлежащего качества, в том числе все подлежащие к уплате налоги, сборы и другие обязательные платежи, расходы на упаковку, маркировку, страхование, сертификацию, транспортные расходы по доставке товара до места поставки, затраты по хранению товара на складе Исполнителя, оплата труда работников, осуществляющих организацию питания, прохождение ими медосмотров, клеймения весов, обеспечения моющими и дезинфекционными средствами.

Исполнитель включает возмещение расходов за коммунальные услуги в себестоимость товаров продукции собственного производства и применяет наценку в размере установленной действующим законодательством Российской Федерации при оказании услуги по обеспечению питанием детей в период школьных каникул в лагере с дневным пребыванием детей. Изменение тарифов энергосберегающих организаций (поставляющих электроэнергию, воду, тепло) отражается на себестоимости готовой продукции.

2.6. Оплата по Контракту производится в следующем порядке:

2.6.1. Расчеты с Исполнителем осуществляется в российских рублях.

2.6.2. Оплата услуг производится за фактически оказанные услуги в безналичном порядке путем перечисления денежных средств на расчетный счет исполнителя в течение 10 рабочих дней после предоставления счетов и актов об оказании услуг.

2.6.3. Авансовые платежи по Контракту не предусмотрены.

2.7. В случае начисления Заказчиком Исполнителю неустойки (штрафа, пени), Стороны подписывают Акт взаимосверки обязательств по Контракту, в котором, помимо прочего, указываются: сведения о фактически исполненных обязательствах по Контракту, сумма, подлежащая оплате в соответствии с условиями Контракта, размер неустойки (штрафа, пени), подлежащей взысканию, основания применения и порядок расчета неустойки (штрафа, пени), итоговая сумма, подлежащая оплате Исполнителю по Контракту.

В случае подписания Сторонами Акта взаимосверки обязательств по Контракту оплата оказанных услуг осуществляется Исполнителю за вычетом соответствующего размера неустойки (штрафа, пени) согласно указанному Акту и на основании представленных Исполнителем счета и счета-фактуры.

2.8. В случае, если при начислении Заказчиком Исполнителю неустойки (штрафа, пени), Стороны не подписали Акт взаимосверки обязательств по Контракту, указанный в п. 2.5

Контракта, Заказчик вправе не производить оплату по Контракту до уплаты Исполнителем начисленной и выставленной Заказчиком неустойки (штрафа, пени).

3. Порядок оказания услуг

3.1. Услуги по адресу ул. Кирова, 124 оказываются с 29.06.2026 г. по 19.07.2026 г. (15 рабочих дней) за исключением выходных дней субботы и воскресенья.

3.2. Услуги по адресу ул. Быкова, 81 оказываются с 29.06.2026 г. по 19.07.2026 г. (15 рабочих дней) за исключением выходных дней субботы и воскресенья.

3.3. Обеспечение питанием детей в лагере осуществляется два раза в день на основании утвержденного Заказчиком меню.

4. Качество оказания услуг

4.1. Услуги должны оказываться в соответствии с требованиями Государственных стандартов Российской Федерации, ГОСТ или ТУ, а так же СанПиН 2.3/2.4.-3590-20 от 27.10.2020 №32 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения». Качество продуктов питания используемых при оказании услуг по настоящему Контракту должно соответствовать требованиям Федерального закона от 02.01.2000 г. № 29-ФЗ «О качестве и безопасности пищевых продуктов», санитарно-эпидемиологических правил и норм «Гигиенические требования к безопасности и пищевой ценности пищевых продуктов. СанПиН 2.3.2.1078-01.

4.2. Срок годности Продукции исчисляется со дня ее изготовления в соответствии с ГОСТ и ТУ.

4.3. В период оказания услуг Заказчику передаются надлежащим образом оформленные сопроводительные документы, в том числе: надлежащим образом заверенные сертификаты соответствия и/или декларации о соответствии; удостоверения качества, в которых должны быть отражены номера и даты выдачи удостоверения, наименование продукции, показатели качества (сорт, категория, жирность), дата изготовления (дата фасовки), температурные условия хранения для скоропортящейся продукции, срок годности; ветеринарные свидетельства на продукты животноводства и рыбопродукты.

5. Права и обязанности сторон.

5.1. Заказчик обязуется:

5.1.1. Обеспечить приемку оказанных по Контракту услуг по объему и качеству

5.1.2. Оплатить услуги в порядке, предусмотренном Контрактом.

5.1.3. Своевременно предоставить Исполнителю информацию, необходимую для исполнения Контракта.

5.1.4. Обеспечивать систематический контроль над соблюдением утвержденного МЕНЮ завтраков и обедов, разработанного с учетом необходимых требований, предъявляемых к рациону питания.

5.1.5. Организовывать предварительную сервировку столов дежурными и по окончании приема пищи — уборку используемой посуды и приборов обеденного зала.

5.1.6. Производить сверку взаиморасчетов не позднее 6-ти рабочих дней после окончания расчетного месяца.

5.2. Заказчик вправе:

5.2.1. Требовать возмещения неустойки и (или) убытков, причиненных по вине Исполнителя.

5.2.2. Проводить проверку качества услуг, оказываемых Исполнителем, не вмешиваясь в его оперативно-хозяйственную деятельность.

5.2.3. Контролировать целевое использование Исполнителем средств, предоставляемых Заказчиком для исполнения Контракта.

5.2.4. Привлекать экспертов, экспертные организации для проверки соответствия качества оказываемых услуг требованиям, установленным Контрактом.

5.2.5. Осуществлять иные права, предусмотренные Контрактом и (или) законодательством Российской Федерации.

5.3. Исполнитель обязуется:

5.3.1. Обязательно обеспечение высокого качества приготовления продуктов, строгого соблюдения правил кулинарной обработки пищевых продуктов, санитарного состояния помещений и оборудования.

5.3.2. Ежедневно, в период оказания услуг, до 8 часов 00 минут вывешивать утвержденное Заказчиком меню (с учетом разных возрастных категорий учащихся).

5.3.3. Обеспечить лабораторно-технологический контроль безопасности и качества приготовления блюд.

5.3.4. Обеспечить чистоту и соблюдение санэпидрежима производственных помещений, оборудования и инвентаря пищеблока, предназначенных для оказания услуг. Осуществлять уборку указанных помещений с частотой и качеством, определяемыми правилами и требованиями санитарно-эпидемиологического надзора. Содержать помещения, выделенные для оказания услуг, в надлежащем с соблюдением установленных правил и требований технического и пожарного надзора.

5.3.5. Обеспечить сохранность инженерных сетей, коммуникаций, оборудования в помещениях. Соблюдать в предоставленных помещениях требования ТОО Роспотребнадзора, Пожарнадзора, а также отраслевых правил и норм, действующих в отношении видов деятельности Заказчика и предоставленных им помещений.

Выполнять в установленный срок предписания органов Роспотребнадзора, Госпожарнадзора и иных контролирующих органов о принятии мер по ликвидации ситуаций, возникающих в результате деятельности Исполнителя, ставящих под угрозу сохранность предоставленных помещений, экологическую и санитарную обстановку.

5.3.6. Обеспечить за свой счет приобретение посуды, моющих средств (включая специализированные для промышленного оборудования) и другого инвентаря, ремонт оборудования пищеблока с предоставлением актов выполненных работ Заказчику, в случае если поломка произошла по вине Исполнителя.

5.3.7. Производить возмещение расходов за коммунальные услуги, связанные с хранением продуктов и приготовление пищи. Оплата расходов за коммунальные услуги производится Исполнителем на расчетный счет Заказчика в соответствии с выставленными счетами в течение пяти банковских дней с момента передачи счета Заказчиком ежемесячно, на основании показаний измерительных приборов (счетчиков) и действующих тарифов энергоснабжающих организаций (поставляющих электроэнергия, воду, тепло). Контроль показаний измерительных приборов осуществляется совместно уполномоченными представителями Заказчика и Исполнителя с составлением соответствующего акта в конце расчетного месяца.

5.3.8. Обеспечивать осуществление организации питания квалифицированными кадрами.

5.3.9. Обеспечивать высокую культуру обслуживания по организации питания.

5.3.10. Для проведения лабораторных исследований продуктов, готовых блюд, смывов иметь контракт с Роспотребнадзором по программе производственно-лабораторного контроля.

5.3.11. Соблюдать действующие у Заказчика правила внутреннего трудового распорядка, правила техники безопасности и пожарной безопасности, а также пропускной режим.

6. Порядок сдачи – приемки оказанных услуг.

6.1. По факту оказания услуг сторонами подписывается акт об оказании услуг в течение 6 календарных дней. На основании актов, подписанных Заказчиком, производятся расчеты с Исполнителем за фактически оказанные услуги. Заказчик вправе в случае наличия недостатков в представленном Исполнителем акте представить Исполнителю мотивированный отказ от его подписания и потребовать немедленного устранения выявленных недостатков.

6.2. В течение 6 (шести) дней после получения акта об оказании услуг «Заказчик» обязан подписать акт и направить один экземпляр Исполнителю, либо, при наличии недостатков, представить Исполнителю мотивированный отказ от его подписания.

6.3. В случае наличия недостатков Исполнитель обязуется устранить их в течение 3-х (трех) дней со дня получения соответствующих претензий от «Заказчика».

6.4. Услуги считаются оказанными с момента подписания Сторонами акта об оказании услуг.

7. Ответственность Сторон

7.1. За неисполнение или ненадлежащее исполнение принятых на себя обязательств Стороны несут ответственность в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации и условиями настоящего Контракта.

7.2. Невыполнение Исполнителем условий Контракта является основанием для обращения Заказчика в суд с требованием о расторжении настоящего Контракта или расторжения Контракта в связи с односторонним отказом Заказчика от исполнения Контракта.

7.3. В случае полного (частичного) невыполнения условий настоящего Контракта одной из Сторон эта Сторона обязана возместить другой Стороне причиненные убытки.

8. Форс-мажорные обстоятельства

8.1. Стороны освобождаются от ответственности за частичное или полное невыполнение обязательств по Контракту, если оно явилось следствием обстоятельств непреодолимой силы (форс-мажор), а именно: пожара, наводнения, землетрясения, войны, военных действий, блокады, эмбарго, общих забастовок, запрещающих (либо ограничивающих) актов властей, и если эти обстоятельства непосредственно повлияли на исполнение Контракта.

8.2. Сторона, для которой создалась невозможность выполнения обязательств по Контракту, обязана немедленно (в течение трех рабочих дней) известить другую Сторону о наступлении и прекращении вышеуказанных обстоятельств. Несвоевременное извещение об этих обстоятельствах лишает, соответствующую Сторону права ссылаться на них в будущем.

8.3. Обязанность доказать наличие обстоятельств непреодолимой силы лежит на Стороне, не выполнившей свои обязательства по Контракту.

8.4. Если обстоятельства и их последствия будут длиться более 1 (одного) месяца и Заказчик утратит интерес к Контракту, Контракт расторгается в порядке, предусмотренном Контрактом (раздел 10). В этом случае Исполнитель не имеет права потребовать от Заказчика возмещения убытков и исполнения обязательств по Контракту.

9. Порядок разрешения споров

9.1. В случае возникновения споров и (или) разногласий между Сторонами, в связи с заключением, исполнением, изменением либо расторжением настоящего Контракта, Стороны должны принять меры для их разрешения путем переговоров.

9.2. До передачи спора на разрешение Арбитражного суда Ставропольского края Стороны должны принять меры к его урегулированию в претензионном порядке.

В случае возникновения претензий любая из Сторон направляет другой Стороне претензию, на которую последняя должна дать ответ в течение 3 (трех) рабочих дней с момента ее получения.

9.3. В случае невозможности урегулирования споров и (или) разногласий путем переговоров, либо в досудебном порядке, они подлежат рассмотрению в Арбитражном суде Ставропольского края.

10. Порядок изменения и расторжения Контракта

10.1. При исполнении Контракта не допускается перемена Исполнителя, за исключением случаев, если новый Исполнитель является правопреемником исполнителя по такому Контракту вследствие реорганизации юридического лица в форме преобразования, слияния или присоединения.

10.2. Любые изменения и дополнения к настоящему Контракту имеют силу только в том случае, если они оформлены в письменном виде и подписаны обеими Сторонами.

10.3. Расторжение Контракта допускается по соглашению Сторон, по решению суда, а также в случае одностороннего отказа Стороны Контракта от исполнения Контракта в соответствии с гражданским законодательством.

10.4. Сторона, решившая расторгнуть настоящий Контракт, должна направить письменное уведомление о намерении расторгнуть настоящий Контракт другой Стороне не позднее чем за 2 месяца до предполагаемого дня расторжения настоящего Контракта (с учетом требования ч. 1. ст. 82 Трудового кодекса РФ).

10.5. В случае увеличения цен на продукты питания во время действия настоящего Контракта изменения двухнедельного меню возможны только при условии их согласования с ТОУ Роспотребнадзора по Ставропольскому краю в г. Георгиевске и Георгиевском районе.

10.6. Изменение существенных условий настоящего Контракта при его исполнении не допускается, за исключением их изменения по соглашению сторон в случаях, предусмотренных статьёй 95 Федерального закона от 05.04.2013 № 44-ФЗ «О контрактной системе в сфере закупок товаров, работ, услуг для обеспечения государственных и муниципальных нужд». Изменения и дополнения к настоящему Контракту совершаются в письменной форме и подписываются обеими сторонами.

11. Срок действия Контракта

11.1. Настоящий Контракт вступает в силу с момента заключения и действует до 31.12.2026 г., а по расчетам между сторонами – до полного исполнения сторонами своих обязательств.

11.2. Расторжение настоящего Контракта допускается по соглашению сторон, по решению суда и в случае одностороннего отказа стороны Контракта от исполнения Контракта в соответствии с гражданским законодательством.

12. Прочие условия

12.1. В случае изменения у какой-либо из Сторон юридического адреса, названия, банковских реквизитов и прочего она обязана в течение 10 (десяти) дней письменно известить об этом другую Сторону, причем в письме необходимо указать, что оно является неотъемлемой частью настоящего Контракта.

12.2. Во всем остальном, что не оговорено настоящим Контрактом, Стороны руководствуются действующим законодательством.

12.3. Настоящий Контракт составлен в двух экземплярах, имеющих одинаковую юридическую силу, по одному экземпляру для каждой из Сторон.

13. Адреса места нахождения, банковские реквизиты и подписи Сторон

Заказчик муниципальное учреждение дополнительного образования Дом детского творчества (МУДО ДДТ) 357820, Ставропольский край, г. Георгиевск, ул. Октябрьская, 63 ИНН 2625020043 КПП 262501001 УФК по Нижегородской области (МУДО ДДТ л/с 803Ы0058000) р/с 03234643075150003200 к/с 40102810745370000024 ОКЦ №1 ВВГУ Банка России//УФК по Нижегородской области г. Нижний Новгород БИК 012202102 Тел. 88795122777 Директор МУДО ДДТ _____/ В.Н.Беликова/ м.п.	Исполнитель Общество с ограниченной ответственностью «Региональный Логистический Центр» (ООО «РЛЦ») 357820, Ставропольский край, г. Георгиевск, ул. Фрунзе, 14 ИНН 2625129548 КПП262501001 р/с 40702810360710001136 к/с 30101810907020000615 Ставропольское отделение №5230 ПАО Сбербанк БИК 040702615 Тел. 89188741110 rlcgeo25@mail.ru Генеральный директор ООО «РЛЦ» _____/С.Ю.Климов/ м.п.
--	--

СПЕЦИФИКАЦИЯ

№ п/п	Наименование оказываемой услуги	Единица измерен ия	Кол-во дето- дней	Стоимость за ед. изм., руб.	Сумма, руб.
1	Двухразовое питание детей, достигших школьного возраста (будущих первоклассников) и до 10 лет	Дето- день	1125	185,09	208226,25
2	Двухразовое питание детей в возрасте от 11 и до 15 лет	Дето- день	300	210,43	63129,00
ИТОГО					271355,25

Расчет кол-ва дето-дней:

Кол-во дней – 15 рабочих дней

Кол-во детей, достигших школьного возраста (будущих первоклассников) и до 10 лет - 75 человек

Кол-во детей от 11 и до 15 лет - 20 человек

ЗАКАЗЧИК
Директор МУДО ДДТ

ИСПОЛНИТЕЛЬ
Генеральный директор ООО «РЛЦ»

В.Н.Беликова

С.Ю.Климов

М.П.

М.П.

Типовое примерное 15-ти дневное меню
для лагерей с дневным пребыванием детей в период школьных летних каникул 2026 года
для детей в возрасте от 6 до 10 лет

Прием пищи	Наименование блюд	выход	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг.				Минерал.в-ва,мг				№ рецептуры
							B1	B2	PP	C	Ca	Mg	P	Fe	
1 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Запеканка из творога 5% жирности с соусом из повидла	150/30	17,54	12,05	17,15	247,00	0,05	0,26	1,04	0,24	147,30	43,90	420,60	1,44	Могильный М.П.2005-№-223
	Какао с молоком 2,5% жирности	200	3,76	3,20	26,74	150,80	0,06	0,19	0,17	1,59	152,22	21,33	124,56	0,48	Могильный М.П.2005-№382
	Фрукты (яблоко)	1/150	0,60	0,00	14,70	66,00	0,06	0,05	0,03	15,00	24,00	13,50	34,50	0,45	Могильный М.П. 2005-338
	Итого	530	21,9	15,25	58,59	463,8	0,17	0,495	1,24	16,83	323,52	78,73	579,66	2,37	
ОБЕД															
	Борщ с капустой и картофелем	200	1,40	3,70	9,00	75,50	0,33	0,18	0,00	11,71	23,94	0,00	0,00	1,08	М.П.Могильный2005-82
	Котлеты, биточки, инжигели из мяса говядины с маслом сливочным 72,5% жирности	90/5	13,32	17,46	19,98	289,80	0,08	0,12	3,08	0,00	15,75	25,99	131,06	1,33	Могильный М.П. 2005-268
	Пюре картофельное	150	3,12	5,10	18,57	132,60	0,14	0,11	1,36	18,16	36,98	27,75	86,59	1,01	Могильный М.П.2005-312
	Компот из свежих или свежемороженных плодов или ягод	200	0,16	0,00	29,00	116,60	0,01	0,01	0,10	1,72	14,48	3,60	4,40	0,94	Могильный М.П.2005-342
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Итого	760	21,62	26,8	97,73	720,1	1,656	0,454	5,16	31,59	105,05	76,64	279,75	5,74	
	Итого день	1290	43,52	42,05	156,32	1183,9	1,826	0,949	6,4	48,42	428,57	155,37	859,41	8,11	
2 ДЕНЬ															
Прием пищи	Наименование блюд	выход	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг.				Минерал.в-ва,мг				№ рецептуры
							B1	B2	PP	C	Ca	Mg	P	Fe	
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из манной крупы	200/5	6,00	3,00	43,40	225,00	0,04	0,02	0,36	0,00	8,00	5,50	27,60	0,32	Могильный М.П.2005-№181
	Кофейный напиток с молоком 2,5% жирности	200	3,58	2,68	28,34	151,80	0,04	0,15	0,11	1,31	125,73	14,00	90,00	0,13	Могильный М.П.2005-№379
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Сыр «Российский» (порциями) 50% жирности	15	3,95	4,00	0,00	52,50	0,01	0,06	0,03	0,15	150,00	5,30	56,25	0,11	Могильный М.П.2005-15
	Фрукты (яблоко)	1/150	0,60	0,00	14,70	66,00	0,06	0,05	0,03	15,00	24,00	13,50	34,50	0,45	Могильный М.П. 2005-338
	Итого	600	12,55	5,98	100,94	513,8	0,188	0,233	0,98	16,31	164,63	42,9	178,2	1,5	
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,39	4,21	13,08	107,80	0,05	0,04	0,68	8,00	36,80	23,60	147,20	0,06	Могильный М.П.2005-102
	Птица, тушеная в томатном соусе	90/30	18,90	23,94	5,32	312,20	0,05	0,12	3,48	0,01	47,72	17,73	116,32	1,41	Могильный М.П.2005-290/331
	Макаронные изделия отварные	150	5,40	6,30	36,60	225,00	0,06	0,02	0,77	0,00	4,86	21,12	37,17	1,11	Могильный М.П.2005-202
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Кисель из яблок или Кисель из свежемороженных ягод	200	0,12	0,00	30,12	121,00	0,01	0,01	0,10	1,72	14,48	3,60	4,40	0,94	М.П.Могильный 2005-352
	Итого	740	32,5	34,99	106,3	871,6	1,266	0,224	5,65	9,73	117,76	85,35	362,79	4,9	
	Итого день	1340	65	69,98	212,6	1743,2	2,532	0,448	11,3	19,46	235,52	170,7	725,58	9,8	

Прием пищи	Наименование блюд	выход	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг.				Минерал.в-ва,мг				№ рецептуры
							В1	В2	РР	С	Са	Mg	P	Fe	
3 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Котлета рубленная из бройлер-цыплят с маслом сливочным 72,5% жирности	90/5	13,68	20,34	13,32	291,60	0,09	0,12	4,23	0,66	15,75	21,00	120,45	1,42	Могильный М.П.2005-295
	Капуста тушеная	150	3,11	4,01	20,10	253,85	0,04	0,06	1,02	24,56	83,70	29,55	60,60	1,13	Могильный М.П.2005-321
	Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,02	0,03	11,11	1,44	2,78	0,31	Могильный М.П.2005-376
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Итого	510	20,58	24,89	71,64	720,65	1,236	0,224	6	26,87	131,9	79,27	265,54	4,43	
ОБЕД	Овощи свежие в нарезке (помидоры или огурцы)	60	0,72	0,12	2,76	15,60	0,04	0,02	0,24	15,00	8,40	10,67	19,73	0,54	М.П.Могильный 2005 - 71
	Суп картофельный с крупой (ячневой)	200	1,60	2,18	16,74	93,00	0,08	0,05	0,85	6,60	18,44	20,00	50,04	0,70	Могильный М.П.2005-101
	Рагу из птицы	90/150	18,38	22,22	25,10	374,40	0,14	0,15	3,31	9,64	55,72	49,04	153,70	2,01	Могильный М.П.2005-289
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	21,82	87,60	0,00	0,01	0,14	0,40	31,82	6,00	15,40	1,25	Могильный М.П.2005-349
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Итого	750	24,47	25,06	87,6	676,2	1,356	0,264	5,16	31,64	128,28	105,01	296,57	5,88	
Итого день		1260	45,05	49,95	159,24	1396,85	2,592	0,488	11,16	58,51	260,18	184,28	562,11	10,31	
Прием пищи	Наименование блюд	выход	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг.				Минерал.в-ва,мг				№ рецептуры
							В1	В2	РР	С	Са	Mg	P	Fe	
4 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Сыр «Российский» (порциями) 50% жирности	15	3,95	4,00	0,00	52,50	0,01	0,06	0,03	0,15	150,00	5,30	56,25	0,11	Могильный М.П.2005-15
	Каша из овсяных хлопьев жидкая	200/5	7,16	8,97	28,83	230,52	0,09	0,20	0,44	1,53	156,77	32,88	137,98	1,22	А.Я.Перевалова 2012-281
	Какао с молоком 2,5% жирности	200	3,76	3,20	26,74	150,80	0,06	0,19	0,17	1,59	152,22	21,33	124,56	0,48	Могильный М.П.2005-382
	Фрукты (яблоко)	1/150	0,60	0,00	14,70	66,00	0,06	0,05	0,03	15,00	24,00	13,50	34,50	0,45	Могильный М.П. 2005-338
	Итого	570	15,47	16,17	70,27	499,82	0,215	0,495	0,67	18,27	482,99	73,01	353,29	2,26	
ОБЕД	Овощи свежие в нарезке (помидоры или огурцы)	60	0,72	0,12	2,76	15,60	0,04	0,02	0,24	15,00	8,40	10,67	19,73	0,54	М.П.Могильный 2005 - 71
	Суп картофельный с клецками	200	4,18	5,02	23,2	175,8	0,06	0,04	0,62	4,6	14,58	14,5	37,88	0,54	Могильный М.П.2005-108/109
	Рыба, тушеная (минтай) в томате с овощами	90/50	12,74	6,72	6,72	138,60	0,07	0,07	0,86	2,03	27,45	29,03	149,06	0,63	Могильный М.П.2005-229
	Пюре картофельное	150	3,12	5,10	18,57	132,60	0,14	0,11	1,36	18,16	36,98	27,75	86,59	1,01	Могильный М.П.2005-312
	Компот из свежих или свежемороженых плодов или ягод	200	0,16	0,00	29,00	116,60	0,01	0,01	0,10	1,72	14,48	3,60	4,40	0,94	Могильный М.П.2005-342
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Итого	800	24,61	17,5	101,43	684,8	1,416	0,284	3,8	41,51	115,79	104,85	355,36	5,04	
Итого день		1370	40,08	33,67	171,7	1184,62	1,631	0,779	4,47	59,78	598,78	177,86	708,65	7,3	

Прием пищи	Наименование блюд	выход	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг.				Минерал.в-ва,мг				№ рецептуры
							B1	B2	PP	C	Ca	Mg	P	Fe	
5 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Яйцо вареное	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,03	0,18	0,08	0,00	22,00	4,80	76,80	1,00	Могильный М.П. 2005-209
	Икра кабачковая	100	1,40	4,80	8,50	83,00	0,02	0,02	0,47	5,52	18,16	13,19	22,79	0,61	Могильный М.П. 2005-73
	Каша рисовая вязкая с маслом сливочным	100/5	1,57	2,68	16,31	95,52	0,12	0,01	0,31	0,00	3,05	11,11	34,27	0,23	Могильный М.П. 2012-168
	Компот из лимонов	200	0,08	0,00	27,08	108,60	0,02	0,01	0,08	12,90	23,52	6,50	11,50	0,24	А.И.Здобнов — 864
	Сыр «Российский» (порциями) 50% жирности	15	3,95	4,00	0,00	52,50	0,01	0,06	0,03	0,15	150,00	5,30	56,25	0,11	Могильный М.П.2005-15
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Итого	510	15,31	7,82	64,87	372,72	1,266	0,234	1,09	12,9	62,47	41,71	180,27	2,85	
ОБЕД	Овощи свежие в нарезке (помидоры или огурцы)	60	0,72	0,12	2,76	15,60	0,04	0,02	0,24	15,00	8,40	10,67	19,73	0,54	М.П.Могильный 2005 – 71
	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,14	4,28	18,88	130,60	0,13	0,06	0,87	4,65	40,22	30,64	110,38	1,45	Могильный М.П. 2005-102
	Котлеты или биточки рыбные (минтай) с маслом сливочным 72,5% жирности	90/5	13,32	16,92	10,44	224,66	0,07	0,06	1,63	0,27	22,95	24,30	146,70	0,66	Могильный М.П. 2005-234
	Каша рассыпчатая пшениная с овощами	150	3,5	3,74	34,69	186	0,03	0,03	0,81	0	11,4	30,5	81,7	0,62	М.П.Могильный 2012–166
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	21,82	87,60	0,00	0,01	0,14	0,40	31,82	6,00	15,40	1,25	Могильный М.П. 2005-349
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Итого	755	25,45	25,6	109,77	750,06	1,366	0,214	4,31	20,32	128,69	121,41	431,61	5,9	
	Итого день	1265	40,76	33,42	174,64	1122,78	2,632	0,448	5,4	33,22	191,16	163,12	611,88	8,75	
Прием пищи	Наименование блюд	выход	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг.				Минерал.в-ва,мг				№ рецептуры
							B1	B2	PP	C	Ca	Mg	P	Fe	
6 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Тефтели из говядины 2-ой вариант с соусом томатным	90/50	10,69	15,53	15,91	245,63	0,10	0,14	2,84	0,99	51,89	23,98	141,93	1,87	М.П.Могильный 2005-279/333
	Каша рассыпчатая гречневая	150	7,52	6,28	40,73	279,60	0,21	0,12	2,48	0,00	14,82	135,83	203,93	4,56	М.П.Могильный 2005-302
	Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,02	0,03	11,11	1,44	2,78	0,31	М.П.Могильный 2005-376
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Итого	555	22,00	22,35	92,82	690,83	1,41	0,29	5,96	1,02	91,72	180,55	406,34	8,12	
ОБЕД	Овощи свежие в нарезке (помидоры или огурцы)	60	0,72	0,12	2,76	15,60	0,04	0,02	0,24	15,00	8,40	10,67	19,73	0,54	М.П.Могильный 2005 – 71
	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,28	3,94	9,20	117,40	0,05	0,04	0,65	14,78	34,66	17,80	38,10	0,64	М.П.Могильный 2005-88
	Кнели из кур. бройлер-цыплят с рисом	90/5	14,40	21,82	7,42	283,50	0,06	0,10	4,42	0,54	16,35	16,99	113,70	0,95	М.П.Могильный 2005-301
	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным 72,5% жирности	150/5	5,40	6,30	36,60	225,00	0,06	0,02	0,77	0,00	4,86	21,12	37,17	1,11	М.П.Могильный 2005-203
	Кисель из яблок или Кисель из свежемороженнх ягод	200	0,12	0,00	30,12	121,00	0,01	0,01	0,10	1,72	14,48	3,60	4,40	0,94	М.П.Могильный 2005-352
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Итого	800	25,61	32,72	107,28	868,1	1,316	0,224	6,8	32,041	92,65	89,48	270,8	5,56	
	Итого день	1355	47,61	55,07	200,1	1558,93	2,722	0,518	12,76	33,061	184,37	270,03	677,14	13,68	

Прием пищи	Наименование блюд	выход	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг.				Минерал.в-ва,мг				№ рецептуры
							В1	В2	РР	С	Са	Mg	P	Fe	
7 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Сыр «Российский» (порциями) 50% жирности	15	3,95	4,00	0,00	52,50	0,01	0,06	0,03	0,15	150,00	5,30	56,25	0,11	Могильный М.П.2005-15
	Каша жидкая молочная рисовая	200/5	2,19	5,09	22,53	145,33	0,03	0,01	0,48	0,00	4,93	15,33	47,87	0,32	М.П.Могильный 2005-182
	Чай с лимоном	200/15/7	0,20	0,00	16,00	65,00	0,00	0,00	0,03	3,14	14,22	2,44	4,44	0,36	М.П.Могильный 2005-377
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	1/50	2,75	0,55	26,80	139,00	0,01	0,01	0,42	0,00	2,30	8,30	0,21	0,40	пром.
	Фрукты (яблоко)	1/150	0,60	0,00	14,70	66,00	0,06	0,05	0,03	15,00	24,00	13,50	34,50	0,45	Могильный М.П. 2005-338
	Итого	502	9,09	9,64	65,33	401,83	0,045	0,08	0,96	3,29	171,45	31,37	108,77	1,19	
ОБЕД	Овощи свежие в нарезке (помидоры или огурцы)	60	0,48	0,00	2,04	9,60	0,01	0,01	0,11	1,62	7,44	7,98	24,01	0,19	М.П.Могильный 2005 - 71
	Рассольник "Ленинградский"	200	1,68	4,08	16,40	109,00	0,08	0,05	0,86	6,03	21,16	20,72	57,00	0,78	М.П.Могильный 2005-96
	Голубцы "Любительские" из мяса говядины	90	7,97	7,97	5,84	126,70	0,07	0,13	2,89	17,53	52,50	38,59	154,96	1,43	Могильный М.П. 2012-№298
	Рагу из овощей	150	3,75	15,00	25,05	250,50	0,09	0,10	1,44	12,45	49,57	29,10	72,03	1,16	М.П.Могильный 2005-143
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Компот из свежих или свежемороженых плодов или ягод	200	1,00	0,00	24,40	101,60	0,03	0,03	0,20	4,00	14,00	8,00	14,00	2,80	Могильный М.П.2005-342
	Итого	755	14,82	12,59	69,86	452,5	1,286	0,254	4,68	29,18	109	94,59	307,67	6,58	
Итого день		1257	23,91	22,23	135,19	854,33	1,331	0,334	5,64	32,47	280,45	125,96	416,44	7,77	
Прием пищи	Наименование блюд	выход	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг.				Минерал.в-ва,мг				№ рецептуры
							В1	В2	РР	С	Са	Mg	P	Fe	
8 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Запеканка из творога 5% жирности с соусом из повидла	150/30	17,54	12,05	17,15	247,00	0,05	0,26	1,04	0,24	147,30	43,90	420,60	1,44	Могильный М.П.2005-№-223
	Какао с молоком 2,5% жирности	200	3,76	3,20	26,74	150,80	0,06	0,19	0,17	1,59	152,22	21,33	124,56	0,48	Могильный М.П.2005
	Фрукты (яблоко)	1/150	0,60	0,00	14,70	66,00	0,06	0,05	0,03	15,00	24,00	13,50	34,50	0,45	Могильный М.П. 2005-338
	Итого	530	21,9	15,25	58,59	463,8	0,17	0,495	1,24	16,83	323,52	78,73	579,66	2,37	
ОБЕД	Овощи свежие в нарезке (помидоры или огурцы)	60	0,48	0,00	2,04	9,60	0,01	0,01	0,11	1,62	7,44	7,98	24,01	0,19	М.П.Могильный 2005 - 71
	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,14	4,28	18,88	130,60	0,13	0,06	0,87	4,65	40,22	30,64	110,38	1,45	Могильный М.П.2005-102
	Шницель рыбный (минтай) (натуральный)с маслом сливочным 72,5% жирности	90/5	16,51	9,07	25,68	250,51	0,27	0,43	8,50	11,53	31,55	0,54	428,91	1,15	Могильный М.П.2005-235
	Пюре картофельное	150	3,12	5,10	18,57	132,60	0,14	0,11	1,36	18,16	36,98	27,75	86,59	1,01	Могильный М.П.2005-312
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	21,82	87,60	0,00	0,01	0,14	0,40	31,82	6,00	15,40	1,25	М.П.Могильный-349
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Итого	755	24,9	13,89	89,6	583,91	1,506	0,544	10,24	18,2	124,93	64,46	636,4	5,42	
	Итого день		1285	46,8	29,14	148,19	1047,71	1,676	1,039	11,48	35,03	448,45	143,19	1216,06	7,79

Прием пищи	Наименование блюд	выход	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг.				Минерал.в-ва,мг				№ рецептуры
							В1	В2	РР	С	Са	Mg	Р	Fe	
9 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Котлета рубленная из бройлер-цыплят с маслом сливочным 72,5% жирности	90/5	15,2	22,6	14,8	324	0,1	0,13	4,7	0,73	17,5	23,33	133,83	1,58	М.П.Могильный 2005-295
	Капуста тушеная	150	3,11	4,01	20,10	253,85	0,04	0,06	1,02	24,56	83,70	29,55	60,60	1,13	М.П.Могильный 2005-321
	Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,02	0,03	11,11	1,44	2,78	0,31	М.П.Могильный 2005-376
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Итого	510	22,1	27,15	71,08	743,45	1,236	0,224	6,36	25,32	126,21	73,62	254,91	4,4	
ОБЕД	Овощи свежие в нарезке (помидоры или огурцы)	60	0,72	0,12	2,76	15,60	0,04	0,02	0,24	15,00	8,40	10,67	19,73	0,54	М.П.Могильный 2005 - 71
	Свекольник	205	1,34	2,90	10,25	72,73	0,08	0,07	0,00	10,33	33,60	0,00	0,00	1,20	М.П.Могильный 2012-145
	Рыба, тушеная (минтай) в томате с овощами	90/50	12,74	6,72	6,72	138,60	0,07	0,07	0,86	2,03	27,45	29,03	149,06	0,63	М.П.Могильный 2005-229
	Рис отварной	150/5	3,77	6,11	41,4	235,65	0,02	0,02	0,68	0	1,37	16,33	60,94	0,53	М.П.Могильный 2005-304
	Кисель из яблoк или Кисель из свежемороженных ягод	200	0,34	0,00	24,26	98,40	0,00	0,00	0,02	0,07	10,50	1,34	5,28	0,29	М.П.Могильный 2005-360
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Итого	810	22,6	16,39	106,57	666,58	1,306	0,214	2,42	27,43	95,22	76,67	292,71	4,57	
	Итого день	1320	44,7	43,54	177,65	1410,03	2,542	0,438	8,78	52,75	221,43	150,29	547,62	8,97	
Прием пищи	Наименование блюд	выход	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг.				Минерал.в-ва,мг				№ рецептуры
							В1	В2	РР	С	Са	Mg	Р	Fe	
10 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Яйцо вареное	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,03	0,18	0,08	0,00	22,00	4,80	76,80	1,00	М.П.Могильный 2005-209
	Икра кабачковая	100	1,40	4,80	8,50	83,00	0,02	0,02	0,47	5,52	18,16	13,19	22,79	0,61	Могильный М.П. 2005-73
	Каша рисовая вязкая с маслом сливочным	100/5	1,40	4,80	8,50	83,00	0,02	0,02	0,47	5,52	18,16	13,19	22,79	0,61	Могильный М.П. 2005-73
	Компот из лимонов	200	0,08	0,00	27,08	108,60	0,02	0,01	0,08	12,90	23,52	6,50	11,50	0,24	А.И.Здобнов — 864
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	30	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Итого	505	8,95	9,7	50,38	325,6	0,118	0,228	1,11	18,42	70,58	34,39	137,19	2,45	
ОБЕД	Овощи свежие в нарезке (помидоры или огурцы)	60	0,48	0,00	2,04	9,60	0,01	0,01	0,11	1,62	7,44	7,98	24,01	0,19	М.П.Могильный 2005 - 71
	Суп картофельный с клецками	200	4,18	5,02	23,2	175,8	0,06	0,04	0,62	4,6	14,58	14,5	37,88	0,54	М.П.Могильный 2005-108/109
	Птица, тушеная в томатном соусе	90/30	18,90	23,94	5,32	312,20	0,05	0,12	3,48	0,01	47,72	17,73	116,32	1,41	Могильный М.П.2005-290/331
	Рагу из овощей	150	3,75	15,00	25,05	250,50	0,09	0,10	1,44	12,45	49,57	29,10	72,03	1,16	М.П.Могильный 2005-143
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	21,82	87,60	0,00	0,01	0,14	0,40	31,82	6,00	15,40	1,25	М.П.Могильный 2005-349
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Итого	780	31,08	44,5	98,61	941,3	1,306	0,314	6,41	19,08	165,03	94,61	323,34	5,93	
	Итого день	1285	40,03	54,2	148,99	1266,9	1,424	0,542	7,52	37,5	235,61	129	460,53	8,38	

Прием пищи	Наименование блюд	выход	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг.				Минерал.в-ва,мг				№ рецептуры
							В1	В2	РР	С	Са	Mg	Р	Fe	
11 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная рисовая	200/5	7,10	15,90	47,70	362,00	0,05	0,03	0,03	0,11	130,76	5,30	75,00	0,45	М.П.Могильный 2005 -15
	Кофейный напиток с молоком 2,5% жирности	200	3,58	2,68	28,34	151,80	0,04	0,15	0,11	1,31	125,73	14,00	90,00	0,13	М.П.Могильный 2005 -379
	Ватрушка с повидлом	1/100	3,67	1,75	42,24	199,35	13,37	14,91	0,93	0,15	13,39	14,91	61,14	0,87	А.Я.Перевалов 2012-554
	Итого	505	14,35	20,33	118,28	713,15	13,46	15,093	1,07	1,57	269,88	34,21	226,14	1,448	
ОБЕД	Овощи свежие в нарезке (помидоры или огурцы)	60	0,72	0,12	2,76	15,60	0,04	0,02	0,24	15,00	8,40	10,67	19,73	0,54	М.П.Могильный 2005 - 71
	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,14	4,28	18,88	130,60	0,13	0,06	0,87	4,65	40,22	30,64	110,38	1,45	М.П.Могильный 2005 -102
	Кнели из кур, бройлер-цыплят с рисом	90/5	14,40	21,82	7,42	283,50	0,06	0,10	4,42	0,54	16,35	16,99	113,70	0,95	М.П.Могильный 2005 -301
	Каша рассыпчатая пшеничная	150/5	6,58	5,06	41,29	237,00	0,12	0,05	0,70	0,00	24,04	34,22	158,97	2,69	М.П.Могильный 2005 -302
	Компот из свежих или свежемороженных плодов или ягод	200	0,16	0,00	29,00	116,60	0,01	0,01	0,10	1,72	14,48	3,60	4,40	0,94	Могильный М.П.2005-342
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Итого	760	29,69	31,82	120,53	888,9	1,456	0,274	6,95	21,911	117,39	115,42	464,88	7,95	
	Итого день	1265	44,04	52,15	238,81	1602,05	14,916	15,367	8,02	23,481	387,27	149,63	691,02	9,398	
Прием пищи	Наименование блюд	выход	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг.				Минерал.в-ва,мг				
							В1	В2	РР	С	Са	Mg	Р	Fe	
12 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из манной крупы	200/5	6,00	3,00	43,40	225,00	0,04	0,02	0,36	0,00	8,00	5,50	27,60	0,32	М.П.Могильный 2005-181
	Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,02	0,03	11,11	1,44	2,78	0,31	М.П.Могильный 2005-376
	Фрукты свежие (яблоко)	1/150	0,40	0,00	12,60	52,00	0,04	0,03	0,20	60,00	34,00	13,00	23,00	0,30	М.П.Могильный 2005-338
	Итого	570	6,1	3	58,4	285	0,04	0,02	0,38	0,03	19,11	6,94	30,38	0,63	
ОБЕД	Овощи свежие в нарезке (помидоры или огурцы)	60	0,48	0,00	2,04	9,60	0,01	0,01	0,11	1,62	7,44	7,98	24,01	0,19	М.П.Могильный 2005 - 71
	Борщ с капустой и картофелем	200	1,40	3,70	9,00	75,50	0,33	0,18	0,00	11,71	23,94	0,00	0,00	1,08	М.П.Могильный2005-82
	Тефтели из говядины 2-ой вариант в томатном соусе	90/50	10,69	15,53	15,91	245,63	0,10	0,14	2,84	0,99	51,89	23,98	141,93	1,87	М.П.Могильный 2005-279/333
	Каша рассыпчатая гречневая	150/5	7,52	6,28	40,73	279,60	0,21	0,12	2,48	0,00	14,82	135,83	203,93	4,56	М.П.Могильный 2005-302
	Кисель из яблок или Кисель из свежемороженных ягод	200	0,12	0	30,12	121	0,01	0,01	0,1	1,72	14,48	3,6	4,4	0,94	М.П.Могильный 2005-352
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Итого	805	23,90	26,05	118,98	836,93	1,76	0,49	6,15	16,04	126,47	190,69	431,97	10,02	
	Итого день	1375	30	29,05	177,38	1121,93	1,796	0,514	6,53	16,07	145,58	197,63	462,35	10,65	

Прием пищи	Наименование блюд	выход	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг.				Минерал.в-ва,мг				№ рецептуры
							В1	В2	РР	С	Са	Mg	P	Fe	
13 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Котлета рубленая из бройлер-цыплят с маслом сливочным 72,5% жирности	90/5	13,68	20,34	13,32	291,60	0,09	0,12	4,23	0,66	15,75	21,00	120,45	1,42	М.П.Могильный 2005-295
	Капуста тушеная	150	3,11	4,01	20,10	253,85	0,04	0,06	1,02	24,56	83,70	29,55	60,60	1,13	М.П.Могильный 2005-321
	Компот из лимонов	200	0,08	0,00	27,08	108,60	0,02	0,01	0,08	12,90	23,52	6,50	11,50	0,24	А.И.Здобнов — 864
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	30	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Итого	505	20,56	24,89	81,68	759,65	1,246	0,224	5,95	38,12	136,87	76,35	250,25	4,17	
ОБЕД	Суп картофельный с крупой	200	1,60	2,18	16,74	93,00	0,08	0,05	0,85	6,60	18,44	20,00	50,04	0,70	М.П.Могильный 2005-101
	Рыба, тушеная (минтай) в томате с овощами	90/50	12,74	6,72	6,72	238,60	0,07	0,07	0,86	2,03	27,45	29,03	149,06	0,63	М.П.Могильный 2005-229
	Пюре картофельное	150	3,12	5,10	18,57	132,60	0,14	0,11	1,36	18,16	36,98	27,75	86,59	1,01	М.П.Могильный 2005-312
	Компот из свежих или свежемороженых плодов или ягод	200	0,16	0,00	29,00	116,60	0,01	0,01	0,10	1,72	14,48	3,60	4,40	0,94	Могильный М.П.2005-342
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Итого	740	21,31	14,54	92,21	686,4	1,396	0,274	3,79	28,51	111,25	99,68	347,79	4,66	
	Итого день	1245	41,87	39,43	173,89	1446,05	2,642	0,498	9,74	66,63	248,12	176,03	598,04	8,83	
Прием пищи	Наименование блюд	выход	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг.				Минерал.в-ва,мг				№ рецептуры
							В1	В2	РР	С	Са	Mg	P	Fe	
14 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Котлеты или биточки рыбные (минтай) с маслом сливочным 72,5% жирности	90/5	13,32	16,92	10,44	224,66	0,07	0,06	1,63	0,27	22,95	24,30	146,70	0,66	М.П.Могильный 2005-234
	Каша рассыпчатая рисовая с овощами	150	3,5	3,74	34,69	186	0,03	0,03	0,81	0	11,4	30,5	81,7	0,62	М.П. Могильный 2012–166
	Чай с лимоном	200/15/7	0,20	0,00	16,00	65,00	0,00	0,00	0,03	3,14	14,22	2,44	4,44	0,36	М.П.Могильный 2005-377
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Итого	517	20,71	21,2	82,31	581,26	1,196	0,124	3,09	3,41	62,47	76,54	290,54	3,02	
ОБЕД	Овощи свежие в нарезке (помидоры или огурцы)	60	0,72	0,12	2,76	15,60	0,04	0,02	0,24	15,00	8,40	10,67	19,73	0,54	М.П.Могильный 2005 - 71
	Суп картофельный с крупой	200	4,14	4,28	18,88	130,60	0,13	0,06	0,87	4,65	40,22	30,64	110,38	1,45	М.П.Могильный 2005-102
	Рагу из птицы	90/150	18,38	22,22	25,10	374,40	0,14	0,15	3,31	9,64	55,72	49,04	153,70	2,01	М.П.Могильный 2005.-289
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Компот из свежих	200	0,16	0,00	29,00	116,60	0,01	0,01	0,10	1,72	14,48	3,60	4,40	0,94	Могильный М.П.2005-342
	Итого	750	27,09	27,16	96,92	742,8	1,416	0,274	5,14	31,01	132,72	113,25	345,91	6,32	
	Итого день	1267	47,80	48,36	179,23	1324,06	2,61	0,40	8,23	34,42	195,19	189,79	636,45	9,34	

Прием пищи	Наименование блюд	выход	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг.				Минерал.в-ва,мг				№ рецептуры
							В1	В2	РР	С	Ca	Mg	P	Fe	
15 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Яйцо вареное	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,03	0,18	0,08	0,00	22,00	4,80	76,80	1,00	М.П.Могильный 2005-209
	Икра кабачковая	100	1,40	4,80	8,50	83,00	0,02	0,02	0,47	5,52	18,16	13,19	22,79	0,61	М.П.Могильный 2005-73
	Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,02	0,03	11,11	1,44	2,78	0,31	М.П.Могильный 2005-376
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Фрукты свежие (апельсин)	1/200	0,40	0,00	12,60	52,00	0,04	0,03	0,20	60,00	34,00	13,00	23,00	0,30	М.П.Могильный 2005-338
ОБЕД	Итого	605	10,29	9,94	44,98	311,6	1,146	0,234	1,19	5,55	65,17	38,73	160,07	3,3	
	Овощи свежие в нарезке (помидоры или огурцы)	60	0,72	0,12	2,76	15,60	0,04	0,02	0,24	15,00	8,40	10,67	19,73	0,54	М.П.Могильный 2005 - 71
	Борщ с капустой и картофелем	200													М.П.Могильный2005-82
			1,40	3,70	9,00	75,50	0,33	0,18	0,00	11,71	23,94	0,00	0,00	1,08	
	Голубцы "Любительские" из мяса говядины	90	7,97	7,97	5,84	126,70	0,07	0,13	2,89	17,53	52,50	38,59	154,96	1,43	Могильный М.П. 2012-№298
	Соус томатный	50	0,90	2,61	3,83	42,50	0,01	0,02	0,11	0,67	14,62	7,90	14,69	0,20	М.П.Могильный 2005-331
	Макаронные изделия отварные	150	5,40	6,30	36,60	225,00	0,06	0,02	0,77	0,00	4,86	21,12	37,17	1,11	М.П.Могильный 2005-202
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	21,82	87,60	0,00	0,01	0,14	0,40	31,82	6,00	15,40	1,25	М.П.Могильный 2005-349
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Итого	800	20,16	21,24	101,03	678,5	1,606	0,414	4,77	45,31	150,04	103,58	299,65	6,99	
	Итого день	1405	30,45	31,18	146,01	990,1	2,752	0,648	5,96	50,86	215,21	142,31	459,72	10,29	
	Итого за 15 дней	1392	47,06	46,40	189,80	1433,00	37063,40	2470,00	9,20	33,60	0,34	198,93	215,26	7,40	

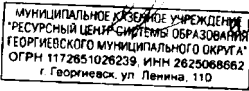
Сбоник рецепту блюд и кулинарных изделий для питания школьников Дели принт Москва 2005 г. М.П.Могильный

Сбоник рецепту блюд и кулинарных изделий для питания детей в ДО Дели принт Москва 2012 г. М.П.Могильный

Сбоник рецептур блюд и кулинарных изделий. Москва "Лада" 2005 г. А.И.Здобнов

Соотношение белков,жиров,углеводов 1:1:4

Ведуций инженер-технолог МКУ "Ресурсный центр"



Ю.Паршина

Типовое примерное 15-ти дневное меню
для лагерей с дневным пребыванием детей в период школьных летних каникул 2026 года
для детей в возрасте от 11 до 15 лет

Прием пищи	Наименование блюд	выход	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг.				Минерал.в-ва,мг				№ рецептуры
							B1	B2	PP	C	Ca	Mg	P	Fe	
1 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Запеканка из творога 5% жирности с соусом из повидла	150/30	17,54	12,05	17,15	247,00	0,05	0,26	1,04	0,24	147,30	43,90	420,60	1,44	Могильный М.П.2005-№-223
	Какао с молоком 2,5% жирности	200	3,76	3,20	26,74	150,80	0,06	0,19	0,17	1,59	152,22	21,33	124,56	0,48	Могильный М.П.2005-№382
	Фрукты (яблоко)	1/150	0,60	0,00	14,70	66,00	0,06	0,05	0,03	15,00	24,00	13,50	34,50	0,45	Могильный М.П. 2005-338
ОБЕД	Итого	530	21,9	15,25	58,59	463,8	0,17	0,5	1,24	16,83	323,52	78,73	579,66	2,37	
	Овощи свежие в нарезке (помидоры или огурцы)	60	0,48	0,00	2,04	9,60	0,01	0,01	0,11	1,62	7,44	7,98	19,73	0,19	М.П.Могильный 2005 - 71
	Борщ с капустой и картофелем	250	1,83	4,90	15,20	112,25	0,05	0,04	0,58	10,29	44,39	26,25	53,22	1,19	Могильный М.П.2005-№82
	Котлеты, биточки, инницели из мяса говядины с маслом сливочным 72,5% жирности	90/5	13,32	17,46	19,98	289,80	0,08	0,12	3,08	0,00	15,75	25,99	131,06	1,33	Могильный М.П. 2005-268
	Пюре картофельное	180	3,60	5,70	24,50	164,00	0,16	0,13	0,80	3,00	44,30	47,34	134,43	1,20	Могильный М.П.2005-№310
	Компот из свежих или свежемороженых плодов или ягод	200	0,16	0,00	29,00	116,60	0,01	0,01	0,10	1,72	14,48	3,60	4,40	0,94	Могильный М.П.2005-342
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Итого	740	23,08	26,8	111,9	797,85	1,41	0,34	5,29	16,63	140,26	130,46	400,54	6,23	
	Итого день	1365	44,98	42,05	170,49	1261,65	1,47	0,385	5,32	31,63	164,26	143,96	435,04	6,68	

Прием пищи	Наименование блюд	выход	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг.				Минерал.в-ва,мг				№ рецептуры
							B1	B2	PP	C	Ca	Mg	P	Fe	
2 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из манной крупы	200/5	6,00	3,00	43,40	225,00	0,04	0,02	0,36	0,00	8,00	5,50	27,60	0,32	Могильный М.П.2005-№181
	Кофейный напиток с молоком 2,5% жирности	200	3,58	2,68	28,34	151,80	0,04	0,15	0,11	1,31	125,73	14,00	90,00	0,13	Могильный М.П.2005-№379
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Фрукты свежие (яблоко)	1/100	0,40	0,00	12,60	52,00	0,04	0,03	0,20	60,00	34,00	13,00	23,00	0,30	Могильный М.П. 2005-338
	Итого	535	12,35	5,98	98,84	499,8	0,17	0,22	1,15	61,31	174,63	42,4	166,7	1,35	
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,08	5,35	23,85	163,75	0,23	0,07	1,15	5,81	38,08	36,05	87,18	2,03	Могильный М.П.2005-102
	Птица, тушеная в томатном соусе	90/30	18,90	23,94	5,32	312,20	0,05	0,12	3,48	0,01	47,72	17,73	116,32	1,41	Могильный М.П.2005-290/331
	Макаронные изделия отварные	180	6,48	0,72	43,92	208,80	0,07	0,03	0,41	0,00	5,83	25,34	44,60	1,33	Могильный М.П.2005-202
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Кисель из ябллок или Кисель из свежемороженных ягод	200	0,12	0,00	30,12	121,00	0,01	0,01	0,10	1,72	14,48	3,60	4,40	0,94	М.П.Могильный 2005-352
	Итого	830	34,27	30,55	124,39	911,35	1,456	0,264	5,76	7,54	120,01	102,02	310,2	7,09	
	Итого день	1365	68,54	61,1	248,78	1489,35	2,912	0,528	11,52	15,08	240,02	204,04	620,4	14,18	

Прием пищи	Наименование блюд	выход	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг.				Минерал.в-ва,мг				№ рецептуры
							B1	B2	PP	C	Ca	Mg	P	Fe	
3 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Котлета рубленая из бройлер-цыплят с маслом сливочным 72,5% жирности	90/5	13,68	20,34	13,32	291,60	0,09	0,12	4,23	0,66	15,75	21,00	120,45	1,42	Могильный М.П.2005-295
	Капуста тушеная	180	3,73	4,81	24,12	154,62	0,05	0,07	1,22	29,47	100,44	35,46	72,72	1,35	Могильный М.П.2005-321
	Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,02	0,03	11,11	1,44	2,78	0,31	Могильный М.П.2005-376
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Итого	540	21,2	25,69	73,62	611,82	1,236	0,224	6,09	30,16	141,2	77,2	253,65	4,46	
ОБЕД	Овощи свежие в нарезке (помидоры или огурцы)	60	0,48	0,00	2,04	9,60	0,01	0,01	0,11	1,62	7,44	7,98	19,73	0,19	М.П.Могильный 2005 - 71
	Суп картофельный с крупой	250	2,00	2,73	20,93	116,25	0,10	0,06	1,06	8,25	23,05	25,00	62,55	0,88	Могильный М.П.2005-101
	Рагу из птицы	90/150	18,38	22,22	25,10	374,40	0,14	0,15	3,31	9,64	55,72	49,04	153,70	2,01	Могильный М.П.2005-289
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	21,82	87,60	0,00	0,01	0,14	0,40	31,82	6,00	15,40	1,25	Могильный М.П.2005-349
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Итого	800	24,63	25,49	91,07	693,45	1,346	0,264	5,24	19,91	131,93	107,32	309,08	5,71	
	Итого день	1340	45,83	51,18	164,69	1305,27	2,582	0,488	11,33	50,07	273,13	184,52	562,73	10,17	

Прием пищи	Наименование блюд	выход	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг.				Минерал.в-ва,мг				№ рецептуры
							B1	B2	PP	C	Ca	Mg	P	Fe	
4 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Каша из овсяных хлопьев жидкая	200/5	7,16	8,97	28,83	230,52	0,09	0,20	0,44	1,53	156,77	32,88	137,98	1,22	А.Я.Перевалова 2012-281
	Какао с молоком 2,5% жирности	200	3,76	3,20	26,74	150,80	0,06	0,19	0,17	1,59	152,22	21,33	124,56	0,48	Могильный М.П.2005-382
	Фрукты свежие (яблоко)	1/100	0,40	0,00	12,60	52,00	0,04	0,03	0,20	60,00	34,00	13,00	23,00	0,30	Могильный М.П. 2005-338
	Итого	505	10,92	12,17	55,57	763	0,15	0,39	0,61	3,12	308,99	54,21	262,54	1,7	
ОБЕД	Овощи свежие в нарезке (помидоры или огурцы)	60	0,48	0,00	2,04	9,60	0,01	0,01	0,11	1,62	7,44	7,98	19,73	0,19	М.П.Могильный 2005 - 71
	Суп картофельный с клецками	250	5,23	6,28	29,00	193,50	0,08	0,05	0,78	5,75	18,22	18,13	47,35	0,68	Могильный М.П.2005-108/109
	Рыба, тушеная (минтай) в томате с овощами	90/50	12,74	6,72	6,72	138,60	0,07	0,07	0,86	2,03	27,45	29,03	149,06	0,63	Могильный М.П.2005-229
	Пюре картофельное	180	3,74	6,12	22,28	159,12	0,17	0,13	1,63	21,79	44,37	33,30	103,91	1,21	Могильный М.П.2005-312
	Компот из свежих или свежемороженых плодов или ягод	200	0,16	0,00	29,00	116,60	0,01	0,01	0,10	1,72	14,48	3,60	4,40	0,94	Могильный М.П.2005-342
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Итого	880	26,04	19,66	110,22	723,02	1,436	0,304	4,1	32,91	125,86	111,34	382,15	5,03	
	Итого день	1385	36,96	31,83	165,79	1486,02	1,586	0,694	4,71	36,03	434,85	165,55	644,69	6,73	

Прием пищи	Наименование блюд	выход	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг.				Минерал.в-ва,мг				№ рецептуры
							В1	В2	РР	С	Са	Mg	Р	Fe	
7 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Сыр «Российский» (порциями) 50% жирности	15	3,95	4,00	0,00	52,50	0,01	0,06	0,03	0,15	150,00	5,30	56,25	0,11	Могильный М.П.2005-15
	Каши жидкая молочная рисовая	200/5	2,19	5,09	22,53	145,33	0,03	0,01	0,48	0,00	4,93	15,33	47,87	0,32	Могильный М.П.2005-№181
	Чай с лимоном	200/15/7	0,20	0,00	16,00	65,00	0,00	0,00	0,03	3,14	14,22	2,44	4,44	0,36	М.П.Могильный 2005-182
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	30	2,75	0,55	26,80	139,00	0,01	0,01	0,42	0,00	2,30	8,30	21,00	0,40	пром.
	Итого	502	9,09	9,64	65,33	401,83	0,045	0,08	0,96	3,29	171,45	31,37	129,56	1,19	
ОБЕД	Овощи свежие в нарезке (помидоры или огурцы)	60	0,72	0,12	2,76	15,60	0,04	0,02	0,24	15,00	8,40	10,67	19,73	0,54	М.П.Могильный 2005 - 71
	Рассольник "Ленинградский"	250	2,10	5,10	20,50	136,25	0,10	0,06	1,08	7,54	26,45	25,90	71,95	0,97	М.П.Могильный 2005-75
	Голубцы "Любительские" из мяса говядины	90	7,97	7,97	5,84	126,70	0,07	0,13	2,89	17,53	52,50	38,59	154,96	1,43	Могильный М.П. 2012-№298
	Рагу из овощей	150	3,75	15,00	25,05	250,50	0,09	0,10	1,44	12,45	49,57	29,10	72,03	1,16	М.П.Могильный 2005-143
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Компот из свежих или свежемороженых плодов или ягод	200	1,00	0,00	24,40	101,60	0,03	0,03	0,20	4,00	14,00	8,00	14,00	2,80	Могильный М.П.2005-342
	Итого	800	11,26	20,76	93,89	609,55	1,356	0,244	3,58	38,99	112,32	92,97	235,41	6,85	
	Итого день	1302	20,35	30,4	159,22	1011,38	1,401	0,324	4,54	42,28	283,77	124,34	364,97	8,04	

Прием пищи	Наименование блюд	выход	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг.				Минерал.в-ва,мг				№ рецептуры
							B1	B2	PP	C	Ca	Mg	P	Fe	
8 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Запеканка из творога 5% жирности с соусом из повидла	150/30	17,54	12,05	17,15	247,00	0,05	0,26	1,04	0,24	147,30	43,90	420,60	1,44	Могильный М.П.2005-№-223
	Какао с молоком 2,5% жирности	200	3,76	3,20	26,74	150,80	0,06	0,19	0,17	1,59	152,22	21,33	124,56	0,48	Могильный М.П.2005-382
	Фрукты свежие (яблоко)	1/150	0,60	0,00	14,70	66,00	0,06	0,05	0,03	15,00	24,00	13,50	34,50	0,45	Могильный М.П. 2005-338
	Итого	530	21,9	15,25	58,59	463,8	0,17	0,495	1,24	16,83	323,52	78,73	579,66	2,37	
ОБЕД	Овощи свежие в нарезке (помидоры или огурцы)	60	0,48	0,00	2,04	9,60	0,01	0,01	0,11	1,62	7,44	7,98	19,73	0,19	М.П.Могильный 2005 - 71
	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	250	5,18	5,35	23,60	163,25	0,16	0,07	1,09	5,81	50,28	38,30	137,98	1,81	Могильный М.П.2005-102
	Шницель рыбный (минтай) (натуральный)с маслом сливочным 72,5% жирности	90/5	16,51	9,07	25,68	250,51	0,27	0,43	8,50	11,53	31,55	0,54	428,91	1,15	Могильный М.П.2005-235
	Пюре картофельное	180	3,74	6,12	22,28	159,12	0,17	0,13	1,63	21,79	44,37	33,30	103,91	1,21	Могильный М.П.2005-312
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	21,82	87,60	0,00	0,01	0,14	0,40	31,82	6,00	15,40	1,25	М.П.Могильный-349
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Итого	835	25,46	14,96	92,28	616,56	1,526	0,544	10,35	17,74	127,55	64,14	639,99	5,59	
	Итого день	1365	47,36	30,21	150,87	1080,36	1,696	1,039	11,59	34,57	451,07	142,87	1219,65	7,96	

Прием пищи	Наименование блюд	выход	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг.				Минерал.в-ва,мг				№ рецептуры
							В1	В2	РР	С	Са	Mg	Р	Fe	
9 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Котлета рубленная из бройлер-цыплят с маслом сливочным 72,5% жирности	90/5	15,2	22,6	14,8	324	0,1	0,13	4,7	0,73	17,5	23,33	133,83	1,58	М.П.Могильный 2005-295
	Капуста тушеная	180	3,73	4,81	24,12	154,62	0,05	0,07	1,22	29,47	100,44	35,46	72,72	1,35	М.П.Могильный 2005-321
	Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,02	0,03	11,11	1,44	2,78	0,31	М.П.Могильный 2005-376
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
ОБЕД	Итого	540	22,72	27,95	75,1	644,22	1,246	0,234	6,56	30,23	142,95	79,53	267,03	4,62	
	Овощи свежие в нарезке (помидоры или огурцы)	60	0,72	0,12	2,76	15,60	0,04	0,02	0,24	15,00	8,40	10,67	19,73	0,54	М.П.Могильный 2005 - 71
	Свекольник	250/10	0,79	3,87	13,67	96,97	0,08	0,07	1,18	13,78	42,00	27,00	66,65	1,50	М.П.Могильный 2012-145
	Рыба, тушеная (минтай) в томате с овощами	90/50	12,74	6,72	6,72	138,60	0,07	0,07	0,86	2,03	27,45	29,03	149,06	0,63	М.П.Могильный 2005-229
	Рис отварной	180	4,52	7,33	49,68	282,78	0,03	0,02	0,81	0,00	1,64	19,60	73,13	0,63	М.П.Могильный 2005-304
	Кисель из повидла	200	0,34	0,00	24,26	98,40	0,00	0,00	0,02	0,07	10,50	1,34	5,28	0,29	М.П.Могильный 2005-360
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Итого	890	22,8	18,58	118,27	737,95	1,316	0,214	3,73	30,88	103,89	106,94	371,55	4,97	
	Итого день	1430	45,52	46,53	193,37	1382,17	2,562	0,448	10,29	61,11	246,84	186,47	638,58	9,59	

Прием пищи	Наименование блюд	выход	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг.				Минерал.в-ва,мг				№ рецептуры
							В1	В2	РР	С	Са	Mg	Р	Fe	
10 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Яйцо вареное	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,03	0,18	0,08	0,00	22,00	4,80	76,80	1,00	М.П.Могильный 2005-209
	Икра кабачковая	100	1,40	4,80	8,50	83,00	0,02	0,02	0,47	5,52	18,16	13,19	22,79	0,61	Могильный М.П. 2005-73
	Каши рисовая вязкая с маслом сливочным	100/5	1,40	4,80	8,50	83,00	0,02	0,02	0,47	5,52	18,16	13,19	22,79	0,61	Могильный М.П. 2005-73
	Компот из лимонов	200	0,08	0,00	27,08	108,60	0,02	0,01	0,08	12,90	23,52	6,50	11,50	0,24	А.И.Здобнов — 864
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	30	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Фрукты свежие (яблоко)	1/100	0,40	0,00	12,60	52,00	0,04	0,03	0,20	60,00	34,00	13,00	23,00	0,30	М.П.Могильный 2005-338
ОБЕД	Итого	570	9,35	11,26	62,98	488,32	0,158	0,258	1,31	78,42	104,58	47,39	160,19	2,75	
	Овощи свежие в нарезке (помидоры или огурцы)	60	0,48	0,00	2,04	9,60	0,01	0,01	0,11	1,62	7,44	7,98	19,73	0,19	М.П.Могильный 2005 - 71
	Суп картофельный с клецками	250	5,23	6,28	29,00	193,50	0,08	0,05	0,78	5,75	18,22	18,13	47,35	0,68	М.П.Могильный 2005-108/109
	Птица, тушеная в томатном соусе	90/30	18,90	23,94	5,32	312,20	0,05	0,12	3,48	0,01	47,72	17,73	116,32	1,41	Могильный М.П.2005-290/331
	Рагу из овощей	180	2,59	11,52	31,96	241,92	0,09	0,10	1,44	14,94	59,49	34,92	86,44	1,39	М.П.Могильный 2005-143
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	21,82	87,60	0,00	0,01	0,14	0,40	31,82	6,00	15,40	1,25	М.П.Могильный 2005-349
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Итого	835	30,97	42,28	111,32	950,42	1,326	0,324	6,57	22,72	178,59	104,06	342,94	6,3	
	Итого день	1405	40,32	53,54	174,3	1438,74	1,484	0,582	7,88	101,14	283,17	151,45	503,13	9,05	

Прием пищи	Наименование блюд	выход	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг.				Минерал.в-ва,мг				№ рецептуры
							В1	В2	РР	С	Са	Mg	Р	Fe	
11 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная рисовая	200/5	2,19	5,09	22,53	145,33	0,03	0,01	0,48	0,00	4,93	15,33	47,87	0,30	М.П.Могильный 2005-182
	Кофейный напиток с молоком 2,5% жирности	200	3,58	2,68	28,34	151,80	0,04	0,15	0,11	1,31	125,73	14,00	90,00	0,13	М.П.Могильный 2005-379
	Ватрушка с повидлом	1/100	3,67	1,75	42,24	199,35	13,37	14,91	0,93	0,15	13,39	14,91	61,14	0,87	А.Я.Перевалов 2012-554
	Итого	505	9,44	9,52	93,11	496,48	13,44	15,07	1,52	1,46	144,05	44,24	199,01	1,3	
ОБЕД	Овощи свежие в нарезке (помидоры или огурцы)	60	0,72	0,12	2,76	15,60	0,04	0,02	0,24	15,00	8,40	10,67	19,73	0,54	М.П.Могильный 2005 - 71
	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,18	5,35	23,60	163,25	0,16	0,07	1,09	5,81	50,28	38,30	137,98	1,81	М.П.Могильный 2005-102
	Кнели из кур, бройлер-цыплят с рисом	90/5	14,40	21,82	7,42	283,50	0,06	0,10	4,42	0,54	16,35	16,99	113,70	0,95	М.П.Могильный 2005-301
	Каша рассычатая пшеничная	180/5	7,90	6,07	49,55	284,40	0,15	0,06	0,84	0,00	28,85	41,06	190,76	3,23	М.П.Могильный 2005-302
	Компот из свежих или свежемороженых плодов или ягод	200	0,16	0,00	29,00	116,60	0,01	0,01	0,10	1,72	14,48	3,60	4,40	0,94	Могильный М.П.2005-342
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Итого	840	32,05	33,9	133,51	968,95	1,516	0,294	7,31	23,071	132,26	129,92	524,27	8,85	
	Итого день	1345	41,49	43,42	226,62	1465,43	14,956	15,364	8,83	24,531	276,31	174,16	723,28	10,15	

Прием пищи	Наименование блюд	выход	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг.				Минерал.в-ва,мг				
							B1	B2	PP	C	Ca	Mg	P	Fe	
12 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из манной крупы	200/5	6,00	3,00	43,40	225,00	0,04	0,02	0,36	0,00	8,00	5,50	27,60	0,32	М.П.Могильный 2005-181
	Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,02	0,03	11,11	1,44	2,78	0,31	М.П.Могильный 2005-376
	Фрукты свежие (яблоко)	1/150	0,60	0,00	14,70	66,00	0,06	0,05	0,03	15,00	24,00	13,50	34,50	0,45	Могильный М.П. 2005-338
	Итого	570	6,7	3	73,1	351	0,04	0,02	0,38	0,03	19,11	6,94	30,38	0,63	
ОБЕД															
	Борщ с капустой и картофелем	200	1,40	3,70	9,00	75,50	0,33	0,18	0,00	11,71	23,94	0,00	0,00	1,08	М.П.Могильный2005-82
	Тефтели из говядины 2-ой вариант с соусом сметанным 15% жирности с томатом и луком	90/50	10,69	15,53	15,91	245,63	0,10	0,14	2,84	0,99	51,89	23,98	141,93	1,87	М.П.Могильный 2005-279/333
	Каша рассычатая гречневая	180/5	9,02	7,54	48,87	299,52	0,25	0,14	2,97	0,00	17,78	162,99	244,71	5,47	М.П.Могильный 2005-302
	Кисель из яблок или Кисель из свежемороженых ягод	200	0,12	0	30,12	121	0,01	0,01	0,1	1,72	14,48	3,6	4,4	0,94	М.П.Могильный 2005-352
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Итого	835	24,92	27,31	125,08	847,25	1,79	0,50	6,53	14,42	121,99	209,87	448,74	10,74	
	Итого день	1405	31,62	30,31	198,18	1198,25	1,826	0,524	6,91	14,45	141,1	216,81	479,12	11,37	

Прием пищи	Наименование блюд	выход	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг.				Минерал.в-ва,мг				№ рецептуры
							В1	В2	РР	С	Ca	Mg	P	Fe	
13 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Овоици свежие в нарезке (помидоры или огурыцы)	100	0,72	0,12	2,76	15,6	0,04	0,02	0,24	15	8,4	10,67	24,01	0,54	М.П.Могильный 2005 - 71
	Котлета рубленнная из бройлер-цыплят с маслом сливочным 72,5% жирности	100/5	13,68	20,34	13,32	291,60	0,09	0,12	4,23	0,66	15,75	21,00	120,45	1,42	М.П.Могильный 2005-295
	Капуста тушеная	180	3,73	4,81	24,12	154,62	0,05	0,07	1,22	29,47	100,44	35,46	72,72	1,35	М.П.Могильный 2005-321
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Компот из лимонов	200	0,08	0,00	27,08	108,60	0,02	0,01	0,08	12,90	23,52	6,50	11,50	0,24	А.И.Здобнов — 864
	Итого	635	21,18	25,81	85,7	676,02	1,256	0,234	6,15	43,03	153,61	82,26	262,37	4,39	
ОБЕД	Суп картофельный с крупной (ячневой)	250	2,00	2,73	20,93	116,25	0,10	0,06	1,06	8,25	23,05	25,00	62,55	0,88	М.П.Могильный 2005-101
	Рыба, тушенная (минтай) в томате с овощами	100/50	12,74	6,72	6,72	138,60	0,07	0,07	0,86	2,03	27,45	29,03	149,06	0,63	М.П.Могильный 2005-229
	Пюре картофельное	180	3,74	6,12	22,28	159,12	0,17	0,13	1,63	21,79	44,37	33,30	103,91	1,21	М.П.Могильный 2005-312
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Компот из свежих или свежемороженных плодов или ягод	200	0,16	0,00	29,00	116,60	0,01	0,01	0,10	1,72	14,48	3,60	4,40	0,94	М.П.Могильный 2005-342
	Итого	830	22,33	16,11	100,11	636,17	1,446	0,304	4,27	33,79	123,25	110,23	377,62	5,04	
Итого день		1465	43,51	41,92	185,81	1312,19	2,702	0,538	10,42	76,82	276,86	192,49	639,99	9,43	

Прием пищи	Наименование блюд	выход	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг.				Минерал.в-ва,мг				№ рецептуры
							В1	В2	РР	С	Са	Mg	Р	Fe	
14 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Овоици свежие в нарезке (помидоры или огурцы)	60	0,48	0,00	2,04	9,60	0,01	0,01	0,11	1,62	7,44	7,98	24,01	0,19	М.П.Могильный 2005 - 71
	Котлеты или биточки рыбные с маслом сливочным 72,5% жирности	90/5	13,32	16,92	10,44	224,66	0,07	0,06	1,63	0,27	22,95	24,30	146,70	0,66	М.П.Могильный 2005-234
	Кашиа рассыпчатая рисовая с овощами	180	4,20	4,49	41,63	223,20	0,04	0,04	0,97	0,00	13,68	36,60	98,04	0,74	М.П.Могильный 2012–166
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,02	0,03	11,11	1,44	2,78	0,31	М.П.Могильный 2005-376
	Итого	600	21,79	24,57	91,37	423,06	1,216	0,144	3,32	0,32	75,29	84,28	316,59	3,19	
ОБЕД	Овоици свежие в нарезке (помидоры или огурцы)	60	0,72	0,12	2,76	15,60	0,04	0,02	0,24	15,00	8,40	10,67	19,73	0,54	М.П.Могильный 2005 - 71
	Суп картофельный с крупой (пшениной)	250	5,08	5,35	23,85	163,75	0,23	0,07	1,15	5,81	38,08	36,05	87,18	2,03	М.П.Могильный 2005-102
	Рагу из птицы	90/150	18,38	22,22	25,10	374,40	0,14	0,15	3,31	9,64	55,72	49,04	153,70	2,01	М.П.Могильный 2005-289
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,00	29,00	116,60	0,01	0,01	0,10	1,72	14,48	3,60	4,40	0,94	Могильный М.П.2005-342
	Итого	800	28,03	28,23	101,89	775,95	1,516	0,284	5,42	32,17	130,58	118,66	322,71	6,9	
	Итого день	1400	49,82	52,80	193,26	1199,01	2,73	0,43	8,74	32,49	205,87	202,94	639,30	10,09	

Прием пищи	Наименование блюд	выход	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг.				Минерал.в-ва,мг				№ рецептуры
							В1	В2	РР	С	Ca	Mg	P	Fe	
15 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Яйцо вареное	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,03	0,18	0,08	0,00	22,00	4,80	76,80	1,00	М.П.Мозильный 2005-209
	Икра кабачковая	100	1,40	4,80	8,50	83,00	0,02	0,02	0,47	5,52	18,16	13,19	22,79	0,61	М.П.Мозильный 2005-73
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,02	0,03	11,11	1,44	2,78	0,31	М.П.Мозильный 2005-376
	Фрукты свежие (яблоко)	1/100	0,40	0,00	12,60	52,00	0,04	0,03	0,20	60,00	34,00	13,00	23,00	0,30	М.П.Мозильный 2005-338
	Итого	505	10,69	9,94	44,98	363,3	1,146	0,234	1,19	5,55	65,17	38,73	160,07	3,3	
ОБЕД	Овощи свежие в нарезке (помидоры или огурцы)	60	0,72	0,12	2,76	15,60	0,04	0,02	0,24	15,00	8,40	10,67	19,73	0,54	М.П.Мозильный 2005 - 71
	Борщ с фасолью и картофелем со сметанной 15% жирности	250/5	3,60	5,10	20,33	141,50	0,09	0,06	0,70	6,29	50,25	34,50	97,93	1,71	М.П.Мозильный 2005-84
	Голубцы "Любительские" из мяса говядины	90	7,97	7,97	5,84	126,70	0,07	0,13	2,89	17,53	52,50	38,59	154,96	1,43	Мозильный М.П. 2012-№298
	Соус сметанный 15% жирности с томатом	50	0,90	2,61	3,83	42,50	0,01	0,02	0,11	0,67	14,62	7,90	14,69	0,20	М.П.Мозильный 2005-331
	Макаронные изделия отварные	180	6,48	0,72	43,92	208,80	0,07	0,03	0,41	0,00	5,83	25,34	44,60	1,33	М.П.Мозильный 2005-202
	Хлеб формовой витаминно-йодированный из пшеничной муки	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб формовой витаминно-йодированный ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	21,82	87,60	0,00	0,01	0,14	0,40	31,82	6,00	15,40	1,25	М.П.Мозильный 2005-349
	Итого	835	23,44	17,06	119,68	728,3	1,376	0,304	5,11	39,89	177,32	142,3	405,01	7,84	
	Итого день	1340	34,13	27	164,66	1091,6	2,522	0,538	6,3	45,44	242,49	181,03	565,08	11,14	
	Итого за 15 дней	1382	42,84	43,24	188,93	1353,49	3,06	1,53	8,59	42,82	263,27	186,14	634,21	9,99	

Сбоник рецепту блюд и кулинарных изделий для питания школьников Дели принт Москва 2005 г. М.П.Могильный

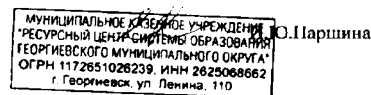
Сбоник рецепту блюд и кулинарных изделий для питания детей в ДО Дели принт Москва 2012 г. М.П.Могильный

Сбоник рецептур блюд и кулинарных изделий. Москва "Лада" 2005 г. А.И.Здобнов

Сборник фирменных блюд 1984 г.

Соотношение белков, жиров, углеводов 1:1:4

Ведущий инженер-технолог МКУ "Ресурсный центр"



Документ получен и подписан в 1С-ЭДО			
Отправитель	Организация, подписант ООО "РЛЦ" КЛИМОВ СЕРГЕЙ ЮРЬЕВИЧ, ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР	Сертификат 02 E2 BC AB 00 40 B3 98 8F 43 26 1B 0D 1E 77 FA DD действителен с 21.08.2025 10:15 по 21.11.2026 10:25	Дата подписания 16.06.2026 Подпись верна
Получатель	МУНИЦИПАЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА Беликова Валентина Николаевна, ДИРЕКТОР	25 CE 2C 9B 20 B4 F3 FD FC 23 23 FB 3D B2 D0 8A действителен с 15.04.2025 13:24 по 09.07.2026 13:24	16.06.2026 Подпись верна
Идентификатор документа: dogovor_na_pitanie			