

Контингент граждан пожилого возраста и инвалидов, 24 часовое пребывание

День 1

| № КР (ТТК) | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Эн/ц (ккал) |
|----------------|--|-----------------|----------------------|-------|--------|----------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Завтрак | | | | | | |
| 80 | Каша вязкая ячневая молочная | 150/5 | 5,36 | 6,37 | 29,51 | 196,00 |
| 108 | Кофе на молоке | 200 | 3,29 | 3,58 | 20,73 | 131,00 |
| 18 | Бутерброд с маслом и сыром | 75/14/23 | 11,15 | 17,39 | 37,08 | 351,00 |
| | Итого | | 19,80 | 27,34 | 87,32 | 678,00 |
| Обед | | | | | | |
| 100 | Салат мясной | 100 | 7,40 | 13,00 | 7,33 | 176,00 |
| 57 | Суп картофельный с крупой на бульоне | 350 | 4,99 | 3,49 | 32,32 | 165,00 |
| 51 | Капуста тушеная с колбасными изделиями | 260 | 9,43 | 17,45 | 15,11 | 268,00 |
| 25 | Компот из сухофруктов (в ассортименте) | 200 | 1,48 | 0,00 | 19,92 | 87,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный | 70 | 5,32 | 0,56 | 34,44 | 164,50 |
| ГП | Хлеб ржаной | 50 | 2,45 | 0,50 | 22,40 | 105,00 |
| | Итого | | 31,07 | 35,00 | 131,52 | 965,50 |
| Полдник | | | | | | |
| 127 | Фрукты свежие или ягода свежемороженая | 255 | 1,02 | 1,02 | 24,99 | 119,85 |
| | Итого | | 1,02 | 1,02 | 24,99 | 119,85 |
| Ужин | | | | | | |
| 112 | повидлом | 100 | 6,62 | 3,12 | 56,74 | 305,00 |
| 96 | Овощи припущенные (в ассортименте) | 80 | 2,50 | 2,70 | 2,98 | 44,60 |
| 83 | Тефтели рыбные | 100 | 11,92 | 5,95 | 12,85 | 157,00 |
| 87 | Соус белый основной | 50 | 0,34 | 2,37 | 3,23 | 32,00 |
| 34 | Рис отварной | 150 | 3,65 | 6,22 | 30,02 | 216,00 |
| 31 | Чай с лимоном | 200/13/7 | 0,07 | 0,01 | 13,18 | 55,00 |
| ГП | Хлеб ржаной | 100 | 4,91 | 1,00 | 44,80 | 210,00 |
| | Итого | | 30,01 | 21,37 | 163,80 | 1019,60 |
| 2 ужин | | | | | | |
| 41 | Кисломолочный продукт | 194 | 5,63 | 4,85 | 7,76 | 102,82 |
| | Итого | | 5,63 | 4,85 | 7,76 | 102,82 |

Необходимо выдавать 1 драже поливитаминов 3 раза в неделю через день.

Норма на весь день соли- 10 гр., специй - 1 гр., уксуса - 2,5 гр., зелени-0,5 гр.

| | | Б | Ж | У | Эн/ц |
|--|----------------------|-------|-------|--------|---------|
| | Итого за день | 87,53 | 89,58 | 415,39 | 2885,77 |

Контингент граждан пожилого возраста и инвалидов, 24 часовое пребывание

День 2

| № КР (ТТК) | Наименование блюда | Масса порции | | | | Эн/ц (ккал) |
|----------------|--------------------|-----------------|---|---|---|----------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Завтрак | | | | | | |

| 53 | Творог со сметаной и сахаром | 130/10/15 | 23,66 | 13,20 | 19,23 | 296,00 |
|---|--|--------------|----------------------|----------|----------|-------------|
| 16 | Чай с сахаром | 200/13 | 0,01 | 0,00 | 12,97 | 53,00 |
| 18 | Бутерброд с маслом и сыром | 75/14/23 | 11,15 | 17,39 | 37,08 | 351,00 |
| | Итого | | 34,82 | 30,59 | 69,28 | 700,00 |
| Обед | | | | | | |
| 128 | Салат из кальмаров с яйцом и морковью | 100 | 10,41 | 4,72 | 3,46 | 98,00 |
| 102 | Солянка домашняя со сметаной | 350/7 | 10,09 | 10,88 | 12,54 | 190,00 |
| 39 | Гуляш | 120 | 14,46 | 13,55 | 4,95 | 200,40 |
| 10 | Пюре картофельное | 160 | 3,42 | 4,40 | 23,21 | 144,90 |
| ГП | Сок | 220 | 1,10 | 0,22 | 22,22 | 82,50 |
| ГП | Хлеб пшеничный | 70 | 5,32 | 0,56 | 34,44 | 164,50 |
| ГП | Хлеб ржаной | 50 | 2,45 | 0,50 | 22,40 | 105,00 |
| | Итого | | 47,25 | 34,83 | 123,22 | 985,30 |
| Полдник | | | | | | |
| 127 | Фрукты свежие или ягода свежемороженая | 255 | 1,02 | 1,02 | 24,99 | 119,85 |
| | Итого | | 1,02 | 1,02 | 24,99 | 119,85 |
| Ужин | | | | | | |
| 114 | Расстегай с фаршем рисовым с рыбными консервами | 70 | 8,17 | 2,88 | 24,46 | 168,00 |
| 137 | Консервы овощные закусочные (лечо, икра кабачковая, томаты в собственном соку) | 50 | 0,60 | 2,35 | 3,50 | 39,00 |
| 43 | Котлеты, биточки, шницели из говядины | 80 | 12,01 | 9,77 | 12,66 | 186,00 |
| 24 | Макаронные изделия отварные | 155 | 5,59 | 5,64 | 32,84 | 196,33 |
| 30 | Кисель из свежемороженой ягоды | 200 | 0,15 | 0,10 | 23,77 | 98,00 |
| ГП | Хлеб ржаной | 100 | 4,91 | 1,00 | 44,80 | 210,00 |
| | Итого | | 31,43 | 21,74 | 142,03 | 897,33 |
| 2 ужин | | | | | | |
| 41 | Кисломолочный продукт | 194 | 5,63 | 4,85 | 7,76 | 102,82 |
| | Итого | | 5,63 | 4,85 | 7,76 | 102,82 |
| Необходимо выдавать 1 драже поливитаминов 3 раза в неделю через день. | | | | | | |
| Норма на весь день соли- 10 гр., специй - 1 гр., уксуса - 2,5 гр., зелени-0,5 гр. | | | | | | |
| | | | Б | Ж | У | Эн/ц |
| | Итого за день | | 120,15 | 93,03 | 367,28 | 2805,30 |
| Контингент граждан пожилого возраста и инвалидов, 24 часовое пребывание | | | | | | |
| День 3 | | | | | | |
| № КР (ТТК) | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Эн/ц (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Завтрак | | | | | | |
| 19 | молочная | 150/5 | 6,18 | 6,33 | 33,77 | 217,00 |
| 117 | Какао с молоком сгущенным | 200 | 3,71 | 3,83 | 24,49 | 149,00 |
| 3 | Бутерброд с маслом | 75/14 | 5,81 | 10,61 | 37,08 | 267,00 |
| 4 | Яйцо отварное | 40 | 5,10 | 4,60 | 0,30 | 63,00 |

| | Итого | | 20,80 | 25,37 | 95,64 | 696,00 |
|---|--|--------------|----------------------|----------|----------|-------------|
| Обед | | | | | | |
| 17 | Винегрет с сельдью | 100 | 5,37 | 7,27 | 7,28 | 117,00 |
| 28 | Борщ из свежей капусты с картофелем на бульоне со сметаной | 350/7 | 4,04 | 4,16 | 14,55 | 125,00 |
| 94 | Жаркое по-домашнему | 250 | 9,02 | 8,35 | 24,42 | 224,00 |
| 25 | Компот из сухофруктов (в ассортименте) | 200 | 1,48 | 0,00 | 19,92 | 87,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный | 70 | 5,32 | 0,56 | 34,44 | 164,50 |
| ГП | Хлеб ржаной | 50 | 2,45 | 0,50 | 22,40 | 105,00 |
| | Итого | | 27,68 | 20,84 | 123,01 | 822,50 |
| Полдник | | | | | | |
| 49 | Молоко пастеризованное | 200 | 5,80 | 6,40 | 9,40 | 120,00 |
| | Итого | | 5,80 | 6,40 | 9,40 | 120,00 |
| Ужин | | | | | | |
| 92 | Булочка российская или др. выпечка | 100 | 6,58 | 7,63 | 49,72 | 317,00 |
| 137 | Консервы овощные закусочные (лечо, икра кабачковая, томаты в собственном соку) | 50 | 0,60 | 2,35 | 3,50 | 39,00 |
| 58 | Плов с птицей | 250 | 15,40 | 15,41 | 48,31 | 398,00 |
| 31 | Чай с лимоном | 200/13/7 | 0,07 | 0,01 | 13,18 | 55,00 |
| ГП | Хлеб ржаной | 100 | 4,91 | 1,00 | 44,80 | 210,00 |
| | Итого | | 27,56 | 26,40 | 159,51 | 1019,00 |
| 2 ужин | | | | | | |
| 41 | Кисломолочный продукт | 194 | 5,63 | 4,85 | 7,76 | 102,82 |
| | Итого | | 5,63 | 4,85 | 7,76 | 102,82 |
| Необходимо выдавать 1 драже поливитаминов 3 раза в неделю через день. | | | | | | |
| Норма на весь день соли- 10 гр., специй - 1 гр., уксуса - 2,5 гр., зелени-0,5 гр. | | | | | | |
| | | | Б | Ж | У | Эн/ц |
| | Итого за день | | 87,47 | 83,86 | 395,32 | 2760,32 |
| Контингент граждан пожилого возраста и инвалидов, 24 часовое пребывание | | | | | | |
| День 4 | | | | | | |
| № КР (ТТК) | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Эн/ц (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Завтрак | | | | | | |
| 35 | Каша жидкая манная молочная | 150/5 | 4,44 | 6,17 | 24,27 | 170,00 |
| 31 | Чай с лимоном | 200/13/7 | 0,07 | 0,01 | 13,18 | 55,00 |
| 18 | Бутерброд с маслом и сыром | 75/14/23 | 11,15 | 17,39 | 37,08 | 351,00 |
| | Итого | | 15,66 | 23,57 | 74,53 | 576,00 |
| Обед | | | | | | |
| 129 | Салат "Обжорка" | 100 | 4,77 | 12,60 | 4,10 | 150,00 |
| 38 | Суп "Харчо" на бульоне со сметаной | 350/7 | 5,20 | 4,55 | 34,45 | 182,00 |
| 72 | Капуста тушеная с фаршем | 250 | 11,79 | 10,21 | 14,37 | 209,00 |
| 27 | ягоды | 200 | 0,14 | 0,10 | 16,61 | 69,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный | 70 | 5,32 | 0,56 | 34,44 | 164,50 |

| ГП | Хлеб ржаной | 50 | 2,45 | 0,50 | 22,40 | 105,00 |
|---|---|-----------------|----------------------|----------|----------|----------------|
| | Итого | | 29,67 | 28,52 | 126,37 | 879,50 |
| Полдник | | | | | | |
| 127 | Фрукты свежие или ягода свежемороженая | 255 | 1,02 | 1,02 | 24,99 | 119,85 |
| | Итого | | 1,02 | 1,02 | 24,99 | 119,85 |
| Ужин | | | | | | |
| 131 | Крендель сахарный | 100 | 7,19 | 13,24 | 61,26 | 392,74 |
| 93 | Овощи натуральные соленые | 50 | 0,53 | 0,07 | 1,13 | 8,67 |
| 70 | Тефтели из говядины | 100 | 12,04 | 16,61 | 12,42 | 248,00 |
| 24 | Макаронные изделия отварные | 155 | 5,59 | 5,64 | 32,84 | 196,33 |
| 8 | Чай с молоком | 200/13 | 1,41 | 1,60 | 15,32 | 82,00 |
| ГП | Хлеб ржаной | 100 | 4,91 | 1,00 | 44,80 | 210,00 |
| | Итого | | 31,67 | 38,16 | 167,77 | 1137,74 |
| 2 ужин | | | | | | |
| 41 | Кисломолочный продукт | 194 | 5,63 | 4,85 | 7,76 | 102,82 |
| | Итого | | 5,63 | 4,85 | 7,76 | 102,82 |
| Необходимо выдавать 1 драже поливитаминов 3 раза в неделю через день. | | | | | | |
| Норма на весь день соли- 10 гр., специй - 1 гр., уксуса - 2,5 гр., зелени-0,5 гр. | | | | | | |
| | | | Б | Ж | У | Эн/ц |
| | Итого за день | | 83,65 | 96,12 | 401,42 | 2815,91 |
| Контингент граждан пожилого возраста и инвалидов, 24 часовое пребывание | | | | | | |
| День 5 | | | | | | |
| № КР (ТТК) | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Эн/ц (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Завтрак | | | | | | |
| 44 | Суп молочный с макаронными изделиями | 350 | 7,12 | 7,48 | 28,12 | 207,38 |
| 16 | Чай с сахаром | 200/13 | 0,01 | 0,00 | 12,97 | 53,00 |
| 120 | повидлом | 75/20 | 5,80 | 0,60 | 50,66 | 229,00 |
| | Итого | | 12,93 | 8,08 | 91,75 | 489,38 |
| Обед | | | | | | |
| 132 | Салат "Зимний" | 100 | 5,30 | 11,60 | 4,98 | 146,00 |
| 63 | Суп картофельный с крупой на курином бульоне | 350 | 8,47 | 4,22 | 3,39 | 193,00 |
| 109 | Птица отварная | 100 | 21,10 | 13,55 | 0,00 | 211,00 |
| 48 | Рагу овощное | 215 | 2,09 | 3,61 | 12,27 | 96,00 |
| 89 | Напиток из плодов шиповника | 200 | 1,70 | 0,28 | 0,66 | 104,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный | 70 | 5,32 | 0,56 | 34,44 | 164,50 |
| ГП | Хлеб ржаной | 50 | 2,45 | 0,50 | 22,40 | 105,00 |
| | Итого | | 46,43 | 34,32 | 78,14 | 1019,50 |
| Полдник | | | | | | |
| 49 | Молоко пастеризованное | 200 | 5,80 | 6,40 | 9,40 | 120,00 |
| | Итого | | 5,80 | 6,40 | 9,40 | 120,00 |
| Ужин | | | | | | |
| 40 | Ватрушка с творогом | 100 | 12,89 | 6,39 | 36,50 | 273,00 |

| 91 | Колбасные изделия отварные (сосиски) | 60 | 6,84 | 10,92 | 0,12 | 129,00 |
|---|--|--------------|----------------------|----------|----------|-------------|
| 56 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,53 | 5,56 | 38,65 | 238,00 |
| 31 | Чай с лимоном | 200/13/7 | 0,07 | 0,01 | 13,18 | 55,00 |
| ГП | Хлеб ржаной | 100 | 4,91 | 1,00 | 44,80 | 210,00 |
| | Итого | | 33,24 | 23,88 | 133,25 | 905,00 |
| 2 ужин | | | | | | |
| 41 | Кисломолочный продукт | 194 | 5,63 | 4,85 | 7,76 | 102,82 |
| | Итого | | 5,63 | 4,85 | 7,76 | 102,82 |
| Необходимо выдавать 1 драже поливитаминов 3 раза в неделю через день. | | | | | | |
| Норма на весь день соли- 10 гр., специй - 1 гр., уксуса - 2,5 гр., зелени-0,5 гр. | | | | | | |
| | | | Б | Ж | У | Эн/ц |
| | Итого за день | | 104,03 | 77,53 | 320,30 | 2636,70 |
| Контингент граждан пожилого возраста и инвалидов, 24 часовое пребывание | | | | | | |
| День 6 | | | | | | |
| № КР (ТТК) | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Эн/ц (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Завтрак | | | | | | |
| 26 | Каша вязкая пшениная молочная | 150/5 | 6,37 | 7,12 | 33,03 | 222,00 |
| 16 | Чай с сахаром | 200/13 | 0,01 | 0,00 | 12,97 | 53,00 |
| 4 | Яйцо отварное | 40 | 5,10 | 4,60 | 0,30 | 63,00 |
| 18 | Бутерброд с маслом и сыром | 75/14/23 | 11,15 | 17,39 | 37,08 | 351,00 |
| | Итого | | 22,63 | 29,11 | 83,38 | 689,00 |
| Обед | | | | | | |
| 42,13 | Огурцы свежие или помидоры свежие | 50 | 0,40 | 0,05 | 1,30 | 7,00 |
| 61 | Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом птицы | 350/10 | 10,48 | 5,49 | 32,22 | 215,00 |
| 43 | Котлеты, биточки, шницели из говядины | 80 | 12,01 | 9,77 | 12,66 | 186,00 |
| 15 | Капуста тушеная | 200 | 3,95 | 4,69 | 14,37 | 127,00 |
| ГП | Сок | 220 | 1,10 | 0,22 | 22,22 | 82,50 |
| ГП | Хлеб пшеничный | 70 | 5,32 | 0,56 | 34,44 | 164,50 |
| ГП | Хлеб ржаной | 50 | 2,45 | 0,50 | 22,40 | 105,00 |
| | Итого | | 35,71 | 21,28 | 139,61 | 887,00 |
| Полдник | | | | | | |
| 127 | Фрукты свежие или ягода свежемороженая | 255 | 1,02 | 1,02 | 24,99 | 119,85 |
| | Итого | | 1,02 | 1,02 | 24,99 | 119,85 |
| Ужин | | | | | | |
| 75 | Суп картофельный с крупой и рыбными консервами | 350 | 8,51 | 0,13 | 20,29 | 176,75 |
| 86 | Птица запеченная с чесноком и сыром | 100 | 19,37 | 24,63 | 0,49 | 259,13 |
| 69 | Каша рассыпчатая | 150 | 5,29 | 3,92 | 38,06 | 209,00 |
| 27 | ягоды | 200 | 0,14 | 0,10 | 16,61 | 69,00 |
| ГП | Хлеб ржаной | 100 | 4,91 | 1,00 | 44,80 | 210,00 |

| | Итого | | 38,22 | 29,78 | 120,25 | 923,88 |
|---|--|-----------------|----------------------|----------|----------|----------------|
| 2 ужин | | | | | | |
| 41 | Кисломолочный продукт | 194 | 5,63 | 4,85 | 7,76 | 102,82 |
| | Итого | | 5,63 | 4,85 | 7,76 | 102,82 |
| Необходимо выдавать 1 драже поливитаминов 3 раза в неделю через день. | | | | | | |
| Норма на весь день соли- 10 гр., специй - 1 гр., уксуса - 2,5 гр., зелени-0,5 гр. | | | | | | |
| | | | Б | Ж | У | Эн/ц |
| | Итого за день | | 103,21 | 86,04 | 375,99 | 2722,55 |
| Контингент граждан пожилого возраста и инвалидов, 24 часовое пребывание | | | | | | |
| День 7 | | | | | | |
| № КР (ТТК) | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Эн/ц (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Завтрак | | | | | | |
| 53 | Творог со сметаной и сахаром | 130/10/15 | 23,66 | 13,20 | 19,23 | 296,00 |
| 108 | Кофе на молоке | 200 | 3,29 | 3,58 | 20,73 | 131,00 |
| 18 | Бутерброд с маслом и сыром | 75/14/23 | 11,15 | 17,39 | 37,08 | 351,00 |
| | Итого | | 38,10 | 34,17 | 77,04 | 778,00 |
| Обед | | | | | | |
| 133 | Салат из моркови с бобовыми | 100 | 2,19 | 10,15 | 9,04 | 138,00 |
| 55 | Щи из свежей капусты с картофелем на бульоне со сметаной | 350/7 | 4,16 | 4,24 | 11,90 | 108,00 |
| 134 | Котлеты, биточки, шницели куриные | 80 | 13,29 | 12,15 | 9,25 | 215,00 |
| 69 | Каша перловая рассыпчатая | 150 | 5,29 | 3,92 | 38,06 | 209,00 |
| 25 | Компот из сухофруктов (в ассортименте) | 200 | 1,48 | 0,00 | 19,92 | 87,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный | 70 | 5,32 | 0,56 | 34,44 | 164,50 |
| ГП | Хлеб ржаной | 50 | 2,45 | 0,50 | 22,40 | 105,00 |
| | Итого | | 34,18 | 31,52 | 145,01 | 1026,50 |
| Полдник | | | | | | |
| 127 | Фрукты свежие или ягода свежемороженая | 255 | 1,02 | 1,02 | 24,99 | 119,85 |
| | Итого | | 1,02 | 1,02 | 24,99 | 119,85 |
| Ужин | | | | | | |
| 135 | Пирог печенный из дрожжевого теста с фаршем из капусты | 100 | 6,94 | 5,06 | 34,25 | 225,45 |
| 96 | Овощи припущенные (в ассортименте) | 80 | 2,50 | 2,70 | 2,98 | 44,60 |
| 88 | Рыба, запеченная в сметанном соусе | 130 | 18,2 | 17,54 | 6,07 | 256,1 |
| 10 | Пюре картофельное | 160 | 3,42 | 4,40 | 23,21 | 144,90 |
| 31 | Чай с лимоном | 200/13/7 | 0,07 | 0,01 | 13,18 | 55,00 |
| ГП | Хлеб ржаной | 100 | 4,91 | 1,00 | 44,80 | 210,00 |
| | Итого | | 36,04 | 30,71 | 124,49 | 936,05 |
| 2 ужин | | | | | | |
| 41 | Кисломолочный продукт | 194 | 5,63 | 4,85 | 7,76 | 102,82 |
| | Итого | | 5,63 | 4,85 | 7,76 | 102,82 |

Необходимо выдавать 1 драже поливитаминов 3 раза в неделю через день.

Норма на весь день соли- 10 гр., специй - 1 гр., уксуса - 2,5 гр., зелени-0,5 гр.

| | | Б | Ж | У | Эн/ц |
|--|----------------------|--------|--------|--------|---------|
| | Итого за день | 114,97 | 102,27 | 379,29 | 2963,22 |

Контингент граждан пожилого возраста и инвалидов, 24 часовое пребывание

День 8

| № КР (ТТК) | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Эн/ц (ккал) |
|---------------|--------------------|-----------------|----------------------|---|---|----------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

Завтрак

| | | | | | | |
|----|------------------------------|--------|-------|-------|-------|--------|
| 80 | Каша вязкая ячневая молочная | 150/5 | 5,36 | 6,37 | 29,51 | 196,00 |
| 8 | Чай с молоком | 200/13 | 1,41 | 1,60 | 15,32 | 82,00 |
| 4 | Яйцо отварное | 40 | 5,10 | 4,60 | 0,30 | 63,00 |
| 3 | Бутерброд с маслом | 75/14 | 5,81 | 10,61 | 37,08 | 267,00 |
| | Итого | | 17,68 | 23,18 | 82,21 | 608,00 |

Обед

| | | | | | | |
|----|--------------------------------|--------|-------|-------|--------|--------|
| 68 | Сельдь с луком репчатым | 90 | 12,75 | 10,60 | 0,63 | 149,63 |
| 89 | Суп-лапша с мясом птицы | 350/10 | 11,31 | 5,64 | 22,74 | 186,00 |
| 79 | Азу | 250 | 8,89 | 8,27 | 22,21 | 213,00 |
| 30 | Кисель из свежемороженой ягоды | 200 | 0,15 | 0,10 | 23,77 | 98,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный | 70 | 5,32 | 0,56 | 34,44 | 164,50 |
| ГП | Хлеб ржаной | 50 | 2,45 | 0,50 | 22,40 | 105,00 |
| | Итого | | 40,87 | 25,67 | 126,19 | 916,13 |

Полдник

| | | | | | | |
|-----|---|-----|------|------|-------|--------|
| 127 | Фрукты свежие или ягода свежемороженая | 255 | 1,02 | 1,02 | 24,99 | 119,85 |
| | Итого | | 1,02 | 1,02 | 24,99 | 119,85 |

Ужин

| | | | | | | |
|----|----------------------------|-----|-------|-------|--------|---------|
| 22 | выпечка | 100 | 8,57 | 6,61 | 50,38 | 319,00 |
| 74 | Винегрет овощной | 100 | 1,24 | 10,14 | 7,47 | 126,00 |
| 7 | Колбаса (порциями) | 75 | 6,83 | 16,25 | 0,00 | 175,00 |
| 56 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,53 | 5,56 | 38,65 | 238,00 |
| 27 | ягоды | 200 | 0,14 | 0,10 | 16,61 | 69,00 |
| ГП | Хлеб ржаной | 100 | 4,91 | 1,00 | 44,80 | 210,00 |
| | Итого | | 30,22 | 39,66 | 157,91 | 1137,00 |

2 ужин

| | | | | | | |
|----|-----------------------|-----|------|------|------|--------|
| 41 | Кисломолочный продукт | 194 | 5,63 | 4,85 | 7,76 | 102,82 |
| | Итого | | 5,63 | 4,85 | 7,76 | 102,82 |

Необходимо выдавать 1 драже поливитаминов 3 раза в неделю через день.

Норма на весь день соли- 10 гр., специй - 1 гр., уксуса - 2,5 гр., зелени-0,5 гр.

| | | Б | Ж | У | Эн/ц |
|--|----------------------|-------|-------|--------|---------|
| | Итого за день | 95,42 | 94,38 | 399,06 | 2883,80 |

Контингент граждан пожилого возраста и инвалидов, 24 часовое пребывание

День 9

| № КР (ТТК) | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Эн/ц (ккал) |
|---------------|--------------------|-----------------|----------------------|---|---|----------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

Завтрак

| 14 | Суп молочный с крупой | 350 | 5,54 | 6,77 | 25,02 | 183,75 |
|---|--|-----------------|----------------------|----------|----------|----------------|
| 16 | Чай с сахаром | 200/13 | 0,01 | 0,00 | 12,97 | 53,00 |
| 18 | Бутерброд с маслом и сыром | 75/14/23 | 11,15 | 17,39 | 37,08 | 351,00 |
| | Итого | | 16,70 | 24,16 | 75,07 | 587,75 |
| Обед | | | | | | |
| 42,13 | Огурцы свежие или помидоры свежие | 50 | 0,40 | 0,05 | 1,30 | 7,00 |
| 75 | Суп картофельный с крупой и рыбными консервами | 350 | 8,51 | 0,13 | 20,29 | 176,75 |
| 115 | Печень, тушенная в соусе с овощами | 100 | 12,99 | 3,44 | 3,75 | 98,00 |
| 24 | Макаронные изделия отварные | 155 | 5,59 | 5,64 | 32,84 | 196,33 |
| 25 | Компот из сухофруктов (в ассортименте) | 200 | 1,48 | 0,00 | 19,92 | 87,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный | 70 | 5,32 | 0,56 | 34,44 | 164,50 |
| ГП | Хлеб ржаной | 50 | 2,45 | 0,50 | 22,40 | 105,00 |
| | Итого | | 36,74 | 10,32 | 134,94 | 834,58 |
| Полдник | | | | | | |
| 49 | Молоко пастеризованное | 200 | 5,80 | 6,40 | 9,40 | 120,00 |
| | Итого | | 5,80 | 6,40 | 9,40 | 120,00 |
| Ужин | | | | | | |
| 53 | Творог со сметаной и сахаром | 130/10/15 | 23,66 | 13,20 | 19,23 | 296,00 |
| 21 | Голубцы ленивые | 100 | 8,22 | 6,35 | 5,98 | 114,00 |
| 87 | Соус белый основной | 50 | 0,34 | 2,37 | 3,23 | 32,00 |
| 10 | Пюре картофельное | 160 | 3,42 | 4,40 | 23,21 | 144,90 |
| 8 | Чай с молоком | 200/13 | 1,41 | 1,60 | 15,32 | 82,00 |
| ГП | Хлеб ржаной | 100 | 4,91 | 1,00 | 44,80 | 210,00 |
| | Итого | | 41,96 | 28,92 | 111,77 | 878,90 |
| 2 ужин | | | | | | |
| 41 | Кисломолочный продукт | 194 | 5,63 | 4,85 | 7,76 | 102,82 |
| | Итого | | 5,63 | 4,85 | 7,76 | 102,82 |
| Необходимо выдавать 1 драже поливитаминов 3 раза в неделю через день. | | | | | | |
| Норма на весь день соли- 10 гр., специй - 1 гр., уксуса - 2,5 гр., зелени-0,5 гр. | | | | | | |
| | | | Б | Ж | У | Эн/ц |
| | Итого за день | | 106,83 | 74,65 | 338,94 | 2524,05 |
| Контингент граждан пожилого возраста и инвалидов, 24 часовое пребывание | | | | | | |
| День 10 | | | | | | |
| № КР (ТТК) | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Эн/ц (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Завтрак | | | | | | |
| 1 | Каша вязкая из хлопьев овсяных "Геркулес" | 150/5 | 6,11 | 7,99 | 28,34 | 209,00 |
| 31 | Чай с лимоном | 200/13/7 | 0,07 | 0,01 | 13,18 | 55,00 |
| 4 | Яйцо отварное | 40 | 5,10 | 4,60 | 0,30 | 63,00 |
| 3 | Бутерброд с маслом | 75/14 | 5,81 | 10,61 | 37,08 | 267,00 |
| | Итого | | 17,09 | 23,21 | 78,90 | 594,00 |
| Обед | | | | | | |

| | | | | | | |
|----|---|-------|-------|-------|--------|--------|
| 95 | Салат витаминный (из белокочанной капусты) | 100 | 1,11 | 3,17 | 6,58 | 61,00 |
| 67 | Рассольник ленинградский на бульоне со сметаной | 350/7 | 4,33 | 4,36 | 26,74 | 146,00 |
| 60 | овощами | 130 | 12,34 | 6,45 | 55,99 | 131,30 |
| 34 | Рис отварной | 150 | 3,65 | 6,22 | 30,02 | 216,00 |
| ГП | Сок | 200 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 75,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный | 70 | 5,32 | 0,56 | 34,44 | 164,50 |
| ГП | Хлеб ржаной | 50 | 2,45 | 0,50 | 22,40 | 105,00 |
| | Итого | | 30,20 | 21,46 | 196,37 | 898,80 |

Полдник

| | | | | | | |
|-----|--|-----|------|------|-------|--------|
| 127 | Фрукты свежие или ягода свежемороженая | 255 | 1,02 | 1,02 | 24,99 | 119,85 |
| | Итого | | 1,02 | 1,02 | 24,99 | 119,85 |

Ужин

| | | | | | | |
|-------|--------------------------------------|-----|-------|-------|--------|--------|
| 138 | Пирог с брусникой со сметаной | 100 | 5,48 | 3,07 | 41,75 | 236,92 |
| 42,13 | Огурцы свежие или помидоры свежие | 50 | 0,40 | 0,05 | 1,30 | 7,00 |
| 91 | Колбасные изделия отварные (сосиски) | 60 | 6,84 | 10,92 | 0,12 | 129,00 |
| 15 | Капуста тушеная | 200 | 3,95 | 4,69 | 14,37 | 127,00 |
| 30 | Кисель из свежемороженой ягоды | 200 | 0,15 | 0,10 | 23,77 | 98,00 |
| ГП | Хлеб ржаной | 100 | 4,91 | 1,00 | 44,80 | 210,00 |
| | Итого | | 21,73 | 19,83 | 126,11 | 807,92 |

2 ужин

| | | | | | | |
|----|-----------------------|-----|------|------|------|--------|
| 41 | Кисломолочный продукт | 194 | 5,63 | 4,85 | 7,76 | 102,82 |
| | Итого | | 5,63 | 4,85 | 7,76 | 102,82 |

Необходимо выдавать 1 драже поливитаминов 3 раза в неделю через день.

Норма на весь день соли- 10 гр., специй - 1 гр., уксуса - 2,5 гр., зелени-0,5 гр.

| | | | | | | |
|--|----------------------|--|----------|----------|----------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | Эн/ц |
| | Итого за день | | 75,67 | 70,37 | 434,13 | 2523,39 |

Контингент граждан пожилого возраста и инвалидов, 24 часовое пребывание

День 11

| № КР (ТТК) | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Эн/ц (ккал) |
|------------|--------------------|--------------|----------------------|---|---|-------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

Завтрак

| | | | | | | |
|----|------------------------------|----------|-------|-------|-------|--------|
| 59 | Каша вязкая рисовая молочная | 150/5 | 4,38 | 6,27 | 32,29 | 203,00 |
| 31 | Чай с лимоном | 200/13/7 | 0,07 | 0,01 | 13,18 | 55,00 |
| 18 | Бутерброд с маслом и сыром | 75/14/23 | 11,15 | 17,39 | 37,08 | 351,00 |
| | Итого | | 15,60 | 23,67 | 82,55 | 609,00 |

Обед

| | | | | | | |
|-----|--|-----|-------|-------|-------|--------|
| 129 | Салат "Обжорка" | 100 | 4,77 | 12,60 | 4,10 | 150,00 |
| 6 | Суп картофельный с бобовыми на бульоне | 350 | 8,67 | 3,58 | 29,72 | 175,00 |
| 39 | Гуляш | 120 | 14,46 | 13,55 | 4,95 | 200,40 |
| 24 | Макаронные изделия отварные | 155 | 5,59 | 5,64 | 32,84 | 196,33 |
| 25 | Компот из сухофруктов (в ассортименте) | 200 | 1,48 | 0,00 | 19,92 | 87,00 |

| ГП | Хлеб пшеничный | 70 | 5,32 | 0,56 | 34,44 | 164,50 |
|---|--|--------------|----------------------|----------|----------|-------------|
| ГП | Хлеб ржаной | 50 | 2,45 | 0,50 | 22,40 | 105,00 |
| | Итого | | 42,74 | 36,43 | 148,37 | 1078,23 |
| Полдник | | | | | | |
| 127 | Фрукты свежие или ягода свежемороженая | 255 | 1,02 | 1,02 | 24,99 | 119,85 |
| | Итого | | 1,02 | 1,02 | 24,99 | 119,85 |
| Ужин | | | | | | |
| 131 | Крендель сахарный | 100 | 7,19 | 13,24 | 61,26 | 392,74 |
| 137 | Консервы овощные закусочные (лечо, икра кабачковая, томаты в собственном соку) | 50 | 0,60 | 2,35 | 3,50 | 39,00 |
| 73 | Рыбные консервы (порциями) | 100 | 17,50 | 2,00 | 0,00 | 88,00 |
| 52 | Картофель отварной | 160 | 3,19 | 3,17 | 25,04 | 141,33 |
| 16 | Чай с сахаром | 200/13 | 0,01 | 0,00 | 12,97 | 53,00 |
| ГП | Хлеб ржаной | 100 | 4,91 | 1,00 | 44,80 | 210,00 |
| | Итого | | 33,40 | 21,76 | 147,57 | 924,07 |
| 2 ужин | | | | | | |
| 41 | Кисломолочный продукт | 194 | 5,63 | 4,85 | 7,76 | 102,82 |
| | Итого | | 5,63 | 4,85 | 7,76 | 102,82 |
| Необходимо выдавать 1 драже поливитаминов 3 раза в неделю через день. | | | | | | |
| Норма на весь день соли- 10 гр., специй - 1 гр., уксуса - 2,5 гр., зелени-0,5 гр. | | | | | | |
| | | | Б | Ж | У | Эн/ц |
| | Итого за день | | 98,39 | 87,73 | 411,24 | 2833,97 |
| Контингент граждан пожилого возраста и инвалидов, 24 часовое пребывание | | | | | | |
| День 12 | | | | | | |
| № КР (ТТК) | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Эн/ц (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Завтрак | | | | | | |
| 53 | Творог со сметаной и сахаром | 130/10/15 | 23,66 | 13,20 | 19,23 | 296,00 |
| 8 | Чай с молоком | 200/13 | 1,41 | 1,60 | 15,32 | 82,00 |
| 54 | Бутерброд с маслом и с джемом или повидлом | 75/14/19 | 5,90 | 10,61 | 50,15 | 317,00 |
| | Итого | | 30,97 | 25,41 | 84,70 | 695,00 |
| Обед | | | | | | |
| 137 | Консервы овощные закусочные (лечо, икра кабачковая, томаты в собственном соку) | 50 | 0,60 | 2,35 | 3,50 | 39,00 |
| 102 | Солянка домашняя со сметаной | 350/7 | 10,09 | 10,88 | 12,54 | 190,00 |
| 139 | Плов с мясом | 250 | 11,57 | 11,31 | 46,82 | 343,00 |
| ГП | Сок | 200 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 75,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный | 70 | 5,32 | 0,56 | 34,44 | 164,50 |
| ГП | Хлеб ржаной | 50 | 2,45 | 0,50 | 22,40 | 105,00 |
| | Итого | | 31,03 | 25,80 | 139,90 | 916,50 |
| Полдник | | | | | | |
| 127 | Фрукты свежие или ягода свежемороженая | 255 | 1,02 | 1,02 | 24,99 | 119,85 |

| | | | | | | |
|-------------|------------------------|--------|-------|-------|--------|--------|
| | Итого | | 1,02 | 1,02 | 24,99 | 119,85 |
| Ужин | | | | | | |
| 112 | повидлом | 100 | 6,62 | 3,12 | 56,74 | 305,00 |
| 74 | Винегрет овощной | 100 | 1,24 | 10,14 | 7,47 | 126,00 |
| 82 | Рыба жареная (камбала) | 100 | 13,23 | 5,83 | 3,06 | 118,62 |
| 10 | Пюре картофельное | 160 | 3,42 | 4,40 | 23,21 | 144,90 |
| 16 | Чай с сахаром | 200/13 | 0,01 | 0,00 | 12,97 | 53,00 |
| ГП | Хлеб ржаной | 100 | 4,91 | 1,00 | 44,80 | 210,00 |
| | Итого | | 29,43 | 24,49 | 148,25 | 957,52 |

| | | | | | | |
|---------------|-----------------------|-----|------|------|------|--------|
| 2 ужин | | | | | | |
| 41 | Кисломолочный продукт | 194 | 5,63 | 4,85 | 7,76 | 102,82 |
| | Итого | | 5,63 | 4,85 | 7,76 | 102,82 |

Необходимо выдавать 1 драже поливитаминов 3 раза в неделю через день.

Норма на весь день соли- 10 гр., специй - 1 гр., уксуса - 2,5 гр., зелени-0,5 гр.

| | | | | | | |
|--|----------------------|--|----------|----------|----------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | Эн/ц |
| | Итого за день | | 98,08 | 81,57 | 405,60 | 2791,69 |

Контингент граждан пожилого возраста и инвалидов, 24 часовое пребывание

| День 13 | | | | | | |
|----------------|--------------------|-----------------|----------------------|---|---|----------------|
| № КР (ТТК) | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Эн/ц (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

| | | | | | | |
|----------------|-----------------------------|----------|-------|-------|-------|--------|
| Завтрак | | | | | | |
| 35 | Каша жидкая манная молочная | 150/5 | 4,44 | 6,17 | 24,27 | 170,00 |
| 16 | Чай с сахаром | 200/13 | 0,01 | 0,00 | 12,97 | 53,00 |
| 18 | Бутерброд с маслом и сыром | 75/14/23 | 11,15 | 17,39 | 37,08 | 351,00 |
| 4 | Яйцо отварное | 40 | 5,10 | 4,60 | 0,30 | 63,00 |
| | Итого | | 20,70 | 28,16 | 74,62 | 637,00 |

| | | | | | | |
|-------------|--|-------|-------|-------|--------|---------|
| Обед | | | | | | |
| 5 | Салат из свеклы (моркови) с чесноком и сыром | 100 | 3,33 | 6,91 | 8,89 | 112,00 |
| 55 | Щи из свежей капусты с картофелем на бульоне со сметаной | 350/7 | 4,16 | 4,24 | 11,90 | 108,00 |
| 56 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,53 | 5,56 | 38,65 | 238,00 |
| 137 | Соус красный основной | 50 | 0,46 | 0,76 | 2,81 | 19,00 |
| 109 | Птица отварная | 100 | 21,10 | 13,55 | 0,00 | 211,00 |
| 25 | Компот из сухофруктов (в ассортименте) | 200 | 1,48 | 0,00 | 19,92 | 87,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный | 70 | 5,32 | 0,56 | 34,44 | 164,50 |
| ГП | Хлеб ржаной | 50 | 2,45 | 0,50 | 22,40 | 105,00 |
| | Итого | | 46,83 | 32,08 | 139,01 | 1044,50 |

| | | | | | | |
|----------------|--|-----|------|------|-------|--------|
| Полдник | | | | | | |
| 127 | Фрукты свежие или ягода свежемороженая | 255 | 1,02 | 1,02 | 24,99 | 119,85 |
| | Итого | | 1,02 | 1,02 | 24,99 | 119,85 |

| | | | | | | |
|-------------|----------------------------|--------|------|------|-------|--------|
| Ужин | | | | | | |
| 103 | Оладьи с молоком сгущенным | 100/20 | 7,61 | 8,11 | 46,42 | 271,00 |
| 93 | Овощи натуральные соленые | 50 | 0,53 | 0,07 | 1,13 | 8,67 |

| 33 | Котлеты или биточки рыбные | 100 | 12,55 | 6,01 | 15,32 | 167,00 |
|---|--|-----------------|----------------------|----------|----------|----------------|
| 64 | Картофель тушеный | 160 | 2,86 | 3,34 | 18,99 | 125,87 |
| 30 | Кисель из свежемороженой ягоды | 200 | 0,15 | 0,10 | 23,77 | 98,00 |
| ГП | Хлеб ржаной | 100 | 4,91 | 1,00 | 44,80 | 210,00 |
| | Итого | | 28,61 | 18,63 | 150,43 | 880,54 |
| 2 ужин | | | | | | |
| 41 | Кисломолочный продукт | 194 | 5,63 | 4,85 | 7,76 | 102,82 |
| | Итого | | 5,63 | 4,85 | 7,76 | 102,82 |
| Необходимо выдавать 1 драже поливитаминов 3 раза в неделю через день. | | | | | | |
| Норма на весь день соли- 10 гр., специй - 1 гр., уксуса - 2,5 гр., зелени-0,5 гр. | | | | | | |
| | | | Б | Ж | У | Эн/ц |
| | Итого за день | | 102,79 | 84,74 | 396,81 | 2784,71 |
| Контингент граждан пожилого возраста и инвалидов, 24 часовое пребывание | | | | | | |
| День 14 | | | | | | |
| № КР (ТТК) | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Эн/ц (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Завтрак | | | | | | |
| 19 | молочная | 150/5 | 6,18 | 6,33 | 33,77 | 217,00 |
| 108 | Кофе на молоке | 200 | 3,29 | 3,58 | 20,73 | 131,00 |
| 54 | Бутерброд с маслом и с джемом или повидлом | 75/14/19 | 5,90 | 10,61 | 50,15 | 317,00 |
| | Итого | | 15,37 | 20,52 | 104,65 | 665,00 |
| Обед | | | | | | |
| 66 | Салат "Овощной" | 100 | 1,58 | 13,15 | 8,56 | 160,00 |
| 67 | Рассольник ленинградский на бульоне со сметаной | 350/7 | 4,33 | 4,36 | 26,74 | 146,00 |
| 94 | Жаркое по-домашнему | 250 | 9,02 | 8,35 | 24,42 | 224,00 |
| 27 | ягоды | 200 | 0,14 | 0,10 | 16,61 | 69,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный | 70 | 5,32 | 0,56 | 34,44 | 164,50 |
| ГП | Хлеб ржаной | 50 | 2,45 | 0,50 | 22,40 | 105,00 |
| | Итого | | 22,84 | 27,02 | 133,17 | 868,50 |
| Полдник | | | | | | |
| 49 | Молоко пастеризованное | 200 | 5,80 | 6,40 | 9,40 | 120,00 |
| | Итого | | 5,80 | 6,40 | 9,40 | 120,00 |
| Ужин | | | | | | |
| ГП | Кондитерские изделия в ассортименте | 70 | 5,26 | 6,88 | 52,08 | 291,90 |
| 42,13 | Огурцы свежие или помидоры свежие | 50 | 0,40 | 0,05 | 1,30 | 7,00 |
| 134 | Котлеты, биточки, шницели куриные | 80 | 13,29 | 12,15 | 9,25 | 215,00 |
| 141 | Капуста тушеная с рисом | 200 | 4,17 | 4,75 | 19,23 | 150,00 |
| 16 | Чай с сахаром | 200/13 | 0,01 | 0,00 | 12,97 | 53,00 |
| ГП | Хлеб ржаной | 100 | 4,91 | 1,00 | 44,80 | 210,00 |
| | Итого | | 28,04 | 24,83 | 139,63 | 926,90 |
| 2 ужин | | | | | | |
| 41 | Кисломолочный продукт | 194 | 5,63 | 4,85 | 7,76 | 102,82 |

| | | | | | | |
|---|-------------------------|--|-----------------------------|----------|----------|---------------|
| | Итого | | 5,63 | 4,85 | 7,76 | 102,82 |
| Необходимо выдавать 1 драже поливитаминов 3 раза в неделю через день. | | | | | | |
| Норма на весь день соли- 10 гр., специй - 1 гр., уксуса - 2,5 гр., зелени-0,5 гр. | | | | | | |
| | | | Б | Ж | У | Эн/ц |
| | Итого за день | | 77,68 | 83,62 | 394,61 | 2683,22 |
| Средние показатели энергетической ценности и пищевых веществ рациона питания | | | | | | |
| | | | Пищевые вещества (г) | | | Эн/ц |
| | | | Б | Ж | У | (ккал) |
| | Итого за 14 дней | | 1355,87 | 1205,49 | 5435,38 | 38614,60 |
| | Итого за 1 дней | | 96,85 | 86,11 | 388,24 | 2758,19 |

Примечание: ГП - готовый продукт