

Утверждаю
Директор ООО
"Новая Система Услуг"
Е.В. Плещинская

(подпись)
М.П.

С. С. Соловьев
Управление Роспотребнадзора
по Тамбовской области
Соловьев
М.П. _____
(подпись)
Тамбов

(подпись)

Понедельник 1 неделя

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг); А - мкг рет.экв										Минеральные в-ва (мг)							
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	РР	Са	Р	Mg	Fe	Na	К	І	Se					
101	Консервы овощные закусочные (игра кабачков)	50	0,5	2,43	2,7	34,63	0,02	0,03	3,25	0	0,3	49,22	27,8	8,63	0,35	350	157,5	0	0,0009					
96	Рассольник Ленинградский	250	3	4,5	23,75	135	0,077	0,05	6,9	122	6,79	16,75	57,75	23,63	0,865	242,18	406,736	0,0196	0,0009					
Фирменное блюдо	Котлеты куриные рубленые	100	15,95	10,89	14,81	221,04	0,06	0,075	0,175	17,75	0,325	39,11	85,34	23,13	1,95	55,01	229,34	0,016	0,00018					
54-1г-2020	Макароны отварные	180	6,36	6,6	39,24	242,4	0,072	0,036	0	31,92	1,428	13,2	48	8,4	0,84	178,8	63,6	0,025	0,0017					
389	Сол. фруктовый	200	1	0,2	25,6	86,6	0,02	0	4	0	0,2	14	14	8	2,8	12	240	0,0008	0,00006					
428	Булочка школьная/кондитерское изделие	50	4,18	1,6	22,43	145	0,075	0,04	0	12,7	0	11,25	38,42	16,17	0,73	41,66	48,77	0,0159	0					
ПР	Хлеб ржаной	50	2,5	0,5	22,8	105	0,116	0,56	0	0	0	9	0	10	2,06	301,5	57,5	0	0,00079					
	Итого	33,49	26,72	151,33	969,67	0,44	0,791	14,33	184,4	9,043	152,53	271,3	97,96	9,555	1181,15	796,71	0,0773	0,0036						

Вторник 1 неделя

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг): А - мкг ретинол								Минеральные в-ва (мг)							
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	РР	Са	Р	Mg	Fe	Na	K	I	Se			
102	Суп картофельный с бобовыми (пороховый)	250	5,4	5,25	16,5	148,25	0,1825	0,075	5,95	121,5	2,085	33,75	100,5	36,25	1,845	119,75	478	0,02	0,0025			
551	Грени из пшеничного хлеба	15	1,125	0,12	7,35	35,25	0,018	0,02	0,2	6,15	0,375	3,3	12	2,1	0,285	47,25	16,35	0,0006	0			
Фирменное блюдо	Азу	100	12,38	21	3,5	252,53	0,31	0,01	0,2	9,23	0,53	21,2	141,3	25,13	1,65	128,15	322,31	0,0021	0,000356			
54-11г-2020	Картофельное пюре	180	3,72	7,2	23,64	174,96	0,14	0,132	12,24	36,52	2,36	46,8	100,8	33,6	1,2	193,2	748,8	0,0342	0,00096			
372	Компот из свежих ягод	200	1	0,2	25,6	86,6	0,02	0	4	0	0,2	14	14	8	2,8	12	240	0,008	0			
338	Плоды свежие	100	0,4	0,4	9	44,4	0,03	0,02	10	5	0,2	16	11	9	2,2	26	278	0,0003	0,0003			
ПР	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	0,05	0,12	0,1	0	2,8	62,5	64,6	20,5	1,8	236,5	70,5	0	0,0101			
ПР	Хлеб ржаной	50	2,5	0,5	22,8	105	0,116	0,56	0	0	0	9	0	10	2,06	301,5	57,5	0	0,00075			
	Итого		30,475	35,17	132,54	963,89	0,8665	0,937	32,49	180,4	8,55	206,55	444,2	144,6	13,84	1064,35	2211,46	0,0669	0,02607			

Среда 1 недели

№ рецептуры	Наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг); А - мкг рет.экв										Минеральные в-ва (мг)																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																														
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	РР	Са	Р	Mg	Fe				Na	K	I	Se																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																									
71	Свежие овощи (огурец/помидор)	50	0,4	0,05	1,25	7,05	0,022	0,017	5	5	0,05	10,3	21	7	0,3	32,5	159,3	0,003	0,0003																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																												

Четверг 1 недели

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг): А - мкг ретинола										Минеральные в-ва (мг)									
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	РР	Са	Р	Мg	Fe	Na	К	І	Se							
71	Свежие овощи (огурец/помидор)	50	0,4	0,05	1,25	7,05	0,022	0,017	5	5	0,05	10,3	21	7	0,3	32,5	159,3	0,003	0,0003							
54-18с-2020	Свекольник	250	6,75	0,7	7,3	62	0,041	0,061	3,55	214	1,418	22,72	80	25,56	1,421	355,06	281,66	0,005	0,0004							
Фирменное блюдо	Птица запеченная	100	21,66	13,32	0	206,67	0,04	0,2	0	20	0,17	40	144	20	2	73	210,75	0,019	0,002187							
54-1г-2020	Макароны отварные	180	6,36	6,6	39,24	242,4	0,072	0,036	0	31,92	1,428	13,2	48	8,4	0,84	178,8	63,6	0,025	0,0012							
342	Компот из свежих плодов (из яблок)	200	0,16	0,16	23,88	97,6	0,01	0,02	1,8	0,6	0	6,4	4,4	3,6	0,18	8,22	33,62	0,00024	0,0036							
ПР	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	0,05	0,12	0,1	0	2,8	62,5	64,6	20,5	1,8	236,5	70,5	0	0,01							
ПР	Хлеб ржаной	50	2,5	0,5	22,8	105	0,116	0,56	0	0	0	9	0	10	2,06	301,5	57,5	0	0,00075							
	Итого		41,78	21,83	118,62	837,62	0,351	1,014	10,45	271,5	5,866	164,12	362	95,06	8,601	1185,58	876,93	0,05224	0,018437							

Литинца 1 неделя

Литиница 1 неделя																				
№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг): А - мкг ретинол						Минеральные в-ва (мг)							
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	РР	Са	Р	Mg	Fe	Na	К	I	Se	
108	Суп картофельный с клецками	250	3,55	4,6	18,79	144,25	0,06	0,05	4,6	127,5	0,98	13	45	16	0,68	72,5	277,5	0,0125	0,0011	
Фирменное блюдо	Котлеты домашние	100	15,28	10,94	14,88	219	0,325	0,125	0,325	5,84	1,16	43,16	175	33,38	2,08	516,8	117	0,0164	0,004	
54-1г-2020	Картофельное пюре	180	3,72	7,2	23,64	174,96	0,14	0,132	12,24	38,52	2,36	46,8	100,8	33,6	1,2	193,2	748,8	0,0342	0,00096	
54-21г-2020	Какао с молоком	200	4,6	4,4	12,5	107,2	0,04	0,17	0,68	17,25	1,1	143	130	34,3	1,1	49,9	220	0,0117	0,0023	
428	Булочка школьная/кондитерское изделие	50	4,18	1,6	22,43	145	0,075	0,04	0	12,7	0	11,25	38,42	16,17	0,73	41,66	48,77	0,0159	0	
ПР	Хлеб ржаной	50	2,5	0,5	22,8	105	0,116	0,56	0	0	0	9	0	10	2,06	301,5	57,5	0	0,00075	
	Итого		33,83	29,24	115,04	895,41	0,756	1,077	17,85	201,8	5,6	266,21	489,2	143,5	7,85	1175,56	1469,57	0,0907	0,00911	

Суббота 1 неделя

Суббота 1 неделя

Суббота 1 неделя																				
№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетич. ескал ценность (ккал)	Витаминный (мг): А - мкг рети.экв						Минеральные в-ва (мг)							
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	РР	Са	Р	Мg	Fe	Na	К	І	Se	
71	Свежие овощи (огурец/помидор)	50	0,4	0,05	1,25	7,05	0,022	0,017	5	5	0,05	10,3	21	7	0,3	32,5	159,3	0,003	0,0003	
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,73	2,8	20,45	117,9	0,108	0,0625	6,88	12,2	1,793	17,25	68,25	26	1,08	116,25	513	0,001	0,00145	
263	Рагу из свинины	280	18,67	48,1	27,53	604,8	0,43	0,44	2,24	131,5	1,16	34,38	278,8	70,12	3,46	440,83	554,18	0,00134	0,00044	
389	Сок фруктовый	200	1	0,2	25,6	86,6	0,02	0	4	0	0,2	14	14	8	2,8	12	240	0,0008	0,0008	
428	Булочка школьная/кондитерское изделие	50	4,18	1,6	22,43	145	0,075	0,04	0	12,7	0	11,25	38,42	16,17	0,73	41,66	48,77	0,0159	0	
ПР	Хлеб ржаной	50	2,5	0,5	22,8	105	0,116	0,56	0	0	0	9	0	10	2,06	301,5	57,5	0	0,00075	
Итого			29,48	53,25	120,06	1066,35	0,771	1,1195	18,12	161,4	3,203	96,18	420,5	137,3	10,43	944,74	1572,75	0,02204	0,00374	

Понедельник 2 недели

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг); А - мкг ретинол						Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	РР	Са	Р	Мg	Fe	Na	К	І	Se	
102	Суп картофельный с бобовыми (гороховый)	250	5,4	5,25	16,5	148,25	0,1825	0,075	5,95	121,5	2,085	33,75	100,5	36,25	1,845	119,75	478	0,02	0,0025	
551	Гречки из пшеничного хлеба	15	1,125	0,12	7,35	35,25	0,018	0,02	0	6,15	0,375	3,3	12	2,1	0,285	47,25	16,35	0,0006	0	
фирменное блюдо	Гуляш из куриного филе	100	9,19	2,91	14,06	95,87	0,0013	0,05	0,013	15	0,09	21,41	74,88	13,88	1,84	345,5	223,15	0,039	0,0012	
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,84	8,28	43,08	286,68	0,252	0,144	0	33	4,78	16,8	180	144	4,8	3,096	262,8	0,026	0,004	
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	0	0	0	15	0,05	50	4	2	0,1	0	0	0	0	
428	Булочка школьная/кондитерское изделие	50	4,18	1,6	22,43	145	0,075	0,04	0	12,7	0	11,25	38,42	16,17	0,73	41,66	48,77	0,0159	0	
ПР	Хлеб ржаной	50	2,5	0,5	22,8	105	0,116	0,56	0	0	0	9	0	10	2,06	301,5	57,5	0	0,0007	
	Итого		32,735	18,66	146,02	897,05	0,6448		5,963	203,4	7,38	145,51	409,8	224,4	11,66	858,756	1086,57	0,1015	0,008	

Вторник 2 недели

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг); А - мкг ретинол										Минеральные в-ва (мг)									
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	РР	Са	Р	Mg	Fe	Na	K	I	Se							
99	Суп из овощей	250	2,85	4,99	9,1	93,79	0,073	0,05	10,38	28	0,835	34,85	49,25	20,75	0,78	597,25	384,1	0,019	0,0002							
413	Сосиски отварные	100	9,4	15	0,8	175,8	0	0,16	0	0	0,6	19,2	98,6	10,6	1,2	807	206	0	0							
54-1г-2020	Макароны отварные	180	6,36	6,6	39,24	242,4	0,072	0,036	0	31,92	1,428	13,2	48	8,4	0,84	178,8	63,6	0,025	0,001							
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	0	0,01	0,04	0,3	0,09	4,5	7,2	3,8	0,7	0,7	20,8	0	0							
223	Запеканка из творога с молоком гущёным	90	13,15	9,95	25,2	243	0,054	0,12	0,42	58,5	0,72	176,01	194,1	23,91	0,58	82,16	193,2	0,012	0,0011							
ПР	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	0,05	0,12	0,1	0	2,8	62,5	64,6	20,5	1,8	236,5	70,5	0	0,0							
ПР	Хлеб ржаной	50	2,5	0,5	22,8	105	0,116	0,56	0	0	0	9	0	10	2,06	301,5	57,5	0	0,00077							
	Итого		38,41	37,54	127,79	1003,69	0,365	1,056	10,94	118,7	6,473	319,26	461,8	97,96	7,96	2203,91	995,7	0,056	0,0133							

Среда 2 неделя

Средне за неделю																			
№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетич еская ценность (ккал)	Витамины (мг); А - мкг рети. экв.						Минеральные в-ва (мг)						
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	РР	Са	Р	Mg	Fe	Na	К	І	Se
71	Свежие овощи (огурец/помидор)	50	0,4	0,05	1,25	7,05	0,022	0,017	5	5	0,05	10,3	21	7	0,3	32,5	159,3	0,003	0,0003
82	Борщ с капустой и картофелем	250	2,125	5,8	13	98,4	0,035	0,038	8,5	161,3	0,615	27,2	43,25	21,25	0,754	129,75	286,75	0,02	0,0004
263	Рагу из свинины	280	18,67	48,1	27,53	604,8	0,43	0,44	2,24	131,5	1,16	34,38	278,8	70,12	3,46	440,83	554,18	0,00134	0,00044
342	Компот из свежих плодов (из яблок)	200	0,16	0,16	23,88	97,6	0,01	0,02	1,8	0,6	0	6,4	4,4	3,6	0,18	8,22	33,62	0,00024	0,0036
338	Плоды свежие	100	0,4	0,4	9	44,4	0,03	0,02	10	5	0,2	16	11	9	2,2	26	278	0,002	0,0003
PP	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	0,05	0,12	0,1	0	2,8	62,5	64,6	20,5	1,8	236,5	70,5	0	0,01
PP	Хлеб ржаной	50	2,5	0,5	22,8	105	0,116	0,56	0	0	0	9	0	10	2,06	301,5	57,5	0	0,00075
	Итого		28,205	55,51	121,61	1074,15	0,693	1,215	27,64	303,3	4,825	165,78	423	141,5	10,754	1175,3	1439,85	0,02658	0,01579

Четверг 2 неделя

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетич еская ценность (ккал)	Витамины (мг); А - мкг ретинол						Минеральные в-ва (мг)							
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	РР	Са	Р	Mg	Fe	Na	К	І	Se	
71	Свежие овощи (огурец/помидор)	50	0,4	0,05	1,25	7,05	0,022	0,017	5	5	0,05	10,3	21	7	0,3	32,5	159,3	0,003	0,0003	
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,73	2,8	20,45	117,9	0,108	0,0625	6,88	12,2	1,793	17,25	68,25	26	1,08	116,25	513	0,001	0,00145	
390	Котлеты рыбные любительские	100	12,25	15	14,81	243,25	0,09	0,087	0,44	12,11	0,625	53,87	192,5	26,12	0,75	68,2	391,34	0,014	0,001	
54-6г-2020	Рис отварной	180	4,32	6,48	43,68	250,44	0,036	0,036	0	31,92	1,73	7,2	86,4	28,8	0,6	182,4	55,2	0,025	0,00086	
54-3соев-2020	Соус красный основной	30	0,99	0,81	2,67	21,93	0,01	0,00	0,80	39,54	0,099	2,7	7,08	3,66	0,15	3,6	42,6	0,00054	0,0012	
389	Сок фруктовый	200	1	0,2	25,6	86,6	0,02	0	4	0	0,2	14	14	8	2,8	12	240	0,008	0,008	
PP	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	0,05	0,12	0,1	0	2,8	62,5	64,6	20,5	1,8	236,5	70,5	0	0,01	
PP	Хлеб ржаной	50	2,5	0,5	22,8	105	0,116	0,56	0	0	0	9	0	10	2,06	301,5	57,5	0	0,00075	
	Итого		28,14	26,34	155,41	949,07	0,448	0,8825	17,22	100,8	7,297	176,82	453,8	130,1	9,54	952,95	1529,44	0,05154	0,02356	

Литница 2 недели																			
№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетич еская ценность (ккал)	Витамины (мг); А - мкг ретакв					Минеральные в-ва (мг)							
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	РР	Са	Р	Мg	Fe	Na	К	І	Se
113	Суп-лапша домашняя	250	2,565	5,54	11,63	115,75	0,05	0,037	0,5	12,5	0,398	28,55	38,5	10,68	0,52	7,82	58,025	0,02	0,0008
Фирменное блюдо	Птица запеченная	100	21,66	13,32	0	206,67	0,04	0,2	0	20	0,17	40	144	20	2	73	210,75	0,019	0,002187
54-11-2020	Картофельное пюре	180	3,72	7,2	23,64	174,96	0,14	0,132	12,24	38,52	2,36	46,8	100,8	33,6	1,2	193,2	748,8	0,0342	0,00096
54-23-н-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	3,5	11,2	91,2	0,03	0,13	0,52	13,29	0,91	111	107	30,7	1,1	38,5	184	0,09	0,0018
428	Булочка школьная/кондитерское изделие	50	4,18	1,6	22,43	145	0,075	0,04	0	12,7	0	11,25	38,42	16,17	0,73	41,66	48,77	0,0159	0
ПР	Хлеб ржаной	50	2,5	0,5	22,8	105	0,116	0,56	0	0	0	9	0	10	2,06	301,5	57,5	0	0,00075
	Итого		38,425	31,66	91,7	838,58	0,451	1,099	13,26	97,01	3,838	246,6	428,7	121,2	7,61	655,68	1307,845	0,1791	0,006497

Суббота 2 недели

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетич еская ценность (ккал)	Витамины (мг); А - мкг ретака							Минеральные в-ва (мг)					
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	РР	Са	Р	Мg	Fe	Na	К	І	Se
71	Свежие овощи (отруц/ломидор)	50	0,4	0,05	1,25	7,05	0,022	0,017	5	5	0,05	10,3	21	7	0,3	32,5	159,3	0,003	0,0003
88	Ши из свежей капусты с картофелем	250	1,8	4,98	8,1	84,48	0,045	0,04	13,5	140	0,808	33,25	30	19	0,675	118,5	303	0,019	0,0003
265	Плов	280	23,56	52,584	48,32	761,6	0,687	0,17	2,287	560	1,07	22,22	312,9	70,97	3,23	66,86	499,92	0,0023	0,001
54-21-н-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	0	0,01	0,04	0,3	0,09	4,5	7,2	3,8	0,7	0,7	20,8	0	0
ПР	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	0,05	0,12	0,1	0	2,8	62,5	64,6	20,5	1,8	236,5	70,5	0	0,01
ПР	Хлеб ржаной	50	2,5	0,5	22,8	105	0,116	0,56	0	0	0	9	0	10	2,06	301,5	57,5	0	0,00075
Итого			32,41	58,614	111,12	1101,83	0,92	0,917	20,93	705,3	4,818	141,77	435,7	131,3	8,765	756,56	1111,02	0,0243	0,01235