

УТВЕРЖДАЮ

Директор КГБУ СО «Тинской психоневрологический интернат»

Директор В. А. Анцибалов
2022 г.



**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ГРАЖДАН
В КРАЕВОМ ГОСУДАРСТВЕННОМ БЮДЖЕТНОМ УЧРЕЖДЕНИИ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ
«ТИНСКОЙ ПСИХОНЕВРОЛОГИЧЕСКИЙ ИНТЕРНАТ»**

(КРАСНОЯРСКИЙ КРАЙ, НИЖНЕИНГАШСКИЙ РАЙОН, П. ТИНСКОЙ, УЛ. ЛАЗО, Д. 75)

Разработано
Некоммерческой организацией
"Фонд санитарно-эпидемиологического
благополучия Красноярского края"
" " " 20 г. Регистр № 06/01/2022 от 07.06.2022 г.
Полное или частичное копирование для исполь-
зования третьими лицами без разрешения
разработчика запрещено

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	75/10/15	9,26	12,17	37,03	296,00
	Итого		17,91	22,12	87,27	623,00
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	0,73	0,00	34,68	146,00
ГП	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	199,75
ГП	Хлеб ржаной	100	4,91	1,00	44,80	210,00
	Итого		34,18	35,64	177,56	1172,75
Полдник						
117	Какао с молоком сгущенным	200	3,35	3,60	24,33	144,00
78	Сметана (порциями)	15	0,38	3,00	0,53	30,75
144	Драники	230	6,62	7,45	35,35	279,00
	Итого		10,35	14,05	60,21	453,75
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 пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	199,75
ГП	Хлеб ржаной	100	4,91	1,00	44,80	210,00
	Итого		36,47	22,05	205,62	1219,35
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 гр., зелени-0,5 гр.						
			Б	Ж	У	Эн/ц
			104,54	98,71	538,42	3571,67
	Итого за день					

Контингент граждан пожилого возраста и инвалидов, 24 часовое пребывание

№ КР (ЛТК)	Наименование блюда	День 2			Эн/л (ккал)	
		Масса порции	Б	Ж		У
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
53	Творог со сметаной и сахаром	175/15/15	31,86	20,25	20,68	400,00
16	Чай с сахаром	200/13	0,01	0,00	12,97	53,00
18	Бутерброд с маслом и сыром	75/10/15	9,26	12,17	37,03	296,00
	Итого		41,13	32,42	70,68	749,00
Обед						
128	Салат из кальмаров с яйцом и морковью	100	10,64	6,24	4,77	118,00
102	Солонка домашняя со сметаной	350/7	10,09	10,88	12,54	190,00
39	Гуляш	150	18,08	16,94	6,19	250,50
10	Пюре картофельное	230	4,92	6,33	33,36	208,29
ГП	Сок	220	1,10	0,22	22,22	82,50
ГП	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	199,75
ГП	Хлеб ржаной	100	4,91	1,00	44,80	210,00
	Итого		56,20	42,29	165,70	1259,04
Полдник						
127	Фрукты свежие или ягода свежемороженая	145	0,58	0,58	14,21	68,15
	Итого		0,58	0,58	14,21	68,15
Ужин						
114	Рисоттай с фаршем рисовым с рыбными консервами	70	8,17	2,84	24,46	168,00
137	Консервы овощные закусочные (лечо, якра кабачковая, томаты в собственном соку)	120	1,44	5,64	8,40	93,60
43	Котлеты, биточки, шницели из говядины	120	18,02	14,66	18,99	279,00
24	Макаронные изделия отварные	210	7,67	5,72	45,10	254,00
30	Касель из свежемороженой ягоды	200	0,15	0,10	29,96	123,00
ГП	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	199,75
ГП	Хлеб ржаной	100	4,91	1,00	44,80	210,00
	Итого		46,82	30,68	213,53	1327,35
2 ужин						
41	Кисломолочный продукт	194	5,63	4,85	7,76	102,82
	Итого		5,63	4,85	7,76	102,82
Необходимо выдать 1 драже дольцеванной 3 раз в неделю через день. Нормы на весь день соли - 10 гр., специй - 1 гр., уксуса - 2 гр., масла - 0,5 гр.						
Итого за день			Б	Ж	У	Эн/л
			150,36	110,82	471,88	3506,36

Констигент граждан пожилого возраста и инвалидов, 24 часовое пребывание

День 3

№ КР (ТТК)	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/п (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 стуженным	200	3,35	3,60	24,33	144,00
3	Бутерброд с маслом	75/10	5,78	7,75	37,03	241,00
4	Яйцо отварное	40	5,10	4,60	0,30	63,00
	Итого		20,41	22,28	95,43	665,00
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	400	14,43	13,36	39,07	358,40
25	Компот из сухофруктов (в ассортименте)	200	0,73	0,00	34,68	146,00
ГП	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	199,75
ГП	Хлеб ржаной	100	4,91	1,00	44,80	210,00
	Итого		35,94	26,47	182,20	1156,15
Полдник						
127	Фрукты свежие или ягода свежемороженая	145	0,58	0,58	14,21	68,15
	Итого		0,58	0,58	14,21	68,15
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)	120	1,44	5,64	8,40	93,60
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 пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	199,75
ГП	Хлеб ржаной	100	4,91	1,00	44,80	210,00
	Итого		34,86	30,37	206,23	1273,35
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 гр., зелени-0,5 гр.						
			Б	Ж	У	Эн/п
	Итого за день		97,42	84,55	505,83	3265,47

Контингент граждан пожилого возраста и инвалидов, 24 часовое пр...						
КР ТК)	Наименование блюда	День 4 Масса порции 3	Пищевые вещества (г)			Энерг (ккал) 7
			Б 4	Ж 5	У 6	
1	2	Закуска	4,44	6,17	24,27	170,00
15	Каша жидкая манная молочная	150/5	0,07	0,01	13,18	55,00
11	Чай с лимоном	200/15/7	9,26	12,17	37,03	296,00
18	Бутерброд с маслом и сыром	75/10/15	13,77	18,35	74,48	521,00
	Итого	Обед	4,77	12,60	4,10	150,00
29	Салат "Обжорка"	100				
18	Суп "Харчи" на бульоне со сметаной	150/7	5,20	4,55	34,65	182,00
43	Запеканка свиная 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
11	Хлеб пшеничный	85	4,46	0,64	41,82	199,75
11	Хлеб ржаной	100	4,31	1,00	44,80	210,00
	Итого		34,34	31,61	161,07	1057,75
		Полдник				
27	Фрукты свежие или ягоды свежемороженными	145	0,78	0,58	14,21	68,15
	Итого		0,78	0,58	14,21	68,15
		Ужин				
31	Крем-де-ля-саккарный	100	1,19	13,34	61,26	302,74
93	Овощи натуральные отварные	120	1,27	0,17	2,71	20,81
70	Гарбузи из говядины	100	12,04	14,61	12,42	248,00
24	Макаронные изделия отварные	210	7,67	1,72	41,10	254,00
8	Чай с лимоном	200/13	0,44	0,75	14,61	69,00
11	Хлеб пшеничный	85	4,46	0,64	41,82	199,75
11	Хлеб ржаной	100	4,31	1,00	44,80	210,00
	Итого		41,42	24,17	222,12	1394,30
		2 ужин				
41	Кисломолочный продукт	194	1,63	4,85	9,76	102,82
	Итого		1,63	4,85	9,76	102,82
		блюдом выдают 1 блюдо по количеству 2 раза в неделю через день на 10 дней: 10 гр., овощей - 1 гр., уксуса - 2 гр., масла - 0,2 гр.				
	Итого за день		94,68	93,56	480,04	3144,52

№ КР ТТК)	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/п (ккал 7
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
44	Суп молочный с макаронными изделиями	350	7,12	7,48	28,12	207,3
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	229,0
	Итого		12,93	8,08	91,75	489,3
Обед						
132	Салат "Зимний"	100	5,30	11,60	4,98	146,0
63	Суп картофельный с крупой на курином бульоне	350	8,47	4,22	3,39	193,0
109	Птица отварная	80	16,88	10,84	0	168,0
48	Рагу овощное	215	2,09	3,61	12,27	96,0
89	Напиток из плодов шиповника	200	1,70	0,28	0,66	104,0
ГП	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	199,0
ГП	Хлеб ржаной	100	4,91	1,00	44,80	210,0
	Итого		45,81	32,23	107,92	1117,0
Полдник						
49	Молоко пастеризованное	200	5,80	6,40	9,40	120,0
	Итого		5,80	6,40	9,40	120,0
Ужин						
40	Ватрушка с творогом	100	12,89	6,39	36,50	273,0
91	Колбасные изделия отварные (сосиски)	60	6,84	10,92	0,12	129,0
56	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,53	5,56	38,65	238,0
31	Чай с лимоном	200/13/7	0,07	0,01	13,18	55,0
ГП	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	199,0
ГП	Хлеб ржаной	100	4,91	1,00	44,80	210,0
	Итого		39,70	24,56	175,07	1100,0
2 ужин						
41	Кисломолочный продукт	194	5,63	4,85	7,76	100,0
	Итого		5,63	4,85	7,76	100,0
необходимо выдавать 1 драже поливитаминов 3 раза в неделю через день.						
норма на весь день соли- 10 гр., специй - 1 гр., уксуса - 2 гр., зелени-0,5 гр.						
	Итого за день		109,87	76,12	391,90	2900,0

Контингент граждан пожилого возраста и инвалидов, 24 часовое пребывание

№ КР (ТТК)	Наименование блюда	День 6				Эн/и (ккал)
		Масса порции	Пищевые вещества (г)			
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
		150/5	6,37	7,12	33,03	222,00
26	Каша вязкая пшеничная молочная	200/13	0,01	0,00	12,97	53,00
16	Чай с сахаром	40	5,10	4,60	0,30	63,00
4	Яйцо отварное	75/10/15	9,26	12,17	37,03	296,00
18	Бутерброд с маслом и сыром		20,74	23,89	83,33	634,00
	Итого					
Обед						
42,13	Отурцы свежие или помидоры свежие	120	0,96	0,12	3,12	16,80
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	120	18,02	14,66	18,99	279,00
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	85	6,46	0,68	41,82	199,75
ГП	Хлеб ржаной	100	4,91	1,00	44,80	210,00
	Итого		45,88	26,86	177,54	1130,05
Полдник						
117	Какао с молоком сгущенным	200	3,35	3,60	24,33	144,00
78	Сметана (порциями)	15	0,38	3,00	0,53	30,75
144	Драники	230	6,62	7,45	35,35	279,00
	Итого		10,35	14,05	60,21	453,75
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	80	5,29	3,92	38,06	209,00
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 пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	199,75
ГП	Хлеб ржаной	100	4,91	1,00	44,80	210,00
	Итого		30,60	9,75	199,64	1073,50
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 гр., зелени-0,5 гр.						
Итого за день			Б	Ж	У	Эн/и
			113,20	79,40	528,48	3394,12

№ КР (ТТК)
1
53
108
18
133
55
134
69
25
ГП
ГП
127
135
96
88
10
31
ГП
ГП
41
Необходи
Норма на

Конингент граждан пожилого возраста и инвалидов, 24 часовое пребывание

День 7						
№ КР (ТТК)	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/а (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
53	Творог со сметаной и сахаром	175/15/15	31,86	20,25	20,68	400,00
108	Кофе на молоке	200	3,29	3,58	20,73	131,00
18	Бутерброд с маслом и сыром	75/10/15	9,26	12,17	37,03	296,00
	Итого		44,41	36,00	78,44	827,00
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 рассычатая	150	5,29	3,92	38,06	209,00
25	Компот из сухофруктов (в ассортименте)	200	0,73	0,00	34,68	146,00
ГП	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	199,75
ГП	Хлеб ржаной	100	4,91	1,00	44,80	210,00
	Итого		37,03	32,14	189,55	1225,75
Полдник						
127	Фрукты свежие или ягода свежемороженая	145	0,58	0,58	14,21	68,15
	Итого		0,58	0,58	14,21	68,15
Ужин						
135	Пирог печеный 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	200	22,42	22,51	7,66	324,23
10	Пюре картофельное	230	4,92	6,33	33,36	208,29
31	Чай с лимоном	200/13/7	0,07	0,01	13,18	55,00
ГП	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	199,75
ГП	Хлеб ржаной	100	4,91	1,00	44,80	210,00
	Итого		48,22	38,29	178,05	1267,32
2 ужин						
41	Кисломолочный продукт	104	5,63	4,85	7,76	102,82
	Итого		5,63	4,85	7,76	102,82
Необходимо давать 1 драже поливитаминов 3 раза в неделю через день. Норма на весь день соли - 10 гр., сахара - 1 гр., углеводов - 2 гр., жиров - 0,5 гр.						
Итого за день			133,87	111,86	468,01	3491,04

Контингент граждан пожилого возраста и инвалидов, 24 часовое пребывание

№ КР (ТТК)	Наименование блюда	День 8 Масса порции 3	Пищевые вещества (г)			Эн/и (ккал) 7
			Б 4	Ж 5	У 6	
Завтрак						
		150/5	5,36	6,37	29,51	196,00
80	Каша вязкая ячневая молочная	200/13	0,88	0,75	14,41	69,00
8	Чай с молоком	75/10	5,78	7,75	37,03	241,00
3	Бутерброд с маслом		12,02	14,87	80,95	506,00
	Итого					
Обед						
		90	12,75	10,6	0,63	149,63
68	Сельдь с луком репчатым	350/10	11,31	5,64	22,74	186,00
89	Суп-лапша с мясом птицы	400	14,22	13,23	35,54	340,80
79	Азу					
30	Кисель из свежемороженой ягоды	200	0,15	0,10	29,96	123,00
ГП	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	199,75
ГП	Хлеб ржаной	100	4,91	1,00	44,80	210,00
	Итого		49,80	31,25	175,49	1209,18
Полдник						
127	Фрукты свежие или ягода свежемороженая	145	0,58	0,58	14,21	68,15
	Итого		0,58	0,58	14,21	68,15
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 пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	199,75
ГП	Хлеб ржаной	100	4,91	1,00	44,80	210,00
	Итого		36,68	40,34	199,73	1336,75
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 гр., зелени-0,5 гр.						
Итого за день			Б	Ж	У	Эн/и
			104,71	91,89	478,14	3222,90

№ КР (ТТК)	Конт
1	
14	Суп
16	Чай с
18	Бутер
	Итого
42,13	Огур свеж
75	Суп рыбн
	Печ
115	овод
24	Мак
	Ком
25	ассо
ГП	Хле
ГП	Хле
	Ито
49	Мол
	Ито
142	Зам
78	Сме
21	Гол
87	Соу
10	Плю
8	Чай
ГП	Хле
ГП	Хле
	Ито
41	Кис
	Ито
Необходимо	
Норма на вес	
	Ит

Компонент пищевой потребности и питания: 14 летнего подростка

№ п/п (Ф.И.О.)	Наименование блюда	Калорийность	Потребность подростка (г)			Факт (г/сут)
			Б	Ж	У	
Утро						
1	Сыр вареный с маслом	100	1,14	0,77	25,00	183,75
2	Чай с сахаром	100/14	0,01	0,00	1,20	21,00
3	Вареная колбаса и салат	100/10/10	1,30	1,17	37,00	296,00
	Итого		13,81	18,94	75,00	522,75
Обед						
4	Суповая тарелка с мясом и овощами	150	0,00	0,02	3,32	36,00
5	Сыр вареный с маслом и салатом	150	8,81	9,03	20,20	176,75
6	Чай, сахар и салат	100	12,09	1,64	3,25	98,00
7	Квашенная капуста с маслом	210	7,67	5,72	40,10	254,00
8	Компот из фруктов (в сахарном сиропе)	200	0,73	0,00	34,68	146,00
9	Чай с сахаром	85	6,46	0,68	41,82	199,75
10	Чай с сахаром	100	4,91	1,00	44,80	210,00
	Итого		42,23	11,09	191,56	1301,50
Полдник						
11	Молоко пастеризованное	200	5,80	6,40	9,40	120,00
	Итого		5,80	6,40	9,40	120,00
Ужин						
12	Запеченная рыба	145	28,96	10,96	18,11	298,00
13	Салат (огурцы)	10	0,25	2,00	0,35	20,50
14	Пюре картофельное	100	8,22	6,25	5,98	114,00
15	Сыр вареный с маслом	50	0,34	2,37	3,25	32,00
16	Пюре картофельное	230	4,92	6,53	32,36	208,75
17	Чай с сахаром	200/13	0,88	0,75	14,41	60,00
18	Чай с сахаром	85	6,46	0,68	41,82	199,75
19	Чай с сахаром	100	4,91	1,00	44,80	210,00
	Итого		54,94	30,44	162,06	1151,54
Заван						
20	Вареная колбаса с маслом	100	3,63	4,85	7,76	162,82
	Итого		3,63	4,85	7,76	162,82
Потребность подростка в энергии: 3000 ккал в сутки. Энергия на 100 г мяса: говядина - 100 ккал, свинина - 100 ккал, курица - 100 ккал, рыба - 100 ккал.						
Итого за день			151,41	71,72	447,80	3008,41

Контингент граждан пожилого возраста и инвалидов, 24 часовое пребывание

№ КР (ГТК)	Наименование блюда	День 10				Эн/ц (ккал)
		Масса порции	Пищевые вещества (г)			
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
	Каша вязкая из хлопьев овсяных "Геркулес"	150/5	6,11	7,99	28,34	209,00
1		200/13/7	0,07	0,01	13,18	55,00
31	Чай с лимоном	40	5,10	4,60	0,30	63,00
4	Яйцо отварное	75/10	5,78	7,75	37,03	241,00
3	Бутерброд с маслом		17,06	20,35	78,85	568,00
	Итого					
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	85	6,46	0,68	41,82	199,75
ГП	Хлеб ржаной	100	4,91	1,00	44,80	210,00
	Итого		40,15	16,70	180,30	1133,75
Полдник						
117	Какао с молоком сгущенным	200	3,35	3,60	24,33	144,00
78	Сметана (порциями)	15	0,38	3,00	0,53	30,75
144	Драники	230	6,62	7,45	35,35	279,00
	Итого		10,35	14,05	60,21	453,75
Ужин						
138	Пирог с брусникой со сметаной	100	5,48	3,07	41,75	236,92
42,13	Огурцы свежие или помидоры свежие	120	0,96	0,12	3,12	16,80
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	29,96	123,00
ГП	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	199,75
ГП	Хлеб ржаной	100	4,91	1,00	44,80	210,00
	Итого		28,75	20,58	175,94	1042,47
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 гр., зелени-0,5 гр.						
Итого за день			Б	Ж	У	Эн/ц
			101,94	76,53	503,06	3300,79

№ КР (ГТК)	1
	59
	31
	18
	129
	6
	39
	24
	25
	ГП
	ГП
	127
	131
	137
	73
	52
	16
	ГП
	ГП
	41
	Необходим
	Норма на в

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	75/10/15	9,26	12,17	37,03	296,00
	Итого		13,71	18,45	82,50	554,00
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	150	18,08	16,94	6,19	250,50
24	Макаронные изделия отварные	210	7,67	5,72	45,10	254,00
25	Компот из сухофруктов (в ассортименте)	200	0,73	0,00	34,68	146,00
ГП	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	199,75
ГП	Хлеб ржаной	100	4,91	1,00	44,80	210,00
	Итого		51,29	40,52	206,41	1385,25
Полдник						
127	Фрукты свежие или ягода свежемороженая	145	0,58	0,58	14,21	68,15
	Итого		0,58	0,58	14,21	68,15
Ужин						
131	Крендель сахарный	100	7,19	13,24	61,26	392,74
137	Консервы овощные закусочные (лечо, икра кабачковая, томаты в собственном соку)	120	1,44	5,64	8,40	93,60
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 пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	199,75
ГП	Хлеб ржаной	100	4,91	1,00	44,80	210,00
	Итого		44,20	26,13	194,29	1196,02
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 гр., зелени - 0,5 гр.						
			Б	Ж	У	Эн/ц
Итого за день			115,41	90,53	505,17	3306,24

Контигент граждан пожилого возраста и инвалидов, 24 часовое пребывание

№ КР (ТТК)	Наименование блюда	День 12 Масса порции 3	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал) 7
			Б 4	Ж 5	У 6	
Завтрак						
		175/15/15	31,86	20,25	20,68	400,00
53	Творог со сметаной и сахаром	200/13	0,88	0,75	14,41	69,00
8	Чай с молоком					
54	Бутерброд с маслом и с джемом или повидлом	75/10/19	5,87	7,75	50,10	291,00
	Итого		38,61	28,75	85,19	760,00
Обед						
137	Консервы овощные закусочные (лечо, икра кабачковая, томаты в собственном соку)	120	1,44	5,64	8,40	93,60
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	85	6,46	0,68	41,82	199,75
ГП	Хлеб ржаной	100	4,91	1,00	44,80	210,00
	Итого		35,47	29,71	174,58	1111,35
Полдник						
127	Фрукты свежие или ягода свежемороженая	145	0,58	0,58	14,21	68,15
	Итого		0,58	0,58	14,21	68,15
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)	200	26,47	11,67	6,12	237,24
10	Пюре картофельное	230	4,92	6,33	33,36	208,29
16	Чай с сахаром	200/13	0,01	0,00	12,97	53,00
ГП	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	199,75
ГП	Хлеб ржаной	100	4,91	1,00	44,80	210,00
	Итого		50,63	32,94	203,28	1339,28
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 гр., зелени-0,5 гр.						
Итого за день			Б	Ж	У	Эн/ц
			130,92	96,83	485,02	3381,60

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	75/10/15	9,26	12,17	37,03	296,00
	Итого		19,85	27,55	52,05	537,00
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	80	16,88	10,84	0	168,8
25	Компот из сухофруктов (в ассортименте)	200	0,73	0,00	34,68	146,00
ГП	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	199,75
ГП	Хлеб ржаной	100	4,91	1,00	44,80	210,00
	Итого		45,46	29,99	183,55	1201,55
Полдник						
127	Фрукты свежие или ягода свежемороженая	145	0,58	0,58	14,21	68,15
	Итого		0,58	0,58	14,21	68,15
Ужин						
103	Оладьи с молоком сгущенным	70/20	6,03	6,48	36,09	213,00
93	Овощи натуральные соленые	120	1,27	0,17	2,71	20,81
33	Котлеты или биточки рыбные	100	12,55	6,01	15,32	167,00
64	Картофель тушеный	230	4,11	4,80	27,30	180,94
30	Кисель из свежемороженой ягоды	200	0,15	0,10	29,96	123,00
ГП	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	199,75
ГП	Хлеб ржаной	100	4,91	1,00	44,80	210,00
	Итого		35,48	19,24	198,00	1114,50
2 ужины						
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 гр., зелени-0,5 гр.						
			Б	Ж	У	Эн/ц
	Итого за день		107,00	82,21	455,57	3024,02

Контингент граждан пожилого возраста и инвалидов, 24 часовое пребывание

№ КР (ТТК)	Наименование блюда	День 14 Масса порции 3	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал) 7
			Б 4	Ж 5	У 6	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
						217,00
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	75/10/19	5,87	7,75	50,10	291,00
	Итого		15,34	17,66	104,60	639,00
Обед						
						160,00
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	400	14,43	13,36	39,07	358,40
27	Компот из свежемороженой ягоды	200	0,14	0,10	16,61	69,00
ГП	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	199,75
ГП	Хлеб ржаной	100	4,91	1,00	44,80	210,00
	Итого		31,85	32,65	177,60	1143,15
Полдник						
						120,00
49	Молоко пастеризованное	200	5,80	6,40	9,40	120,00
	Итого		5,80	6,40	9,40	120,00
Ужин						
						291,90
ГП	Кондитерские изделия в ассортименте	70	5,26	6,88	52,08	291,90
42,13	Огурцы свежие или помидоры свежие	120	0,96	0,12	3,12	16,80
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 пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	199,75
ГП	Хлеб ржаной	100	4,91	1,00	44,80	210,00
	Итого		35,06	25,58	183,27	1136,45
2 ужин						
						102,82
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 гр., зелени-0,5 гр.						
Итого за день			Б	Ж	У	Эн/ц
			93,68	87,14	482,63	3141,42

Итого
Итого