

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	120	7,66	13,02	8,83	184,00
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		31,33	35,02	133,02	973,50
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	Ватрушка с джемом или 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		87,79	89,60	416,89	2893,77

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	10,64	6,24	4,77	118,00
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		47,48	36,35	124,53	1005,30
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	28,76	118,00
ГП	Хлеб ржаной	100	4,91	1,00	44,80	210,00
	Итого		31,43	21,74	147,02	917,33
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		120,38	94,55	373,58	2845,30

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	Каша вязкая пшеничная 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
143	Запеканка овощная с мясом	250	12,80	12,68	19,29	247,00
27	Компот из свежемороженой 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		30,68	30,99	131,29	917,50
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	1,74	1,50	15,95	86,00
ГП	Хлеб ржаной	100	4,91	1,00	44,80	210,00
	Итого		32,00	38,06	168,40	1141,74
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		84,99	98,49	406,97	2857,91

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	Бутерброд с джемом или 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 пшеничная 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	Компот из свежемороженой 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	19,43	19,51	6,64	281
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		37,27	32,68	125,06	960,95
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		116,20	104,24	379,86	2988,12

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	1,74	1,50	15,95	86,00
3	Бутерброд с маслом	75/14	5,81	10,61	37,08	267,00
	Итого		12,91	18,48	82,54	549,00
Обед						
68	Сельдь с луком репчатым	120	17,00	14,13	0,84	199,51
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	28,76	118,00
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		45,12	29,20	131,39	986,01
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	Булочка с изюмом или др. 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	Компот из свежемороженой 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		94,90	93,21	404,59	2894,68

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						
142	Запеканка из творога	145	28,96	10,96	18,11	298,00
78	Сметана (порциями)	10	0,25	2,00	0,35	20,50
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	1,74	1,50	15,95	86,00
ГП	Хлеб ржаной	100	4,91	1,00	44,80	210,00
	Итого		47,84	28,58	111,63	905,40
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		112,71	74,31	338,80	2550,55

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	Рыба, тушеная в томате с овощами	200	18,69	1,07	10,14	226,00
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		36,55	16,08	150,52	993,50
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						
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	28,76	118,00
ГП	Хлеб ржаной	100	4,91	1,00	44,80	210,00
	Итого		21,73	19,83	131,10	827,92
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		82,02	64,99	393,27	2638,09

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)	120	21,00	2,40	0,00	105,60
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		36,90	22,16	147,57	941,67
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		101,89	88,13	411,24	2851,57

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	1,74	1,50	15,95	86,00
54	Бутерброд с маслом и с джемом или повидлом	75/14/19	5,90	10,61	50,15	317,00
	Итого		31,30	25,31	85,33	699,00
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	Ватрушка с джемом или 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)	150	19,85	8,75	4,59	177,93
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		36,05	27,41	149,78	1016,83
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		105,03	84,39	407,76	2855,00

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						
20	Омлет натуральный	110	10,58	15,38	2,05	188,00
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		21,74	32,77	52,10	592,00
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	28,76	118,00
ГП	Хлеб ржаной	100	4,91	1,00	44,80	210,00
	Итого		28,61	18,63	155,42	900,54
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		103,83	89,35	379,28	2759,71

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	Каша вязкая пшеничная 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	Компот из свежемороженой 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 (ккал)
	Б	Ж	У	
Итого за 14 дней	1382,13	1212,31	5398,46	38937,49
Итого за 1 дней	98,72	86,59	385,60	2781,25

Примечание: ГП - готовый продукт