



«Утверждено»
Директор



М.С. Шевченко

«Согласовано»
Директор общеобразовательной организации

Основное (организованное) МЕНЮ

Для организации питания детей льготной категории обучающихся возрастной группы 12 лет и старше в муниципальных общеобразовательных организациях муниципального образования город Краснодар

2024

Неделя: 1
 День: 1

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм | | | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры | |
|--|---|------------------|-------------------------|--------------|--------------|-------------------------------|---------------|---|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | |
| салат | Яйцо варёное | 40 | 4,80 | 4,00 | 0,30 | 56,60 | 54-60-2022 | |
| основное | комп. 1 Каша вязкая молочная из риса | 160 | 4,58 | 8,27 | 32,70 | 224,00 | 174-2017 | |
| | комп. 2 Каша овсяная на молоке | 160 | 6,39 | 9,06 | 24,01 | 203,00 | 54-9к | |
| дополнение | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,16 | 2,68 | 15,95 | 101,00 | 379-2017 | |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 71,70 | Пром. | |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42,00 | Пром. | |
| | Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | Пром. | |
| Итого за рацион питания: комплекс 1 | | 550 | 16,24 | 16,15 | 82,75 | 542,30 | | |
| | | комплекс 2 | 550 | 18,05 | 33,09 | 74,06 | 521,30 | - |

Неделя: 1
 День: 2

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм | | | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры | |
|--|--|------------------|-------------------------|--------------|--------------|-------------------------------|--------------|---|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | |
| салат | Салат из белокачанной капусты с морковью | 100 | 1,31 | 3,25 | 6,46 | 60,00 | 45-2017 | |
| основное | комп. 1 Котлета "Московская" | 100 | 15,21 | 15,93 | 9,20 | 241,00 | 537-22 | |
| | Макароны отварные с томатом | 180 | 6,00 | 8,39 | 34,04 | 236,00 | 403-22 | |
| | комп. 2 Биточки (говядина) | 100 | 15,90 | 14,40 | 16,00 | 261,00 | 451-2004 | |
| | Макароны, запеченные с сыром | 180 | 8,23 | 8,18 | 33,38 | 240,00 | 399-22 | |
| дополнение | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,30 | | 6,70 | 28,00 | 54-3гн-2022 | |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 71,70 | Пром. | |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42,00 | Пром. | |
| Итого за рацион питания: комплекс 1 | | 630 | 26,12 | 28,37 | 80,4 | 678,7 | | |
| | | комплекс 2 | 630 | 29,04 | 26,63 | 86,54 | 702,7 | - |

Неделя: 1
 День: 3

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм | | | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|--|---|------------------|-------------------------|--------|----------|-------------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| салат | Сыр твёрдых сортов в нарезке (Российский) ¹ | 15 | 3,48 | 4,43 | 0,00 | 54,00 | 54-1з-2022 |
| основное | комп.1 Запеканка воздушная "Зебра" с сахарной пудрой (180/5) | 185 | 29,94 | 20,47 | 31,06 | 428,00 | ТК № 3/7 |
| | комп.2 Запеканка "Маковая неженка" со сгущенным молоком (185/15) | 200 | 13,04 | 9,68 | 24,85 | 401,00 | ТК № 3/9 |
| дополнение | Чай с молоком | 200 | 1,60 | 1,10 | 8,70 | 51,00 | 54-4гн-2022 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 71,70 | Пром. |
| | Фрукты свежие | 100 | 1,10 | 0,30 | 8,90 | 44,00 | Пром. |
| Итого за рацион питания: комплекс 1 | | 530 | 38,22 | 26,895 | 63,66 | 648,7 | |
| комплекс 2 | | 545 | 21,32 | 16,105 | 57,45 | 621,7 | - |

Неделя: 1
 День: 4

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм | | | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|--|-----------------------------------|------------------|-------------------------|-------|----------|-------------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| салат | Помидор в нарезке | 100 | 1,17 | 0,17 | 3,83 | 21,00 | 54-3з-2022 |
| основное | комп.1 Птица с рисом и овощами | 200 | 14,43 | 25,73 | 31,24 | 377,00 | ТК 3/8 |
| | комп.2 Плов куриный | 210 | 28,00 | 14,28 | 39,62 | 402,00 | ТК |
| дополнение | Компот из кураги | 200 | 1,00 | 0,10 | 15,69 | 67,00 | 54-2хн-2022 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 71,70 | Пром. |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42,00 | Пром. |
| | Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | Пром.3 |
| Итого за рацион питания: комплекс 1 | | 650 | 20,3 | 27,2 | 84,56 | 625,7 | |
| комплекс 2 | | 660 | 33,87 | 15,75 | 92,94 | 650,7 | - |

Неделя: 1
 День: 5

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм | | | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры | |
|---------------------------------|---|-------------------|-------------------------|-------|----------|-------------------------------|-------------|--|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | |
| <i>салат</i> | Огурец в нарезке | 100 | 0,83 | 0,17 | 2,50 | 14,00 | 54-2з-2022 | |
| <i>основное</i> | <i>комп.1</i> Биточек "Эврика" (птица, рыба) | 100 | 9,40 | 10,00 | 19,82 | 222,00 | ТК № 3/10Н | |
| | <i>комп.1</i> Картофель отварной с зеленью | 180 | 3,66 | 5,93 | 28,98 | 218,00 | 634-2022 | |
| | <i>комп.2</i> Котлета "Дружба" (птица, рыба) | 120 | 9,32 | 15,50 | 15,16 | 237,00 | ТК О-16 | |
| | <i>комп.2</i> Картофель отварной запеченный с сыром | 180 | 5,39 | 7,73 | 26,96 | 199,00 | 635-2022 | |
| <i>дополнение</i> | Сок натуральный | 200 | 1,00 | | 20,20 | 85,00 | Пром. | |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 71,70 | Пром. | |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42,00 | Пром. | |
| Итого за рацион питания: | | | | | | | | |
| | | <i>комплекс 1</i> | 630 | 18,19 | 16,9 | 95,5 | 652,7 | |
| | | <i>комплекс 2</i> | 650 | 19,84 | 24,2 | 88,82 | 648,7 | |

| | | | | | | | |
|---------------------------------------|-------------------|------|--------|--------|--------|---------|---|
| Всего за 5 дней питания: | <i>комплекс 1</i> | 2990 | 119,07 | 115,52 | 406,87 | 3148,10 | - |
| | <i>комплекс 2</i> | 3035 | 122,12 | 115,78 | 399,81 | 3145,10 | |
| Средние показатели за 5 дней питания: | <i>комплекс 1</i> | 598 | 23,81 | 23,10 | 81,37 | 629,62 | |
| | <i>комплекс 2</i> | 607 | 24,42 | 23,16 | 79,96 | 629,02 | - |

Неделя: 2
 День: 1

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм | | | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры | |
|---------------------------------|---------------------------------|-------------------|-------------------------|-------|----------|-------------------------------|-------------|--|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | |
| <i>салат</i> | Помидор в нарезке | 100 | 1,17 | 0,17 | 3,83 | 21,00 | 54-3з-2022 | |
| <i>основное</i> | <i>комп.1</i> Омлет натуральный | 200 | 16,20 | 22,30 | 4,40 | 301,00 | ТК | |
| | <i>комп.2</i> Омлет с морковью | 220 | 16,28 | 22,00 | 7,59 | 295,00 | 54-3о-2022 | |
| <i>дополнение</i> | Какао с молоком | 200 | 4,08 | 3,54 | 17,58 | 119,00 | 382-2017 | |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 71,70 | Пром. | |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42,00 | Пром. | |
| | Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | Пром.3 | |
| Итого за рацион питания: | | | | | | | | |
| | | <i>комплекс 1</i> | 650 | 25,15 | 27,21 | 59,61 | 601,7 | |
| | | <i>комплекс 2</i> | 670 | 25,23 | 26,91 | 62,8 | 595,7 | |

Неделя: 2

День: 2

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм | | | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|-------------------|---|------------------|-------------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| <i>салат</i> | Огурец в нарезке | 100 | 0,83 | 0,17 | 2,50 | 14,00 | 54-2з-2022 |
| <i>основное</i> | <i>комп.1</i> Биточек (говядина) | 110 | 17,49 | 15,84 | 17,60 | 287,00 | 451-2004 |
| | Картофель фри | 180 | 3,27 | 11,17 | 25,81 | 217,00 | Тк О/3 |
| | <i>комп.2</i> Котлета "Московская" | 100 | 15,21 | 15,93 | 9,20 | 241,00 | 537-22 |
| | Картофельное пюре | 180 | 3,84 | 6,24 | 23,76 | 167,00 | 54-11г-2022 |
| <i>дополнение</i> | Напиток "Ассорти"(плодово-ягодный) | 200 | 0,10 | 0,10 | 18,78 | 74,00 | ТК 3/12 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 71,70 | Пром. |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42,00 | Пром. |
| | Итого за рацион питания: <i>комплекс 1</i> | 640 | 24,99 | 28,08 | 88,69 | 705,7 | |
| | <i>комплекс 2</i> | 630 | 23,28 | 23,24 | 78,24 | 609,7 | |

Неделя: 2

День: 3

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм | | | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|-------------------|---|------------------|-------------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| <i>Салат</i> | Закуска из моркови | 100 | 0,90 | 8,20 | 4,80 | 189,00 | Пром. |
| <i>основное</i> | <i>комп.1</i> Тефтели рыбные | 100 | 14,88 | 2,71 | 10,98 | 128,00 | 470-22 |
| | Макароны отварные с томатом | 180 | 6,00 | 8,39 | 34,04 | 236,00 | 403-22 |
| | <i>комп.2</i> Фишболы | 100 | 17,87 | 5,05 | 12,00 | 165,00 | 471-2022 |
| | Макароны отварные | 180 | 6,48 | 5,88 | 39,36 | 236 | 54-1г-2022 |
| <i>дополнение</i> | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | | 6,50 | 27,00 | 54-2гн-2022 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 71,70 | Пром. |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42,00 | Пром. |
| | Фрукты свежие | 100 | 1,10 | 0,30 | 8,90 | 44,00 | Пром. |
| | Итого за рацион питания: <i>комплекс 1</i> | 730 | 26,38 | 20,4 | 89,22 | 737,7 | |
| | <i>комплекс 2</i> | 730 | 29,85 | 20,23 | 95,56 | 774,7 | |

Неделя: 2
 День: 4

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм | | | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры | |
|--------------------------|--|--------------------------------|-------------------------|-------|----------|-------------------------------|-------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | |
| Салат | Салат из белокочанной капусты с морковью | 100 | 1,31 | 3,25 | 6,46 | 60,00 | 45-2017 | |
| основное | комп.1 | Гречка "по-Кубански"(говядина) | 220 | 6,13 | 18,60 | 51,19 | 384,00 | ТК № 3/14 |
| | комп.2 | Плов из говядины | 200 | 21,71 | 20,28 | 31,11 | 394,00 | 443-04 |
| дополнение | Чай с сахаром и лимоном | | 200 | 0,30 | | 6,70 | 28,00 | 54-3гн-2022 |
| | Хлеб пшеничный | | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 71,70 | Пром. |
| | Хлеб ржаной | | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42,00 | Пром. |
| | Фрукты свежие | | 100 | 1,10 | 0,30 | 8,90 | 44,00 | Пром. |
| Итого за рацион питания: | | комплекс 1 | 670 | 12,14 | 22,95 | 97,25 | 629,7 | |
| | | комплекс 2 | 650 | 27,72 | 24,63 | 77,17 | 639,7 | |

Неделя: 2
 День: 5

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм | | | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры | |
|---|-----------------------------|--------------------|-------------------------|--------|----------|-------------------------------|-------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | |
| Салат | Салат из зеленый с огурцами | 100 | 1,03 | 6,03 | 2,14 | 68,00 | 18-2017 | |
| основное | комп.1 | Наггетсы куриные | 100 | 5,47 | 7,55 | 31,82 | 234,00 | ТК № О/1 |
| | | Картофель фри | 180 | 3,27 | 11,17 | 25,81 | 217,00 | Тк О/3 |
| | комп.2 | Фрикассе из курицы | 120 | 17,98 | 17,96 | 5,13 | 254,00 | 599-22 |
| | | Картофельное пюре | 180 | 3,84 | 6,24 | 23,76 | 167,00 | 54-11г-2022 |
| дополнение | Компот из яблок и вишни | | 200 | 0,22 | 0,14 | 9,62 | 41,00 | 5хн-22 |
| | Хлеб пшеничный | | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 71,70 | Пром. |
| | Хлеб ржаной | | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42,00 | Пром. |
| Итого за рацион питания: | | комплекс 1 | 630 | 13,29 | 25,69 | 93,39 | 673,7 | |
| | | комплекс 2 | 650 | 26,37 | 31,17 | 64,65 | 643,7 | |
| Всего за 5 дней питания: | комплекс 1 | | 3320 | 101,95 | 124,33 | 428,16 | 3348,50 | - |
| | комплекс 2 | | 3330 | 132,45 | 126,18 | 378,42 | 3263,50 | |
| Средние показатели за 5 дней питания: | комплекс 1 | | 664 | 20,39 | 24,87 | 85,63 | 669,70 | - |
| | комплекс 2 | | 666 | 137,45 | 131,18 | 383,42 | 3268,50 | |
| Всего за цикл питания (10 дней): | комплекс 1 | | 6310 | 221,02 | 239,85 | 835,03 | 6496,60 | - |
| | комплекс 2 | | 6365 | 254,57 | 241,96 | 778,23 | 6408,60 | |
| Средние показатели за цикл питания (10 дней): | комплекс 1 | | 631 | 22,10 | 23,98 | 83,50 | 649,66 | |
| | комплекс 2 | | 636,5 | 25,46 | 24,20 | 77,82 | 640,86 | - |

Возрастная категория питающихся: 12+ лет

Неделя: 1
 День: 1

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм | | | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры | |
|-------------------|------------------------------------|---|-------------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|-----------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | |
| <i>Салат</i> | | | | | | | | |
| | Овощи в нарезке (огурец в нарезке) | 100 | 0,83 | 0,17 | 2,50 | 14,00 | 54-2з-2022 | |
| <i>основное</i> | <i>комп.1</i> | Тефтели говядина с рисом (90/30) | 120 | 11,63 | 11,74 | 15,28 | 213,00 | 544-22 |
| | | Картофель фри | 180 | 4,91 | 16,74 | 38,71 | 325,00 | 648-22 |
| | <i>комп.2</i> | Котлета "Школьная" | 100 | 14,00 | 11,10 | 12,10 | 232,00 | №347-2018 |
| | | Картофель отварной с зеленью | 180 | 3,66 | 5,93 | 28,98 | 218,00 | 634-2022 |
| <i>дополнение</i> | | | | | | | | |
| | Суп гороховый | 250 | 5,30 | 5,02 | 19,90 | 146,00 | 54-8с-2022 | |
| | Компот из клубники ⁷ | 180 | 0,27 | 0,09 | 9,27 | 39,00 | ТК/6 | |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 2,80 | 0,80 | 20,00 | 96,00 | Пром.5 | |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,80 | 0,30 | 13,50 | 63,00 | Пром.6 | |
| | Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | Пром.3 | |
| | | Итого за рацион питания: <i>комплекс 1</i> | 1000 | 27,94 | 35,26 | 128,96 | 943 | |
| | | <i>комплекс 2</i> | 980 | 29,06 | 23,81 | 116,05 | 855 | - |

Неделя: 1
 День: 2

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм | | | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры | |
|-------------------|------------------------------|---|-------------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | |
| <i>салат</i> | | | | | | | | |
| | Салат из свежих помидоров | 100 | 1,10 | 6,12 | 4,57 | 78,00 | 23-2017 | |
| <i>основное</i> | <i>комп.1</i> | Рыба, запеченная с сыром | 100 | 24,34 | 10,94 | 196,00 | 453-22 | |
| | | Рис припущенный | 180 | 4,20 | 5,76 | 42,00 | 236,00 | 54-7г-2022 |
| | <i>комп.2</i> | Рыба запеченная "Фиш-ка" | 100 | 20,21 | 6,06 | 1,24 | 140,00 | ТК № О/6 |
| | | Ризотто с овощами | 180 | 4,69 | 9,58 | 39,42 | 254,00 | ТК № О/16 |
| <i>дополнение</i> | | | | | | | | |
| | Борщ с картофелем и капустой | 250 | 2,00 | 5,20 | 13,10 | 106,00 | №110-2004 | |
| | Сок натуральный | 200 | 1,00 | | 20,20 | 85,00 | Пром. | |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 2,80 | 0,80 | 20,00 | 96,00 | Пром.5 | |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42,00 | Пром.2 | |
| | Кондитерское изделие (вафли) | 15 | 0,32 | 2,66 | 5,69 | 48,00 | Пром. | |
| | | Итого за рацион питания: <i>комплекс 1</i> | 905 | 36,96 | 31,68 | 114,56 | 887 | |
| | | <i>комплекс 2</i> | 905 | 33,32 | 30,62 | 113,22 | 849 | - |

Неделя: 1
 День: 3

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм | | | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры | |
|-------------------|--------------------|---|-------------------------|--------------|-------------|-------------------------------|-------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | |
| <i>салат</i> | | Овощи в нарезке (огурец в нарезке) | 100 | 0,83 | 0,17 | 2,50 | 14,00 | 54-2з-2022 |
| <i>основное</i> | <i>комп. 1</i> | Шницель из курицы | 100 | 19,20 | 4,26 | 13,46 | 169,00 | 54-24м-2022 |
| | | Картофель по-деревенски | 180 | 4,91 | 5,66 | 38,71 | 225,00 | 646-202 |
| | <i>комп. 2</i> | Котлета рубленая (куриная) | 100 | 17,54 | 8,51 | 10,99 | 191,00 | К/1 |
| | | Картофельное пюре | 180 | 3,84 | 6,24 | 23,76 | 167,00 | 54-11г-2022 |
| <i>дополнение</i> | | Суп картофельный с клецками | 250 | 2,25 | 3,27 | 13,75 | 93,00 | 54-6с-2022 |
| | | Напиток "Ассорти" | 200 | 0,23 | 0,11 | 15,67 | 65,00 | ТК № О/8 |
| | | Хлеб пшеничный | 50 | 3,50 | 1,00 | 25,00 | 120,00 | Пром.7 |
| | | Хлеб ржаной | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42,00 | Пром.2 |
| | | Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | Пром.3 |
| | | Итого за рацион питания: <i>комплекс 1</i> | 1000 | 32,52 | 15,07 | 127,89 | 775 | |
| | | <i>комплекс 2</i> | 1000 | 29,79 | 19,9 | 110,47 | 739 | - |

Неделя: 1
 День: 4

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм | | | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры | |
|-------------------|--------------------|---|-------------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | |
| <i>салат</i> | | Салат из белокачанной капусты с морковью | 100 | 1,31 | 3,25 | 6,46 | 60,00 | 45-2017 |
| <i>основное</i> | <i>комп. 1</i> | Рыба, запеченная с картофелем по русски | 280 | 26,09 | 10,48 | 31,98 | 327,00 | 449-22 |
| | | Рыба, тушеная с овощами | 110 | 10,52 | 5,21 | 4,75 | 108,00 | 461-22 |
| | <i>комп. 2</i> | Картофель отварной с зеленью | 180 | 3,66 | 5,93 | 28,98 | 218,00 | 634-2022 |
| <i>дополнение</i> | | Борщ "Кубанский" с фасолью | 250 | 3,90 | 4,30 | 16,00 | 118,00 | ТК № О/11 |
| | | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | | 6,50 | 27,00 | 54-2гн-2022 |
| | | Хлеб пшеничный | 50 | 3,50 | 1,00 | 25,00 | 120,00 | Пром.7 |
| | | Хлеб ржаной | 30 | 1,80 | 0,30 | 13,50 | 63,00 | Пром.6 |
| | | Фрукты свежие | 100 | 1,10 | 0,30 | 8,90 | 44,00 | Пром. |
| | | Итого за рацион питания: <i>комплекс 1</i> | 1010 | 37,9 | 19,63 | 108,34 | 759 | |
| | | <i>комплекс 2</i> | 1020 | 25,99 | 20,29 | 110,09 | 758 | - |

Неделя: 1
 День: 5

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм | | | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры | |
|--|---|--------------------|-------------------------|--------|----------|-------------------------------|-------------|----------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | |
| <i>салат</i> | | Закуска из моркови | 100 | 0,90 | 8,20 | 4,80 | 189,00 | Пром. |
| <i>основное</i> | <i>комп. 1</i> | Драчена | 200 | 22,06 | 24,95 | 9,42 | 350,00 | 411-2022 |
| | <i>комп. 2</i> | Омлет натуральный | 220 | 18,63 | 26,40 | 4,84 | 331,00 | ТК |
| <i>дополнение</i> | Суп картофельный с мясными фрикадельками (250/25) | | 275 | 9,34 | 6,72 | 20,41 | 182,00 | 137-2004 |
| | Компот из клубники ⁷ | | 200 | 0,30 | 0,10 | 1,03 | 42,00 | ТК/6 |
| | Хлеб пшеничный | | 50 | 3,50 | 1,00 | 25,00 | 120,00 | Пром.7 |
| | Хлеб ржаной | | 30 | 1,80 | 0,30 | 13,50 | 63,00 | Пром.6 |
| | Фрукты свежие | | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | Пром.3 |
| Итого за рацион питания: | | <i>комплекс 1</i> | 955 | 38,3 | 41,67 | 83,96 | 993 | |
| | | <i>комплекс 2</i> | 975 | 34,87 | 43,12 | 79,38 | 974 | - |
| Всего за 5 дней питания: | | <i>комплекс 1</i> | 4870 | 173,62 | 143,31 | 563,71 | 4357 | - |
| | | <i>комплекс 2</i> | 4880 | 153,03 | 137,74 | 529,21 | 4175 | |
| Средние показатели за 5 дней питания: | | <i>комплекс 1</i> | 974 | 34,724 | 28,662 | 112,742 | 871,4 | |
| | | <i>комплекс 2</i> | 976 | 30,606 | 27,548 | 105,842 | 835 | - |

Неделя: 2
 День: 1

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм | | | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры | |
|------------|--------------------|--|-------------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|----------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | |
| салат | | Салат из зеленый с огурцами | 100 | 1,03 | 6,03 | 2,14 | 68,00 | 18-2017 |
| основное | комп. 1 | Паста сливочная с курицей | 280 | 19,02 | 36,00 | 36,72 | 547,00 | 406-2022 |
| | комп. 2 | Котлета рубленая (куриная) | 120 | 21,05 | 10,21 | 13,19 | 229,00 | К/1 |
| | | Макароны, запеченные с сыром | 180 | 8,23 | 8,18 | 33,38 | 240,00 | 399-22 |
| дополнение | | Рассольник "Южный" | 250 | 3,00 | 8,25 | 20,10 | 135,00 | ТК №О/15 |
| | | Сок натуральный | 200 | 1,00 | | 20,20 | 85,00 | Пром. |
| | | Хлеб пшеничный | 50 | 3,50 | 1,00 | 25,00 | 120,00 | Пром.7 |
| | | Хлеб ржаной | 30 | 1,80 | 0,30 | 13,50 | 63,00 | Пром.6 |
| | | Фрукты свежие | 100 | 1,10 | 0,30 | 8,90 | 44,00 | Пром. |
| | | Итого за рацион питания: комплекс 1 | 1010 | 30,45 | 51,88 | 126,56 | 1062 | |
| | | комплекс 2 | 1030 | 40,71 | 34,27 | 136,41 | 984 | |

Неделя: 2
 День: 2

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм | | | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры | |
|------------|--------------------|--|-------------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|---------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | |
| салат | | Салат из квашенной капусты | 100 | 1,72 | 5,00 | 8,47 | 86,00 | 47-2017 |
| основное | комп. 1 | Наггетсы куриные | 120 | 6,56 | 9,12 | 38,18 | 281,00 | ТК №О/1 |
| | | Каша гречневая с луком | 180 | 5,54 | 6,61 | 24,50 | 180,00 | 379, стр. 164 |
| | комп. 2 | Птица с гречкой и овощами из духовки | 280 | 33,21 | 33,36 | 44,54 | 611,00 | ТК О/19 |
| дополнение | | Суп рисовый с мелкошинкованными овощами | 250 | 1,78 | 2,78 | 14,81 | 93,00 | 255-2022 |
| | | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,30 | | 6,70 | 28,00 | 54-3гн-2022 |
| | | Хлеб пшеничный | 50 | 3,50 | 1,00 | 25,00 | 120,00 | Пром. |
| | | Хлеб ржаной | 30 | 1,80 | 0,30 | 13,50 | 63,00 | Пром.7 |
| | | Фрукты свежие | 100 | 1,10 | 0,30 | 8,90 | 44,00 | Пром.6 |
| | | Итого за рацион питания: комплекс 1 | 1030 | 22,3 | 25,11 | 140,06 | 895 | |
| | | комплекс 2 | 1010 | 43,41 | 42,74 | 121,92 | 1045 | - |

Неделя: 2
 День: 3

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм | | | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры | |
|---------------------------------|-------------------------|------------------------------|-------------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | |
| салат | Салат из свежих помидор | 100 | 1,10 | 6,12 | 4,57 | 78,00 | 23-2017 | |
| основное | комп. 1 | Гуляш из говядины (55/55) | 110 | 14,70 | 15,49 | 3,60 | 180,00 | 54-2м, №246-17 |
| | комп. 2 | Каша пшеничная рассыпчатая | 180 | 7,58 | 5,40 | 46,62 | 265,00 | 302-2017 |
| дополнение | комп. 2 | Азу из говядины с картофелем | 280 | 19,29 | 22,83 | 23,96 | 378,00 | 492-22 |
| | | Борщ с картофелем и капустой | 250 | 2,00 | 5,20 | 13,10 | 106,00 | №110-2004 |
| | | Сок натуральный | 200 | 1,00 | | 20,20 | 85,00 | Пром. |
| | | Хлеб пшеничный | 50 | 3,50 | 1,00 | 25,00 | 120,00 | Пром.7 |
| | | Хлеб ржаной | 40 | 2,40 | 0,40 | 18,00 | 84,00 | Пром.6 |
| | | Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | Пром.3 |
| Итого за рацион питания: | | комплекс 1 | 1030 | 32,68 | 34,01 | 140,89 | 965 | |
| | | комплекс 2 | 1020 | 29,69 | 35,95 | 114,63 | 898 | |

Неделя: 2
 День: 4

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм | | | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры | |
|---------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|-------------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | |
| Салат | Овощи в нарезке (огурец свежий) | 100 | 0,83 | 0,17 | 2,50 | 14,00 | 54-2з-2022 | |
| основное | комп. 1 | Рагу из птицы | 280 | 24,93 | 16,12 | 19,83 | 324,00 | ТК ШК/376 |
| | комп. 2 | Жаркое по-домашнему из курицы | 280 | 27,44 | 29,70 | 23,86 | 472,00 | 54-28м-2022 |
| дополнение | | Суп гороховый | 250 | 5,3 | 5,02 | 19,9 | 146 | 54-8с-2022 |
| | | Компот из клубники ⁷ | 200 | 0,30 | 0,10 | 1,03 | 43,00 | ТК/6 |
| | | Хлеб пшеничный | 50 | 3,50 | 1,00 | 25,00 | 120,00 | Пром. |
| | | Хлеб ржаной | 30 | 1,80 | 0,30 | 13,50 | 63,00 | Пром.7 |
| | | Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | Пром.3 |
| Итого за рацион питания: | | комплекс 1 | 1010 | 37,06 | 23,11 | 91,56 | 757 | |
| | | комплекс 2 | 1010 | 39,57 | 36,69 | 95,59 | 905 | |

Неделя: 2

День: 5

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм | | | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|--|--|------------------------|-------------------------|--------|----------|-------------------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| <i>салат</i> | Кукуруза сахарная | 100 | 2,00 | 0,33 | 10,17 | 52,00 | 54-21з-2022 |
| <i>основное</i> | <i>комп. 1</i> Запеканка "Маковая неженка" со сгущенным молоком (185/15) | 200 | 13,07 | 10,06 | 36,12 | 419,00 | ТК №3/9 |
| | <i>комп. 2</i> Воздушная "Зебра" со сметаной (190/10) | 200 | 13,00 | 22,08 | 36,87 | 457,00 | ТК №0/7 |
| <i>дополнение</i> | Суп картофельный с макаронными изделиями | 250 | 3,15 | 2,70 | 22,65 | 128,00 | 54-7с-2022 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,16 | 2,68 | 15,95 | 101,00 | 379-2017 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 2,80 | 0,80 | 20,00 | 96,00 | Пром.5 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,80 | 0,30 | 13,50 | 63,00 | Пром.7 |
| | Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | Пром.3 |
| | Итого за рацион питания: <i>комплекс 1</i> | 920 | 26,38 | 17,27 | 128,19 | 906 | |
| | <i>комплекс 2</i> | 920 | 26,31 | 29,29 | 128,94 | 944 | - |
| Всего за 5 дней питания: | <i>комплекс 1</i> | 5000 | 148,87 | 151,38 | 627,26 | 4585 | - |
| | <i>комплекс 2</i> | 4990 | 179,69 | 178,94 | 597,49 | 4776 | |
| | <i>комплекс 1</i> | 1000 | 29,774 | 30,276 | 125,452 | 917 | - |
| Средние показатели за 5 дней питания: | <i>комплекс 2</i> | 998 | 35,938 | 35,788 | 119,498 | 955,2 | |
| | <i>комплекс 1</i> | 9870 | 322,49 | 294,69 | 1190,97 | 8942 | - |
| Всего за цикл питания (10 дней): | <i>комплекс 2</i> | 9870 | 332,72 | 316,68 | 1126,7 | 8951 | |
| | <i>комплекс 1</i> | 987 | 32,249 | 29,469 | 119,097 | 894,2 | |
| Средние показатели за цикл питания (10 дней): | <i>комплекс 1</i> | 987 | 32,249 | 29,469 | 119,097 | 894,2 | |
| | <i>комплекс 2</i> | 987 | 33,272 | 31,668 | 112,67 | 895,1 | - |

Неделя: 1

День: 1

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм | | | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|------------|------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|----------|-------------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Полдник | Булочка "Домашняя" | 100 | 6,28 | 12,52 | 30,12 | 279,00 | ТК №П/6 |
| | Кисломолочный продукт (кефир 2,5%) | 200 | 5,80 | 5,00 | 8,00 | 100,00 | Пром. |
| | Фрукты свежие | 100 | 1,10 | 0,30 | 8,90 | 44,00 | Пром. |

Неделя: 1

День: 2

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм | | | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|------------|---------------------------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Полдник | Булочка ванильная | 100 | 7,89 | 8,12 | 41,81 | 283,00 | ТК№ П/7 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,16 | 2,68 | 15,95 | 101,00 | 379-2017 |
| | Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | Пром. |
| | Итого за рацион питания: | 400 | 11,45 | 11,20 | 67,56 | 431,00 | - |

Неделя: 1

День: 3

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм | | | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|------------|---------------------------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Полдник | Пирожок печеный с картофелем | 100 | 6,19 | 6,70 | 36,69 | 232,00 | 406-2017 |
| | Какао с молоком | 200 | 4,08 | 3,54 | 17,58 | 119,00 | 382-2017 |
| | Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 41,00 | Пром.3 |
| | Итого за рацион питания: | 400 | 10,67 | 10,64 | 64,07 | 392,00 | |

Неделя: 1

День: 4

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм | | | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|------------|-------------------------------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Полдник | Котлета куриная, запеченная в тесте | 100 | 9,65 | 10,41 | 33,17 | 245,00 | ТК № П/5 |
| | Чай с молоком | 200 | 1,60 | 1,10 | 8,70 | 51,00 | 54-4гн-2022 |
| | Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | Пром. |
| | Итого за рацион питания: | 400 | 11,65 | 11,91 | 51,67 | 343,00 | - |

Неделя: 1

День: 5

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм | | | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|--|------------------------------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Полдник | Сдоба обыкновенная | 100 | 7,71 | 6,05 | 39,09 | 262,00 | ТК №П/8 |
| | Кисломолочный продукт (кефир 2,5%) | 200 | 5,80 | 5,00 | 8,00 | 100,00 | Пром. |
| | Фрукты свежие | 100 | 1,10 | 0,30 | 8,90 | 44,00 | Пром. |
| | Итого за рацион питания: | 400 | 14,61 | 11,35 | 55,99 | 406,00 | - |
| Всего за 5 дней питания: | | 1700 | 49 | 45 | 248 | 1616 | - |
| Средние показатели за 5 дней питания: | | 340 | 9,90 | 9,08 | 49,64 | 323,20 | - |

Возрастная категория питающихся: 12+ лет

Неделя: 2

День: 1

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм | | | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|------------|---------------------------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Полдник | Булочка "Домашняя" | 100 | 6,28 | 12,52 | 30,12 | 279,00 | ТК № П/6 |
| | Кисломолочный продукт (кефир) | 200 | 5,80 | 5,00 | 8,00 | 100,00 | Пром.10 |
| | Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | Пром.3 |
| | Итого за рацион питания: | 400 | 12,48 | 17,92 | 47,92 | 426,00 | - |

Неделя: 2

День: 2

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм | | | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|------------|-------------------------------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Полдник | Котлета куриная, запеченная в тесте | 100 | 9,65 | 10,41 | 33,17 | 245,00 | ТК № П/5 |
| | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,30 | 0,00 | 6,70 | 28,00 | 54-3гп-2022 |
| | Кондитерское изделие (печенье) | 30 | 2,50 | 4,00 | 17,28 | 130,00 | Пром. |
| | Итого за рацион питания: | 330 | 12,45 | 14,41 | 57,15 | 403,00 | - |

Неделя: 2

День: 3

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм | | | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|------------|---------------------------------|------------------|-------------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Полдник | Пирожок печеный с картофелем | 100 | 6,19 | 6,70 | 36,69 | 232,00 | 406-2017 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,16 | 2,68 | 15,95 | 101,00 | 379-2017 |
| | Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | Пром. |
| | Итого за рацион питания: | 400 | 9,75 | 9,78 | 62,44 | 380,00 | - |

Неделя: 2

День: 4

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм | | | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|------------|---------------------------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Полдник | Расстегай с мясом (говядина) | 100 | 12,57 | 10,72 | 29,97 | 356,00 | ТК№ П/4 |
| | Чай с молоком | 200 | 1,60 | 1,10 | 8,70 | 51,00 | 54-4гн-2022 |
| | Фрукты свежие | 100 | 1,10 | 0,30 | 8,90 | 44,00 | Пром. |
| | Итого за рацион питания: | 400 | 15,27 | 12,12 | 47,57 | 451,00 | - |

Неделя: 2

День: 5

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм | | | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|--|------------------------------------|------------------|-------------------------|---------------|---------------|-------------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Полдник | Булочка "Домашняя" | 100 | 6,28 | 12,52 | 30,12 | 279,00 | ТК№ П/6 |
| | Кисломолочный продукт (йогурт 2,5) | 200 | 6,80 | 5,00 | 11,00 | 117,00 | Пром. |
| | Фрукты свежие | 100 | 1,10 | 0,30 | 8,90 | 44,00 | Пром. |
| | Итого за рацион питания: | 400 | 14,18 | 17,82 | 50,02 | 440,00 | - |
| Всего за 5 дней питания: | | 1930 | 64,13 | 72,05 | 265,10 | 2100,00 | - |
| Средние показатели за 5 дней питания: | | 386 | 12,83 | 14,41 | 53,02 | 420,00 | - |
| Всего за цикл питания (10 дней): | | 3630 | 113,61 | 117,45 | 513,29 | 3716,00 | - |
| Средние показатели за цикл питания (10 дней): | | 363,0 | 11,36 | 11,75 | 51,33 | 371,60 | - |

ПРИМЕЧАНИЕ (ДОПУСКАЕТСЯ):

1 - замена на сыр (жирность 45 %, полутвердый) другого наименования с соблюдением норм закладки и энергетической ценности

2 - приготовление блюда из другой крупы с соблюдением норм закладки и энергетической ценности

3 - выдача иных фруктов в соответствии с сезоном, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности

4 - выдача других овощей (свежих или соленых) в соответствии с сезоном, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности

5 - приготовление блюда из любых сушеных плодов, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности

6 - выдача сока натурального из разных плодов или ягод или напитка витаминизированного, при условии отсутствия повторяемости, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности

7 - приготовление блюда из разных плодов, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности

8 - выдача других кондитерских изделий, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности

9 - приготовление блюда из других видов рыб, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности