



Директор ГБПОУ СО «РТЦ»
Кузина Ю.В.
2023 г.

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
ГБПОУ СО «РТИЩЕВСКИЙ ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ ЛИЦЕЙ»
на 2023/24 учебный год
(для детей – сирот и детей, оставшихся без попечения родителей)

Составлено на основании сборника технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, Уральского регионального центра питания, Пермь 2008

пенсията														
Застраховка														
Кана репродуктивна	200/5	6.33	8.9	23.49	207.38	0.19	1.39	0.05	0.56	148.60	202.23	49.76	1.30	109
материнска														
бюджетна с мат. осиг.	50	4.5	9.4	27.7	218.06	0.22	0	0.14	0.34	68.40	83.80	25.25	2.21	379
Хлеб	10													
Место	10													
Кана	200	4.85	5.04	32.73	195.71	0.06	1.69	0.03	0.02	163.15	149.75	39.45	1.31	270
Итого	10	15.68	23.34	85.92	621.15	0.47	3.08	1.88	0.92	380.24	435.78	114.86	4.82	
2 застраховка														
Корпоративна	60	4.09	7.02	40.60	242.10	0	0	0	0	15.00	38.30	6.20	0.45	318
Сок	200	2.0	0.2	5.80	36	0.02	4	0	0.2	14	14	8	2.8	293
Итого		6.09	7.22	46.4	278.1	0.02	4	0	0.2	29	52.3	14.2	3.25	
Обща														
Съв. пенсионна с мат. осиг.	250/50	2.34	3.89	13.61	98.79	0.10	8.41	0.24	0.21	18.43	59.12	22.52	0.80	45
Купува	210	37.2	45.33	41.05	747.09	0.17	2.10	1.16	1.66	54.10	396.06	96.06	3.58	211
Платя с отпусков купува	140/70													
Контра	200	0.56	0	27.89	113.79	0.03	1.22	0.18	1.68	49.50	44.53	32.03	1.02	283
Хлеб пенсионна	100	7.9	1.0	48.3	235	0.16	0	0	1.3	23	87	33	2	
Хлеб пенсионна	75	2.8	0.4	29.8	104.4	0.1	0	0.6	1.32	12.6	52.2	35	1.2	
Итого		50.8	50.62	160.65	1299.07	0.56	11.73	2.18	6.17	157.63	638.91	218.61	8.6	
Наличик														
Сибирск	300	0.78	0.51	41.43	141	0.09	39	0.09	0	48	33	27	6.6	
Корпоративна	60	4.09	7.02	40.60	242.10	0	0	0	0	15.00	38.30	6.20	0.45	318
Итого		4.87	7.53	82.03	383.1	0.09	39	0.09	0	63	71.3	33.2	7.05	
Учани														
Материнска отпусков	150	5.52	5.30	35.33	211.10	0.09	0	0.05	0.99	13.10	55.28	20.69	1.16	227
Сибирск отпусков	100	9.46	22.92	2.24	256.8	0.22	0	0.06	0.56	32.6	202.04	19.86	2.30	205
Чай отпусков	200	0.12	0	12.04	48.64	0	0	0	0	0.30	0.20	0.15	0.02	300
Хлеб пенсионна	100	7.9	1.0	48.3	235	0.16	0	0	1.3	23	87	33	2	
Хлеб пенсионна	75	2.8	0.4	29.8	104.4	0.1	0	0.6	1.32	12.6	52.2	35	1.2	
Итого		25.8	29.62	127.91	855.94	0.57	0	0.69	4.17	81.6	396.72	108.7	6.68	
2 Учани														
Сибирск	250	5.6	6.38	8.18	112.52	0.8	1.4	0.04	0	240	180.01	28	0.2	272
Итого		108.84	124.71	511.09	3549.88	2.51	58.21	4.88	11.46	951.47	1775.02	517.17	30.6	

Наименование рецептуры	Выход	Б	Ж	У	Жи/н	НН	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	№ техн карты
Завтрак														
Каша рисовая молочная	200/5	5.12	6.62	32.61	210.13	0.07	1.39	0.05	0.17	131.85	143.73	30.36	0.44	114
Чай сладкий	200	0.12	0	12.04	48.64	0	0	0	0	0.30	0.20	0.15	0.02	300
Бульон с маслом														
Хлеб	50	4.5	9.4	27.7	218.06	0.23	0	0.14	0.34	83.80	2.21	25.25	2.21	379
Масло	10													
Итого		9.74	16.02	72.35	476.83	0.30	1.39	0.19	0.51	215.95	146.14	55.76	2.67	
2 завтрак														
Творожная запеканка	200	29.22	12.11	29.1	342.23	0.09	0.7	0.09	0.6	244.93	338.98	40.11	1.35	141
Чай сладкий	200	0.12	0	12.04	48.64	0	0	0	0	0.30	0.20	0.15	0.02	300
Яблоко	100	0.26	0.17	15.81	47	0.03	13	0.03	0	16	11	9	2.2	
Итого		29.6	12.28	54.95	437.87	0.12	13.7	0.12	0.6	261.23	350.18	49.26	3.57	
Обед														
Суп картофельный с макаронными изделиями с куриным мясом	300/35	3.3	3.43	26.1	148.9	0.1	12.14	0.2	0.4	27.3	83.8	34.9	1.3	47
Сосиски (отварные)	50	4.73	11.46	1.12	128.4	0.11	0	0.03	0.28	16.3	101.02	9.93	1.15	205
Каша гречневая	150	8.73	5.43	45	261.81	0.24	0	0.03	0.48	15.0	164.37	98.36	3.30	219
Чай сладкий	200	0.12	0	12.04	48.64	0	0	0	0	0.30	0.20	0.15	0.02	300
Хлеб пшеничный	100	7.9	1.0	48.3	235	0.16	0	0	1.3	23	87	33	2	
Хлеб ржаной	75	2.8	0.4	29.8	104.4	0.1	0	0.6	1.32	12.6	52.2	35	1.2	
Итого		27.58	21.72	162.36	929.15	0.71	12.14	0.86	3.78	94.5	488.59	211.34	8.97	
Полдник														
Творожная запеканка	200	29.22	12.11	29.1	342.23	0.09	0.7	0.09	0.6	244.93	338.98	40.11	1.35	141
Яблоко	300	0.78	0.51	41.43	141	0.09	39	0.09	0	48	33	27	6.6	
Итого		30	12.62	70.53	483.23	0.18	39.7	0.18	0.6	292.93	371.98	67.11	7.95	
Ужин														
Батончик из куриного фарша с сыром	100	11.02	12.45	7.52	186.09	0.06	0.94	0.06	0.48	12.51	98.63	13.68	1.10	209
Крупянистое пюре	200	4.27	8.08	31.07	213.94	0.19	7.18	0.07	0.26	45.28	117.4	37.11	1.34	241
Хлеб пшеничный	100	7.9	1.0	48.3	235	0.16	0	0	1.3	23	87	33	2	
Хлеб ржаной	75	2.8	0.4	29.8	104.4	0.1	0	0.6	1.32	12.6	52.2	35	1.2	
Итого		25.99	21.93	116.69	739.43	0.45	8.12	0.73	3.36	101.39	355.23	118.79	5.64	
2 ужин														
Рисовая	200	5.6	6.38	8.18	112.52	0.8	1.4	0.04	0	240	180.01	28	0.2	272
Итого		128.51	99.95	485.06	3179.63	2.56	76.45	2.12	8.85	1206	1892.13	538.26	29	

Наименование	Видов	B	K	Y	Mn	Bi	Cl	A	E	Ca	P	Mg	Fe	№ верх. листа
Пенитрант														
Матрикс	200/5	6,53	7,03	38,78	244,92	0,09	0,91	0,04	0,72	94,23	102,24	17,82	0,54	106
Квант металлов и металлов														
вытравлен с кислотной	50	3,71	4,89	7,8	89,9	0,05	0	0	0,43	9,55	76,9	14,10	1,36	368
кислотой	200	0,12	0	12,04	48,64	0	0	0	0	0,30	0,20	0,15	0,02	300
Часть матрикса	200	10,36	11,92	70,54	383,46	0,14	0,91	0,94	1,15	104,08	179,34	32,07	1,92	300
Итого														
2 матрикс														
Бывшая электротехника	60	4,64	4,41	35,30	199,30	0,09	0	0,02	0,71	12,97	48,70	8,66	0,69	307
Часть матрикса	200	0,12	0	12,04	48,64	0	0	0	0	0,30	0,20	0,15	0,02	300
Итого		4,76	4,41	47,34	247,94	0,09	0	0,02	0,71	13,27	48,9	8,81	0,71	
Обет														
Прочистание	300	6,0	13,5	38,7	179,3	0,1	1,17	0,2	2,9	36,12	102,9	40,08	1,3	42
дезинфекция														
Справочник отработан	100	9,46	22,92	2,24	256,8	0,22	0	0,06	0,56	32,6	202,04	19,86	2,30	205
Матрикс отработан	150	3,52	5,30	35,33	211,10	0,09	0	0,03	0,99	13,10	55,28	20,69	1,16	227
Контроль на смеси	200	0,56	0	27,89	113,79	0,03	1,22	0,18	1,68	49,50	44,53	32,03	1,02	283
высохотехника														
Хлеб матрикса	100	7,9	1,0	48,3	235	0,16	0	0	1,3	23	87	33	2	
Хлеб матрикса	75	2,8	0,4	29,8	104,4	0,1	0	0,6	1,32	12,6	52,2	35	1,2	
Итого		32,24	43,12	182,36	1100,59	0,7	1,22	1,07	8,75	166,92	543,95	180,66	8,98	293
Получен														
Бывшая электротехника	60	4,64	4,41	35,30	199,30	0,09	0	0,02	0,71	12,97	48,70	8,66	0,69	307
Сос	200	2,0	0,2	5,80	36	0,02	4	0	0,2	14	14	8	2,8	293
Итого		6,64	4,61	41,1	235,3	0,11	4	0,02	0,91	26,97	62,7	16,66	3,49	
Ужам														
Канцелярские ручки	200	5,24	6,46	26,90	174,32	0,10	68,22	0,20	0,40	114,94	95,34	39,64	1,82	235
Справочник отработан	100	9,46	22,92	2,24	256,8	0,22	0	0,06	0,56	32,6	202,04	19,86	2,30	205
Часть матрикса	200	0,12	0	12,04	48,64	0	0	0	0	0,30	0,20	0,15	0,02	300
Хлеб матрикса	100	7,9	1,0	48,3	235	0,16	0	0	1,3	23	87	33	2	
Хлеб матрикса	75	2,8	0,4	29,8	104,4	0,1	0	0,6	1,32	12,6	52,2	35	1,2	
Итого		25,52	30,78	119,28	819,16	0,58	68,22	0,86	3,58	183,44	436,78	127,65	7,34	
2 Ужам														
Получен	140	5,6	6,38	8,18	112,52	0,8	1,4	0,04	0	240	180,01	28	0,2	212
Итого		88,12	101,22	468,7	2898,97	2,42	75,75	2,95	15,1	734,68	1451,68	393,85	22,64	

Наименование предприятия	Всего	Б	Ж	У	Шри	Б1	С	А	Е	Сж	Р	Мж	Ке	Метри карты
Варгак														
Канна меница	200/5	6.04	7.27	34.29	227.16	0.21	1.31	0.05	0.17	133.11	185.42	47.34	1.21	112
Минерал с мислом														
Канна за изпитом	200	4.85	5.04	32.73	195.71	0.06	1.69	0.03	0.02	163.15	149.75	39.45	1.31	270
Минерал														
Бургунгил с мислом	50	4.5	9.4	27.7	218.06	0.23	0	0.14	0.34	83.80	2.31	25.25	2.21	379
Хлеб	10													
Мисо														
Нитро		15.39	21.71	94.72	640.93	0.5	3	0.22	0.53	380.06	337.38	112.04	4.73	
2 саргак														
Паночка московская	75	3.83	7.05	33.08	210.75	4.58	0.23	4.65	3.38	3.84	6.45	2.1	3.38	
Шоколад	200	0.52	0.34	27.62	94	0.06	26	0.06	0	32	22	18	4.4	
Чай с сахаром	200	0.12	0	12.04	48.64	0	0	0	0	0.30	0.20	0.15	0.02	300
Нитро		4.47	7.39	72.74	353.39	4.64	26.23	4.71	3.38	36.14	28.65	20.25	7.8	
Обект														
Шир со сиреней	250/25/10	2.09	6.33	10.64	107.83	0.07	18.04	0.24	0.22	44.23	53.63	21.58	0.77	63
Кустовик с мислом из														
купуна и сиреней														
Лист с отпаркой	210	37.2	45.33	41.05	747.09	0.17	2.10	1.16	1.66	54.10	396.06	96.06	3.58	211
Купирей	140/70													
Чай с сахаром	200	0.12	0	12.04	48.64	0	0	0	0	0.30	0.20	0.15	0.02	300
Хлеб пшеничный	100	7.9	1.0	48.3	215	0.16	0	0	1.3	23	87	33	2	
Хлеб ржаной	75	2.8	0.4	29.8	104.4	0.1	0	0.6	1.32	12.6	52.2	35	1.2	
Нитро		50.11	53.06	141.83	1242.96	0.5	20.14	2	4.5	134.21	589.09	185.79	7.57	
Подвизик														
Паночка московская	75	3.83	7.05	33.08	210.75	4.58	0.23	4.65	3.38	3.84	6.45	2.1	3.38	
Шоколад	200	0.52	0.34	27.62	94	0.06	26	0.06	0	32	22	18	4.4	
Чай с сахаром	200	4.35	7.39	60.7	304.75	4.64	26.23	4.71	3.38	35.84	28.45	20.1	7.78	
Ужин														
Курпач тушеная *	150	43.1	52.0	6.8	667.0	0.08	2.6	0.4	1.3	51.5	283.3	36.02	3.06	210
Суп с томатом														
Пюре из гороха	200	23	1.6	50.8	309.6	0.8	14	0.002	0.7	115	329	107	6.8	129
Чай с сахаром	200	0.12	0	12.04	48.64	0	0	0	0	0.30	0.20	0.15	0.02	300
Нитро		66.74	53.6	69.64	1025.24	0.88	16.6	0.402	2	166.8	612.5	143.17	9.88	
2 Ужин														
Бюджет	95	2.8	3.19	4.09	56.26	0.4	0.7	0.02	0	120	90	14	0.1	272
ИТОГО		143.86	166.34	443.72	3623.53	11.56	92.9	12.06	13.79	873.07	1686.07	493.35	37.86	

Наименование продукта	Виток	Б	Ж	У	Жи	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	№ экз. карты
Сангак														
Кипяченая молочная	200/5	6,53	7,03	38,78	244,92	0,09	0,91	0,04	0,72	94,23	102,24	17,82	0,54	106
Быстрогод с сахаром	50	7,67	8,51	20,86	206,2	0,11	0,17	0,07	0,41	190,63	170,21	28,25	1,93	377
Хлеб	20	1,40	1,60	17,35	89,32	0,02	0,65	0,01	0,05	63,39	48,96	11,00	0,20	287
Сыр	200	15,6	17,14	76,99	540,44	0,22	1,73	0,12	1,18	348,25	321,41	57,07	2,67	
Копченый напиток														
2 сангак														
Флотит	100	2,8	3,19	4,09	56,26	0,4	0,7	0,02	0	120	90	14	0,1	272
Обла														
Сыр ферментированный с маслом из группы	250/50	2,83	2,86	21,76	124,09	0,13	10,12	0,24	0,40	22,83	69,89	29,09	1,13	47
Котлеты из куриного фарша	100	10,68	11,72	5,74	176,75	0,08	0,94	0,05	0,65	13,12	136,42	21,07	2,15	209
Каша гречневая	200	11,6	7,24	60,0	350	0,32	0	0,04	0,64	20,00	219,16	131,14	4,40	219
Кисель	200	1,36	-	29,02	116,19	-	-	-	-	9,9	18,48	-	0,03	274
Хлеб пшеничный	100	7,9	1,0	48,3	235	0,16	0	0	1,3	23	87	33	2	
Хлеб ржаной	75	2,8	0,4	29,8	104,4	0,1	0	0,6	1,32	12,6	52,2	35	1,2	
Нитро		37,17	23,22	194,62	1106,43	0,79	11,06	0,93	4,31	101,45	583,15	249,3	10,91	
Полупик														
Сир	200	2,0	0,2	5,80	36	0,02	4	0	0,2	14	14	8	2,8	263
Творожная запеканка	200	29,22	12,11	29,1	342,23	0,09	0,7	0,09	0,6	244,93	338,98	40,11	1,35	141
Нитро		31,22	12,31	34,9	378,23	0,11	4,7	0,09	0,8	258,93	352,98	48,11	4,15	
Ужин														
Рыба треска в томатном соусе	140	14,52	8,03	7,51	160,29	0,11	2,50	0,51	4,20	34,50	209,76	37,84	0,93	172
Картофель отварной	200	4,19	9,39	36,28	243,28	0,2	8,32	0,04	0,28	19,99	106,06	38,76	1,55	239
Чай зеленый	200	0,12	0	12,04	48,64	0	0	0	0	0,30	0,20	0,15	0,02	300
Хлеб пшеничный	100	7,9	1,0	48,3	235	0,16	0	0	1,3	23	87	33	2	
Хлеб ржаной	75	2,8	0,4	29,8	104,4	0,1	0	0,6	1,32	12,6	52,2	35	1,2	
Нитро		29,53	18,82	133,93	791,61	0,57	10,82	1,15	7,1	90,39	455,22	144,75	5,7	
2 Ужин														
Резанная	200	5,6	6,38	8,18	112,52	0,8	1,4	0,04	0	240	180,01	28	0,2	272
НТОГО		121,92	81,06	452,77	2985,49	2,69	30,41	2,35	13,39	1159,02	1982,77	541,23	23,73	

Наименование рецептуры	Выход	B	Ж	У	Эти	ВЛ	С	А	Е	Са	P	Mg	Fe	Азотист. капры
Загрузка														
Каша геркулесовая	200/5	6,33	8,9	25,49	207,38	0,19	1,39	0,05	0,56	148,69	202,23	49,76	1,30	109
Бутерброд с маслом Хлеб	50 10	4,5	9,4	27,7	218,06	0,23	0	0,14	0,34	83,80	2,21	25,25	2,21	379
Мясло	200	4,85	5,04	32,73	195,71	0,06	1,69	0,03	0,02	163,15	149,75	39,45	1,31	270
Каша	200	15,68	23,34	85,92	621,15	0,48	3,08	0,22	0,92	395,64	354,19	114,46	4,82	
Итого	75	5,61	14,2	46,9	180,3	0,09	0,05	0,06	0,77	16,91	56,86	8,97	0,87	321
Слойка с повидлом	200	2,0	0,2	5,80	36	0,02	4	0	0,2	14	14	8	2,8	293
Сок	200	7,61	14,4	51,89	1266,14	0,11	4,05	0,06	0,97	30,91	70,86	16,97	3,67	
Итого														
Обед														
Суп гороховый с мясом из крупы	250/75	2,34	3,89	13,61	98,79	0,10	8,41	0,24	0,21	18,43	59,12	22,52	0,8	45
Картофельное пюре	200	4,26	8,08	31,06	213,94	0,18	7,18	0,06	0,26	53,28	117,4	37,1	1,34	241
Колбаса из крупного фарша	100	11,02	12,45	7,52	186,09	0,06	0,94	0,06	0,48	12,51	98,63	13,68	1,10	209
Колбас	200	0,56	0	27,89	113,79	0,03	1,22	0,18	1,68	49,50	44,53	32,03	1,02	283
Хлеб пшеничный	100	7,9	1,0	48,3	235	0,16	0	0	1,3	23	87	33	2	
Хлеб ржаной	75	2,8	0,4	29,8	104,4	0,1	0	0,6	1,32	12,6	52,2	35	1,2	
Итого														
Подзюк														
Слойка с повидлом	75	5,61	14,2	46,9	180,3	0,09	0,05	0,06	0,77	16,91	56,86	8,97	0,87	321
Сок	200	2,0	0,2	5,80	36	0,02	4	0	0,2	14	14	8	2,8	293
Итого														
Ужин														
Куршма тушеная в соусе с толокном	150	43,1	52,0	6,8	667,0	0,08	2,6	0,4	1,3	51,5	283,3	36,02	3,06	210
Макаронный отварный	150	5,42	5,30	35,33	211,10	0,09	0,00	0,03	0,99	13,10	55,28	20,69	1,16	227
Чай сладкий	200	0,12	0	12,04	48,64	0	0	0	0	0,30	0,20	0,15	0,02	300
Хлеб пшеничный	100	7,9	1,0	48,3	235	0,16	0	0	1,3	23	87	33	2	
Хлеб ржаной	75	2,8	0,4	29,8	104,4	0,1	0	0,6	1,32	12,6	52,2	35	1,2	
Итого														
2 Ужин														
Суповок	200	5,6	6,38	8,18	112,52	0,8	1,4	0,04	0	240	180,01	28	0,2	272
Итого														
		124,82	143,04	488,33	3386,42	2,56	32,93	2,01	13,02	967,28	1612,78	474,59	27,26	

Наименование продукта	Выход	Б	Ж	У	Жиры	ВН	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	№ техн. карты
Каша рисовая молочная	200/5	5.12	6.62	32.61	210.13	0.07	1.39	0.05	0.17	131.85	143.73	30.36	0.44	114
Бульон с супом	50	7.67	8.51	20.86	206.2	0.11	0.17	0.07	0.41	190.63	170.21	28.25	1.93	377
Хлеб Сирп	20	12.79	15.13	53.47	416.33	0.18	1.56	0.12	0.58	322.48	313.94	58.61	2.37	
Итого														
2 завтрак														
Пловка молочная	75	3.83	7.05	33.08	210.75	4.58	0.23	4.65	3.38	1.84	6.45	2.1	3.38	
Чай сладкий	200	0.12	0	12.04	48.64	0	0	0	0	0.30	0.20	0.15	0.02	300
Итого		3.95	7.05	45.12	259.39	4.58	0.23	4.65	3.38	4.14	6.65	2.25	3.4	
Обед														
Суп вареничный с макаронными изделиями с куриним мясом	300/35	3.3	3.43	26.1	148.9	0.1	12.14	0.2	0.4	27.3	83.8	34.9	1.3	47
Пюре по - спражловски	110	23.32	28.95	4.70	370.15	0.33	10.00	8.72	1.23	56.48	359.54	23.50	7.26	192
Каша гречневая раскачанная	200	11.24	7.24	60.00	351.74	0.32	0	0.04	0.64	20.0	219.16	131.1	4.40	219
Кусель	200	1.36	-	29.02	116.19	-	-	-	-	9.9	18.48	-	0.03	274
Хлеб пшеничный	100	7.9	1.0	48.3	235	0.16	0	0	1.3	23	87	33	2	
Хлеб ржаной	75	2.8	0.4	29.8	104.4	0.1	0	0.6	1.32	12.6	52.2	35	1.2	
Итого		49.92	41.02	197.92	1326.38	1.01	22.14	9.56	4.89	149.28	820.18	257.5	16.19	
Полдник														
Шоколад	300	0.78	0.51	41.43	141	0.09	39	0.09	-	48	33	27	6.6	
Пловка молочная	75	3.83	7.05	33.08	210.75	4.58	0.23	4.65	3.38	1.84	6.45	2.1	3.38	
Чай	200	0.12	0	12.04	48.64	0	0	0	0	0.30	0.20	0.15	0.02	300
Итого		4.73	7.56	86.55	400.39	4.67	39.23	4.74	3.38	52.14	39.65	29.25	10	
Ужин														
Кангела тушеная	200	5.24	6.46	26.90	174.32	0.10	68.22	0.20	0.40	114.94	95.34	39.64	1.82	235
Сосиски отварные	100	9.46	22.92	2.24	256.8	0.22	0	0.06	0.56	32.6	202.04	19.86	2.30	205
Чай сладкий	200	0.12	0	12.04	48.64	0	0	0	0	0.30	0.20	0.15	0.02	300
Хлеб пшеничный	100	7.9	1.0	48.3	235	0.16	0	0	1.3	23	87	33	2	
Хлеб ржаной	75	2.8	0.4	29.8	104.4	0.1	0	0.6	1.32	12.6	52.2	35	1.2	
Итого		25.52	30.78	119.28	819.16	0.58	68.22	0.86	1.58	183.44	436.78	127.65	7.34	
2 Ужин														
Бульон	95	2.8	3.19	4.09	56.26	0.4	0.7	0.02	0	120	90	14	0.1	272
Итого		99.71	104.73	506.43	3277.91	11.42	152.08	19.95	15.81	831.48	1707.2	489.26	39.4	

Наименование пестицида	Вязок	Б	Ж	У	Эн/л	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	№ техн. карт
Завтрак														
Каши сеяная	200/5	6.53	7.03	38.78	244.92	0.09	0.91	0.04	0.72	94.23	102.24	17.82	0.54	106
Бутерброд с маслом	50	1.70	15.10	10.26	183.6	0.03	0	0.07	0.36	8.85	28.20	7.13	0.62	379
Хлеб Макино	10													
Копченый мангок	200	1.40	1.60	17.35	89.32	0.02	0.65	0.01	0.05	63.39	48.96	11.00	0.20	287
Нитро		9.63	21.73	66.39	517.84	0.14	1.56	0.12	1.13	166.47	179.4	35.95	1.36	
2 завтрак														
Бутерброд с сыром	50	7.67	8.51	20.86	206.2	0.11	0.17	0.07	0.41	190.63	170.21	28.25	1.93	377
Хлеб	20													
Суп	200	0.12	0	12.04	48.64	0	0	0	0	0.30	0.20	0.15	0.02	300
Нитро		7.79	8.51	32.9	254.84	0.11	0.17	0.07	0.41	190.93	170.41	28.4	1.95	
Обед														
Сыр сарепский с маслом	250	2.83	2.86	21.76	124.09	0.13	10.12	0.24	0.4	22.83	69.89	28.09	1.13	47
искусствен														
Пюре тыльная в сметанном соусе	140	15.42	13.47	5.61	205.32	0.12	1.5	0.55	3.09	77.12	233.34	41.49	0.84	171
Пюре из гороха	200	23	1.6	50.8	309.6	0.8	14	0.002	0.7	115	329	107	6.8	129
Чай салатный	200	0.12	0	12.04	48.64	0	0	0	0	0.30	0.20	0.15	0.02	300
Хлеб мясной	100	7.9	1.0	48.3	235	0.16	0	0	1.3	23	87	33	2	
Хлеб ржаной	75	2.8	0.4	29.8	104.4	0.1	0	0.6	1.32	12.6	52.2	35	1.2	
Нитро		52.07	19.33	168.31	1027.05	1.31	25.62	1.39	6.81	250.85	770.63	244.73	11.99	
Полдник														
Молоко	300	0.78	0.51	41.43	141	0.09	39	0.09	-	48	33	27	6.6	
Ужин														
Биточки из курного фарша	100	11.02	12.45	7.52	186.09	0.06	0.94	0.06	0.48	12.51	98.63	13.68	1.10	209
Макаронные изделия	150	5.52	5.30	35.33	211.10	0.09	0	0.03	0.99	13.10	55.28	20.69	1.16	227
Чай салатный	200	0.12	0	12.04	48.64	0	0	0	0	0.30	0.20	0.15	0.02	300
Хлеб мясной	100	7.9	1.0	48.3	235	0.16	0	0	1.3	23	87	33	2	
Хлеб ржаной	75	2.8	0.4	29.8	104.4	0.1	0	0.6	1.32	12.6	52.2	35	1.2	
Нитро		27.36	19.15	132.99	785.23	0.41	0.94	0.69	4.09	61.51	293.31	102.52	5.48	
2 ужин														
Сметана	200	5.6	6.38	8.18	112.52	0.8	1.4	0.04	0	240	180.01	28	0.2	272
Итого		105.23	77.61	456.2	2838.48	2.86	68.69	2.4	12.44	957.76	1626.76	466.6	27.58	

Илэрэмэлэе перитурга Замтгаас	Баруун	Б	Ж	У	Эмд	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	№ тэмдэгт
Мэдрэмэлэе орогноос с саруу	200/30	0.8	10.6	37.4	292	0.18	0.14	0.12	1.5	198.95	185.16	38.44	1.98	124
Чай сэлэвэй	200	0.12	0	12.04	48.64	0	0	0	0	0.30	0.20	0.15	0.02	300
Буртгаас с нэвэр	50	4.5	9.4	27.7	218.06	0.23	0	0.14	0.34	83.80	2.21	25.25	2.21	379
Мэдрэл	10													
Нэвэр	5.42	20	77.14	558.7	558.7	0.41	0.14	0.26	1.84	283.05	187.57	63.84	4.21	
2 замтгаас														
Буртгаас нэвэрлэлэе	80	11.75	5.93	46.6	286.7	0.11	0	0.04	0.92	18.44	62.72	10.02	0.88	311
Чай сэлэвэй	200	0.12	0	12.04	48.64	0	0	0	0	0.30	0.20	0.15	0.02	300
Нэвэр	11.87	5.93	58.64	335.34	335.34	0.11	0	0.04	0.92	18.74	62.92	10.17	0.9	
Обсег														
Борит сөсөөсэй саруулалт на заруу буудал	250	1.9	6.66	10.81	111.11	0.05	8.25	0.24	1.31	41.93	48.81	22.65	1.01	37
Сөөгөөс өргөмжлэе														
Тогос на тогос	50	4.73	11.48	1.12	128.4	0.11	0	0.03	0.28	16.3	101.02	9.93	1.15	205
Чай сэлэвэй	200	23	1.6	50.8	309.6	0.8	14	0.002	0.7	115	329	107	6.8	129
Чай сэлэвэй	200	0.12	0	12.04	48.64	0	0	0	0	0.30	0.20	0.15	0.02	300
Чай нэвэрлэлэл	100	7.9	1.0	48.3	235	0.16	0	0	1.3	23	87	33	2	
Чай нэвэрлэлэл	75	2.8	0.4	29.8	104.4	0.1	0	0.6	1.32	12.6	52.2	35	1.2	
Нэвэр	40.45	21.14	152.87	937.15	937.15	1.22	22.25	0.87	5.13	209.13	618.23	207.73	12.18	
Нэвэрлэлэл														
Шуудан	300	0.78	0.51	41.43	141	0.09	39	0.09	0	48	33	27	6.6	311
Буртгаас нэвэрлэлэл	80	11.75	5.93	46.6	286.7	0.11	0	0.04	0.92	18.44	62.72	10.02	0.88	311
Чай сэлэвэй	200	0.12	0	12.04	48.64	0	0	0	0	0.30	0.20	0.15	0.02	300
Нэвэр	12.65	6.44	100.07	476.34	476.34	0.2	39	0.13	0.92	66.74	95.92	37.17	7.5	
Усун														
Коллекты на өтөөд	100	11.02	12.45	7.52	186.09	0.06	0.94	0.06	0.48	12.51	98.63	13.68	1.10	209
Камил гүрээлэл	200	11.24	7.24	60.00	351.74	0.32	0	0.04	0.64	20.0	219.16	131.1	4.40	219
Чай сэлэвэй	200	0.12	0	12.04	48.64	0	0	0	0	0.30	0.20	0.15	0.02	300
Чай нэвэрлэлэл	100	7.9	1.0	48.3	235	0.16	0	0	1.3	23	87	33	2	
Чай нэвэрлэлэл	75	2.8	0.4	29.8	104.4	0.1	0	0.6	1.32	12.6	52.2	35	1.2	
Нэвэр	33.08	21.09	157.66	925.87	925.87	0.64	0.94	0.7	3.74	68.41	457.19	212.93	8.72	
2 Усун														
Баруун	140	4.2	4.78	6.13	84.39	0.6	1.05	0.03	0	180	135	21	0.1	272
НЭГДЭГ		107.67	79.38	552.51	3317.79	2.18	63.38	2.03	12.55	826.07	1556.83	552.84	33.61	

Наименование группы	Всего	Б	Ж	У	Д/и	И1	С	А	Е	Св	Р	Иг	Ес	Итого
Тяжелые														
Каша геркулесовая булгуровая с колбасой колбаса	250	77	10,9	31,0	310,8	0,1	1,6	0,06	0,6	181,3	246,6	60,6	1,5	109
Колбасный ассорти	50	3,71	4,89	7,8	89,9	0,05	0	0	0,43	9,55	76,9	14,10	1,36	368
Итого	200	1,40	1,60	17,35	89,32	0,02	0,65	0,01	0,05	63,39	48,96	11,00	0,20	287
		82,11	17,39	56,15	490,02	0,08	2,25	0,07	1,08	254,24	372,46	85,7	1,06	
2 завтрак														
Супчик	200	28,67	7,48	39,59	340,36	0,09	0,50	0,07	0,6	243,87	336,69	38,09	1,46	
Чай сладкий	200	0,12	0	12,04	48,64	0	0	0	0	0,30	0,20	0,15	0,02	300
Итого		28,79	7,48	51,63	389	0,09	0,5	0,07	0,6	244,17	336,89	38,24	1,48	
Обед														
Суп картофельный с картофельными кнессонами	300	7,4	9,8	22,0	205,17	0,1	9,3	0,2	1,8	67,5	137,91	50,19	1,5	71
Овощное пюре с рыбными фрикадельками	205	3,72	14,87	22,57	238,99	0,12	15,36	0,47	3,80	43,30	76,93	33,49	1,40	92
Компот	200	0,56	0	27,89	113,79	0,03	1,22	0,18	1,68	49,50	44,53	32,03	1,02	283
Хлеб пшеничный	100	7,9	1,0	48,3	235	0,16	0	0	1,3	23	87	33	2	
Хлеб ржаной	75	2,8	0,4	29,8	104,4	0,1	0	0,6	1,32	12,6	52,2	35	1,2	
Итого		22,38	26,07	150,56	897,35	0,51	25,88	1,45	9,9	195,9	368,57	183,71	7,12	
Полдник														
Молоко	300	0,78	0,51	41,43	141	0,09	39	0,09	-	48	33	27	6,6	
Творожная запеканка	200	29,22	12,11	29,1	342,23	0,09	0,7	0,09	0,6	244,93	338,98	40,11	1,35	141
Итого		30	12,62	70,53	483,23	0,18	39,7	0,18	0,6	292,93	371,98	67,11	7,95	
Ужин														
Сосиски отварные	100	9,46	22,92	2,24	256,8	0,22	0	0,06	0,56	32,6	302,04	19,86	2,30	205
Пюре из картофеля	200	2,3	1,6	50,8	309,6	0,8	14	0,002	0,7	113	329	107	6,8	129
Хлеб пшеничный	100	7,9	1,0	48,3	235	0,16	0	0	1,3	23	87	33	2	
Хлеб ржаной	75	2,8	0,4	29,8	104,4	0,1	0	0,6	1,32	12,6	52,2	35	1,2	
Чай сладкий	200	0,12	0	12,04	48,64	0	0	0	0	0,30	0,20	0,15	0,02	300
Итого		43,28	25,92	142,46	954,44	0,56	14	0,122	3,88	183,5	670,44	195,01	12,32	
2 Ужин														
Пшено	250	7,0	7,97	10,22	140,65	1,0	1,75	0,05	0	300	225	35	0,25	272
Итого		213,56	97,45	481,55	3354,69	2,47	84,08	1,94	16,06	1470,74	2375,34	604,77	32,18	



Директор ГРПОУ СО «РМЛ»
И. В. Кузнец

Промышленная и
промышленная
лицев