

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

« ____ » _____ 20 г.

И.о. директора
УБОУ "Курганская
школа-интернат № 60"
Приказ № 48
« 04 » августа 2021 г.



ПРИМЕРНОЕ 14 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

№14-ШИ/3590-20/103 от 10.02.2021 г.

для питания детей в школе-интернате,

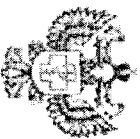
разработано в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20

"Санитарно-эпидемиологические организации общественного питания населения"

Возрастная категория детей: с 7 до 11 лет.

Приемы пищи: завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин.

г. Тюмень, 2021г.



Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека
Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения

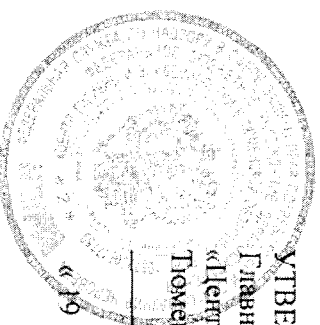
«Центр гигиены и эпидемиологии в Тюменской области»

(ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Тюменской области»)

Холодильная, 57, Тюмень, 625027. Телефон (3452) 56-79-90, (3452) 56-79-91, (3452) 56-79-92

Тел/факс (3452) 20-50-06; e-mail: foebesen@fbuz-tumen.ru; http://www.fbuz-tumen.ru

ОКПО 74757016 ОГРН 1057200617759 ИНН/КПП 7203158959/720301001



УТВЕРЖДАЮ

Главный врач (заместитель) ФБУЗ

«Центр гигиены и эпидемиологии в
Тюменской области»

А.Я. Фольмер

№ 24/ФД

« 19 » апреля 2021 г.

г. Тюмень

Экспертное заключение

1. Наименование услуги: экспертиза примерного 14-ти дневного меню № 14-ШИ/3590-20/103 от 10.02.2021 для организации питания детей с 7 до 11 лет в школе - интернате.
2. Заявитель: АУ ТО «Центр технологического контроля»,
Юридический адрес: 625026, г. Тюмень, ул. Рижская 47А;
ИНН 7203208134, ОГРН 1077203065147.
3. Получатель: АУ ТО «Центр технологического контроля»,
Юридический адрес: 625026, г. Тюмень, ул. Рижская 47А;
ИНН 7203208134, ОГРН 1077203065147.
4. Нормативные документы, используемые экспертами при проведении экспертизы:
СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» (далее СанПиН 2.3/2.4.3590-20).
5. Санитарно-эпидемиологической экспертизой установлено:
На основании заявки № 114404 от 25.03.2021г. рассмотрено представленное примерное 14-ти дневное меню № 14-ШИ/3590-20/103 от 10.02.2021 для организации питания детей в школе - интернате. Приемы пищи: завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин. Возрастная категория детей: с 7-11 лет.
Меню разработано на основании:
- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».
При составлении меню использованы:
 - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, I часть — М.: ХлебПродлинформ, 1996г.
 - Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции общественного питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, Том 1,2 — Москва.: 2006 г.
 - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах — М.: ХлебПродлинформ, 2004г.



• Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для диетического питания – М.: Хлебпродинформ. 2002г.

• Сборник технических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации - Пермь, ООО «Уральский региональный центр питания» ГБОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е.А. Вагнера», 2013 г.

Пр
-тя орга
-Центр те
эпидемио

• Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях. I часть. II часть - Екатеринбург, Уральский государственный экономический университет. ФГУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области», 2011г.

И.С. Завез
подрук

Представлены аннотация к меню, содержащая ссылки на используемую литературу, нормативные документы, пояснения к меню; накопительная ведомость; таблица распределения энергетической ценности (категорийности) на отдельные приемы пищи; таблица суммарных объемов блюд по приемам пищи.

Для обеспечения здоровым питанием составлено примерное меню на 14 дней, в соответствии с рекомендуемой формой составления примерного меню (приложение 8 СанПиН 2.3/2.4.3590-20), что соответствует п. 8.1.4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Меню разработано на период не менее двух недель (с учетом режима организации) для возрастной группы детей 7-11 лет, что соответствует требованиям п. 8.1.4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Примерное меню содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности (содержание белков, жиров и углеводов в каждом блюде). Приводятся ссылки на рецепты используемых блюд и кулинарных изделий, в соответствии со сборниками рецептов.

Организовано 5 разовое питание, что соответствует п. 8.1.2.8. СанПиН 2.3/2.4.3590-20. Меню включает завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин. На долю завтрака в среднем за 14 дней приходится 25% от суточной потребности в пищевых веществах и энергии, на долю обеда - 35%, на долю полдника –15%; на долю ужина – 20%; на долю второго ужина – 5% от суточной потребности в пищевых веществах и энергии. Примерное меню разработано с учетом физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастной группы с 7-11 лет (приложение 10, таблица 1, таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20), что соответствует требованиям пп. 8.1.2.1, 8.1.2.3. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Суммарный объем готовых блюд для указанного возраста (7-11 лет) соответствует приложению 9 таблице 3 п. 8.1.2. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Масса порций готовых блюд для указанного возраста (7-11 лет) соответствует приложению 9 таблице 1 п. 8.1.2. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Для дополнительного обогащения рациона питания детей микронутриентами в меню используются: хлеб и хлебобулочные изделия с содержанием витаминов и минералов, витаминизированное молоко. В целях профилактики йододефицитных состояний у детей используется соль поваренная пищевая йодированная при приготовлении блюд и кулинарных изделий, что соответствует требованиям п. 8.1.6. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

В примерном меню отсутствуют блюда и кулинарные изделия, которые могут послужить причиной возникновения и распространения инфекционных и массовых неинфекционных заболеваний (отравлений), указанные в приложении 6 (СанПиН 2.3/2.4.3590-20), что соответствует п. 8.1.9. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

ЗАКЛЮЧЕНИЕ:

Представленное примерное 14-ти дневное меню № 14-ШИ/3590-20/103 от 10.02.2021
 организации питания детей с 7 до 11 лет в школе - интернате заработанное АУ ТО
 «Центр технологического контроля» соответствует требованиям 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-
 гигиенические требования к организации общественного питания населения».

И. з. заведующего отделением гигиены детей и подростков – врач по общей гигиене



Е.А. Невдимова

Для
 зний
 для
 ский
 (ская
 ьных
 ский
 туру,
 лица
 ищи;
 ей, в
 не 8
 арно-
 ании)
 нПин
 б.люд.
 жлом
 ий, в
 90-20.
 ака в
 вах и
 долю
 ерное
 ествах
 нПин
 0-20.
 ствует
 ствует
 и меню
 радов,
 детей
 под и
 могут
 ссовых
 анПин
 тарно-



Аннотация

Меню приготавливаемых блюд для организации питания с круглосуточным пребыванием в школе-интернате, разработано в соответствии с требованиями СанПин 2.3/2.4.3590-Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания «СанПиН 2.3/2.4.3590-20», раздел VIII «Особенности организации общественного питания детей».

Возрастная категория детей: с 7 до 11 лет.

В соответствии с Приложением 10, Таблицей 3 «Распределение в процентном отношении содержания пищевых веществ и энергии по приемам пищи в зависимости от времени приема в организации» СанПин 2.3/2.4.3590 – 20, предусмотрены следующие приемы пищи **завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин.**

Суточная потребность 2350 ккал в соответствии с СанПин 2.3/2.4.3590-20 Приложение Таблица 1 «Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах (суточная).

Соблюдено требование п.8.1.2.3 СанПин 2.3/2.4.3590-20 «допускается в течение дня отклонение от норм калорийности по отдельным приемам пищи в пределах +/- 5 % при условии, что средний % пищевой ценности за неделю будет соответствовать нормам, приведенным в Приложении №10 к настоящим правилам, по каждому приему пищи».

Масса порций для детей в меню соответствует требованиям Приложения № 9, Таблица 1 «Масса порций для детей в зависимости от возраста (в граммах)».

Суммарные объемы блюд по приемам пищи соответствуют требованиям Приложения Таблица 3 «Суммарные объемы блюд по приемам пищи (в граммах не менее)».

Нормы питания рассчитаны в соответствии СанПин 2.3/2.4.3590-20 Приложение 7, Таблица 2 "Среднесуточные наборы пищевой продукции для организации питания детей до 18 лет (в нетто г., мл. на 1 ребенка в сутки)".

Меню содержит обязательные включения - титульный лист, аннотацию, накопительную таблицу распределения энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи, таблицу суммарных объемов блюд по приемам пищи (в граммах - не менее).

Форма меню в соответствии с требованиями п.8.1.4. СанПин 2.3/2.4.3590-20, Приложение 1 «Рекомендуемый образец».

Меню содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической ценности, составлены на программном комплексе: «Система расчетов для общественного питания». одобренный Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (свидетельство № 32 от 11.06.2009 г.)

Технологическая документация разработана на основании нормативных сборников СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, 1 часть - М.: Хлебпродинформ, 1996 г (№репц.-1996).

Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции общественного питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, Том 1,2 – Москва.:2006г; (№репц.-2006, Москва).

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах — М.: Хлебпродинформ, 2004г (№репц.-2004).

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для диетического питания — М.: Хлебпродинформ, 2002 г (№репц.-2002).

Сборник технических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школ, интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации – Пермь, ООО «Уральский региональный центр питания» ГБОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е.А. Вагнера», 2013 г. (№репц.-2013, Пермь).

- Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях, I часть II часть – Екатеринбург, Уральский государственный экономический университет, ФГБОУ «Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области», 2011г. (Нарец.-20 Екатеринбург).

Меню разработано технологическими документами (технологическими картами соответствия с п. 2.8. СанПин 2.3/2.4.3590-20. При приготовлении блюд соблюдаются принципы «Щадящего питания»: для тепловой обработки применяется варка, запекание, припускание тушение, приготовление на пару, приготовление в конвектомате. Указана температура подачи блюд и срок реализации.

Для овощей приняты нормы отходов соответствующие с Приложением №24 Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий 1996 г. Необходимо строго следить за пересчетом процента отходов для расчета сырья по овощам, в соответствии с сезонностью. Закупаемые продукты в блюда соответствуют нормативным таблицам Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий 1996 г.

В целях профилактики гиповитаминозов в соответствии с п.8.1.6. СанПин 2.3/2.4.3590 для дополнительного обогащения рациона питания детей микронутриентами в меню использованы: хлеб и хлебобулочные изделия с содержанием витаминов и минералов витаминизированные напитки. Для дополнительного обогащения рациона микронутриентами рекомендуется использовать в меню специализированные продукты питания, обогащенные микронутриентами, а также инстантные витаминизированные напитки промышленного выпуска.

В целях профилактики йододефицитных состояний у детей должна использоваться сбалансированная пищевая йодированная при приготовлении блюд и кулинарных изделий. Соленья включены в состав рецептур блюд (каши, выпечные изделия), в другие блюда закладка осуществляется с учетом приготовления качественных по органолептическим показателям меду соленых блюд.

Для предотвращения размножения патогенных микроорганизмов готовые блюда должны быть реализованы не позднее 2-х часов с момента изготовления, п.8.1.2.8. СанПин 2.3/2.4.3590-20.

Следует учитывать, что выход фруктов, кондитерских изделий дан в меню ориентировочно. При формировании ежедневного меню необходимо определять фактический выход фруктов и кондитерских изделий.

Разработчик АУ ТО «Центр технологического контроля»

г. Тюмень ул. Рижская 47а

электронный адрес: tekcontrol2014@yandex.ru

| № | Продукты | Норма питания в г, мл, нетто на 1 ребенка в сутки | Фактический поступление, мл | | | | | | | | | | | | | | в 14 дней, г | Факт в день, г, мл | % выполнения | |
|---|-------------------|---|-----------------------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|--------------|--------------------|--------------|-----|
| | | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | | | | |
| 1 | Хлеб ржаной***** | 80 | 80 | 80 | 80 | 70 | 70 | 80 | 80 | 100 | 70 | 150 | 114 | 215 | 100 | 100 | 64 | 2200 | 84,3 | 105 |
| 2 | Хлеб пшеничный*** | 150 | 167 | 120 | 152 | 134 | 194 | 150 | 135 | 195 | 188 | 114 | 215 | 100 | 100 | 64 | 2200 | 457,8 | 428 | |

изациях, а ча
верситет, Ф
(№рег.-2

ми картами
ются принд
а, припуска
ература под

№24 Сборн
за пересче
стью. Зака
птур блюд

1.2.3/2.4.359
тами в м
и минерал

кронутриент
и, обогащен
ного выпуска
издалий. Сол
закладка о
показатель

Блюда дол
ИН 2.3/2.4.3

дан в м
ть фактиче

| № | Продукты | Норма питания в г, мл, нетто на 1 ребенка в сутки | Дни | | | | | | | | | | | | | | в 14 дней, г | Факт в дней, г, мл | в выполнении |
|----|--|---|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|------|-----|-----|-----|-----------------|--------------------------|-----------------|
| | | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | | | |
| 1 | Хлеб ржаной**** | 80 | 80 | 80 | 80 | 70 | 70 | 80 | 80 | 100 | 70 | 150 | 70 | 80 | 80 | 90 | 1180 | 84,3 | 105 |
| 2 | Хлеб пшеничный*** | 150 | 167 | 120 | 152 | 134 | 194 | 150 | 135 | 195 | 188 | 114 | 215 | 190 | 160 | 94 | 2206 | 157,6 | 105 |
| 3 | Мука пшеничная | 15 | 46 | 14 | 3 | 45 | 4 | 18 | 30 | 0 | 15 | 0 | 3 | 5 | 6 | 16 | 204 | 14,5 | 97 |
| 4 | Крупы, бобовые | 45 | 70 | 56 | 40 | 41 | 46 | 64 | 73 | 15 | 0 | 58 | 50 | 40 | 36 | 51 | 640 | 45,7 | 102 |
| 5 | Макаронные изделия | 15 | 0 | 53 | 0 | 53 | 0 | 0 | 0 | 53 | 0 | 0 | 0 | 38 | 15 | 0 | 212 | 15,1 | 101 |
| 6 | Картофель | 187 | 205 | 120 | 128 | 75 | 224 | 229 | 170 | 255 | 184 | 230 | 299 | 201 | 220 | 79 | 2619 | 187,1 | 100 |
| 7 | Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соленые и квашеные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-пюре, зелень | 280 | 287 | 271 | 424 | 264 | 378 | 255 | 127 | 199 | 262 | 297 | 218 | 360 | 271 | 259 | 3873 | 276,6 | 99 |
| 8 | Фрукты свежие | 185 | 204 | 150 | 324 | 130 | 235 | 150 | 245 | 130 | 252 | 374 | 200 | 104 | 100 | 120 | 2718 | 194,1 | 105 |
| 9 | Сухофрукты | 15 | 0 | 0 | 25 | 40 | 0 | 0 | 25 | 0 | 25 | 15 | 0 | 31 | 0 | 60 | 221 | 15,8 | 105 |
| 10 | Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные*** | 200 | 200 | 200 | 200 | 200 | 200 | 200 | 200 | 200 | 200 | 200 | 200 | 200 | 200 | 200 | 2800 | 200,0 | 100 |
| 11 | Сахар (в т.ч. для приготовления блюд и напитков, в случае использования пищевой продукции промышленного выпуска, содержащих сахар, выдача сахара должна быть уменьшена в зависимости от его содержания в используемой готовой пищевой продукции) | 30 | 48 | 20 | 33 | 51 | 28 | 26 | 46 | 17 | 35 | 40 | 20,5 | 30 | 15 | 37 | 447 | 31,9 | 105 |
| 12 | Кондитерские изделия | 10 | 0 | 0 | 30 | 8 | 0 | 30 | 0 | 0 | 30 | 0 | 0 | 0 | 20 | 30 | 148 | 10,6 | 105 |
| 13 | Какао | 1 | 0 | 0 | 4 | 0 | 0 | 0 | 2 | 0 | 4 | 0 | 0 | 4 | 0 | 0 | 14 | 1,0 | 100 |
| 14 | Чай | 1 | 1,8 | 0,9 | 0,0 | 1,8 | 1,8 | 0,0 | 0,9 | 0,9 | 0,9 | 1,8 | 0,9 | 0,0 | 0,9 | 0,9 | 14 | 1,0 | 96 |
| 15 | Кофейный напиток | 2 | 0 | 5,5 | 0 | 0 | 0 | 5,5 | 0 | 6 | 0 | 0 | 5,5 | 0 | 6 | 0 | 28 | 2,0 | 98 |
| 16 | Мясо 1-й категории | 70 | 63 | 79 | 146 | 16 | 79 | 93 | 95 | 16 | 81 | 79 | 97 | 0 | 79 | 76 | 999 | 71,4 | 102 |
| 17 | Субпродукты (печень, язык, сердце) | 30 | 0 | 0 | 0 | 134 | 0 | 0 | 100 | 0 | 95 | 0 | 0 | 76 | 0 | 0 | 405 | 28,9 | 95 |
| 18 | Птица (цыплята-бройлеры потрошенные - 1 кат.) | 35 | 26 | 134 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 68 | 0 | 0 | 134 | 89 | 0 | 65 | 516 | 36,9 | 105 |
| 19 | Рыба (филе), в т.ч. филе слабо или малосоленое | 58 | 93 | 0 | 74 | 119 | 72 | 74 | 0 | 119 | 0 | 95 | 0 | 74 | 108 | 0 | 828 | 59,1 | 102 |
| 20 | Молоко | 300 | 234 | 325 | 403 | 33 | 424 | 336 | 404 | 370 | 449 | 114 | 350 | 430 | 330 | 220 | 4422 | 315,9 | 105 |
| 21 | Кисломолочная пищевая продукция | 150 | 180 | 280 | 0 | 280 | 180 | 280 | 100 | 180 | 0 | 180 | 180 | 0 | 280 | 100 | 2220 | 158,6 | 105 |
| 22 | Творог (5%-9% м.д.ж.) | 50 | 0 | 120 | 0 | 100 | 0 | 123 | 0 | 0 | 112 | 0 | 100 | 0 | 0 | 124 | 679 | 48,5 | 97 |
| 23 | Сметана | 10 | 5 | 11 | 0 | 18 | 0 | 10 | 5 | 0 | 17 | 5 | 0 | 30 | 17 | 22 | 139 | 9,9 | 99 |
| 24 | Сыр | 10 | 15 | 0 | 20 | 0 | 0 | 0 | 20 | 20 | 15 | 15 | 20 | 0 | 0 | 16 | 141 | 10,1 | 101 |
| 25 | Масло сливочное | 30 | 27 | 28 | 10 | 51 | 24 | 34 | 28 | 30 | 35 | 35 | 29 | 36 | 16 | 34 | 415 | 29,6 | 99 |
| 26 | Масло растительное | 15 | 18 | 15 | 24 | 14 | 21 | 14 | 16 | 13 | 9 | 9 | 15 | 13 | 10 | 14 | 204 | 14,6 | 97 |
| 27 | Яйцо, шт. | 40 | 54 | 6 | 155 | 25 | 5 | 18 | 15 | 60 | 135 | 5 | 4 | 0 | 40 | 34 | 554 | 39,6 | 99 |
| 28 | Дрожжи хлебопекарные | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 1,2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0,1 | 43 |
| 29 | Крахмал | 3 | 7 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 | 21 | 1,5 | 50 |
| 30 | Специи | 2,0 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 28 | 2,0 | 100 |
| 31 | Соль пищевая поваренная йодированная | 3,0 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 42 | 3,0 | 100 |

* Нормы питания в соответствии СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", Приложение 7, Таблица 2 "Среднесуточные наборы пищевой продукции для организации питания детей от 7 до 18 лет (в нетто г., мл. на 1 ребенка в сутки)"

** Количество потребленных продуктов округлено до целого числа

*** Мучное, булочное, кондитерское изделие промышленного производства посчитано в 1,2,4,5,6,8,9,10,11,12,13 дни посчитано к норме хлеба пшеничного

**** Мучное изделие промышленного производства в 10 дне посчитано к норме хлеба ржаного

ОБЩЕСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
Министерства
АУ ТО Центр технического контроля

Распределение энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи для детей школьного возраста с 7 до 11 лет *

| Суточная потребность СанПиН 2.3/2.4.3590-20 (2350 ккал)** | Завтрак, ккал | % выполнения | Обед, ккал | % выполнения | Полдник, ккал | % выполнения | Ужин, ккал | % выполнения | Второй ужин, ккал | % выполнения | Итого, ккал | % выполнения |
|---|---------------------------------|-----------------|--------------------------------|-----------------|--------------------------------|-----------------|--------------------------------|-----------------|-------------------------------|-----------------|----------------|-----------------|
| | 25 % от суточного рациона | | 35% от суточного рациона | | 15% от суточного рациона | | 20% от суточного рациона | | 5% от суточного рациона | | 100% | |
| | 588 | | 823 | | 353 | | 470 | | 118 | | 2350 | |
| 1 день | 588 | 25 | 824 | 35 | 336 | 14 | 487 | 21 | 119 | 5 | 2355 | 100 |
| 2 день | 589 | 25 | 821 | 35 | 358 | 15 | 470 | 20 | 119 | 5 | 2357 | 100 |
| 3 день | 584 | 25 | 812 | 35 | 345 | 15 | 454 | 19 | 124 | 5 | 2319 | 99 |
| 4 день | 614 | 26 | 835 | 36 | 372 | 16 | 481 | 20 | 119 | 5 | 2421 | 103 |
| 5 день | 594 | 25 | 847 | 36 | 359 | 15 | 461 | 20 | 119 | 5 | 2380 | 101 |
| 6 день | 581 | 25 | 831 | 35 | 349 | 15 | 491 | 21 | 119 | 5 | 2371 | 101 |
| 7 день | 574 | 24 | 796 | 34 | 353 | 15 | 482 | 20 | 124 | 5 | 2329 | 99 |
| ИТОГО в среднем за неделю | 589 | 25 | 824 | 35 | 353 | 15 | 475 | 20 | 121 | 5 | 2362 | 100 |
| 8 день | 569 | 24 | 821 | 35 | 359 | 15 | 492 | 21 | 119 | 5 | 2360 | 100 |
| 9 день | 611 | 26 | 837 | 36 | 363 | 15 | 452 | 19 | 124 | 5 | 2387 | 102 |
| 10 день | 582 | 25 | 815 | 35 | 364 | 15 | 481 | 20 | 119 | 5 | 2361 | 100 |
| 11 день | 601 | 26 | 835 | 36 | 337 | 14 | 452 | 19 | 119 | 5 | 2344 | 100 |
| 12 день | 605 | 26 | 835 | 36 | 337 | 14 | 450 | 19 | 124 | 5 | 2352 | 100 |
| 13 день | 581 | 25 | 800 | 34 | 345 | 15 | 489 | 21 | 119 | 5 | 2334 | 99 |
| 14 день | 570 | 24 | 829 | 35 | 372 | 16 | 478 | 20 | 124 | 5 | 2374 | 101 |
| ИТОГО в среднем за неделю | 588 | 25 | 825 | 35 | 354 | 15 | 471 | 20 | 121 | 5 | 2359 | 100 |
| ИТОГО в среднем за день | 589 | 25 | 824 | 35 | 353 | 15 | 473 | 20 | 121 | 5 | 2360 | 100 |

*Приложение 10, Таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"

**Приложение 10, Таблица 1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"

Приложение №9, таблица 3
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

| Распределение энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи для детей и подростков с 7 до 11 лет (не менее) | | | | |
|---|-------------|----------------|-------------|--------------------|
| Завтрак, грамм | Обед, грамм | Полдник, грамм | Ужин, грамм | Второй ужин, грамм |
| 500 | 700 | 300 | 400 | 100 |

| Приложение №9, таблица 3 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 | Завтрак, грамм | Обед, грамм | Полдник, грамм | Ужин, грамм | Второй ужин, грамм |
|--|----------------|-------------|----------------|-------------|--------------------|
| | | 500 | 700 | 300 | 500 |
| 1 день | 625 | 795 | 320 | 550 | 200 |
| 2 день | 545 | 785 | 330 | 600 | 200 |
| 3 день | 595 | 830 | 380 | 500 | 200 |
| 4 день | 540 | 835 | 360 | 535 | 200 |
| 5 день | 565 | 824 | 330 | 505 | 200 |
| 6 день | 535 | 795 | 330 | 655 | 200 |
| 7 день | 545 | 740 | 360 | 580 | 200 |
| 8 день | 510 | 825 | 330 | 595 | 200 |
| 9 день | 540 | 825 | 360 | 510 | 200 |
| 10 день | 600 | 815 | 364 | 580 | 200 |
| 11 день | 540 | 755 | 360 | 570 | 200 |
| 12 день | 545 | 840 | 300 | 530 | 200 |
| 13 день | 570 | 795 | 340 | 560 | 200 |
| 14 день | 510 | 735 | 350 | 530 | 200 |

Масса порций для детей в зависимости от возраста (в граммах)

| Название блюд | Масса порций в граммах для двух возрастных групп | |
|--|--|-----------------|
| | 7 до 11 лет | 12 лет и старше |
| Каша, или овощное, или яичное, или творожное, или мясное блюдо (допускается комбинация разных блюд завтрака, при этом выход каждого блюда может быть уменьшен при условии соблюдения общей массы блюд завтрака) | 150-200 | 200-250 |
| Закуска (холодное блюдо) (салат, овощи и т.п.) | 60-100 | 100-150 |
| Первое блюдо | 200-250 | 250-300 |
| Второе блюдо (мясное, рыбное, блюдо из мяса птицы) | 90-120 | 100-120 |
| Гарнир | 150-200 | 180-230 |
| Третье блюдо (компот, кисель, чай, напиток кофейный, какао-напиток, сок, напиток из шиповника, сок) | 180-200 | 180-200 |
| Фрукты | 100 | 100 |

В соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", Приложение 9, Таблица 1 "Масса порций для детей в зависимости от возраста (в граммах)"

1. Хо
2. Су
3. Бл
4. Бл
Греч
расст
вязке
пшен
расст
вязка
рисо
рассь
вязка
перл
рассь
вязка
овсян
манн
кукур
рассь
вязка
5. Бл
6. Бл
7. Бл
8. Бл
9. Бл
10. Бл
11. Бл
Норм

**Расход соли и специй
при приготовлении блюд и изделий**

| Блюда | Наименование специй | |
|---|---------------------|------------------|
| | Соль, г | Лавровый лист, г |
| 1 Холодные блюда (на порцию) | 2 | 5 |
| 2 Супы (на 1000 г)* | 2—3 | 0,01 |
| 3 Блюда из овощей (варка) на 1 л воды | 6—10 | 0,04 |
| 4 Блюда из круп (на 1 кг крупы) | 10 | — |
| Прочиевая каша: | | |
| расыпчатая из ядрицы | 21 | — |
| вязкая | 40 | — |
| молочная каша: | | |
| расыпчатая | 25 | — |
| вязкая | 40 | — |
| рисовая каша: | | |
| расыпчатая | 28 | — |
| вязкая | 45 | — |
| перловая каша: | | |
| расыпчатая | 30 | — |
| вязкая | 45 | — |
| овсяная каша вязкая | 40 | — |
| молочная каша вязкая | 45 | — |
| Пряжурная каша: | | |
| расыпчатая | 30 | — |
| вязкая | 35 | — |
| 5 Блюда из бобовых (на 1 порцию отварных бобов) | 3—4 | — |
| 6 Блюда из макаронных изделий (варка) на 1 кг изделий | 30 | |
| 7. Блюда из яиц (на 1 шт.) | 0,25 | |
| 8 Блюда из творога (на 1 кг) | 10 | |
| 9 Блюда из рыбы и морепродуктов (на 1 порцию) | 3 | 0,01 |
| 10 Блюда из мяса (на 1 порцию) | 4 | 0,02 |
| 11 Блюда из сельскохоззяйственной птицы (на 1 порцию) | 3—5 | 0,02 |

* Норма закладки соли в молочных супах — 6 г на 1000 г.

Приложение N 11к
СанПин 2.3/2.4.3590-20

ТАБЛИЦА ЗАМЕНЫ ПИЩЕВОЙ ПРОДУКЦИИ В ГРАММАХ (НЕТТО) С УЧЕТОМ ИХ ПИЩЕВОЙ ЦЕННОСТИ

| Вид пищевой продукции | Масса, г | Вид пищевой продукции - заменитель | Масса, г |
|---------------------------------|----------|--|----------|
| Рыба (треска) | 100 | Мясо кролика | 96 |
| | | Печень говяжья | 116 |
| | | Мясо птицы | 97 |
| | | Рыба (треска) | 125 |
| | | Творог с массовой долей жира 9% | 120 |
| | | Баранина 2 кат. | 97 |
| | | Конина 1 кат. | 104 |
| | | Мясо лося (мясо с ферм) | 95 |
| | | Оленина (мясо с ферм) | 104 |
| | | Консервы мясные | 120 |
| Творог с массовой долей жира 9% | 100 | Молоко питьевое с массовой долей жира 2,5% | 100 |
| | | Молоко сгущенное (цельное и с сахаром) | 40 |
| | | Сгущено-вареное молоко | 40 |
| | | Творог с массовой долей жира 9% | 17 |
| | | Мясо (говядина 1 кат.) | 14 |
| | | Мясо (говядина 2 кат.) | 17 |
| | | Рыба (треска) | 17,5 |
| | | Сыр | 12,5 |
| | | Яйцо куриное | 22 |
| | | Мясо говядина | 83 |
| Мясо птицы | 41 | Рыба (треска) | 105 |
| | | Творог с массовой долей жира 9% | 31 |
| | | Мясо (говядина) | 26 |
| | | Рыба (треска) | 30 |
| | | Молоко цельное | 186 |
| Мясо (говядина) | 100 | Сыр | 20 |
| | | Мясо (говядина) | 87 |
| | | Творог с массовой долей жира 9% | 105 |

| | | | |
|---------------|-----|---|-----|
| Картофель | 100 | Капуста белокочанная | 111 |
| | | Капуста цветная | 80 |
| | | Морковь | 154 |
| | | Свекла | 118 |
| | | Бобы (фасоль), в том числе консервированные | 33 |
| | | Горошек зеленый | 40 |
| | | Горошек зеленый консервированный | 64 |
| | | Кабачки | 300 |
| | | Фрукты консервированные | 200 |
| | | Соки фруктовые | 133 |
| Фрукты свежие | 100 | Соки фруктовые – ягодные | 133 |
| | | Сухофрукты: | |
| | | Яблоки | 12 |
| | | Чернослив | 17 |
| | | Курага | 8 |
| | | Изюм | 22 |
| | | | |

завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

111
80
154
118
33
40
64
300
200
133
133
12
17
8
22

Завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин

Возрастная категория с 7 до 11 лет

14-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ №14-ШИ/3590-20/103 от 10.02.2021 г.

Меню содержит обязательные вложения - титульный лист, аннотацию, накопительную ведомость, таблицу распределения энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи, таблицу суммарных объемов блюд по приемам пищи (в граммах - не менее)

1 день

| Наименование блюда | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав | | | | | № рецептуры |
|---|-----------|----------|-------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|------------------|
| | | | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал | |
| Завтрак | | | 625 | 16,0 | 15,1 | 97,3 | 588,4 | |
| Бутерброд с сыром и маслом | | | 20/5/15 | 6,1 | 7,8 | 7,9 | 126,2 | №1,3-2004 |
| хлеб пшеничный | 20 | 20 | | | | | | |
| масло сливочное | 5 | 5 | | | | | | |
| сыр | 16 | 15 | | | | | | |
| Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая с маслом | | | 200/5 | 6,5 | 6,7 | 26,0 | 190 | №311-2004 |
| хлопья овсяные "Геркулес" | 25 | 25 | | | | | | |
| вода питьевая | 72 | 72 | | | | | | |
| молоко питьевое | 110 | 110 | | | | | | |
| или молоко концентрированное | 51 | 51 | | | | | | |

ДЕКРЕТНОЕ УПРАВЛЕНИЕ
 Меню № 14-ШИ/3590-20/103
 АУ ТО «Центр технического обслуживания»

| | | | | | | | | |
|--|---------------|---------------|------------------|-------------|-------------|--------------|--------------|------------------------------|
| или молоко сухое | 13 | 13 | | | | | | |
| вода кипяченая для концентрированного молока | 59 | 59 | | | | | | |
| вода кипяченая для сухого молока | 97 | 97 | | | | | | |
| сахар | 3 | 3 | | | | | | |
| соль йодированная | 1 | 1 | | | | | | |
| масло сливочное | 5 | 5 | | | | | | |
| Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд" | | | 200/20/10 | 0,2 | 0,0 | 15,5 | 62,8 | №686-2004 |
| чай-заварка | 0,9 | 0,9 | | | | | | |
| сахар | 15 | 15 | | | | | | |
| лимон | 11 | 10 | | | | | | |
| апельсин | 21 | 20 | | | | | | |
| Фрукты в ассортименте | | | 150 | 0,6 | 0,0 | 21,6 | 88,8 | №458-2006, Москва |
| Хлеб пшеничный | | | 30 | 1,5 | 0,4 | 12,2 | 58,4 | |
| или Хлеб пшеничный витаминизированный | | | 30 | | | | | |
| Хлеб ржаной | | | 30 | 1,1 | 0,2 | 14,1 | 62,0 | |
| или хлеб ржаной витаминизированный | | | 30 | | | | | |
| Обед | | | 795 | 28,4 | 27,4 | 116,0 | 824,1 | |
| Салат "Дальневосточный" из морской капусты с яйцом отварным | | | 80 | 5,1 | 9,4 | 1,4 | 110,6 | №362-2002 |
| Морковь до 01.01.20% | 11 | 11 | | | | | | |
| Морковь до 01.01.20% | 22,0 | 18 | | | | | | |
| с 01.01.25% | 23,0 | 18 | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|---|--|--|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------------|
| Обед | | | 795 | 28,4 | 27,4 | 116,0 | 824,1 | |
| Салат "Дальневосточный" из морской капусты с яйцом отварным | | | 80 | 5,1 | 9,4 | 1,4 | 110,6 | №362-2002 |
| салат "Дальневосточный" из морской капусты | | | 41 | 24 | | | | |
| Морковь до 01.01.2014 | | | 23,9 | 18 | | | | |
| с 01.01 - 25% | | | 23,9 | 18 | | | | |
| масса отварной моркови | | | | 16 | | | | |
| яйцо куриное | | | 40 | 40 | | | | |
| лук репчатый | | | 8,3 | 7 | | | | |
| <i>лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый</i> | | | | | | | | |
| или лук зеленый | | | 9 | 7 | | | | |
| масло растительное | | | 4 | 4 | | | | |
| ИЛИ | | | | | | | | |
| Салат "Летний" | | | 80 | 5,0 | 7,3 | 4,8 | 104,9 | №32-2013, Пермь |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | | | 31 | 23 | | | | |
| 01.11.-31.12. -30% | | | 33 | 23 | | | | |
| 01.01-29.02 - 35% | | | 35 | 23 | | | | |
| 01.03 - 40% | | | 38 | 23 | | | | |
| масса отварного картофеля | | | | 20 | | | | |
| помидоры свежие грунтовые | | | 11,8 | 10 | | | | |
| или помидоры свежие парниковые | | | 10,2 | 10 | | | | |
| огурцы свежие грунтовые | | | 10,5 | 10 | | | | |

| | | | | | | | | |
|---|-----------|------------|-----------------|------------|------------|-------------|--------------|------------------|
| или огурцы свежие парниковые | 10,2 | 10 | | | | | | |
| лук репчатый | 4,8 | 4 | | | | | | |
| <i>лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый</i> | | | | | | | | |
| или лук зеленый | 5,0 | 4 | | | | | | |
| яйцо куриное | 32 | 32 | | | | | | |
| масло растительное | 4 | 4 | | | | | | |
| Суп из овощей с курицей, со сметаной | | | 250/10/5 | 5,9 | 6,3 | 16,0 | 144,3 | №135-2004 |
| курица потрошенная 1 категории (мякоть без кожи) | 29 | 26 | | | | | | |
| картофель - 01.09.-31.10. - 25% | 67 | 50 | | | | | | |
| 01.11.-31.12. -30% | 72 | 50 | | | | | | |
| 01.01-29.02 - 35% | 77 | 50 | | | | | | |
| 01.03 - 40% | 84 | 50 | | | | | | |
| морковь до 01.01.-20% | 12,5 | 10 | | | | | | |
| с 01.01 - 25% | 13,3 | 10 | | | | | | |
| лук репчатый | 12 | 10 | | | | | | |
| горошек зелёный консервированный | 28 | 18 | | | | | | |
| масло сливочное | 5 | 5 | | | | | | |
| сметана | 5 | 5 | | | | | | |
| говядина полуфабрикат (мясо бескостное) | 74 | 111 | | | | | | |
| масло растительное | 4 | 4 | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|---|----------|----------|------------|------------|------------|-------------|-------------|-----------------------------|
| масло сливочное | 5 | 5 | | | | | | |
| сметана | 5 | 5 | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| масло растительное | 4 | 4 | | | | | | |
| масса тушеного мяса | | 40 | | | | | | |
| масса соуса | | 60 | | | | | | |
| лук репчатый | 14 | 12 | | | | | | |
| томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли) | 6 | 6 | | | | | | |
| мука пшеничная | 4 | 4 | | | | | | |
| Рис припущенный с кукурузой | | | 150 | 3,5 | 5,0 | 27,8 | 170 | №44/3-2011, Екатеринбург |
| крупка рисовая | 45 | 45 | | | | | | |
| масло сливочное | 5 | 5 | | | | | | |
| кукуруза консервированная | 57 | 34 | | | | | | |
| Кисель из свежих ягод | | | 200 | 0,3 | 0,2 | 21,5 | 89,0 | №505-2013, Пермь |
| вишня свежемороженая | 25,2 | 24 | | | | | | |
| или смородина свежемороженая | 25,2 | 24 | | | | | | |
| или клюква свежемороженая | 25,2 | 24 | | | | | | |
| или облепиха свежемороженая | 26,6 | 24 | | | | | | |
| сахар | 15 | 15 | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|--|-----|-----|------------|------------|------------|-------------|--------------|---------------------|
| крахмал | 7 | 7 | | | | | | |
| Хлеб пшеничный | | | 70 | 3,5 | 1,0 | 28,4 | 136,2 | |
| или Хлеб пшеничный витаминизированный | | | 70 | | | | | |
| Хлеб ржаной | | | 30 | 1,1 | 0,2 | 14,1 | 62,0 | |
| или хлеб ржаной витаминизированный | | | 30 | | | | | |
| Полдник | | | 320 | 7,7 | 3,2 | 69,0 | 335,6 | |
| Блинчики с молоком сгущенным | | | 100/20 | 3,2 | 5,9 | 56,5 | 292 | №531-2013, Пермь |
| мука пшеничная | 42 | 42 | | | | | | |
| молоко питьевое | 104 | 104 | | | | | | |
| или молоко концентрированное | 48 | 48 | | | | | | |
| или молоко сухое | 12 | 12 | | | | | | |
| вода кипяченая для концентрированного молока | 56 | 56 | | | | | | |
| вода кипяченая для сухого молока | 92 | 92 | | | | | | |
| яйцо куриное | 10 | 10 | | | | | | |
| сахар | 3 | 3 | | | | | | |
| соль йодированная | 0,8 | 0,8 | | | | | | |
| масса теста: | | 150 | | | | | | |
| масло растительное | 3 | 3 | | | | | | |

или

| | | | | | | | | |
|--------------------|---|-----|--|--|--|--|--|--|
| масса теста: | | 150 | | | | | | |
| масло растительное | 3 | 3 | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|---|------|-----|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|-------------------|
| Мучное изделие промышленного производства в ассортименте (неке) | | | 100 | 7,5 | 3,2 | 67,0 | 287 | |
| Чай с сахаром | | | 200 | 0,2 | 0,0 | 12,0 | 48,8 | №685-2004 |
| чай-заварка | 0,9 | 0,9 | | | | | | |
| сахар | 12 | 12 | | | | | | |
| Ужин | | | 550 | 17,4 | 12,8 | 75,7 | 487,4 | |
| Салат из квашеной капусты с луком | | | 80 | 1,3 | 4,0 | 5,9 | 64,8 | №45-2004 |
| капуста квашеная промышленного производства | 97 | 68 | | | | | | |
| лук репчатый | 9,5 | 8 | | | | | | |
| <i>лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый</i> | | | | | | | | |
| или лук зеленый | 10 | 8 | | | | | | |
| масло растительное | 4 | 4 | | | | | | |
| ИЛИ | | | | | | | | |
| Салат из капусты белокочанной | | | 80 | 1,5 | 4,0 | 6,8 | 69,2 | №3-2013, Пермь |
| капуста свежая белокочанная (стертая с солью) | 119 | 60 | | | | | | |
| морковь до 01.01.-20% | 10 | 8 | | | | | | |
| с 01.01 - 25% | 10,6 | 8 | | | | | | |
| <i>капуста и морковь старого урожая используется в сыром виде до 1 марта, с 1 марта только капуста или морковь нового урожая или другой салат</i> | | | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|--|------------|------------|-----------|-------------|------------|------------|------------|------------------|
| лук репчатый | 9,5 | 8 | | | | | | |
| <i>лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый</i> | | | | | | | | |
| или лук зеленый | 10,0 | 8 | | | | | | |
| сахар | 2 | 2 | | | | | | |
| кислота лимонная | 0,1 | 0,1 | | | | | | |
| вода для разведения лимонной кислоты | 5 | 5 | | | | | | |
| масло растительное | 4 | 4 | | | | | | |
| Шницель рыбный натуральный | | | 90 | 10,6 | 4,2 | 7,8 | 111 | №391-2004 |
| горбуша или кета потрошенная с головой (филе с кожей без костей) | 133 | 93 | | | | | | |
| или горбуша или кета неразделанная (филе с кожей без костей) | 160 | 93 | | | | | | |
| или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей) | 126 | 93 | | | | | | |
| или щекур неразделанный | * | * | | | | | | |
| или пикша обезглавленная потрошенная | * | * | | | | | | |
| *процент отходов щекура или пикши следует определять контрольной отработкой потерь при тепловой и холодной обработке и оформлять актом | | | | | | | | |
| лук репчатый | 10 | 8 | | | | | | |
| вода питьевая | 8 | 8 | | | | | | |
| яйцо куриное | 3,5 | 3,5 | | | | | | |
| сухари | 7 | 7 | | | | | | |
| картафель - 01 00 - 01 10 - 80% | 100 | 100 | | | | | | |
| 01 11 - 01 12 - 80% | 100 | 100 | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|--|-----|-----|------------|------------|------------|-------------|-------------|---------------------|
| яйцо куриное | 3,5 | 3,5 | | | | | | |
| сухари | 7 | 7 | | | | | | |
| 01.11-31.12. -30% | | | | | | | | |
| | 229 | 188 | | | | | | |
| 01.01-29.02 - 35% | | | | | | | | |
| | 239 | 155 | | | | | | |
| 01.03 - 40% | | | | | | | | |
| | 259 | 155 | | | | | | |
| морковь до 01.01.-20% | 53 | 42 | | | | | | |
| с 01.01 - 25% | 56 | 42 | | 5,1 | | | | |
| лук репчатый | 26 | 22 | | | | | | |
| масло сливочное | 7 | 7 | | | | | | |
| Сок в ассортименте | 200 | 200 | 200 | 0,4 | 0,0 | 22,0 | 90 | №518-2013, Пермь |
| Хлеб пшеничный | | | 20 | 1,0 | 0,3 | 8,1 | 38,9 | |
| или Хлеб пшеничный витаминизированный | | | 20 | | | | | |
| Хлеб ржаной | | | 20 | 0,7 | 0,1 | 9,4 | 41,3 | |
| или хлеб ржаной витаминизированный | | | 20 | | | | | |
| Второй ужин | | | 200 | 5,6 | 6,3 | 10,0 | 119 | |
| Кисломолочный напиток в ассортименте | 186 | 180 | 180 | 3,9 | 5,4 | 5,1 | 85 | №698-2004 |
| Мучное изделие промышленного производства в ассортименте | 20 | 20 | 20 | 1,7 | 0,9 | 4,9 | 35 | |
| ИТОГО: | | | | 75 | 65 | 368 | 2355 | |

2 день

| Наименование блюда | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав | | | | | № рецептуры |
|--|-----------|----------|-------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|------------------------------|
| | | | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал | |
| Завтрак | | | 545 | 14,9 | 23,4 | 79,8 | 589,4 | |
| Бутерброд с маслом | | | 30/10 | 2,3 | 7,4 | 14,5 | 133,8 | №1-2004 |
| хлеб пшеничный | 30 | 30 | | | | | | |
| масло сливочное | 10 | 10 | | | | | | |
| Каша гречневая молочная жидкая с маслом | | | 200/5 | 6,5 | 6,1 | 30,2 | 202 | №1/4-2011г., Екатеринбург |
| крупа гречневая | 40 | 40 | | | | | | |
| вода питьевая | 68 | 68 | | | | | | |
| молоко питьевое | 100 | 100 | | | | | | |
| или молоко концентрированное | 46 | 46 | | | | | | |
| или молоко сухое | 12 | 12 | | | | | | |
| вода кипяченая для концентрированного молока | 54 | 54 | | | | | | |
| вода кипяченая для сухого молока | 88 | 88 | | | | | | |
| сахар | 3 | 3 | | | | | | |
| соль йодированная | 0,8 | 0,8 | | | | | | |
| масло сливочное | 5 | 5 | | | | | | |
| кофейный напиток | н.н | н.н | | | | | | |
| молоко сгущенное с сахаром | 2н | 2н | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|---|-----------|-----------|------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------------|
| соль йодированная | 0,8 | 0,8 | | | | | | |
| масло сливочное | 5 | 5 | | | | | | |
| молочные продукты | 60 | 60 | | | | | | |
| молоко сгущенное с сахаром | 25 | 25 | | | | | | |
| Йогурт сливочный в индивидуальной упаковке | | | 100 | 3,5 | 7,5 | 9,5 | 120 | |
| Хлеб ржаной | | | 20 | 0,7 | 0,1 | 9,4 | 41,3 | |
| или хлеб ржаной витаминизированный | | | 20 | | | | | |
| Обед | | | 785 | 28,5 | 28,8 | 112,1 | 821,2 | |
| Овощи свежие (огурцы) | | | 80 | 0,6 | 0,1 | 1,8 | 10,5 | №70-2006, Москва |
| огурцы свежие грунтовые | 84 | 80 | | | | | | |
| или огурцы свежие парниковые | 82 | 80 | | | | | | |
| Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной, с мясом | | | 250/5/10 | 4,4 | 5,5 | 12,7 | 118 | №110-2004 |
| говядина полуфабрикат (мясо бескостное) | 19 | 16 | | | | | | |
| свекла до 01.01 -20% | 50 | 40 | | | | | | |
| с 01.01 - 25% | 53 | 40 | | | | | | |
| капуста белокочанная свежая | 25 | 20 | | | | | | |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 27 | 20 | | | | | | |
| 01.11.-31.12. -30% | 29 | 20 | | | | | | |
| 01.01-29.02 - 35% | 31 | 20 | | | | | | |
| 01.03 - 40% | 33 | 20 | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|---|----------------|----------------|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|------------------|
| морковь до 01.01.-20% | 12,5 | 10 | | | | | | |
| с 01.01 - 25% | 13 | 10 | | | | | | |
| лук репчатый | 12 | 10 | | | | | | |
| томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли) | 7 | 7 | | | | | | |
| масло сливочное | 5 | 5 | | | | | | |
| сметана | 5 | 5 | | | | | | |
| Бедро или грудка куриные запеченные "Домашние" | | | 90 | 14,6 | 12,6 | 0,6 | 174,2 | №494-2004 |
| курица потрошенная 1 категории | 150 | 134 | | | | | | |
| или грудка куриная на кости | 141 | 134 | | | | | | |
| или бедро куриное | 141 | 134 | | | | | | |
| томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли) | 4 | 4 | | | | | | |
| чеснок | 0,5 | 0,4 | | | | | | |
| масло растительное | 2 | 2 | | | | | | |
| Рагу овощное | | | 150 | 3,5 | 9,4 | 15,8 | 161,8 | №224-2004 |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 133 | 100 | | | | | | |
| 01.11.-31.12. -30% | 143 | 100 | | | | | | |
| 01.01-29.02 - 35% | 154 | 100 | | | | | | |
| 01.01 - 20% | 127 | 100 | | | | | | |
| с 01.01 - 25% | 40 | 10 | | | | | | |
| лук репчатый | 10 | 10 | | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|--|---|------------|------------|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|---------------------|
| | 01.11.-31.12. -30% | 143 | 100 | | | | | | |
| | 01.01-29.02 - 35% | 154 | 100 | | | | | | |
| | 01.03 - 40% | 167 | 100 | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | лук репчатый | 18 | 18 | | | | | | |
| | масло растительное | 8 | 8 | | | | | | |
| | для соуса | | 50 | | | | | | |
| | томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли) | 8 | 8 | | | | | | |
| | мука пшеничная | 1,7 | 1,7 | | | | | | |
| | морковь до 01.01.-20% | 5 | 4 | | | | | | |
| | с 01.01 - 25% | 5,3 | 4 | | | | | | |
| | лук репчатый | 5 | 4 | | | | | | |
| | сахар | 1,3 | 1,3 | | | | | | |
| | Сок в ассортименте | 200 | 200 | 200 | 0,5 | 0,0 | 34,0 | 138 | №518-2013, Пермь |
| | Хлеб пшеничный | | | 70 | 3,5 | 1,0 | 28,4 | 136,2 | |
| | или Хлеб пшеничный витаминизированный | | | 70 | | | | | |
| | Хлеб ржаной | | | 40 | 1,4 | 0,2 | 18,8 | 82,6 | |
| | или хлеб ржаной витаминизированный | | | 40 | | | | | |
| | Полдник | | | 330 | 18,2 | 17,0 | 33,0 | 357,8 | |
| | Сырники из творога запечённые с молоком сгущённым | | | 150 | 13,2 | 12,5 | 24,5 | 263 | №321-2013, Пермь |
| | творог | 121 | 120 | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|---|------|------|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|---------------------|
| крупа манная | 16 | 16 | | | | | | |
| яйцо куриное | 6 | 6 | | | | | | |
| сахар | 6 | 6 | | | | | | |
| ванилин | 0,01 | 0,01 | | | | | | |
| мука пшеничная | 9 | 9 | | | | | | |
| сметана | 6 | 6 | | | | | | |
| масло сливочное для смазки листа | 4 | 4 | | | | | | |
| масса готовых сырников (2 шт. по 65 г) | | 130 | | | | | | |
| молоко сгущенное с сахаром | 20,2 | 20 | | | | | | |
| Молоко питьевое кипяченое | 189 | 180 | 180 | 5,0 | 4,5 | 8,5 | 95 | №260-2001, Пермь |
| Ужин | | | 600 | 18,0 | 12,5 | 71,5 | 469,9 | |
| Мясо духовое №435-2004 | | | 100 | 13,4 | 9,2 | 4,5 | 154 | №435-2004 |
| говядина полуфабрикат (мясо бескостное) | 74 | 63 | | | | | | |
| масло растительное | 5 | 5 | | | | | | |
| масса тушеного мяса | | 40 | | | | | | |
| морковь до 01.01.-20% | 28 | 22 | | | | | | |
| с 01.01 - 25% | 29 | 22 | | | | | | |
| лук репчатый | 14 | 12 | | | | | | |

мука пшеничная

| | | | | | | | | |
|---------------|----|----|--|--|--|--|--|--|
| с 01.01 - 25% | 29 | 22 | | | | | | |
| лук репчатый | 14 | 12 | | | | | | |

| Мука пшеничная | | 0 | 0 | | | | | | |
|--|-----------|----------|-------------------|------------|------------|------------|-------------|--------------|----------------------|
| Макаронные изделия отварные | | | | 180 | 3,2 | 2,8 | 34,3 | 175,2 | №516-2004 |
| макаронные изделия | | 53 | 53 | | | | | | |
| масло сливочное | | 3,5 | 3,5 | | | | | | |
| Чай с медом | | | | 200 | 0,1 | 0,0 | 10,0 | 40,4 | №493-2013, Пермь |
| чай-заварка | | 0,9 | 0,9 | | | | | | |
| мед | | 10 | 10 | | | | | | |
| Фрукты в ассортименте | | | | 150 | 0,2 | 0,3 | 8,6 | 37,9 | №458-2006, Москва |
| Хлеб ржаной | | | | 20 | 1,1 | 0,2 | 14,1 | 62,0 | |
| или хлеб ржаной витаминизированный | | | | 20 | | | | | |
| Второй ужин | | | | 200 | 5,6 | 6,3 | 10,0 | 119,1 | |
| Кисломолочный напиток в ассортименте | | 186 | 180 | 180 | 3,9 | 5,4 | 5,1 | 85 | №698-2004 |
| Мучное изделие промышленного производства в ассортименте | | 20 | 20 | 20 | 1,7 | 0,9 | 4,9 | 35 | |
| ИТОГО: | | | | | 85 | 88 | 306 | 2357 | |
| 3 день | | | | | | | | | |
| Наименование блюда | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав | | | | | № рецептуры | |
| | | | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал | | |

| | | | | | | | | |
|--|------------|------------|--------------|-------------|-------------|-------------|--------------|-----------|
| Завтрак | | | 595 | 29,5 | 29,0 | 51,2 | 583,6 | |
| Бутерброд с сыром | | | 20/20 | 5,7 | 6,2 | 7,2 | 107 | №3-2004 |
| хлеб пшеничный | 20 | 20 | | | | | | |
| сыр | 21 | 20 | | | | | | |
| Омлет натуральный с маслом | | | 200/5 | 18,5 | 17,9 | 1,5 | 241 | №284-1996 |
| яйцо куриное | 150 | 150 | | | | | | |
| молоко питьевое | 60 | 60 | | | | | | |
| или молоко концентрированное | 28 | 28 | | | | | | |
| или молоко сухое | 7 | 7 | | | | | | |
| вода кипяченая для концентрированного молока | 32 | 32 | | | | | | |
| вода кипяченая для сухого молока | 53 | 53 | | | | | | |
| масло растительное | 4 | 4 | | | | | | |
| масса готового омлета | | 200 | | | | | | |
| масло сливочное | 5 | 5 | | | | | | |
| Какао с молоком | | | 200 | 3,4 | 4,2 | 16,4 | 117,0 | №642-1996 |
| какао - порошок | 4 | 4 | | | | | | |
| молоко питьевое | 130 | 130 | | | | | | |
| или молоко концентрированное | 60 | 60 | | | | | | |
| исходн. количество для пункта меню | 114 | 114 | | | | | | |
| сумма | 114 | 114 | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|--|-----------|-----------|------------|-------------|-------------|--------------|--------------|----------------------|
| молоко питьевое | 130 | 130 | | | | | | |
| или молоко концентрированное | 60 | 60 | | | | | | |
| сахар | 10 | 10 | | | | | | |
| Фрукты в ассортименте | | | 150 | 0,2 | 0,3 | 8,6 | 37,9 | №488-2006, Москва |
| Хлеб пшеничный | | | 20 | 1,0 | 0,3 | 8,1 | 38,9 | |
| или Хлеб пшеничный витаминизированный | | | 20 | | | | | |
| Хлеб ржаной | | | 20 | 0,7 | 0,1 | 9,4 | 41,3 | |
| или хлеб ржаной витаминизированный | | | 20 | | | | | |
| Обед | | | 830 | 25,7 | 28,0 | 114,4 | 812,2 | |
| Салат овощной | | | 80 | 1,8 | 4,0 | 7,3 | 72,4 | №69-2013, Пермь |
| морковь до 01.01.-20% | 40 | 32 | | | | | | |
| с 01.01 - 25% | 43 | 32 | | | | | | |
| масса отварной моркови | | 30 | | | | | | |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 37 | 28 | | | | | | |
| 01.11.-31.12. -30% | 40 | 28 | | | | | | |
| 01.01-29.02 - 35% | 43 | 28 | | | | | | |
| 01.03 - 40% | 47 | 28 | | | | | | |
| масса отварного картофеля | | 26 | | | | | | |
| горошек зеленый консервированный (после термической обработки) | 31 | 20 | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|---|------|-----|---------------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------------|
| масло растительное | 4 | 4 | | | | | | |
| ИЛИ | | | | | | | | |
| Салат из свежих помидоров | | | 80 | 0,8 | 4,1 | 2,8 | 51,1 | №22-2013, Пермь |
| помидоры свежие парниковые | 78 | 76 | | | | | | |
| или помидоры свежие грунтовые | 90 | 76 | | | | | | |
| масло растительное | 4 | 4 | | | | | | |
| Суп картофельный с рыбой | | | 250/60 | 7,6 | 7,1 | 18,1 | 166,7 | №150-2013, Пермь |
| горбуша или кета потрошенная с головой (филе без кожи и костей) | 108 | 72 | | | | | | |
| или горбуша или кета неразделанная (филе без кожи и костей) | 131 | 72 | | | | | | |
| или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей) | 100 | 74 | | | | | | |
| или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства | 84 | 72 | | | | | | |
| или щекур неразделанный | * | | | | | | | |
| процент отходов щекура следует определять контрольной отработкой потерь при тепловой и холодной обработке и оформлять актом | | | | | | | | |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 133 | 100 | | | | | | |
| 01.11.-31.12. -30% | 143 | 100 | | | | | | |
| 01.01-29.02 - 35% | 154 | 100 | | | | | | |
| 01.03 - 40% | 167 | 100 | | | | | | |
| морковь до 01.01.-20% | 12,5 | 10 | | | | | | |
| Котлеты из говядины | | | 80 | 0,1 | 11,0 | 14,0 | 100,0 | №401-0000 |
| говядина полуфабрикат (мясо бескостное) | 70 | 0/ | | | | | | |

| | | | | | | | |
|-----------------------|------|-----|--|--|--|--|--|
| 01.01-29.02 - 35% | 134 | 100 | | | | | |
| 01.03 - 40% | 167 | 100 | | | | | |
| морковь до 01.01.-20% | 12,5 | 10 | | | | | |

| | | | | | | | | |
|---|------|-----|------------|------------|-------------|-------------|--------------|-------------------|
| Котлеты из говядины | | | 00 | 0,1 | 11,0 | 14,0 | 100,0 | №481-0004 |
| говядина полуфабрикат (мясо бескостное) | 79 | 67 | | | | | | |
| хлеб пшеничный | 16 | 16 | | | | | | |
| молоко питьевое | 13 | 13 | | | | | | |
| лук репчатый | 5,4 | 4,5 | | | | | | |
| яйцо куриное | 4,5 | 4,5 | | | | | | |
| сухари | 5,5 | 5,5 | | | | | | |
| масло растительное | 2 | 2 | | | | | | |
| Капуста тушёная | | | 150 | 3,1 | 3,9 | 12,4 | 97,1 | № 534-2004 |
| капуста белокочанная свежая | 215 | 172 | | | | | | |
| масло растительное | 4 | 4 | | | | | | |
| морковь до 01.01.-20% | 10,0 | 8 | | | | | | |
| с 01.01 - 25% | 10,6 | 8 | | | | | | |
| лук репчатый | 8 | 7 | | | | | | |
| томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли) | 3 | 3 | | | | | | |
| мука пшеничная | 2,5 | 2,5 | | | | | | |
| сахар | 3 | 3 | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|---|------------------------------|------|------------|------------|------------|-------------|--------------|----------------------|
| Напиток из плодов шиповника | | | 200 | 0,2 | 0,0 | 15,1 | 61,4 | №705-2004 |
| | шиповник | 25 | 25 | | | | | |
| | сахар | 5 | 5 | | | | | |
| Хлеб пшеничный | | | 70 | 3,5 | 1,0 | 28,4 | 136,2 | |
| или Хлеб пшеничный витаминизированный | | | 70 | | | | | |
| Хлеб ржаной | | | 40 | 1,4 | 0,2 | 18,8 | 82,6 | |
| или хлеб ржаной витаминизированный | | | 40 | | | | | |
| Полдник | | | 380 | 3,6 | 3,4 | 75,0 | 344,6 | |
| Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте (пряники, вафли) | | | 30 | 2,8 | 3,0 | 27,5 | 148,2 | |
| Кисель из свежих ягод | | | 200 | 0,3 | 0,2 | 21,5 | 89,0 | №505-2013, Пермь |
| | вишня свежемороженая | 25,2 | 24 | | | | | |
| | или смородина свежемороженая | 25,2 | 24 | | | | | |
| | или клюква свежемороженая | 25,2 | 24 | | | | | |
| | или облепиха свежемороженая | 26,6 | 24 | | | | | |
| | сахар | 15 | 15 | | | | | |
| | крахмал | 7 | 7 | | | | | |
| Фрукты в ассортименте | | | 150 | 0,5 | 0,2 | 26,0 | 107,4 | №458-2006, Москва |

| | | | | | | | | |
|-----------------------|---------|--|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|----------------------|
| | крахмал | | | | | | | |
| Фрукты в ассортименте | | | 150 | 0,5 | 0,2 | 26,0 | 107,4 | №458-2006, Москва |
| Ужин | | | 500 | 15,0 | 11,2 | 65,8 | 151,1 | |

| | | | | | | | | | | |
|--|--|--|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|---------------------|-----------|---------------------|
| или помидоры свежее парниковые | | | 100 | 100 | | | | | | |
| Плов из мяса | | | 200 | 12,0 | 13,7 | 33,5 | 308,0 | №370-2013, Пермь | | |
| говядина полуфабрикат (мясо бескостное) | | | 93 | 79 | | | | | | |
| масса тушеного мяса | | | | 50 | | | | | | |
| масло растительное | | | 10 | 10 | | | | | | |
| крупа рисовая | | | 40 | 40 | | | | | | |
| морковь до 01.01.-20% | | | 44 | 35 | | | | | | |
| с 01.01 - 25% | | | 47 | 35 | | | | | | |
| лук репчатый | | | 18 | 15 | | | | | | |
| томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли) | | | 7 | 7 | | | | | | |
| Сок в ассортименте | | | 200 | 200 | 200 | 0,2 | 0,0 | 11,0 | 45 | №518-2013, Пермь |
| Хлеб пшеничный | | | 20 | 1,0 | 0,3 | 8,1 | 38,9 | | | |
| или Хлеб пшеничный витаминизированный | | | 20 | | | | | | | |
| Хлеб ржаной | | | 20 | 0,7 | 0,1 | 9,4 | 41,3 | | | |
| или хлеб ржаной витаминизированный | | | 20 | | | | | | | |
| Второй ужин | | | 200 | 6,0 | 6,4 | 10,7 | 124,4 | | | |

| Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке | 200 | 200 | 200 | 6,0 | 6,4 | 10,7 | 124 | |
|---|-----------|-----------|-------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|-----------------------------|
| ИТОГО: | | | | 81 | 81 | 317 | 2319 | |
| 4 день | | | | | | | | |
| Наименование блюда | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав | | | | | № рецептуры |
| | | | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал | |
| Завтрак | | | 540 | 19,2 | 18,9 | 91,8 | 613,9 | |
| Бутерброд с маслом | | | 30/10 | 2,3 | 7,4 | 14,5 | 133,8 | №1-2004 |
| хлеб пшеничный | 30 | 30 | | | | | | |
| масло сливочное | 10 | 10 | | | | | | |
| Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным | | | 170 | 13,2 | 11,0 | 26,9 | 259,4 | №10/5-2011, Екатеринбург |
| творог | 103 | 100 | | | | | | |
| крупа манная | 5 | 5 | | | | | | |
| яйцо куриное | 20 | 20 | | | | | | |
| сахар | 10 | 10 | | | | | | |
| крошка: | | 25 | | | | | | |
| сахар | 5 | 5 | | | | | | |
| мука пшеничная | 10 | 10 | | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|--|-----------------------|-------------|-----------|------------|-------------|-------------|--------------|--------------|------------------------------|
| | сахар | 5 | 5 | | | | | | |
| | мука пшеничная | 10 | 10 | | | | | | |
| [REDACTED] | | | | | | | | | |
| молоко сгущенное в сахаре | | 10,9 | 10 | | | | | | |
| Чай "Витаминный" | | | | 200 | 0,7 | 0,1 | 19,8 | 82,0 | №499-2018, Пермь |
| | чай-заварка | 0,9 | 0,9 | | | | | | |
| | шиповник | 15 | 15 | | | | | | |
| | сахар | 10 | 10 | | | | | | |
| Фрукты в ассортименте | | | | 130 | 2,0 | 0,1 | 22,5 | 98,9 | №458-2006, Москва |
| Хлеб пшеничный | | | | 20 | 1,0 | 0,3 | 8,1 | 38,9 | |
| или Хлеб пшеничный витаминизированный | | | | 20 | | | | | |
| Обед | | | | 835 | 25,0 | 25,2 | 127,0 | 834,7 | |
| Салат из моркови | | | | 80 | 0,9 | 4,0 | 7,3 | 68,8 | №2-2013, Пермь |
| | морковь до 01.01.-20% | 95 | 76 | | | | | | |
| | с 01.01 - 25% | 101 | 76 | | | | | | |
| <i>морковь в сыром виде использовать только до 1 марта, после 1 марта в отварном</i> | | | | | | | | | |
| | сахар | 2 | 2 | | | | | | |
| | масло растительное | 4 | 4 | | | | | | |
| ИЛИ | | | | | | | | | |
| Салат витаминный | | | | 80 | 0,9 | 3,9 | 6,1 | 63,1 | №2-2013, Пермь |

| | | | | | | | | |
|---|-----------|-----------|-----------------|------------|------------|-------------|------------|------------------|
| капуста белокочанная свежая | 50 | 40 | | | | | | |
| морковь до 01.01.-20% | 25 | 20 | | | | | | |
| с 01.01 - 25% | 27 | 20 | | | | | | |
| <i>в свежем виде морковь старого урожая использовать до 1 марта, после 1 марта в отварном</i> | | | | | | | | |
| яблоки свежие, очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом | 23 | 16 | | | | | | |
| сахар | 1,6 | 1,6 | | | | | | |
| лимонная кислота | 0,1 | 0,1 | | | | | | |
| вода питьевая для разведения лимонной кислоты | 4 | 4 | | | | | | |
| масло растительное | 4 | 4 | | | | | | |
| Рассольник домашний с мясом, со сметаной | | | 250/10/5 | 4,7 | 6,5 | 13,7 | 132 | №131-2004 |
| говядина полуфабрикат (мясо бескостное) | 19 | 16 | | | | | | |
| капуста белокочанная свежая | 25 | 20 | | | | | | |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 100 | 75 | | | | | | |
| 01.11.-31.12. -30% | 107 | 75 | | | | | | |
| 01.01-29.02 - 35% | 116 | 75 | | | | | | |
| 01.03 - 40% | 125 | 75 | | | | | | |
| морковь до 01.01.-20% | 12,5 | 10 | | | | | | |
| огурцы соленые (без уксуса) | 10 | 10 | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|-----------------------|------|----|--|--|--|--|--|--|
| 01.01-20.02 - 33% | 110 | 75 | | | | | | |
| 01.03 - 40% | 125 | 75 | | | | | | |
| морковь до 01.01.-20% | 12,5 | 10 | | | | | | |

| МОЛОКО СЛИВОЧНОЕ | | | | | | | | | |
|-----------------------------------|--|----------|----------|--------------|-------------|-------------|-------------|--------------|-----------------------------|
| СМЕТАНА | | 0 | 0 | | | | | | |
| Печень, тушеная в соусе | | | | 90/50 | 11,5 | 11,1 | 5,0 | 165,9 | №401-2013, Пермь |
| печень говяжья | | 162 | 134 | | | | | | |
| мука пшеничная | | 4 | 4 | | | | | | |
| масло растительное | | 4 | 4 | | | | | | |
| масса тушеной печени | | | 90 | | | | | | |
| соус сметанный | | | 50 | | | | | | №442-2013, Пермь |
| сметана | | 12,5 | 12,5 | | | | | | |
| мука пшеничная | | 1,3 | 1,3 | | | | | | |
| вода питьевая | | 40 | 40 | | | | | | |
| масло сливочное | | 1,3 | 1,3 | | | | | | |
| Макаронны изделия отварные | | | | 150 | 3,2 | 2,8 | 34,3 | 175,2 | №516-2004 |
| макаронные изделия | | 53 | 53 | | | | | | |
| масло сливочное | | 3,5 | 3,5 | | | | | | |
| Компот из кураги | | | | 200 | 0,9 | 0,0 | 27,0 | 111,6 | №638-2004 |

| | | | | | | | | | |
|--|--------------------------------|------|-----|------------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------------|
| | курага | 25,3 | 25 | | | | | | |
| | сахар | 5 | 5 | | | | | | |
| Хлеб пшеничный | | | | 40 | 2,0 | 0,6 | 16,2 | 77,8 | |
| или Хлеб пшеничный витаминизированный | | | | 40 | | | | | |
| Хлеб ржаной | | | | 50 | 1,8 | 0,3 | 23,5 | 103,3 | |
| или хлеб ржаной витаминизированный | | | | 50 | | | | | |
| Полдник | | | | 360 | 5,8 | 12,7 | 58,6 | 371,9 | |
| Булочка "Пермская" | | | | 60 | 2,8 | 6,5 | 39,0 | 226 | №554-2013, Пермь |
| | мука пшеничная | 30 | 30 | | | | | | |
| | масло сливочное | 9 | 9 | | | | | | |
| | яйцо куриное | 5 | 5 | | | | | | |
| | сахар | 5 | 5 | | | | | | |
| | соль йодированная | 0,6 | 0,6 | | | | | | |
| | дрожжи прессованные | 1,2 | 1,2 | | | | | | |
| | или дрожжи сухие хлебопекарные | 0,3 | 0,3 | | | | | | |
| | молоко питьевое | 13 | 13 | | | | | | |
| | или молоко концентрированное | 6 | 6 | | | | | | |
| | или молоко сухое | 2 | 2 | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|------------------------------|----|----|--|--|--|--|--|--|
| молоко питьевое | 13 | 13 | | | | | | |
| или молоко концентрированное | 6 | 6 | | | | | | |
| или молоко сухое | 2 | 2 | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|---|------------|------------|--------------|-------------|-------------|-------------|--------------|------------------|
| масло растительное для смазки листа | 0,2 | 0,2 | | | | | | |
| Чай с сахаром | | | 200 | 0,2 | 0,0 | 12,0 | 48,8 | №688-2004 |
| чай-заварка | 0,9 | 0,9 | | | | | | |
| сахар | 12 | 12 | | | | | | |
| Йогурт молочно - сливочный в индивидуальной упаковке | | | 100 | 2,8 | 6,2 | 7,6 | 97 | |
| Ужин | | | 535 | 22,1 | 16,7 | 60,7 | 481,3 | |
| Икра кабачковая промышленного производства для детского питания | 84 | 80 | 80 | 1,1 | 3,3 | 4,4 | 51,7 | №101-2004 |
| Рыба запечённая с маслом | | | 100/5 | 15,7 | 10,2 | 5,2 | 175 | №310-1996 |
| горбуша или кета потрошенная с головой (филе с кожей без костей) | 170 | 119 | | | | | | |
| или горбуша или кета неразделанная (филе с кожей без костей) | 205 | 119 | | | | | | |
| или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей) | 153 | 113 | | | | | | |
| или ряпушка неразделанная | 138 | 119 | | | | | | |
| или щекур неразделанный | * | | | | | | | |
| процент отходов щекура следует определять контрольной отработкой потерь при тепловой и холодной обработке и оформлять актом | | | | | | | | |
| сухари | 4 | 4 | | | | | | |
| масло растительное | 6 | 6 | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|---|-----|-----|------------|------------|------------|-------------|--------------|---------------------|
| масло сливочное | 5 | 5 | | | | | | |
| Булгур с овощами | | | 150 | 3,4 | 2,8 | 22,6 | 129 | №257-2013, Пермь |
| крупa булгур | 36 | 36 | | | | | | |
| вода питьевая | 80 | 80 | | | | | | |
| масса готового гарнира | | 100 | | | | | | |
| морковь до 01.01.-20% | 73 | 58 | | | | | | |
| с 01.01 - 25% | 77 | 58 | | | | | | |
| масса припущенной моркови | | 50 | | | | | | |
| масло сливочное | 4 | 4 | | | | | | |
| Сок в ассортименте | 200 | 200 | 200 | 0,2 | 0,0 | 11,0 | 45 | №518-2013, Пермь |
| Хлеб пшеничный | | | 20 | 1,0 | 0,3 | 8,1 | 38,9 | |
| или Хлеб пшеничный витаминизированный | | | 20 | | | | | |
| Хлеб ржаной | | | 20 | 0,7 | 0,1 | 9,4 | 41,3 | |
| или хлеб ржаной витаминизированный | | | 20 | | | | | |
| Второй ужин | | | 200 | 5,6 | 6,3 | 10,0 | 119,1 | |
| Кисломолочный напиток в ассортименте | 186 | 180 | 180 | 3,9 | 5,4 | 5,1 | 85 | №698-2004 |
| Мучное изделие промышленного производства в ассортименте | 20 | 20 | 20 | 1,7 | 0,9 | 4,9 | 35 | |
| ИТОГО: | | | | 78 | 80 | 348 | 2421 | |

Землян

000

000

000

000

| | | | | | | | | |
|--|-----|-----|--------------|------------|------------|-------------|--------------|------------------------|
| Мучное изделие промышленного производства в ассортименте | 20 | 20 | 20 | 1,7 | 0,9 | 4,9 | 35 | |
| ИТОГО: | | | | 78 | 80 | 348 | 2421 | |
| Вульфрам | | | | | | | | |
| Вульфрам | | | 80/10 | 8,8 | 7,4 | 14,8 | 199,8 | №1-8884 |
| хлеб пшеничный | 30 | 30 | | | | | | |
| масло сливочное | 10 | 10 | | | | | | |
| Каша "Дружба" с маслом | | | 200/5 | 6,6 | 8,3 | 34,3 | 238 | №93-2001, Пермь |
| крупа рисовая | 15 | 15 | | | | | | |
| крупа пшенная | 11 | 11 | | | | | | |
| вода питьевая | 70 | 70 | | | | | | |
| молоко питьевое | 102 | 102 | | | | | | |
| или молоко концентрированное | 47 | 47 | | | | | | |
| или молоко сухое | 12 | 12 | | | | | | |
| вода кипяченая для концентрированного молока | 55 | 55 | | | | | | |
| вода кипяченая для сухого молока | 90 | 90 | | | | | | |
| сахар | 3 | 3 | | | | | | |
| масло сливочное | 5 | 5 | | | | | | |
| Чай с молоком | | | 200 | 2,8 | 2,5 | 15,1 | 94,1 | №630-1996 |

| | | | | | | | | |
|--|-----|-----|---------------|-------------|-------------|--------------|--------------|----------------------|
| чай-заварка | 0,9 | 0,9 | | | | | | |
| сахар | 10 | 10 | | | | | | |
| молоко питьевое | 100 | 100 | | | | | | |
| или молоко концентрированное | 46 | 46 | | | | | | |
| или молоко сухое | 12 | 12 | | | | | | |
| вода кипяченая для концентрированного молока | 54 | 54 | | | | | | |
| вода кипяченая для сухого молока | 88 | 88 | | | | | | |
| Фрукты в ассортименте | | | 130 | 0,6 | 0,5 | 19,9 | 86,5 | №458-2006, Москва |
| Хлеб ржаной | | | 20 | 0,7 | 0,1 | 9,4 | 41,3 | |
| или хлеб ржаной витаминизированный | | | 20 | | | | | |
| Обед | | | 824 | 25,5 | 26,3 | 127,1 | 847,0 | |
| Салат из свежих помидоров со сладким перцем | | | 80/4 | 1,0 | 4,0 | 3,4 | 54 | №22-2004 |
| помидоры свежие парниковые | 41 | 40 | | | | | | |
| или помидоры свежие грунтовые | 47 | 40 | | | | | | |
| перец сладкий, свежий | 53 | 40 | | | | | | |
| масло растительное | 4 | 4 | | | | | | |
| Суп гороховый с гренками | | | 250/20 | 3,1 | 4,1 | 31,7 | 176,1 | №139-2004 |
| горох лущёный | 20 | 20 | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|---|------|-----|---------------|-------------|-------------|-------------|--------------|-----------------------------|
| масло растительное | 4 | 4 | | | | | | |
| Суп гороховый с гренками | | | 250/20 | 3,1 | 4,1 | 31,7 | 176,1 | №139-2004 |
| горох лущёный | 20 | 20 | | | | | | |
| 01.03 - 40% | | | | | | | | |
| морковь до 01.01. -20% | 16,3 | 13 | | | | | | |
| с 01.01 - 25% | 17,3 | 13 | | | | | | |
| лук репчатый | 12 | 10 | | | | | | |
| масло сливочное | 5 | 5 | | | | | | |
| хлеб пшеничный | 38 | 32 | | | | | | |
| Биточки рыбные | | | 90 | 14,0 | 11,6 | 13,0 | 212,4 | №345-2013, Пермь |
| минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей) | 97 | 72 | | | | | | |
| или горбуша или кета потрошенная с головой (филе без кожи и костей) | 108 | 72 | | | | | | |
| или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства | 84 | 72 | | | | | | |
| или щекур неразделанный | * | | | | | | | |
| процент отходов щекура следует определять контрольной отработкой потерь при тепловой и холодной обработке и оформлять актом | | | | | | | | |
| хлеб пшеничный | 17 | 17 | | | | | | |
| молоко питьевое | 13 | 13 | | | | | | |
| масло сливочное | 1,8 | 1,8 | | | | | | |
| яйцо куриное | 5 | 5 | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|--|-----|-----|------------|------------|------------|-------------|--------------|---------------------|
| сухари | 4,5 | 4,5 | | | | | | |
| масло растительное | 2 | 2 | | | | | | |
| Пюре картофельное | | | 180 | 3,9 | 5,9 | 26,7 | 175,5 | №520-2004 |
| картофель - 01.09.-31.10. - 25% | 205 | 154 | | | | | | |
| 01.11.-31.12. -30% | 220 | 154 | | | | | | |
| 01.01-29.02 - 35% | 237 | 154 | | | | | | |
| 01.03 - 40% | 257 | 154 | | | | | | |
| молоко питьевое | 29 | 29 | | | | | | |
| или молоко концентрированное | 13 | 13 | | | | | | |
| или молоко сухое | 3 | 3 | | | | | | |
| вода кипяченая для концентрированного молока | 16 | 16 | | | | | | |
| вода кипяченая для сухого молока | 26 | 26 | | | | | | |
| масло сливочное | 7 | 7 | | | | | | |
| Сок в ассортименте | 200 | 200 | 200 | 0,4 | 0,0 | 22,0 | 90 | №518-2013, Пермь |
| Хлеб пшеничный | | | 40 | 2,0 | 0,6 | 16,2 | 77,8 | |
| или Хлеб пшеничный витаминизированный | | | 40 | | | | | |
| Хлеб ржаной | | | 30 | 1,1 | 0,2 | 14,1 | 62,0 | |
| или хлеб ржаной витаминизированный | | | 30 | | | | | |
| Фрукты в ассортименте | | | 100 | 0,4 | 0,0 | 14,4 | 60,2 | №488 0000, Минск |

| | | | | | | | | | |
|--|----|----|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--|-----------------------------|
| или Хлеб пшеничный витаминизированный | | | 40 | | | | | | |
| Хлеб ржаной | | | 30 | 1,1 | 0,2 | 14,1 | 62,0 | | |
| или хлеб ржаной витаминизированный | | | 30 | | | | | | |
| Итого по разделу "Хлеб" | | | 100 | 0,9 | 0,0 | 14,0 | 62,0 | | |
| Фрукты в ассортименте | | | 100 | 0,4 | 0,0 | 14,4 | 60,8 | | №468-2004, Москва |
| Ужин | | | 505 | 13,5 | 25,2 | 45,1 | 461,2 | | |
| Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соленым огурцом | | | 100 | 0,2 | 4,6 | 5,1 | 63 | | №30/1-2011, Екатеринбург |
| картофель - 01.09.-31.10. - 25% | 27 | 20 | | | | | | | |
| 01.11.-31.12. -30% | 29 | 20 | | | | | | | |
| 01.01-29.02 - 35% | 31 | 20 | | | | | | | |
| 01.03 - 40% | 33 | 20 | | | | | | | |
| морковь до 01.01.-20% | 56 | 45 | | | | | | | |
| с 01.01 - 25% | 60 | 45 | | | | | | | |
| огурцы соленые без уксуса | 46 | 25 | | | | | | | |
| лук репчатый | 12 | 10 | | | | | | | |
| <i>лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый</i> | | | | | | | | | |
| или лук зеленый | 13 | 10 | | | | | | | |
| масло растительное | 5 | 5 | | | | | | | |
| Мясо, тушенное с капустой | | | 200 | 12,5 | 20,5 | 18,4 | 308,1 | | №365-2013, Пермь |
| говядина полуфабрикат (мясо бескостное) | 93 | 79 | | | | | | | |
| масса тушеного мяса | | 50 | | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|---|-----|-----|-----------------|-------------------|----------------|--------------|---------------|------------------|
| капуста свежая белокочанная | 206 | 165 | | | | | | |
| масло растительное | 10 | 10 | | | | | | |
| морковь до 01.01.-20% | 19 | 15 | | | | | | |
| с 01.01 - 25% | 20 | 15 | | | | | | |
| лук репчатый | 12 | 10 | | | | | | |
| томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли) | 5 | 5 | | | | | | |
| мука пшеничная | 4 | 4 | | | | | | |
| сахар | 3 | 3 | | | | | | |
| Чай с лимоном | | | 200/5 | 0,1 | 0,0 | 12,2 | 49,2 | №494-2013, Пермь |
| чай-заварка | 0,9 | 0,9 | | | | | | |
| сахар | 12 | 12 | | | | | | |
| лимон | 6 | 5 | | | | | | |
| Хлеб ржаной | | | 20 | 0,7 | 0,1 | 9,4 | 41,3 | |
| или хлеб ржаной витаминизированный | | | 20 | | | | | |
| Второй ужин | | | 200 | 5,6 | 6,3 | 10,0 | 119,1 | |
| Кисломолочный напиток в ассортименте | 186 | 180 | 180 | 3,9 | 5,4 | 5,1 | 85 | №698-2004 |
| Мучное изделие промышленного производства в ассортименте | 20 | 20 | 20 | 1,7 | 0,9 | 4,9 | 35 | |
| ИТОГО: | | | | 67 | 88 | 330 | 2380 | |
| | | | Выход, г | Волокно, г | Жиры, г | ВВ, г | СД, мг | |
| Завтрак | | | 838 | 13,3 | 14,8 | 88,3 | 880,8 | |

| | | | | | | | | |
|--|-----|-----|-----------------|-----------------|----------------|---------------|-----------------|------------------|
| Кисломолочный напиток в ассортименте | 186 | 180 | 180 | 3,9 | 5,4 | 5,1 | 85 | №698-2004 |
| Мучное изделие промышленного производства в ассортименте | 20 | 20 | 20 | 1,7 | 0,9 | 4,9 | 35 | |
| ИТОГО: | | | | 67 | 88 | 330 | 2380 | |
| | | | Выход, г | Волни, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал | |
| Завтрак | | | 535 | 13,3 | 14,5 | 99,3 | 580,5 | |
| Каша пшенная жидкая с маслом | | | 200/5 | 4,8 | 6,9 | 28,0 | 193,3 | №311-2004 |
| крупа пшено | 25 | 25 | | | | | | |
| вода питьевая | 76 | 76 | | | | | | |
| молоко питьевое | 114 | 114 | | | | | | |
| или молоко концентрированное | 52 | 52 | | | | | | |
| или молоко сухое | 14 | 14 | | | | | | |
| вода кипяченая для концентрированного молока | 62 | 62 | | | | | | |
| вода кипяченая для сухого молока | 100 | 100 | | | | | | |
| сахар | 3 | 3 | | | | | | |
| соль йодированная | 1,2 | 1,2 | | | | | | |
| масло сливочное | 5 | 5 | | | | | | |
| Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте (пряники, печенье, вафли) | | | 30 | 2,1 | 3,1 | 25,0 | 136,3 | |
| Кофейный напиток на сгущенном молоке | | | 200 | 1,9 | 2,3 | 16,2 | 93 | №500-2013, Пермь |
| кофейный напиток | 5,5 | 5,5 | | | | | | |
| молоко сгущенное с сахаром | 25 | 25 | | | | | | |
| Йогурт молочный полужирный в индивидуальной упаковке | | | 100 | 1,8 | 1,5 | 4,5 | 38,7 | |

| | | | | | | | | |
|---|------|------|------------|-------------|-------------|--------------|--------------|----------------------------|
| Хлеб пшеничный | | | 40 | 2,0 | 0,6 | 16,2 | 77,8 | |
| или Хлеб пшеничный витаминизированный | | | 40 | | | | | |
| Хлеб ржаной | | | 20 | 0,7 | 0,1 | 9,4 | 41,3 | |
| или хлеб ржаной витаминизированный | | | 20 | | | | | |
| Обед | | | 795 | 22,0 | 28,8 | 121,1 | 831,4 | |
| Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком | | | 80 | 1,2 | 4,0 | 2,9 | 52,4 | №4/1-2011, Екатеринбург |
| капуста свежая белокочанная | 76 | 61 | | | | | | |
| <i>капуста старого урожая используется в сыром виде до 1 марта, с 1 марта только капуста нового урожая или другой салат</i> | | | | | | | | |
| горошек зеленый консервированный (после термической обработки) | 25 | 16 | | | | | | |
| лимонная кислота | 0,08 | 0,08 | | | | | | |
| вода питьевая для разведения лимонной кислоты | 4 | 4 | | | | | | |
| масло растительное | 4 | 4 | | | | | | |
| ИЛИ | | | | | | | | |
| Салат из свежих помидоров | | | 80 | 0,8 | 4,1 | 2,8 | 51,1 | №22-2013, Пермь |
| помидоры свежие парниковые | 78 | 76 | | | | | | |
| или помидоры свежие грунтовые | 90 | 76 | | | | | | |
| масло растительное | 4 | 4 | | | | | | |
| картофель 01 00 31 10 20% | | | 100 | 70 | | | | |

| | | | | | | | | |
|---|-----|-----------|-----------|------------|-------------|-------------|--------------|------------------|
| или помидоры свежие грунтовые | 90 | 76 | | | | | | |
| масло растительное | 4 | 4 | | | | | | |
| | | 10 | | | | | | |
| картофель - 01.09.-31.10. - 25% | 100 | 75 | | | | | | |
| 01.11.-31.12. -30% | 107 | 75 | | | | | | |
| 01.01-29.02 - 35% | 116 | 75 | | | | | | |
| 01.03 - 40% | 125 | 75 | | | | | | |
| огурцы соленые без уксуса | 27 | 15 | | | | | | |
| лук репчатый | 21 | 18 | | | | | | |
| томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли) | 8 | 8 | | | | | | |
| масло сливочное | 5 | 5 | | | | | | |
| сметана | 5 | 5 | | | | | | |
| Шницель из говядины | | | 90 | 8,1 | 11,8 | 14,3 | 195,8 | №451-2004 |
| говядина полуфабрикат (мясо бескостное) | 79 | 67 | | | | | | |
| хлеб пшеничный | 16 | 16 | | | | | | |
| молоко питьевое | 13 | 13 | | | | | | |
| лук репчатый | 5,4 | 4,5 | | | | | | |
| яйцо куриное | 4,5 | 4,5 | | | | | | |
| сухари | 5,5 | 5,5 | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|---|--------------|--------------|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|---------------------|
| Запеканка из творога с молоком сгущенным | | | 150 | 13,6 | 10,7 | 22,5 | 241 | №621-2013, Пермь |
| творог | 124 | 123 | | | | | | |
| мука пшеничная | 11 | 11 | | | | | | |
| сахар | 5 | 5 | | | | | | |
| сахар | 5 | 5 | | | | | | |
| ванилин | 0,007 | 0,007 | | | | | | |
| сметана | 5 | 5 | | | | | | |
| сухари пшеничные | 5 | 5 | | | | | | |
| масло сливочное для смазки листа | 4 | 4 | | | | | | |
| масса готовой запеканки | | 130 | | | | | | |
| молоко сгущенное с сахаром | 20,2 | 20 | | | | | | |
| Шоколадный напиток "Несквик" | | | 180 | 4,3 | 4,1 | 13,5 | 108 | №621-2013, Пермь |
| быстрорастворимый витаминизированный шоколадный напиток "Несквик" | 9 | 9 | | | | | | |
| сахар | 3 | 3 | | | | | | |
| молоко питьевое | 135 | 135 | | | | | | |
| или молоко концентрированное | 62 | 62 | | | | | | |
| или молоко сухое | 16 | 16 | | | | | | |
| вода кипяченая для концентрированного молока | 73 | 73 | | | | | | |
| вода кипяченая для сухого молока | 119 | 119 | | | | | | |
| Ужин | | | 655 | 23,2 | 15,3 | 65,1 | 490,9 | |

| | | | | | | | | |
|---|-----|-----|-------------|-------------|------------|------------|--------------|---------------------|
| Салат из свеклы отварной с чесноком | | | 80 | 1,1 | 4,0 | 5,4 | 62 | №22-2004, Пермь |
| свекла до 01.01 -20% | 99 | 79 | | | | | | |
| с 01.01 - 25% | 105 | 79 | | | | | | |
| чеснок свежий | 0,5 | 0,4 | | | | | | |
| масло растительное | 4 | 4 | | | | | | |
| Тефтели рыбные с маслом | | | 90/5 | 17,2 | 5,1 | 6,9 | 142,3 | №349-2013, Пермь |
| горбуша или кета потрошенная с головой (филе без кожи и костей) | 111 | 74 | | | | | | |
| или горбуша или кета неразделанная (филе без кожи и костей) | 135 | 74 | | | | | | |
| или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства | 86 | 74 | | | | | | |
| или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей) | 100 | 74 | | | | | | |
| или щекур неразделанный | * | * | | | | | | |
| процент отходов щекура следует определять контрольной отработкой потерь при тепловой и холодной обработке и оформлять актом | | | | | | | | |
| хлеб пшеничный | 13 | 13 | | | | | | |
| вода питьевая | 13 | 13 | | | | | | |
| лук репчатый | 12 | 10 | | | | | | |
| яйцо куриное | 3 | 3 | | | | | | |
| мука пшеничная | 7 | 7 | | | | | | |
| масло растительное | 4 | 4 | | | | | | |
| Итого | | | 220 | 164 | | | | |
| 01.11.31.12 30% | | | 220 | 164 | | | | |

| | | | | | | | | |
|--|-----|-----|------------|------------|------------|-------------|--------------|----------------------|
| яицо куриное | 3 | 3 | | | | | | |
| мука пшеничная | 7 | 7 | | | | | | |
| масло растительное | 4 | 4 | | | | | | |
| Итого: | | | | | | | | |
| 01.11.-31.12. -30% | 220 | 154 | | | | | | |
| 01.01-29.02 - 35% | 237 | 154 | | | | | | |
| 01.03 - 40% | 257 | 154 | | | | | | |
| молоко питьевое | 29 | 29 | | | | | | |
| или молоко концентрированное | 13 | 13 | | | | | | |
| или молоко сухое | 3 | 3 | | | | | | |
| вода кипяченая для концентрированного молока | 16 | 16 | | | | | | |
| вода кипяченая для сухого молока | 26 | 26 | | | | | | |
| масло сливочное | 7 | 7 | | | | | | |
| Сок в ассортименте | 200 | 200 | 200 | 0,2 | 0,0 | 11,0 | 45 | №518-2013, Пермь |
| Фрукты в ассортименте | | | 100 | 0,1 | 0,2 | 5,7 | 25 | №458-2006, Москва |
| Хлеб ржаной | | | 20 | 0,7 | 0,1 | 9,4 | 41,3 | |
| или хлеб ржаной витаминизированный | | | 20 | | | | | |
| Второй ужин | | | 200 | 5,6 | 6,3 | 10,0 | 119,1 | |
| Кисломолочный напиток в ассортименте | 186 | 180 | 180 | 3,9 | 5,4 | 5,1 | 85 | №698-2004 |
| Мучное изделие промышленного производства в ассортименте | 20 | 20 | 20 | 1,7 | 0,9 | 4,9 | 35 | |
| ИТОГО: | | | | 82 | 80 | 331 | 2371 | |

7 день

| Наименование блюда | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав | | | | | № рецептуры |
|-------------------------------------|--|----------|-------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|-------------|
| | | | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал | |
| Завтрак | | | 545 | 18,0 | 21,4 | 77,3 | 573,8 | |
| Бутерброд с сыром | | | 20/20 | 5,7 | 6,2 | 7,2 | 107 | №3-2004 |
| | хлеб пшеничный | 20 | 20 | | | | | |
| | сыр | 21 | 20 | | | | | |
| Каша рисовая жидкая с маслом | | | 200/5 | 6,4 | 7,2 | 27,0 | 198 | №311-2004 |
| | крупа рисовая | 30 | 30 | | | | | |
| | молоко питьевое | 190 | 190 | | | | | |
| | или молоко концентрированное | 87 | 87 | | | | | |
| | или молоко сухое | 23 | 23 | | | | | |
| | вода кипяченая для концентрированного молока | 103 | 103 | | | | | |
| | вода кипяченая для сухого молока | 167 | 167 | | | | | |
| | сахар | 3 | 3 | | | | | |
| | соль йодированная | 1 | 1 | | | | | |
| | масло сливочное | 5 | 5 | | | | | |
| Чай с сахаром | | | 200 | 0,2 | 0,0 | 12,0 | 48,8 | №685-2004 |
| Чай с сахаром | | | 200 | 0,2 | 0,0 | 12,0 | 48,8 | №685-2004 |
| Хлеб пшеничный | | | 20 | 5,7 | 6,2 | 7,2 | 107 | №3-2004 |
| Хлеб пшеничный | | | 20 | 5,7 | 6,2 | 7,2 | 107 | №3-2004 |

| | | | | | | | | | | |
|---|---|------|----|--------|------|------|-------|-------|-----------|--|
| | соль йодированная | 1 | 1 | | | | | | | |
| | масло сливочное | 5 | 5 | | | | | | | |
| Чай с сахаром | | | | 200 | 0,2 | 0,0 | 12,0 | 48,8 | №685-2004 | |
| Йогурт сливочный в индивидуальной упаковке | | | | 100 | | | | | | |
| Хлеб пшеничный | | | | 30 | 1,0 | 0,4 | 10,0 | | | |
| или Хлеб пшеничный витаминизированный | | | | 30 | | | | | | |
| Хлеб ржаной | | | | 20 | 0,7 | 0,1 | 9,4 | 41,3 | | |
| или хлеб ржаной витаминизированный | | | | 20 | | | | | | |
| Обед | | | | 740 | 27,2 | 22,9 | 120,4 | 796,1 | | |
| Помидор консервированный или свежий | | | | 80 | 0,5 | 0,2 | 3,4 | 17 | №101-2004 | |
| | помидор консервированный без уксуса | 146 | 80 | | | | | | | |
| | или помидоры свежие парниковые | 82 | 80 | | | | | | | |
| | или помидоры свежие грунтовые | 94 | 80 | | | | | | | |
| Суп с крупой с мясом | | | | 250/10 | 6,5 | 6,4 | 20,1 | 164,0 | №138-2004 | |
| | говядина полуфабрикат (мясо бескостное) | 19 | 16 | | | | | | | |
| | крупы: кукурузная, или пшено, или овсяные хлопья "Геркулес" | 5 | 5 | | | | | | | |
| | картофель - 01.09.-31.10. - 25% | 67 | 50 | | | | | | | |
| | 01.11.-31.12. - 30% | 72 | 50 | | | | | | | |
| | 01.01-29.02 - 35% | 77 | 50 | | | | | | | |
| | 01.03 - 40% | 84 | 50 | | | | | | | |
| | морковь до 01.01.-20% | 12,5 | 10 | | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|---|------|-----|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|---------------------|
| с 01.01 - 25% | 13,3 | 10 | | | | | | |
| лук репчатый | 12 | 10 | | | | | | |
| масло сливочное | 5 | 5 | | | | | | |
| Жаркое по - домашнему | | | 200 | 14,5 | 15,1 | 26,0 | 297,9 | №369-2013, Пермь |
| говядина полуфабрикат (мясо бескостное) | 93 | 79 | | | | | | |
| масса готового мяса | | 50 | | | | | | |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 160 | 120 | | | | | | |
| 01.11.-31.12. -30% | 172 | 120 | | | | | | |
| 01.01-29.02 - 35% | 185 | 120 | | | | | | |
| 01.03 - 40% | 200 | 120 | | | | | | |
| морковь до 01.01.-20% | 19 | 15 | | | | | | |
| с 01.01 - 25% | 20 | 15 | | | | | | |
| лук репчатый | 14 | 12 | | | | | | |
| масло растительное | 10 | 10 | | | | | | |
| Компот из сухофруктов | | | 200 | 0,8 | 0,0 | 23,7 | 98,0 | №639-2004 |
| сухофрукты | 25,3 | 25 | | | | | | |
| сахар | 10 | 10 | | | | | | |
| | | | 70 | 3,5 | 1,0 | 28,4 | 136,2 | |
| Поленин | | | 200 | 4,0 | 1,0 | 28,4 | 136,2 | |

| | | | | | | | | | |
|----------------------------------|-------------------------------------|------|-----|--------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------|
| | сухофрукты | 25,3 | 25 | | | | | | |
| | сахар | 10 | 10 | | | | | | |
| | | | | 70 | 3,5 | 1,0 | 28,4 | 136,2 | |
| Хлеб пшеничный | | | | 40 | | | | | |
| Полдник | | | | 360 | 4,2 | 7,1 | 60,1 | 303,1 | |
| Пирог "Вечерний" | | | | 60 | 3,4 | 7,1 | 31,7 | 204 | №120-1000 |
| | мука пшеничная | 30 | 30 | | | | | | |
| | сахар | 6 | 6 | | | | | | |
| | яйцо куриное | 10 | 10 | | | | | | |
| | сметана | 5 | 5 | | | | | | |
| | молоко сгущенное с сахаром | 14 | 14 | | | | | | |
| | двууглекислый натрий | 0,4 | 0,4 | | | | | | |
| | какао - порошок | 2 | 2 | | | | | | |
| | масло сливочное | 5 | 5 | | | | | | |
| | масло растительное для смазки листа | 0,7 | 0,7 | | | | | | |
| Сок в ассортименте | | 200 | 200 | 200 | 0,4 | 0,0 | 22,0 | 90 | №518-2013, Пермь |
| Фрукты в ассортименте | | | | 100 | 0,4 | 0,0 | 14,4 | 59,2 | №458-2006, Москва |
| Ужин | | | | 580 | 17,5 | 16,7 | 64,3 | 481,6 | |
| Оладьи из печени с маслом | | | | 100/5 | 14,1 | 11,9 | 7,1 | 192 | №148-2002 |
| | печень говяжья | 120 | 100 | | | | | | |
| | хлеб пшеничный | 15 | 15 | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|---|------|-----|------------|------------|------------|-------------|--------------|----------------------|
| масло сливочное | 3 | 3 | | | | | | |
| яйцо куриное | 5 | 5 | | | | | | |
| масло растительное | 5 | 5 | | | | | | |
| масло сливочное | 5 | 5 | | | | | | |
| Каша гречневая вязкая отварная | | | 150 | 1,7 | 4,5 | 24,3 | 148,6 | №510-2004 |
| крупa гречневая | 38 | 38 | | | | | | |
| вода питьевая | 120 | 120 | | | | | | |
| масло сливочное | 5 | 5 | | | | | | |
| Компот из свежих ягод | | | 200 | 0,1 | 0,0 | 15,6 | 63 | №357-2002 |
| клюква или брусника | 26,4 | 25 | | | | | | |
| сахар | 15 | 15 | | | | | | |
| Фрукты в ассортименте | | | 120 | 0,9 | 0,2 | 7,9 | 37 | №458-2006, Москва |
| Хлеб ржаной | | | 20 | 0,7 | 0,1 | 9,4 | 41,3 | |
| или хлеб ржаной витаминизированный | | | 20 | | | | | |
| Второй ужин | | | 200 | 6,0 | 6,4 | 10,7 | 124 | |
| Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке | 200 | 200 | 200 | 6,0 | 6,4 | 10,7 | 124 | |
| ИТОГО: | | | | 73 | 75 | 341 | 2329 | |
| ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ: | | | | 77 | 79 | 335 | 2362 | |

№

№

№

№

| | | | | | | | | |
|---|-----|-----|-----|-----------|-----------|------------|-------------|--|
| Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке | 200 | 200 | 200 | 6,0 | 6,4 | 10,7 | 124 | |
| ИТОГО: | | | | 73 | 75 | 341 | 2329 | |
| ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ: | | | | 77 | 79 | 335 | 2362 | |

| Наименование блюда | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав | | | | | № рецепта |
|--|-----------|----------|-------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|-----------|
| | | | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал | |
| Завтрак | | | 510 | 17,8 | 22,2 | 74,5 | 569,1 | |
| Бутерброд с сыром и маслом | | | 30/10/20 | 7,5 | 11,8 | 11,9 | 183,8 | №1,3-2004 |
| хлеб пшеничный | 30 | 30 | | | | | | |
| масло сливочное | 10 | 10 | | | | | | |
| сыр | 21 | 20 | | | | | | |
| Суп молочный с крупой | | | 250 | 6,3 | 7,7 | 24,2 | 191 | №162-1996 |
| молоко питьевое | 165 | 165 | | | | | | |
| или молоко концентрированное | 76 | 76 | | | | | | |
| или молоко сухое | 20 | 20 | | | | | | |
| вода кипяченая для концентрированного молока | 89 | 89 | | | | | | |
| вода кипяченая для сухого молока | 145 | 145 | | | | | | |
| вода питьевая | 100 | 100 | | | | | | |
| крупa манная, или кукурузная | 15 | 15 | | | | | | |
| или ячневая, или гречневая, или пшено | 20 | 20 | | | | | | |
| масло сливочное | 2 | 2 | | | | | | |
| сахар | 2 | 2 | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|---|-----|-----|------------|-------------|-------------|--------------|--------------|-----------------------------|
| Кофейный напиток на сгущенном молоке | | | 200 | 1,9 | 2,3 | 16,2 | 93 | №500-2013, Пермь |
| кофейный напиток | 5,5 | 5,5 | | | | | | |
| молоко сгущенное с сахаром | 25 | 25 | | | | | | |
| Хлеб пшеничный | | | 20 | 1,0 | 0,3 | 8,1 | 38,9 | |
| или Хлеб пшеничный витаминизированный | | | 20 | | | | | |
| Хлеб ржаной | | | 30 | 1,1 | 0,2 | 14,1 | 62,0 | |
| или хлеб ржаной витаминизированный | | | 30 | | | | | |
| Обед | | | 825 | 29,7 | 24,0 | 121,5 | 820,7 | |
| Салат из свежих помидоров | | | 80 | 0,8 | 4,1 | 2,8 | 51,1 | №22-2013, Пермь |
| помидоры свежие парниковые | 78 | 76 | | | | | | |
| или помидоры свежие грунтовые | 90 | 76 | | | | | | |
| масло растительное | 4 | 4 | | | | | | |
| Суп из овощей с яйцом и мясом | | | 250/10 | 5,3 | 5,5 | 11,2 | 116 | №14/2-2011, Екатеринбург |
| говядина полуфабрикат (мясо бескостное) | 19 | 16 | | | | | | |
| картофель - 01.09.-31.10. - 25% | 100 | 75 | | | | | | |
| 01.11.-31.12. - 30% | 107 | 75 | | | | | | |
| 01.01.-29.02 - 35% | 116 | 75 | | | | | | |
| 01.03 - 40% | 125 | 75 | | | | | | |

МАШИНА ПЛИМОНОВ

МАШИНА ПЛИМОНОВ

| | | | | | | | | | |
|--|-----|-----|--------------|-------------|-------------|-------------|------------|--|------------------|
| 01.11.-31.12. -30% | 107 | 75 | | | | | | | |
| 01.01-29.02 - 35% | 116 | 75 | | | | | | | |
| 01.03 - 40% | 125 | 75 | | | | | | | |
| масло сливочное | 5 | 5 | | | | | | | |
| яйцо куриное | 20 | 20 | | | | | | | |
| Рыба запечённая с маслом | | | 100/5 | 15,7 | 10,2 | 5,2 | 175 | | №310-1996 |
| горбуша или кета потрошенная с головой (филе с кожей без костей) | 170 | 119 | | | | | | | |
| или горбуша или кета неразделанная (филе с кожей без костей) | 205 | 119 | | | | | | | |
| или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей) | 153 | 113 | | | | | | | |
| или ряпушка неразделанная | 138 | 119 | | | | | | | |
| или щекур неразделанный | * | | | | | | | | |
| процент отходов щекура следует определять контрольной отработкой потерь при тепловой и холодной обработке и оформлять актом | | | | | | | | | |
| сухари | 4 | 4 | | | | | | | |
| масло растительное | 6 | 6 | | | | | | | |
| масло сливочное | 5 | 5 | | | | | | | |
| Картофель отварной с маслом и зеленью | | | 180 | 3,1 | 3,3 | 24,5 | 140 | | №203-2004 |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 239 | 180 | | | | | | | |
| 01.11.-31.12. -30% | 257 | 180 | | | | | | | |
| 01.01-29.02 - 35% | 277 | 180 | | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|--|-----|-----|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|----------------------|
| 01.03 - 40% | 301 | 180 | | | | | | |
| масло сливочное | 4,5 | 4,5 | | | | | | |
| зелень свежая (петрушка, укроп) | 4 | 3 | | | | | | |
| Сок в ассортименте | 200 | 200 | 200 | 0,5 | 0,0 | 34,0 | 138 | №518-2013, Пермь |
| Хлеб пшеничный | | | 50 | 2,5 | 0,7 | 20,3 | 97,3 | |
| или Хлеб пшеничный витаминизированный | | | 50 | | | | | |
| Хлеб ржаной | | | 50 | 1,8 | 0,3 | 23,5 | 103,3 | |
| или хлеб ржаной витаминизированный | | | 50 | | | | | |
| Полдник | | | 330 | 9,2 | 11,4 | 54,9 | 359,0 | |
| Мучное изделие промышленного производства в ассортименте | | | 50 | 3,8 | 6,9 | 32,0 | 205 | |
| Молоко питьевое кипяченое | 189 | 180 | 180 | 5,0 | 4,5 | 8,5 | 95 | №260-2001, Пермь |
| Фрукты в ассортименте | | | 100 | 0,4 | 0,0 | 14,4 | 59,2 | №458-2006, Москва |
| Ужин | | | 595 | 17,2 | 15,1 | 71,8 | 491,9 | |
| Яйца вареные | | | 40 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63,0 | №300-2013, Пермь |
| Овощи консервированные без уксуса (огурцы) | 146 | 80 | 80 | 0,6 | 0,1 | 1,4 | 8,9 | №101-2004 |
| ИЛИ | | | | | | | | |
| Овощи свежие (огурцы) | | | 80 | 0,6 | 0,1 | 1,8 | 10,5 | №70-2006, Москва |
| или филе куриное промышленного производства | 84 | 80 | | | | | | |
| | 81 | 80 | | | | | | |

| Овощи консервированные без укусов (огурцы) | | ИЛИ | | | | | | №70-2006, Москва |
|--|-----|-----|------------------|------------|------------|-------------|--------------|---------------------|
| | | 80 | 0,6 | 0,1 | 1,8 | 10,5 | | |
| Овощи свежие (огурцы) | | | | | | | | |
| огурцы свежие грунтовые | 84 | 80 | | | | | | |
| или филе куриное промышленного производства | | | | | | | | |
| | 61 | 68 | | | | | | |
| хлеб пшеничный | 16 | 16 | | | | | | |
| вода или молоко питьевое | 24 | 24 | | | | | | |
| сухари | 4,5 | 4,5 | | | | | | |
| масло растительное | 3 | 3 | | | | | | |
| Макаронные изделия отварные | | | 150 | 3,2 | 2,8 | 34,3 | 175,2 | №516-2004 |
| макаронные изделия | 53 | 53 | | | | | | |
| масло сливочное | 3,5 | 3,5 | | | | | | |
| Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд" | | | 200/20/10 | 0,2 | 0,0 | 15,5 | 62,8 | №686-2004 |
| чай-заварка | 0,9 | 0,9 | | | | | | |
| сахар | 15 | 15 | | | | | | |
| лимон | 11 | 10 | | | | | | |
| апельсин | 21 | 20 | | | | | | |
| Хлеб ржаной | | | 20 | 0,7 | 0,1 | 9,4 | 41,3 | |
| или хлеб ржаной витаминизированный | | | 20 | | | | | |
| Второй ужин | | | 200 | 5,6 | 6,3 | 10,0 | 119,1 | |
| Кисломолочный напиток в ассортименте | 186 | 180 | 180 | 3,9 | 5,4 | 5,1 | 85 | №698-2004 |

| Мучное изделие промышленного производства в ассортименте | 20 | 20 | 20 | 1,7 | 0,9 | 4,9 | 35 | |
|---|-----------|----------|-------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|-----------------------------|
| ИТОГО: | | | | 79 | 79 | 333 | 2360 | |
| 9 день | | | | | | | | |
| Наименование блюда | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав | | | | | № рецептуры |
| | | | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал | |
| Завтрак | | | 540 | 18,8 | 21,6 | 85,4 | 611,0 | |
| Бутерброд с маслом | | | 30/10 | 2,3 | 7,4 | 14,5 | 133,8 | №1-2004 |
| хлеб пшеничный | 30 | 30 | | | | | | |
| масло сливочное | 10 | 10 | | | | | | |
| Суфле "Чизкейк" (творожное с печеньем) с молоком сгущенным | | | 170 | 11,5 | 9,2 | 26,5 | 234,8 | №19/5-2011, Екатеринбург |
| печенье сахарное | 30 | 30 | | | | | | |
| творог | 114 | 112 | | | | | | |
| мука пшеничная | 13 | 13 | | | | | | |
| яйцо куриное | 15 | 15 | | | | | | |
| сахар | 8 | 8 | | | | | | |
| сметана | 12 | 12 | | | | | | |
| сухари пшеничные | 8 | 8 | | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|--|-----|-----|------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--|----------------------|
| сметана | 12 | 12 | | | | | | | |
| сухари пшеничные | 8 | 8 | | | | | | | |
| масло сливочное для смазки листа | 3,5 | 3,5 | | | | | | | |
| | | | 100 | 1,4 | 4,8 | 18,4 | 117,0 | | |
| какао - порошок | 4 | 4 | | | | | | | |
| молоко питьевое | 130 | 130 | | | | | | | |
| или молоко концентрированное | 60 | 60 | | | | | | | |
| или молоко сухое | 16 | 16 | | | | | | | |
| вода кипяченая для концентрированного молока | 70 | 70 | | | | | | | |
| вода кипяченая для сухого молока | 114 | 114 | | | | | | | |
| сахар | 10 | 10 | | | | | | | |
| Фрукты в ассортименте | | | 130 | 0,6 | 0,5 | 19,9 | 86,5 | | №458-2006, Москва |
| Хлеб пшеничный | | | 20 | 1,0 | 0,3 | 8,1 | 38,9 | | |
| или Хлеб пшеничный витаминизированный | | | 20 | | | | | | |
| Обед | | | 825 | 26,8 | 28,2 | 119,1 | 837,3 | | |
| Салат из моркови и яблок | | | 80 | 0,7 | 4,2 | 8,8 | 75,8 | | №9-2013, Пермь |
| морковь до 01.01.-20% | 70 | 56 | | | | | | | |
| с 01.01 - 25% | 74 | 56 | | | | | | | |
| <i>морковь старого урожая используется в сыром виде до 1 марта, с 1 марта только морковь нового урожая или в отварном виде</i> | | | | | | | | | |
| яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом) | 25 | 22 | | | | | | | |
| масло растительное | 4 | 4 | | | | | | | |

| ИЛИ | | | | | | | | |
|--|----|----|-----------------|-------------|-------------|-------------|--------------|-----------------------------|
| Нарезка из огурцов свежих с маслом растительным | | | 80 | 0,6 | 4,0 | 2,0 | 46,4 | №14/1-2011, Екатеринбург |
| огурцы свежие грунтовые | 80 | 76 | | | | | | |
| или огурцы свежие парниковые | 78 | 76 | | | | | | |
| масло растительное на полив при подаче | 4 | 4 | | | | | | |
| Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом, со сметаной | | | 250/10/5 | 5,8 | 6,5 | 12,0 | 129,7 | №124-2004 |
| говядина полуфабрикат (мясо бескостное) | 19 | 16 | | | | | | |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 40 | 30 | | | | | | |
| 01.11.-31.12. -30% | 43 | 30 | | | | | | |
| 01.01-29.02 - 35% | 46 | 30 | | | | | | |
| 01.03 - 40% | 50 | 30 | | | | | | |
| капуста свежая белокочанная | 63 | 50 | | | | | | |
| морковь до 01.01.-20% | 16 | 13 | | | | | | |
| с 01.01 - 25% | 17 | 13 | | | | | | |
| лук репчатый | 12 | 10 | | | | | | |
| масло сливочное | 5 | 5 | | | | | | |
| сметана | 5 | 5 | | | | | | |
| | | | 100 | 11,7 | 10,8 | 4,9 | 164 | №439-2004 |

| | | | | | | | | |
|---|------------|------------|------------|------------|------------|-------------|--------------|------------------------------|
| масло сливочное | 7 | 7 | | | | | | |
| Компот из кураги | | | 200 | 0,9 | 0,0 | 27,0 | 111,6 | №638-2004 |
| курага | 25,3 | 25 | | | | | | |
| сахар | 5 | 5 | | | | | | |
| Хлеб пшеничный | | | 40 | 2,0 | 0,6 | 16,2 | 77,8 | |
| или Хлеб пшеничный витаминизированный | | | 40 | | | | | |
| Хлеб ржаной | | | 50 | 1,8 | 0,3 | 23,5 | 103,3 | |
| или хлеб ржаной витаминизированный | | | 50 | | | | | |
| Полдник | | | 360 | 2,6 | 6,4 | 73,7 | 362,8 | |
| Булочное изделие промышленного производства в ассортименте | | | 60 | 2,0 | 6,2 | 34,0 | 200 | |
| ИЛИ | | | | | | | | |
| Булочка с изюмом | | | 60 | 2,0 | 6,2 | 34,0 | 200 | №11/12-2011, Екатеринбург |
| мука пшеничная | 34 | 34 | | | | | | |
| мука пшеничная на подпыл | 0,6 | 0,6 | | | | | | |
| сахар | 6 | 6 | | | | | | |
| масло сливочное | 9 | 9 | | | | | | |
| молоко питьевое | 9 | 9 | | | | | | |
| или дрожжи сухие хлебопекарные | 0,4 | 0,4 | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|--|------------|------------|--------------|-------------|-------------|-------------|--------------|----------------------|
| масло сливочное | 9 | 9 | | | | | | |
| молоко питьевое | 9 | 9 | | | | | | |
| яйцо куриное | 5 | 5 | | | | | | |
| Дрожжи хлебопекарные | 1,1 | 1,8 | | | | | | |
| или дрожжи сухие хлебопекарные | 0,4 | 0,4 | | | | | | |
| соль йодированная | 0,3 | 0,3 | | | | | | |
| масло растительное для смазки листа | 0,2 | 0,2 | | | | | | |
| Сок в ассортименте | 200 | 200 | 200 | 0,5 | 0,0 | 34,0 | 138 | №518-2013, Пермь |
| Фрукты в ассортименте | | | 100 | 0,1 | 0,2 | 5,7 | 25 | №458-2006, Москва |
| Ужин | | | 510 | 28,2 | 23,1 | 32,8 | 451,9 | |
| Сыр (порциями) | 16 | 15 | 15 | 3,5 | 4,4 | 0,0 | 54 | №97-2004 |
| Горошек зеленый консервированный (после термической обработки) | 92 | 60 | 60 | 5,2 | 0,2 | 7,5 | 53 | №101-2004 |
| Омлет с мясом с маслом | | | 200/5 | 18,2 | 17,9 | 0,5 | 236 | №308-2013, Пермь |
| яйцо куриное | 120 | 120 | | | | | | |
| молоко питьевое | 70 | 70 | | | | | | |
| или молоко концентрированное | 32 | 32 | | | | | | |
| или молоко сухое | 8 | 8 | | | | | | |
| вода кипяченая для концентрированного молока | 38 | 38 | | | | | | |
| вода кипяченая для сухого молока | 62 | 62 | | | | | | |
| масса омлетной смеси | | 190 | | | | | | |
| говядина полуфабрикат (мясо бескостное) | 77 | 65 | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|--|-----|-----|------------|------------|------------|-------------|-------------|-----------|
| масса отварного мяса | | 40 | | | | | | |
| масло сливочное для смазки листа | 4 | 4 | | | | | | |
| масса готового омлета | | 200 | | | | | | |
| масло сливочное | 5 | 5 | | | | | | |
| Чай с сахаром | | | 200 | 0,2 | 0,0 | 12,0 | 48,8 | №685-2004 |
| чай-заварка | 0,9 | 0,9 | | | | | | |
| сахар | 12 | 12 | | | | | | |
| Мучное изделие промышленного производства в ассортименте (печенье затяжное) | | | 30 | 0,4 | 0,5 | 3,4 | 19,7 | |
| Хлеб ржаной | | | 20 | 0,7 | 0,1 | 9,4 | 41,3 | |
| или хлеб ржаной витаминизированный | | | 20 | | | | | |
| Второй ужин | | | 200 | 6,0 | 6,4 | 10,7 | 124 | |
| Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке | 200 | 200 | 200 | 6,0 | 6,4 | 10,7 | 124 | |
| ИТОГО: | | | | 82 | 86 | 322 | 2387 | |

10 день

| Наименование блюда | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав | | | | | № рецептуры |
|---------------------------------------|-----------|----------|-------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|-------------|
| | | | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал | |
| Завтрак | | | 600 | 12,7 | 17,3 | 94,0 | 582,1 | |
| Пирожок с начинкой и сыром | | | 45 | 3,9 | 9,8 | 10,8 | 147 | №10-2004 |

~~Каша манная жидкая с маслом~~

~~600/0~~

~~0,1~~

~~9,1~~

~~0,2~~

~~100,0~~

| | | | | | | | | |
|--|--|--|-------|-----|-----|------|-------|----------------------|
| Бутерброд горячий с сыром | | | 45 | 3,9 | 9,8 | 10,8 | 147 | №10-2004 |
| хлеб пшеничный | | | 20 | 20 | | | | |
| Каша манная жидкая с маслом | | | 200/5 | 5,1 | 7,1 | 28,0 | 196,3 | №311-2004 |
| крупа манная | | | 20 | 20 | | | | |
| вода питьевая | | | 76 | 76 | | | | |
| молоко питьевое | | | 114 | 114 | | | | |
| или молоко концентрированное | | | 52 | 52 | | | | |
| или молоко сухое | | | 14 | 14 | | | | |
| вода кипяченая для концентрированного молока | | | 62 | 62 | | | | |
| вода кипяченая для сухого молока | | | 100 | 100 | | | | |
| сахар | | | 3 | 3 | | | | |
| соль йодированная | | | 1,2 | 1,2 | | | | |
| масло сливочное | | | 5 | 5 | | | | |
| Чай "Витаминный" | | | 200 | 0,7 | 0,1 | 19,8 | 82,9 | №493-2013, Пермь |
| чай-заварка | | | 0,9 | 0,9 | | | | |
| шиповник | | | 15 | 15 | | | | |
| сахар | | | 10 | 10 | | | | |
| Фрукты в ассортименте | | | 150 | 2,3 | 0,2 | 26,0 | 115 | №458-2006, Москва |
| Хлеб ржаной | | | 20 | 0,7 | 0,1 | 9,4 | 41,3 | |

| | | | | | | | | |
|---|-----|-----|-----------------|-------------|-------------|--------------|--------------|-----------------------------|
| или хлеб ржаной витаминизированный | | | 20 | | | | | |
| Обед | | | 815 | 24,6 | 25,9 | 120,9 | 815,0 | |
| Нарезка из свеклы отварной с маслом | | | 80 | 1,1 | 4,0 | 5,4 | 62,0 | №20/1-2011, Екатеринбург |
| свекла до 01.01.-20% | 99 | 79 | | | | | | |
| с 01.01 - 25% | 105 | 79 | | | | | | |
| масло растительное на полив при подаче | 4 | 4 | | | | | | |
| ИЛИ | | | | | | | | |
| Салат из капусты белокочанной с перцем | | | 80 | 0,9 | 4,0 | 6,1 | 64,0 | №1-2013, Пермь |
| капуста свежая белокочанная (стертая с солью) | 95 | 48 | | | | | | |
| морковь до 01.01.-20% | 15 | 12 | | | | | | |
| с 01.01 - 25% | 16 | 12 | | | | | | |
| перец сладкий, свежий | 21 | 16 | | | | | | |
| сахар | 1,6 | 1,6 | | | | | | |
| кислота лимонная | 0,1 | 0,1 | | | | | | |
| вода для разведения кислоты лимонной | 4 | 4 | | | | | | |
| масло растительное на полив при подаче | 4 | 4 | | | | | | |
| Рассольник с мясом, со сметаной | | | 250/10/5 | 4,1 | 5,2 | 12,5 | 113,2 | №130-2004 |
| говядина полуфабрикат (мясо бескостное) | 19 | 16 | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|---|------|-----|-----------|-------------|-------------|------------|--------------|------------------------------------|
| говядина полуфабрикат (мясо бескостное) | 19 | 16 | | | | | | |
| | 189 | 75 | | | | | | |
| 01.01-29.02 - 35% | 116 | 75 | | | | | | |
| 01.03 - 40% | 125 | 75 | | | | | | |
| огурцы соленые без уксуса | 27 | 15 | | | | | | |
| морковь до 01.01.-20% | 12,5 | 10 | | | | | | |
| с 01.01 - 25% | 13,3 | 10 | | | | | | |
| лук репчатый | 12 | 10 | | | | | | |
| масло сливочное | 5 | 5 | | | | | | |
| сметана | 5 | 5 | | | | | | |
| Котлета рыбная натуральная, запеченная | | | 90 | 10,5 | 11,3 | 5,9 | 167,3 | №9/7-2011, Екатеринбург |
| минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей) | 128 | 95 | | | | | | |
| или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей) | 143 | 95 | | | | | | |
| или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства | 110 | 95 | | | | | | |
| или щекур неразделанный | * | | | | | | | |
| процент отходов щекура следует определять контрольной отработкой потерь при тепловой и холодной обработке и оформлять актом | | | | | | | | |
| лук репчатый | 11 | 9 | | | | | | |
| яйцо куриное | 4,5 | 4,5 | | | | | | |
| вода питьевая | 9 | 9 | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|---|-----|-----|------------|------------|------------|-------------|--------------|---------------------|
| сухари | 4 | 4 | | | | | | |
| масло растительное | 2 | 2 | | | | | | |
| Картофель тушеный | | | 180 | 3,4 | 4,2 | 22,5 | 141 | №216-2004 |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 206 | 155 | | | | | | |
| 01.11.-31.12. -30% | 222 | 155 | | | | | | |
| 01.01-29.02 - 35% | 239 | 155 | | | | | | |
| 01.03 - 40% | 259 | 155 | | | | | | |
| морковь до 01.01.-20% | 53 | 42 | | | | | | |
| с 01.01 - 25% | 56 | 42 | | | | | | |
| лук репчатый | 26 | 22 | | | | | | |
| масло сливочное | 7 | 7 | | | | | | |
| Сок в ассортименте | 200 | 200 | 200 | 0,4 | 0,0 | 22,0 | 90 | №518-2013, Пермь |
| Хлеб пшеничный | | | 70 | 3,5 | 1,0 | 28,4 | 136,2 | |
| или Хлеб пшеничный витаминизированный | | | 70 | | | | | |
| Хлеб ржаной | | | 50 | 1,8 | 0,3 | 23,5 | 103,3 | |
| или хлеб ржаной витаминизированный | | | 50 | | | | | |
| Полдник | | | 360 | 4,8 | 7,4 | 69,6 | 364,2 | |
| Мучное изделие промышленного производства в ассортименте | | | 60 | 4,1 | 7,3 | 39,3 | 239 | |

Мучное изделие промышленного производства в ассортименте

ИЛИ

| | | | | | | | | |
|---|------|------|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|----------------------|
| мука пшеничная | 32 | 32 | | | | | | |
| мука пшеничная на подпыл | 1,8 | 1,8 | | | | | | |
| сахар | 17 | 17 | | | | | | |
| масло сливочное | 8 | 8 | | | | | | |
| яйцо куриное | 2 | 2 | | | | | | |
| молоко питьевое | 6 | 6 | | | | | | |
| натрий двууглекислый | 0,45 | 0,45 | | | | | | |
| ванилин | 0,01 | 0,01 | | | | | | |
| яйца для смазки изделия | 1 | 1 | | | | | | |
| масло растительное для смазки листа | 0,5 | 0,5 | | | | | | |
| Чай с сахаром | | | 200 | 0,2 | 0,0 | 12,0 | 48,8 | №685-2004 |
| чай-заварка | 0,9 | 0,9 | | | | | | |
| сахар | 12 | 12 | | | | | | |
| Фрукты в ассортименте | | | 100 | 0,5 | 0,1 | 18,3 | 76,1 | №458-2006, Москва |
| Ужин | | | 580 | 13,5 | 16,1 | 70,5 | 480,9 | |
| Овощи консервированные без уксуса (огурцы) | 146 | 80 | 80 | 0,6 | 0,1 | 1,4 | 8,9 | №101-2004 |
| ИЛИ | | | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|---|------|-----|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|----------------------------|
| Овощи свежие (огурцы) | | | 80 | 0,6 | 0,1 | 1,8 | 10,5 | №70-2006, Москва |
| огурцы свежие грунтовые | 84 | 80 | | | | | | |
| или огурцы свежие парниковые | 82 | 80 | | | | | | |
| Гречка по - купечески с мясом | | | 200 | 11,8 | 15,5 | 32,5 | 316,7 | №4/8-2011, Екатеринбург |
| говядина полуфабрикат (мясо бескостное) | 74 | 63 | | | | | | |
| масло растительное | 3 | 3 | | | | | | |
| масса тушеного мяса | | 40 | | | | | | |
| крупа гречневая | 38 | 38 | | | | | | |
| вода питьевая | 120 | 120 | | | | | | |
| масло сливочное | 8 | 8 | | | | | | |
| морковь до 01.01.-20% | 25 | 20 | | | | | | |
| с 01.01 - 25% | 27 | 20 | | | | | | |
| лук репчатый | 12 | 10 | | | | | | |
| Кисель из свежих ягод | | | 200 | 0,3 | 0,2 | 21,5 | 89,0 | №505-2013, Пермь |
| вишня свежемороженая | 25,2 | 24 | | | | | | |
| или смородина свежемороженая | 25,2 | 24 | | | | | | |
| или клюква свежемороженая | 25,2 | 24 | | | | | | |
| или облепиха свежемороженая | 26,6 | 24 | | | | | | |

Фрукт и ассорти

100

| или облепиха свежемороженая | 26,6 | 24 | | | | | | | |
|--|------------------------------|----------|-------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|----------------------|-----------|
| Фрукт в ассортименте | | | 100 | 0,1 | 0,2 | 5,7 | 25 | №458-2006, Москва | |
| Хлеб ржаной | | | 20 | 0,7 | 0,1 | 9,4 | 41,3 | | |
| или хлеб ржаной витаминизированный | | | 20 | | | | | | |
| Второй ужин | | | 200 | 5,6 | 6,3 | 10,0 | 119,1 | | |
| Кисломолочный напиток в ассортименте | | 186 | 180 | 180 | 3,9 | 5,4 | 5,1 | 85 | №698-2004 |
| Мучное изделие промышленного производства в ассортименте | | 20 | 20 | 20 | 1,7 | 0,9 | 4,9 | 35 | |
| ИТОГО: | | | | 61 | 73 | 365 | 2361 | | |
| 11 день | | | | | | | | | |
| Наименование блюда | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав | | | | | № рецептуры | |
| | | | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал | | |
| Завтрак | | | 540 | 18,2 | 20,7 | 85,6 | 601,3 | | |
| Бутерброд с сыром | | | 20/20 | 5,7 | 6,2 | 7,2 | 107 | №3-2004 | |
| | хлеб пшеничный | 20 | 20 | | | | | | |
| | сыр | 21 | 20 | | | | | | |
| Каша рисовая жидкая | | | 200 | 6,4 | 7,2 | 27,0 | 198 | №311-2004 | |
| | крупа рисовая | 30 | 30 | | | | | | |
| | молоко питьевое | 190 | 190 | | | | | | |
| | или молоко концентрированное | 87 | 87 | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|--|-----|-----|------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------------|
| или молоко сухое | 23 | 23 | | | | | | |
| вода кипяченая для концентрированного молока | 103 | 103 | | | | | | |
| вода кипяченая для сухого молока | 167 | 167 | | | | | | |
| сахар | 3 | 3 | | | | | | |
| соль йодированная | 1 | 1 | | | | | | |
| масло сливочное | 5 | 5 | | | | | | |
| Кофейный напиток на сгущенном молоке | | | 200 | 1,9 | 2,3 | 16,2 | 93 | №500-2013, Пермь |
| кофейный напиток | 5,5 | 5,5 | | | | | | |
| молоко сгущенное с сахаром | 25 | 25 | | | | | | |
| Продукт творожный промышленного производства (масса творожного продукта конкретизируется по фактическому использованию от 100 г и выше) | | | 100 | 2,5 | 4,6 | 17,7 | 122 | 0,6 |
| Хлеб пшеничный | | | 20 | 1,0 | 0,3 | 8,1 | 38,9 | |
| или Хлеб пшеничный витаминизированный | | | 20 | | | | | |
| Хлеб ржаной | | | 20 | 0,7 | 0,1 | 9,4 | 41,3 | |
| или хлеб ржаной витаминизированный | | | 20 | | | | | |
| Обед | | | 755 | 26,9 | 30,4 | 113,3 | 834,5 | |
| Салат из капусты белокочанной с морковью | | | 80 | 1,3 | 4,1 | 7,7 | 72,7 | №4-2013, Пермь |
| капуста свежая белокочанная | 84 | 67 | | | | | | |
| морковь до 01.01.-20% | 10 | 8 | | | | | | |

А БУ БУ - ДАМ

10.0

А

| | | | | | | | | |
|---|------|-----|---------------|------------|------------|-------------|--------------|----------------------------|
| капуста свежая | | | | | | | | |
| морковь до 01.01.-20% | 10 | 8 | | | | | | |
| капуста и морковь старого урожая используется в сыром виде до 1 марта, с 1 марта только капуста или морковь нового урожая или другой салат | | | | | | | | |
| сахар | 3 | 3 | | | | | | |
| кислота лимонная | 0,1 | 0,1 | | | | | | |
| вода для разведения лимонной кислоты | 5 | 5 | | | | | | |
| масло растительное | 4 | 4 | | | | | | |
| ИЛИ | | | | | | | | |
| Салат из свежих помидоров | | | 80 | 0,8 | 4,1 | 2,8 | 51,1 | №22-2013, Пермь |
| помидоры свежие парниковые | 78 | 76 | | | | | | |
| или помидоры свежие грунтовые | 90 | 76 | | | | | | |
| масло растительное | 4 | 4 | | | | | | |
| Суп гороховый с гренками | | | 250/20 | 3,1 | 4,1 | 31,7 | 176,1 | №139-2004 |
| горох луцёный | 20 | 20 | | | | | | |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 67 | 50 | | | | | | |
| 01.11.-31.12. -30% | 72 | 50 | | | | | | |
| 01.01-29.02 - 35% | 77 | 50 | | | | | | |
| 01.03 - 40% | 84 | 50 | | | | | | |
| морковь до 01.01.-20% | 16,3 | 13 | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|--|------|-----|--------------|-------------|-------------|-------------|--------------|-----------------------------|
| с 01.01 - 25% | 17,3 | 13 | | | | | | |
| лук репчатый | 12 | 10 | | | | | | |
| масло сливочное | 5 | 5 | | | | | | |
| хлеб пшеничный | 38 | 32 | | | | | | |
| Запеканка картофельная с мясом отварным, с маслом | | | 200/5 | 19,1 | 21,5 | 21,6 | 356,3 | №157-2004, Пермь |
| говядина полуфабрикат (мясо бескостное) | 114 | 97 | | | | | | |
| масса отварного мяса | | 60 | | | | | | |
| картофель - 01.09.-31.10. - 25% | 247 | 186 | | | | | | |
| 01.11.-31.12. -30% | 266 | 186 | | | | | | |
| 01.01-29.02 - 35% | 286 | 186 | | | | | | |
| 01.03 - 40% | 311 | 186 | | | | | | |
| масло сливочное | 11 | 11 | | | | | | |
| яйцо куриное | 4 | 4 | | | | | | |
| сухари | 3 | 3 | | | | | | |
| масло растительное для смазки листа | 3 | 3 | | | | | | |
| масло сливочное | 5 | 5 | | | | | | |
| Сок в ассортименте | 200 | 200 | 200 | 0,4 | 0,0 | 22,0 | 90 | №518-2013, Пермь |
| Хлеб пшеничный | | | 40 | 2,0 | 0,6 | 16,2 | 77,8 | |

| | | | | | | | |
|---|-----|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|----------------------|
| или хлеб пшеничный витаминизированный | | | | | | | |
| или хлеб ржаной витаминизированный | | | | | | | |
| Полдник | | | | | | | |
| | | 360 | 11,9 | 5,3 | 60,4 | 336,9 | |
| Мучное изделие промышленного производства в ассортименте | | 80 | 7,2 | 1,2 | 32,5 | 170 | |
| Шоколадный напиток "Несквик" | | 180 | 4,3 | 4,1 | 13,5 | 108 | №621-2013, Пермь |
| быстрорастворимый витаминизированный шоколадный напиток "Несквик" | 9 | 9 | | | | | |
| сахар | 3 | 3 | | | | | |
| молоко питьевое | 135 | 135 | | | | | |
| или молоко концентрированное | 62 | 62 | | | | | |
| или молоко сухое | 16 | 16 | | | | | |
| вода кипяченая для концентрированного молока | 73 | 73 | | | | | |
| вода кипяченая для сухого молока | 119 | 119 | | | | | |
| Фрукты в ассортименте | | 100 | 0,4 | 0,0 | 14,4 | 59,2 | №458-2006, Москва |
| Ужин | | 570 | 18,7 | 16,7 | 56,8 | 452,3 | |
| Бедро или грудка куриные запеченные "Домашние" | | 90 | 14,6 | 12,6 | 0,6 | 174,2 | №494-2004 |
| курица потрошенная 1 категории | 150 | 134 | | | | | |
| или грудка куриная на кости | 141 | 134 | | | | | |
| или бедро куриное | 141 | 134 | | | | | |

| | | | | | | | | |
|---|-------------|------------|------------|------------|------------|-------------|------------|------------------|
| томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли) | 4 | 4 | | | | | | |
| чеснок | 0,5 | 0,4 | | | | | | |
| масло растительное | 2 | 2 | | | | | | |
| Рагу из овощей | | | 180 | 2,8 | 4,0 | 20,4 | 129 | №215-1996 |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 84 | 63 | | | | | | |
| 01.11.-31.12. -30% | 90 | 63 | | | | | | |
| 01.01-29.02 - 35% | 97 | 63 | | | | | | |
| 01.03 - 40% | 105 | 63 | | | | | | |
| капуста белокочанная свежая | 58 | 46 | | | | | | |
| морковь до 01.01.-20% | 45 | 36 | | | | | | |
| с 01.01 - 25% | 48 | 36 | | | | | | |
| лук репчатый | 18 | 15 | | | | | | |
| масло растительное | 6 | 6 | | | | | | |
| для соуса томатного | | 55 | | | | | | №587-2004 |
| томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли) | 9,0 | 9,0 | | | | | | |
| мука пшеничная | 2,5 | 2,5 | | | | | | |
| морковь до 01.01.-20% | 11,3 | 9,0 | | | | | | |

| мука пшеничная | | | | | | | | |
|--|-----------|----------|-------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|----------------------|
| морковь до 01.01.-20% | 11,3 | 9,0 | | | | | | |
| масло сливочное | 2,5 | 2,5 | | | | | | |
| Чай с сахаром | | | 200 | 0,2 | 0,0 | 12,0 | 48,8 | №685-2004 |
| чай-заварка | 0,9 | 0,9 | | | | | | |
| сахар | 12 | 12 | | | | | | |
| Фрукты в ассортименте | | | 100 | 0,4 | 0,0 | 14,4 | 59,2 | №458-2006, Москва |
| Хлеб ржаной | | | 20 | 0,7 | 0,1 | 9,4 | 41,3 | |
| или хлеб ржаной витаминизированный | | | 20 | | | | | |
| Второй ужин | | | 200 | 5,6 | 6,3 | 10,0 | 119,1 | |
| Кисломолочный напиток в ассортименте | 186 | 180 | 180 | 3,9 | 5,4 | 5,1 | 85 | №698-2004 |
| Мучное изделие промышленного производства в ассортименте | 20 | 20 | 20 | 1,7 | 0,9 | 4,9 | 35 | |
| ИТОГО: | | | | 81 | 79 | 326 | 2344 | |
| 12 день | | | | | | | | |
| Наименование блюда | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав | | | | | № рецептуры |
| | | | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал | |
| Завтрак | | | 545 | 14,1 | 19,4 | 93,6 | 605,1 | |
| Бутерброд с маслом | | | 30/10 | 2,3 | 7,4 | 14,5 | 133,8 | №1-2004 |
| хлеб пшеничный | 30 | 30 | | | | | | |
| масло сливочное | 10 | 10 | | | | | | |

Центр государственного контроля
 ОГРН 1077203095147
 ИНН 770709134

| | | | | | | | | |
|--|-----|-----|--------------|------------|------------|-------------|--------------|-----------------------------|
| Каша кукурузная жидкая с маслом | | | 200/5 | 6,2 | 7,5 | 36,0 | 236 | №265-2013, Пермь |
| крупы кукурузная | 40 | 40 | | | | | | |
| вода питьевая | 68 | 68 | | | | | | |
| молоко питьевое | 100 | 100 | | | | | | |
| или молоко концентрированное | 46 | 46 | | | | | | |
| или молоко сухое | 12 | 12 | | | | | | |
| вода кипяченая для концентрированного молока | 54 | 54 | | | | | | |
| вода кипяченая для сухого молока | 88 | 88 | | | | | | |
| сахар | 3 | 3 | | | | | | |
| соль йодированная | 1 | 1 | | | | | | |
| масло сливочное | 5 | 5 | | | | | | |
| Какао с молоком | | | 200 | 3,4 | 4,2 | 16,4 | 117,0 | №642-1996 |
| какао - порошок | 4 | 4 | | | | | | |
| молоко питьевое | 130 | 130 | | | | | | |
| или молоко концентрированное | 60 | 60 | | | | | | |
| или молоко сухое | 16 | 16 | | | | | | |
| вода кипяченая для концентрированного молока | 70 | 70 | | | | | | |
| вода кипяченая для сухого молока | 114 | 114 | | | | | | |

или хлеб ржаной

| | | | | | | | | |
|---|-----------|-----------|------------|-------------|-------------|--------------|--------------|----------------------------|
| вода кипяченая для сухого молока | 114 | 114 | | | | | | |
| сахар | 10 | 10 | | | | | | |
| Хлеб ржаной | | | 20 | 0,7 | 0,1 | 9,4 | 41,3 | Москва |
| или хлеб ржаной витаминизированный | | | 20 | | | | | |
| Обед | | | 840 | 36,9 | 25,5 | 114,7 | 835,2 | |
| Салат картофельный с огурцами | | | 80 | 1,4 | 4,0 | 7,4 | 71,0 | №66-2013, Пермь |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 68 | 51 | | | | | | |
| 01.11.-31.12. -30% | 73 | 51 | | | | | | |
| 01.01-29.02 - 35% | 79 | 51 | | | | | | |
| 01.03 - 40% | 85 | 51 | | | | | | |
| масса отварного картофеля | | 48 | | | | | | |
| лук репчатый | 10,7 | 9 | | | | | | |
| или лук зеленый | 11 | 9 | | | | | | |
| <i>лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый</i> | | | | | | | | |
| огурцы соленые без уксуса | 18 | 10 | | | | | | |
| или огурцы свежие парниковые | 10,2 | 10 | | | | | | |
| или огурцы свежие грунтовые | 10,5 | 10 | | | | | | |
| морковь до 01.01.-20% | 15 | 12 | | | | | | |
| с 01.01 - 25% | 16 | 12 | | | | | | |
| масса отварной моркови | | 10 | | | | | | |

ОГРН 5027200000000
 10.01.2013
 10.01.2013

| | | | | | | | | |
|---|------|-----|---------------|------------|------------|-------------|--------------|----------------------|
| масло растительное | 4 | 4 | | | | | | |
| Уха ростовская | | | 250/60 | 8,5 | 6,7 | 18,9 | 169,7 | №119-2006, Москва |
| горбуша или кета потрошенная с головой (филе без кожи и костей) | 108 | 72 | | | | | | |
| или горбуша или кета неразделанная (филе без кожи и костей) | 131 | 72 | | | | | | |
| или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей) | 100 | 74 | | | | | | |
| или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства | 84 | 72 | | | | | | |
| или щекур неразделанный | * | | | | | | | |
| процент отходов щекура следует определять контрольной отработкой потерь при тепловой и холодной обработке и оформлять актом | | | | | | | | |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 133 | 100 | | | | | | |
| 01.11.-31.12. -30% | 143 | 100 | | | | | | |
| 01.01-29.02 - 35% | 154 | 100 | | | | | | |
| 01.03 - 40% | 167 | 100 | | | | | | |
| лук репчатый | 14 | 12 | | | | | | |
| помидоры свежие парниковые | 21,4 | 21 | | | | | | |
| или помидоры свежие грунтовые | 25 | 21 | | | | | | |
| или томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли) | 10 | 10 | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|---|-----|-----|------------|------------|------------|-------------|------------|-------------------------|
| или томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли) | 10 | 10 | | | | | | |
| Цыпленок - Бройлеры охлажденные тушки, потрошенные 1 категории | | | | | | | | |
| или окорочок куриный охлажденный | 115 | 101 | | | | | | |
| или грудка куриная охлажденная | 115 | 101 | | | | | | |
| или филе куриное или индейки промышленного производства | 105 | 101 | | | | | | |
| или филе куриное или индейки промышленного производства | 94 | 89 | | | | | | |
| масло растительное | 4 | 4 | | | | | | |
| соус сметанный: | | 50 | | | | | | |
| сметана | 15 | 15 | | | | | | |
| мука пшеничная | 2,5 | 2,5 | | | | | | |
| вода питьевая | 35 | 35 | | | | | | |
| масло сливочное | 2 | 2 | | | | | | |
| Макароны отварные с овощами | | | 150 | 3,1 | 2,8 | 28,0 | 150 | №294-2013, Пермь |
| макаронные изделия | 38 | 38 | | | | | | |
| масса отварных макарон | | 100 | | | | | | |
| морковь до 01.01.-20% | 38 | 30 | | | | | | |
| с 01.01 - 25% | 40 | 30 | | | | | | |
| масло сливочное | 4 | 4 | | | | | | |
| томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли) | 8 | 8 | | | | | | |

Итого: 150 3,1 2,8 28,0 150

| | | | | | | | | |
|---|-----|-----|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|------------------------|
| горошек зеленый консервированный (после термической обработки) | 23 | 15 | | | | | | |
| масса готовых овощей | | 50 | | | | | | |
| Напиток из плодов шиповника | | | 200 | 0,2 | 0,0 | 15,1 | 61,4 | №705-2004 |
| шиповник | 25 | 25 | | | | | | |
| сахар | 5 | 5 | | | | | | |
| Хлеб пшеничный | | | 60 | 3,0 | 0,8 | 24,3 | 116,8 | |
| или Хлеб пшеничный витаминизированный | | | 60 | | | | | |
| Хлеб ржаной | | | 40 | 1,4 | 0,2 | 18,8 | 82,6 | |
| или хлеб ржаной витаминизированный | | | 40 | | | | | |
| Полдник | | | 300 | 7,9 | 2,8 | 70,0 | 336,8 | |
| Мучное изделие промышленного производства в ассортименте (рулет) | | | 100 | 7,7 | 2,8 | 58,0 | 288 | |
| Чай с сахаром | | | 200 | 0,2 | 0,0 | 12,0 | 48,8 | №685-2004 |
| чай-заварка | 0,9 | 0,9 | | | | | | |
| сахар | 12 | 12 | | | | | | |
| Ужин | | | 530 | 11,2 | 15,6 | 66,3 | 450,0 | |
| Салат из моркови с изюмом | | | 80 | 1,8 | 0,2 | 16,5 | 74,6 | №10-2013, Пермь |
| морковь до 01.01.-20% | 91 | 73 | | | | | | |
| с 01.01 - 25% | 97 | 73 | | | | | | |

Морковь отечественного урожая, выращенная в открытом грунте или в теплице, в период с 1 марта по 1 сентября включительно
морковь нового урожая или в открытом грунте

с 01.01 - 25% 97

| морковь нового урожая или в отварном виде | | | | | | | | |
|---|-----|-----|------------|------------|-------------|-------------|--------------|----------------------------|
| изюм | 6 | 6 | | | | | | |
| лимон для сока | 10 | 4 | | | | | | |
| Печень, тушенная в соусе с картофелем и овощами | | | 250 | 8,5 | 15,3 | 29,4 | 289,3 | №7/8-2011, Екатеринбург |
| печень говяжья | 91 | 76 | | | | | | |
| масло растительное | 5 | 5 | | | | | | |
| масса тушеной печени | | 50 | | | | | | |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 67 | 50 | | | | | | |
| 01.11.-31.12. -30% | 72 | 50 | | | | | | |
| 01.01-29.02 - 35% | 77 | 50 | | | | | | |
| 01.03 - 40% | 84 | 50 | | | | | | |
| морковь до 01.01.-20% | 75 | 60 | | | | | | |
| с 01.01 - 25% | 80 | 60 | | | | | | |
| лук репчатый | 36 | 30 | | | | | | |
| капуста белокочанная свежая | 94 | 75 | | | | | | |
| масло сливочное | 10 | 10 | | | | | | |
| мука пшеничная | 2,5 | 2,5 | | | | | | |
| томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли) | 5 | 5 | | | | | | |

| сметана | 15 | 15 | | | | | | | |
|---|-----------|----------|-------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|---------------------|--|
| Сок в ассортименте | 200 | 200 | 200 | 0,2 | 0,0 | 11,0 | 45 | №518-2013, Пермь | |
| Хлеб ржаной | | | 20 | 0,7 | 0,1 | 9,4 | 41,3 | | |
| или хлеб ржаной витаминизированный | | | 20 | | | | | | |
| Второй ужин | | | 200 | 6,0 | 6,4 | 10,7 | 124 | | |
| Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке | 200 | 200 | 200 | 6,0 | 6,4 | 10,7 | 124 | | |
| ИТОГО: | | | | 76 | 70 | 355 | 2352 | | |
| 13 день | | | | | | | | | |
| Наименование блюда | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав | | | | | № рецептуры | |
| | | | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал | | |
| Завтрак | | | 570 | 13,9 | 18,2 | 90,5 | 580,7 | | |
| Суп молочный с макаронными изделиями | | | 250 | 5,5 | 6,1 | 22,0 | 165 | №160-2004 | |
| вода питьевая | 105 | 105 | | | | | | | |
| молоко питьевое | 125 | 125 | | | | | | | |
| или молоко концентрированное | 58 | 58 | | | | | | | |
| или молоко сухое | 15 | 15 | | | | | | | |
| вода кипяченая для концентрированного молока | 68 | 68 | | | | | | | |
| вода кипяченая для сухого молока | 110 | 110 | | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|---|-----|-----|------------|-------------|-------------|--------------|--------------|-----------------------------|
| вода кипяченая для концентрированного молока | 68 | 68 | | | | | | |
| вода кипяченая для сухого молока | 110 | 110 | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| сахар | 2 | 2 | | | | | | |
| масло сливочное | 2 | 2 | | | | | | |
| Кофейный напиток на сгущенном молоке | | | 200 | 1,9 | 2,3 | 16,2 | 93 | №500-2013, Пермь |
| кофейный напиток | 5,5 | 5,5 | | | | | | |
| молоко сгущенное с сахаром | 25 | 25 | | | | | | |
| Йогурт сливочный в индивидуальной упаковке | | | 100 | 3,5 | 7,5 | 9,5 | 120 | |
| Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте (конфеты) | | | 20 | 0,4 | 1,7 | 16,5 | 82,9 | |
| Хлеб пшеничный | | | 30 | 1,5 | 0,4 | 12,2 | 58,4 | |
| или Хлеб пшеничный витаминизированный | | | 30 | | | | | |
| Хлеб ржаной | | | 30 | 1,1 | 0,2 | 14,1 | 62,0 | |
| или хлеб ржаной витаминизированный | | | 30 | | | | | |
| Обед | | | 795 | 26,0 | 23,8 | 120,7 | 800,2 | |
| Икра кабачковая промышленного производства для детского питания | 84 | 80 | 80 | 1,1 | 3,3 | 4,4 | 51,7 | №101-2004 |
| ИЛИ | | | | | | | | |
| Нарезка из огурцов свежих с маслом растительным | | | 80 | 0,6 | 4,0 | 2,0 | 46 | №14/1-2011, Екатеринбург |
| огурцы свежие грунтовые | 80 | 76 | | | | | | |
| или огурцы свежие парниковые | 78 | 76 | | | | | | |
| масло растительное на полив при подаче | 4 | 4 | | | | | | |

| Борщ "Украинский" с мясом, со сметаной | | | 250/10/5 | 4,9 | 5,9 | 19,7 | 151,5 | №113-2004 |
|---|------|------|----------|-----|-----|------|-------|-----------|
| говядина полуфабрикат (мясо бескостное) | 19 | 16 | | | | | | |
| свекла до 01.01.-20% | 38 | 30 | | | | | | |
| с 01.01 - 25% | 40 | 30 | | | | | | |
| капуста свежая белокочанная | 25 | 20 | | | | | | |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 53 | 40 | | | | | | |
| 01.11.-31.12. -30% | 57 | 40 | | | | | | |
| 01.01-29.02 - 35% | 62 | 40 | | | | | | |
| 01.03 - 40% | 67 | 40 | | | | | | |
| морковь до 01.01.-20% | 18 | 14 | | | | | | |
| с 01.01 - 25% | 19 | 14 | | | | | | |
| лук репчатый | 10 | 8 | | | | | | |
| чеснок свежий | 1,3 | 1 | | | | | | |
| томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли) | 8 | 8 | | | | | | |
| сахар | 0,5 | 0,5 | | | | | | |
| лимонная кислота | 0,08 | 0,08 | | | | | | |
| масло сливочное | 5 | 5 | | | | | | |

говядина полуфабрикат (мясо бескостное)

| | СМЕТАНВ | Б | Б | | | | | | |
|---|---------|-----|------------|------------|------------|-------------|-------------|--|---------------------|
| говядина полуфабрикат (мясо бескостное) | 74 | 63 | | | | | | | |
| масса тушеного мяса | | 40 | | | | | | | |
| масса соуса | | 60 | | | | | | | |
| мука пшеничная | 6 | 6 | | | | | | | |
| сметана | 12 | 12 | | | | | | | |
| бульон или отвар | 48 | 48 | | | | | | | |
| лук репчатый | 18 | 15 | | | | | | | |
| масло растительное | 5 | 5 | | | | | | | |
| Булгур с овощами | | | 150 | 3,4 | 2,8 | 22,6 | 129 | | №257-2013, Пермь |
| крупа булгур | 36 | 36 | | | | | | | |
| вода питьевая | 80 | 80 | | | | | | | |
| масса готового гарнира | | 100 | | | | | | | |
| морковь до 01.01.-20% | 73 | 58 | | | | | | | |
| с 01.01 - 25% | 77 | 58 | | | | | | | |
| масса припущенной моркови | | 50 | | | | | | | |
| масло сливочное | 4 | 4 | | | | | | | |
| Сок в ассортименте | 200 | 200 | 200 | 0,5 | 0,0 | 34,0 | 138 | | №518-2013, Пермь |
| Хлеб пшеничный | | | 50 | 2,5 | 0,7 | 20,3 | 97,3 | | |

| | | | | | | | | | |
|--|---|-----|------------|------------|-------------|-------------|--------------|----------------------|---------------------|
| или Хлеб пшеничный витаминизированный | | | 50 | | | | | | |
| Хлеб ржаной | | | 30 | 1,1 | 0,2 | 14,1 | 62,0 | | |
| или хлеб ржаной витаминизированный | | | 30 | | | | | | |
| Полдник | | | 340 | 8,0 | 14,1 | 46,5 | 344,9 | | |
| Мучное изделие промышленного производства в ассортименте | | | 60 | 2,9 | 9,4 | 32,3 | 225 | | |
| ИЛИ | | | | | | | | | |
| Пирог "Дачный" | | | 60 | 2,9 | 9,4 | 32,3 | 225 | №23-1999, Москва | |
| | мука пшеничная | 22 | 22 | | | | | | |
| | сахар | 8 | 8 | | | | | | |
| | масло сливочное | 12 | 12 | | | | | | |
| | яйцо куриное | 4 | 4 | | | | | | |
| | натрий двууглекислый | 0,4 | 0,4 | | | | | | |
| | соль йодированная | 0,1 | 0,1 | | | | | | |
| | повидло (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов) | 24 | 23 | | | | | | |
| | сахарная пудра | 0,6 | 0,6 | | | | | | |
| | масло растительное для смазки листа | 0,3 | 0,3 | | | | | | |
| Молоко питьевое кипяченое | | 189 | 180 | 180 | 5,0 | 4,5 | 8,5 | 95 | №260-2001, Пермь |
| Сумма в ассортименте | | | 100 | 0,1 | 0,2 | 5,7 | 25 | №458-2006, Москва | |

Яйца паванья

Фрукт в ассортименте

| Ужин | | | 560 | 26,3 | 19,3 | 52,6 | 489,1 | |
|---|-----|-----|--------------|-------------|-------------|-------------|--------------|---------------------|
| Яйца вареные | | | 40 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63,0 | №300-2013, Пермь |
| Рыба, тушеная в томате с овощами | | | 90/50 | 17,2 | 11,3 | 6,4 | 196 | №374-2004 |
| горбуша или кета потрошенная с головой (филе с кожей без костей) | 154 | 108 | | | | | | |
| или горбуша или кета неразделанная (филе с кожей без костей) | 186 | 108 | | | | | | |
| или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей) | 150 | 111 | | | | | | |
| или щекур неразделанный | * | | | | | | | |
| процент отходов щекура следует определять контрольной отработкой потерь при тепловой и холодной обработке и оформлять актом | | | | | | | | |
| морковь до 01.01.-20% | 20 | 16 | | | | | | |
| с 01.01 - 25% | 21 | 16 | | | | | | |
| лук репчатый | 13 | 11 | | | | | | |
| томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли) | 7 | 7 | | | | | | |
| вода питьевая | 17 | 17 | | | | | | |
| масло растительное | 4,5 | 4,5 | | | | | | |
| сахар | 0,9 | 0,9 | | | | | | |
| Картофель отварной с маслом и зеленью | | | 180 | 3,1 | 3,3 | 24,5 | 140 | №203-2004 |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 239 | 180 | | | | | | |
| 01.11.-31.12. -30% | 257 | 180 | | | | | | |

| 01.01-29.02 - 35% | 277 | 180 | | | | | | | |
|--|-----------|----------|-------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|-------------|-----------|
| 01.03 - 40% | 301 | 180 | | | | | | | |
| масло сливочное | 4,5 | 4,5 | | | | | | | |
| зелень свежая (петрушка, укроп) | 4 | 3 | | | | | | | |
| Чай с сахаром | | | 200 | 0,2 | 0,0 | 12,0 | 48,8 | | №685-2004 |
| чай-заварка | 0,9 | 0,9 | | | | | | | |
| сахар | 12 | 12 | | | | | | | |
| Хлеб ржаной | | | 20 | 0,7 | 0,1 | 9,4 | 41,3 | | |
| или хлеб ржаной витаминизированный | | | 20 | | | | | | |
| Второй ужин | | | 200 | 5,6 | 6,3 | 10,0 | 119,1 | | |
| Кисломолочный напиток в ассортименте | 186 | 180 | 180 | 3,9 | 5,4 | 5,1 | 85 | | №698-2004 |
| Мучное изделие промышленного производства в ассортименте | 20 | 20 | 20 | 1,7 | 0,9 | 4,9 | 35 | | |
| ИТОГО: | | | | 80 | 82 | 320 | 2334 | | |
| 14 день | | | | | | | | | |
| Наименование блюда | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав | | | | | № рецептуры | |
| | | | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал | | |
| Завтрак | | | 510 | 18,2 | 21,3 | 76,4 | 570,1 | | |
| Бутерброд с маслом | | | 30/10 | 2,3 | 7,4 | 14,5 | 133,8 | | №1-2004 |
| хлеб пшеничный | 30 | 30 | | | | | | | |
| масло сливочное | 10 | 10 | | | | | | | |

Бутерброд с маслом

30/10

10

| | | | | | | | | |
|--|-------|-------|-----|------|------|------|-------|-----------|
| Пудинг творожный запеченный с молоком сгущенным | | | 170 | 13,2 | 12,3 | 36,0 | 307,5 | №362-2004 |
| творог | 126 | 124 | | | | | | |
| мука пшеничная | 11 | 11 | | | | | | |
| или крупа манная | 10 | 10 | | | | | | |
| сахар | 10 | 10 | | | | | | |
| яйцо куриное | 9 | 9 | | | | | | |
| изюм | 10,2 | 10 | | | | | | |
| масло сливочное | 7 | 7 | | | | | | |
| ванилин | 0,008 | 0,008 | | | | | | |
| сухари | 4 | 4 | | | | | | |
| сметана | 4 | 4 | | | | | | |
| масло сливочное для смазки листа | 4 | 4 | | | | | | |
| масса готового пудинга | | 150 | | | | | | |
| молоко сгущенное с сахаром | 20,2 | 20 | | | | | | |
| Чай с сахаром | | | 200 | 0,2 | 0,0 | 12,0 | 48,8 | №685-2004 |
| чай-заварка | 0,9 | 0,9 | | | | | | |
| сахар | 12 | 12 | | | | | | |
| Йогурт молочный полужирный в индивидуальной упаковке | | | 100 | 1,8 | 1,5 | 4,5 | 38,7 | |

| | | | | | | | | |
|--|------|-----|------------|-------------|-------------|--------------|--------------|-----------|
| Хлеб ржаной | | | 20 | 0,7 | 0,1 | 9,4 | 41,3 | |
| или хлеб ржаной витаминизированный | | | 20 | | | | | |
| Обед | | | 735 | 31,1 | 32,7 | 102,7 | 829,2 | |
| Салат из свеклы с сыром и чесноком | | | 80 | 3,8 | 8,9 | 3,7 | 110 | №50-2004 |
| свекла до 01.01 -20% | 80 | 64 | | | | | | |
| с 01.01 - 25% | 85 | 64 | | | | | | |
| масса отварной свеклы | | 60 | | | | | | |
| чеснок свежий | 0,5 | 0,4 | | | | | | |
| сыр | 17 | 16 | | | | | | |
| масло растительное | 4 | 4 | | | | | | |
| Рассольник ленинградский с мясом со сметаной | | | 250/10/5 | 4,2 | 6,2 | 15,4 | 134,2 | №132-2004 |
| говядина полуфабрикат (мясо бескостное) | 19 | 16 | | | | | | |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 69 | 52 | | | | | | |
| 01.11.-31.12. -30% | 74 | 52 | | | | | | |
| 01.01-29.02 - 35% | 80 | 52 | | | | | | |
| 01.03 - 40% | 87 | 52 | | | | | | |
| крупы перловая или пшеничная | 5 | 5 | | | | | | |
| морковь до 01.01.-20% | 12,5 | 10 | | | | | | |
| с 01.01 - 25% | 13 | 10 | | | | | | |
| лук репчатый | 6 | 6 | | | | | | |
| огурцы соленые без уксуса | 27 | 15 | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|---|----------|----------|------------|-------------|-------------|-------------|------------|---------------------|
| морковь до 01.01.-20% | 12,9 | 10 | | | | | | |
| с 01.01 - 25% | 13 | 10 | | | | | | |
| лук репчатый | 6 | 5 | | | | | | |
| огурцы соленые без уксуса | 27 | 15 | | | | | | |
| масло сливочное | 5 | 5 | | | | | | |
| сметана | 5 | 5 | | | | | | |
| Голубцы ленивые с соусом | | | 200 | 17,5 | 16,5 | 12,1 | 267 | №372-2013, Пермь |
| говядина полуфабрикат (мясо бескостное) | 71 | 60 | | | | | | |
| крупа рисовая | 8 | 8 | | | | | | |
| масса отварного риса | | 21 | | | | | | |
| лук репчатый | 7,1 | 6 | | | | | | |
| яйцо куриное | 5 | 5 | | | | | | |
| масло растительное | 5 | 5 | | | | | | |
| капуста белокочанная свежая | 113 | 90 | | | | | | |
| масса припущенной капусты | | 84 | | | | | | |
| масло растительное для смазки листа | 2 | 2 | | | | | | |
| масса готовых голубцов (2 шт. по 75 г) | | 150 | | | | | | |
| Соус сметанный с томатом | | 50 | | | | | | №444-2013, Пермь |
| сметана | 12,5 | 12,5 | | | | | | |
| мука пшеничная | 2,5 | 2,5 | | | | | | |
| вода питьевая | 37,5 | 37,5 | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|---|------|-----|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------|
| томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли) | 5 | 5 | | | | | | |
| масло сливочное | 2,5 | 2,5 | | | | | | |
| Компот из сухофруктов | | | 200 | 0,8 | 0,0 | 23,7 | 98,0 | №639-2004 |
| сухофрукты | 25,3 | 25 | | | | | | |
| сахар | 10 | 10 | | | | | | |
| Хлеб пшеничный | | | 60 | 3,0 | 0,8 | 24,3 | 116,8 | |
| или Хлеб пшеничный витаминизированный | | | 60 | | | | | |
| Хлеб ржаной | | | 50 | 1,8 | 0,3 | 23,5 | 103,3 | |
| или хлеб ржаной витаминизированный | | | 50 | | | | | |
| Полдник | | | 350 | 4,5 | 3,7 | 80,2 | 372,1 | |
| Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте (печенье сахарное) | | | 30 | 3,2 | 3,6 | 22,7 | 136,0 | |
| Сок в ассортименте | 200 | 200 | 200 | 0,5 | 0,0 | 34,0 | 138 | №518-2013, Пермь |
| Фрукты в ассортименте | | | 120 | 0,8 | 0,1 | 23,5 | 98,1 | №458-2006, Москва |
| Ужин | | | 530 | 16,9 | 19,6 | 57,4 | 477,8 | |
| Салат овощной с яйцом и маслом растительным | | | 80 | 3,7 | 5,5 | 6,8 | 92 | №16/1-2011, Екатеринбург |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 36 | 27 | | | | | | |
| 01.11.-31.12. -30% | 39 | 27 | | | | | | |
| масло отварного картофеля | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|----------------------------------|---|-----|-----|------------|-------------|------------|------------|------------|---------------------|
| | 01.11.-31.12. -30% | 39 | 27 | | | | | | |
| | масса отварного картофеля | | 25 | | | | | | |
| | морковь до 01.01.-20% | 46 | 37 | | | | | | |
| | с 01.01 - 25% | 49 | 37 | | | | | | |
| | масса отварной моркови | | 35 | | | | | | |
| | яйцо куриное | 20 | 20 | | | | | | |
| | масло растительное | 4 | 4 | | | | | | |
| Курица, в соусе с томатом | | | | 100 | 10,6 | 9,5 | 1,8 | 135 | №405-2013, Пермь |
| | курица потрошенная 1 категории (мякоть без кожи) | 146 | 130 | | | | | | |
| | или грудка куриная охлажденная | 73 | 70 | | | | | | |
| | или филе куриное или индейки промышленного производства | 69 | 65 | | | | | | |
| | масло растительное | 4 | 4 | | | | | | |
| | масса тушеной мякоти птицы | | 50 | | | | | | |
| | лук репчатый | 9,5 | 8 | | | | | | |
| | томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли) | 10 | 10 | | | | | | |
| | мука пшеничная | 2 | 2 | | | | | | |
| | чеснок свежий | 1,2 | 0,9 | | | | | | |
| | морковь до 01.01.-20% | 10 | 8 | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|--|-----|-----|------------|------------|------------|-------------|--------------|-----------|
| с 01.01 - 25% | 11 | 8 | | | | | | |
| вода питьевая | 50 | 50 | | | | | | |
| Каша гречневая вязкая отварная | | | 150 | 1,7 | 4,5 | 24,3 | 148,6 | №510-2004 |
| крупa гречневая | 38 | 38 | | | | | | |
| вода питьевая | 120 | 120 | | | | | | |
| масло сливочное | 5 | 5 | | | | | | |
| Напиток из плодов шиповника | | | 200 | 0,2 | 0,0 | 15,1 | 61,4 | №705-2004 |
| шиповник | 25 | 25 | | | | | | |
| сахар | 5 | 5 | | | | | | |
| Хлеб ржаной | | | 20 | 0,7 | 0,1 | 9,4 | 41,3 | |
| или хлеб ржаной витаминизированный | | | 20 | | | | | |
| Второй ужин | | | 200 | 6,0 | 6,4 | 10,7 | 124 | |
| Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке | 200 | 200 | 200 | 6,0 | 6,4 | 10,7 | 124 | |
| ИТОГО: | | | | 77 | 84 | 327 | 2374 | |
| ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ: | | | | 77 | 79 | 335 | 2359 | |
| НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (100%): | | | | 77 | 79 | 335 | 2350 | |