

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
«    » \_\_\_\_\_ 20    г.

*И.о. директора*  
*УБОУ "Курганская школа-интернат"*  
*Приказ № 14*  
*« 04 » августа 2021 г.*



## ПРИМЕРНОЕ 14 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

№14-ШИ/3590-20/104 от 10.02.2021 г.

для питания детей в школе-интернате,

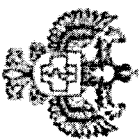
разработано в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20

"Санитарно-эпидемиологические организации общественного питания населения"

Возрастная категория детей: с 12 лет и старше

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

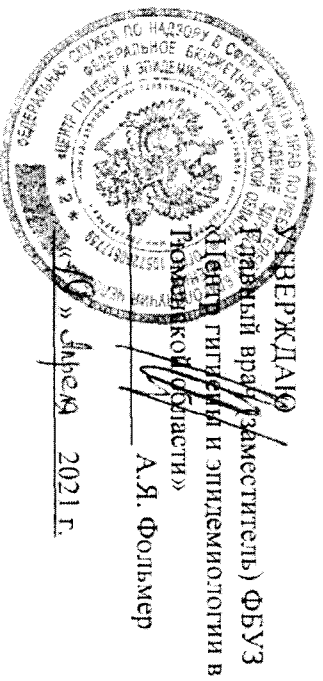
«Центр гигиены и эпидемиологии в Томенской области»

(ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Томенской 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: [focegen@fcuz-tumen.ru](mailto:focegen@fcuz-tumen.ru); <http://www.fcuz-tumen.ru>

ОКПО 74757016 ОГРН 1057200617759 ИНН/КПП 7203158959/720301001



А.Я. Фольмер

№ 25/Д

г. Тюмень

Экспертное заключение

1. Наименование услуги: экспертиза примерного 14-ти дневного меню № 14-ШИ/3590-20/104 от 10.02.2021 для организации питания детей с 12 лет и старше 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/3590-20/104 от 10.02.2021 для организации питания детей в школе - интернате. Приемлы пищи: завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин. Возрастная категория детей: с 12 лет и старше.  
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.: Хлебпродинформ, 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.: Хлебпродинформ, 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.

• 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.

Представлены аннотация к меню, содержащая ссылки на используемую литературу, нормативные документы, пояснения к меню; накопительная ведомость; таблица распределения энергетической ценности (калорийности) 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 с 12 лет и старше, 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 пяти 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 12 лет и старше (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 (с 12 лет и старше) соответствует приложению 9 таблице 3 п. 8.1.2. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Масса порций готовых блюд для указанного возраста (с 12 лет и старше) 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».

ИЗ  
ДА  
ТЕЛЬ  
С  
Т  
В  
О  
В  
А  
Н  
О

ИЗ  
ДА  
ТЕЛЬ  
С  
Т  
В  
О  
В  
А  
Н  
О



М.:

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ:

Представленное примерное 14-ти дневное меню № 14-ППИ/3590-20/104 от 10.02.2021 ~~из~~ организации питания детей с 12 лет и старше в школе - интернате разработанное АУ ТО «Центр технологического контроля» соответствует требованиям 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

ных  
жкий

УРУ,  
типа  
ппи:  
и. в  
е 8  
рно-  
шин)  
8.1.4.



Е.А. Невилимова

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

люод,  
жлом  
ий. в

ППИИ

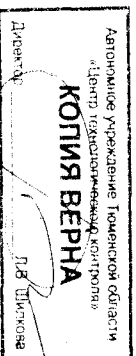
ака в  
вах и  
долю  
ерное  
ствах  
ица 3  
ППИИ

арше)

арше)

меню  
рагов,  
детей  
код и

МОГУТ  
СОВЫХ  
ППИИ  
тарно-





- Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях, 1 часть – Екатеринбург, Уральский государственный экономический университет, «Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области», 2011г. (№рец.-2 Екатеринбург).

Меню укомплектовано технологическими документами (технологическими картами соответствие с п. 2.8. СанПин 2.3/2.4.3590-20. При приготовлении блюд соблюдается принцип «щадящего питания»: для тепловой обработки применяется варка, запекание, припуск тушение, приготовление на пару, приготовление в конвектомате. Указана температура подблюд и срок реализации.

Для овощей приняты нормы отходов соответствие с Приложением №24 Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий 1996 г. Необходимо строго следить за процентом отходов для расчета сырья по овощам, в соответствии с сезонностью. Закладка продуктов в блюда соответствует нормативным таблицам. Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий 1996 г.

В целях профилактики гиповитаминозов в соответствие 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 instantные витаминизированные напитки промышленного выпуска. В целях профилактики йододефицитных состояний у детей должна использоваться **поваренная пищевая йодированная при приготовлении** блюд и кулинарных изделий. Соотношение включена в состав рецептур блюд (каши, выпечные изделия), в другие блюда закладка осуществляется с учетом приготовления качественных по органолептическим показателям **меру соленых блюд.**

Для предотвращения размножения патогенных микроорганизмов готовые блюда должны 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: [tehkontrol2014@yandex.ru](mailto:tehkontrol2014@yandex.ru)

№	Продукты	Норма питания и т.п. на ребенка в сутки	Дни											
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
1	Хлеб (сухари)	120	120	130	100	100	110	120	120	120	100	110	120	110

задания, 1 час  
верситет, ф  
(№реп.-2

МИ картам  
дается при  
е, припуска  
ература под

№24 Сборн  
, за перече  
стью. Закуп  
од и купинар

1.2.3/2.4.3590  
тами в м  
и минера  
кронтриент  
я, обогащен  
ного выпуска  
льзоваться с  
изделий. Со  
да закладка с  
показателя

е блюда дол  
тн 2.3/2.4.3

дан в м  
ть фактиче

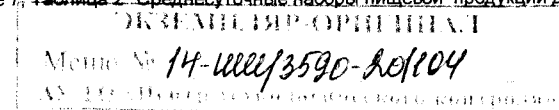
СРЕДНЕСУТОЧНЫЕ НАБОРЫ ПИЩЕВОЙ ПРОДУКЦИИ

№	Продукты	Норма питания в г, мл, нетто на 1 ребенка в сутки	Фактически получено г, мл														за 14 дней, г	Факт в день, г, мл	% выполнения
			Дни																
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14			
1	Хлеб ржаной	120	120	130	100	100	110	120	120	120	80	120	120	110	120	110	1580	113	95
2	Хлеб пшеничный ***	200,0	202	160	189	166	281	188	168	259	159	137	267	260	200	125	2761	197	99
3	Мука пшеничная	20,0	67	16	3	49,3	6	10	30	0	52	34	3	5	6	5	285	20	102
4	Крупы, бобовые	50	79	62	60	42	46	85	80	18	0	68	50	40	36	73	739	53	105
5	Макаронные изделия	20	0	64	0	64	0	0	0	64	0	0	0	64	15	0	271	19	95
6	Картофель	187	205	120	135	75	224	229	205	275	184	230	328	214	240	84	2748	196	105
7	Овощи (свежие, мороженные, консервированные), включая соленые и квашеные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-пюре, зелень	320,0	325	322,5	498,4	339	529	305,5	155	238	341	341	348	302	367	316	4728	338	105
8	Фрукты свежие	185,0	204	150	324	150	235	150	305	130	260	244	200	105	100	160	2717	194	105
9	Сухофрукты	20,0	0	0	25	40	0	0	25	0	30	15	0	56	0	75	266	19	95
10	Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные***	200,0	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	2800	200	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)	35,0	50	22,5	34	52	29	30	46	18	42	57	24	30	17	39	490	35	100
12	Кондитерские изделия	15,0	0	0	50	8	0	60	0	0	36	0	0	0	25	30	209	15	100
13	Какао	1,2	0	0	5	0	0	0	2	0	5	0	0	5	0	0	17	1	101
14	Чай	2,0	3,4	1,7	0,0	3,4	3,4	0,0	1,7	1,7	1,7	3,4	1,7	1,7	1,7	1,7	27	2	97
15	Кофейный напиток	2,0	0	5,5	0	0	0	5,5	0	6	0	0	6	0	6	0	28	2	98
16	Мясо 1-й категории	78,0	63	79	201	16	79	100	95	16	81	95	97	0	111	96	1129	81	103
17	Субпродукты (печень, язык, сердце)	40,0	0	0	0	142	0	0	125	0	114	0	0	151	0	0	532	38	95
18	Птица (цыплята-бройлеры потрошенные - 1 кат.)	53,0	26	149	0	0	0	0	0	75	0	0	149	145	0	182	726	52	98
19	Рыба (филе), в т.ч. филе слабо или малосоленое	77,0	125	0	74	143	96	99	0	143	0	126	0	74	148	0	1028	73	95
20	Молоко	350	286	345	404	33	426	352	404	452	458	120	365	430	350	230	4655	333	95
21	Кисломолочная пищевая продукция	180,0	200	300	0	300	200	300	100	200	0	300	200	0	300	100	2500	179	99
22	Творог (5%-9% м.д.ж.)	60,0	0	165	0	120	0	172	0	0	134	0	100	0	0	141	832	59	99
23	Сметана	10,0	5	13	0	17,5	0	12	5	0	19	5	0	30	17	23	146	10	104
24	Сыр	15,0	20	0	30	0	0	0	30	20	30	20	30	0	0	20	200	14	95
25	Масло сливочное	35,0	34	34	15	60,5	35	37	30	32	49	45	33	44	17	41	506	36	103
26	Масло растительное	18,0	23	17	31	16,2	25	17	18,7	15	11	14	19	15	13	25	260	19	103
27	Яйцо, шт.	40	60	8	155	29	7	22,5	16	60	147	9	7	0	40	36	597	43	105
28	Дрожжи хлебопекарные	0,3	0	0	0	1,2	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	3	0	67
29	Крахмал	4,0	7	0	0	0	0	0	0	0	0	7	0	0	0	0	14	1	25
30	Специи	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	28	2	100
31	Соль пищевая поваренная йодированная	5,0	5,0	5,0	5,0	5,0	5,0	5,0	5,0	5,0	5,0	5,0	5,0	5,0	5,0	5,0	70	5	100

\* Нормы питания в соответствии с 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



**Распределение энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи для детей школьного возраста с 12 лет и старше \***

Суточная потребность СанПиН 2.3/2.4.3590-20 (2720 ккал)**	Завтрак, ккал	%	Обед, ккал	%	Полдник, ккал	%	Ужин, ккал	%	Второй ужин, ккал	%	Итого, ккал	% выполнен ия
	25 % от суточного рациона		35% от суточного рациона		15 % от суточного рациона		20 % от суточного рациона		5 % от суточного рациона		100%	
	<b>680</b>		<b>952</b>		<b>408</b>		<b>544</b>		<b>136</b>		<b>2720</b>	
1 день	664	24	945	35	389	14	556	20	141	5	2696	99
2 день	652	24	958	35	426	16	562	21	141	5	2740	101
3 день	704	26	928	34	390	14	521	19	130	5	2674	98
4 день	698	26	1002	37	394	14	570	21	141	5	2806	103
5 день	696	26	961	35	428	16	532	20	141	5	2759	101
6 день	669	25	992	36	417	15	543	20	141	5	2762	102
7 день	672	25	906	33	410	15	520	19	130	5	2638	97
<b>ИТОГО в среднем за неделю</b>	<b>680</b>	<b>25</b>	<b>956</b>	<b>35</b>	<b>408</b>	<b>15</b>	<b>544</b>	<b>20</b>	<b>138</b>	<b>5</b>	<b>2725</b>	<b>100</b>
8 день	665	24	934	34	428	16	551	20	141	5	2719	100
9 день	672	25	919	34	424	16	543	20	130	5	2688	99
10 день	679	25	917	34	388	14	543	20	141	5	2668	98
11 день	680	25	986	36	415	15	550	20	141	5	2772	102
12 день	648	24	974	36	393	14	568	21	130	5	2712	100
13 день	710	26	942	35	390	14	543	20	141	5	2727	100
14 день	714	26	993	37	419	15	544	20	130	5	2800	103
<b>ИТОГО в среднем за неделю</b>	<b>681</b>	<b>25</b>	<b>952</b>	<b>35</b>	<b>408</b>	<b>15</b>	<b>549</b>	<b>20</b>	<b>136</b>	<b>5</b>	<b>2726</b>	<b>100</b>
<b>ИТОГО в среднем за день</b>	<b>680</b>	<b>25</b>	<b>954</b>	<b>35</b>	<b>408</b>	<b>15</b>	<b>546</b>	<b>20</b>	<b>137</b>	<b>5</b>	<b>2726</b>	<b>100</b>

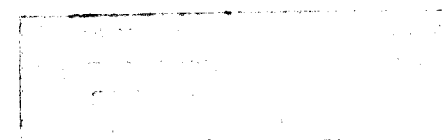
\*Приложение 10, Таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"

\*\*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	Завтрак, грамм	Обед, грамм	Полдник, грамм	Ужин, грамм	Второй ужин, грамм
		<b>550</b>	<b>800</b>	<b>350</b>	<b>600</b>



Приложение №9, таблица 3 к СанПин 2.3/2.4.3890-20	Зантрак, грамм	Обед, грамм	Полдник, грамм	Ужин, грамм	Второй ужин, грамм
		550	800	350	600
1 день	645	845	400	600	220
2 день	550	845	400	630	220
3 день	620	890	400	600	200
4 день	595	895	360	605	220
5 день	580	875	380	605	220
6 день	565	855	400	685	220
7 день	565	810	420	605	200
8 день	560	885	380	655	220
9 день	575	865	390	600	200
10 день	565	865	380	650	220
11 день	560	825	400	630	220
12 день	550	900	350	600	200
13 день	575	865	360	620	220
14 день	555	815	390	600	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
<b>Каша, или овощное, или яичное, или творожное, или мясное блюдо</b> (допускается комбинация разных блюд завтрака, при этом выход каждого блюда может быть уменьшен при условии соблюдения общей массы блюд завтрака)	150-200	200-250
<b>Закуска (холодное блюдо) (салат, овощи и т.п.)</b>	60-100	100-150
<b>Первое блюдо</b>	200-250	250-300
<b>Второе блюдо (мясное, рыбное, блюдо из мяса птицы)</b>	90-120	100-120
<b>Гарнир</b>	150-200	180-230
<b>Третье блюдо (компот, кисель, чай, напиток кофейный, какао-напиток, сок, напиток из шиповника, сок)</b>	180-200	180-200
<b>Фрукты</b>	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)"

Молоко п  
массовой  
3,2%

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
Говядина	100	Мясо кролика	96
		Печень говяжья	116
		Мясо птицы	97
		Рыба (треска)	125
		Творог с массовой долей жира 9%	120
Молоко питьевое с массовой долей жира 3,2%	100	Баранина 2 кат.	97
		Конина 1 кат.	104
		Мясо лосоя (мясо с ферм)	95
		Оленина (мясо с ферм)	104
		Консервы мясные	120
		Молоко питьевое с массовой долей жира 2,5%	100
		Молоко стуженное (цельное и с сахаром)	40
		Слущено-вареное молоко	40
		Творог с массовой долей жира 9%	17
		Мясо (говядина 1 кат.)	14
Творог с массовой долей жира 9%	100	Мясо (говядина 2 кат.)	17
		Рыба (треска)	17,5
		Сыр	12,5
		Яйцо куриное	22
		Мясо говядина	83
		Рыба (треска)	105
		Творог с массовой долей жира 9%	31
		Мясо (говядина)	26
		Рыба (треска)	30
		Молоко цельное	186
Яйцо куриное	41	Сыр	20
		Мясо (говядина)	87
		Творог с массовой долей жира 9%	105
Рыба (треска)	100	Мясо (говядина)	87
		Творог с массовой долей жира 9%	105

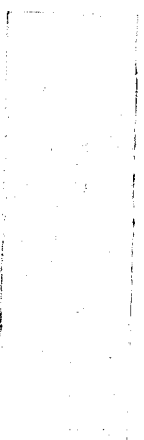


**Расход соли и специй  
при приготовлении блюд и изделий**

Блюда	Наименование специй	
	Соль, г	Лавровый лист, г
1	2	5
1. Холодные блюда (на порцию)	2—3	0,01
2. Супы (на 1000 г)*	6—10	0,04
3. Блюда из овощей (варка) на 1 л воды	10	—
4. Блюда из круп (на 1 кг крупы)		
<b>гречневая каша:</b>		
рассыпчатая из ядрицы	21	—
вязкая	40	—
<b>пшенная каша:</b>		
рассыпчатая	25	—
вязкая	40	—
<b>рисовая каша:</b>		
рассыпчатая	28	—
вязкая	45	—
<b>перловая каша:</b>		
рассыпчатая	30	—
вязкая	45	—
<b>овсяная каша вязкая</b>	40	—
<b>манная каша вязкая</b>	45	—
<b>кукурузная каша:</b>		
рассыпчатая	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
*1. Блюда из сельскохозяйственной птицы (на 1 порцию)	3—5	0,02

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

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



**Завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин**

**Возрастная категория с 12 лет и старше**

**14-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ №14-ШИ/3590-20/104 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	
<b>Завтрак</b>			<b>645</b>	<b>17,9</b>	<b>19,2</b>	<b>105,3</b>	<b>664,3</b>	
<b>Бутерброд с сыром и маслом</b>			<b>30/10/20</b>	<b>7,5</b>	<b>11,8</b>	<b>11,9</b>	<b>183,8</b>	№1,3-2004
хлеб пшеничный	30	30						
масло сливочное	10	10						
сыр	21	20						
<b>Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая с маслом</b>			<b>200/5</b>	<b>6,5</b>	<b>6,7</b>	<b>26,0</b>	<b>190</b>	№311-2004
хлопья овсяные "Геркулес"	25	25						
вода питьевая	72	72						
молоко питьевое	110	110						
или молоко концентрированное	51	51						

ОК ЗАКАЗЧИКУ  
 Меню № **14-ШИ/3590-20/104**  
 10.02.2021

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						
<b>Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"</b>			<b>200/20/10</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>15,5</b>	<b>62,8</b>	<b>№686-2004</b>
чай-заварка	1,7	1,7						
сахар	15	15						
лимон	11	10						
апельсин	21	20						
<b>Фрукты в ассортименте</b>			<b>150</b>	<b>0,6</b>	<b>0,0</b>	<b>21,6</b>	<b>88,8</b>	<b>№458-2006, Москва</b>
<b>Хлеб ржаной</b>			<b>30</b>	<b>1,1</b>	<b>0,2</b>	<b>14,1</b>	<b>60,8</b>	
<b>или Хлеб ржаной витаминизированный</b>			<b>30</b>					
<b>Хлеб пшеничный</b>			<b>40</b>	<b>2,0</b>	<b>0,6</b>	<b>16,2</b>	<b>77,8</b>	
<b>или Хлеб пшеничный витаминизированный</b>			<b>40</b>					
<b>Обед</b>			<b>845</b>	<b>31,7</b>	<b>32,1</b>	<b>132,3</b>	<b>945</b>	
<b>Салат "Дальневосточный" из морской капусты с яйцом отварным</b>			<b>100</b>	<b>5,5</b>	<b>10,5</b>	<b>1,7</b>	<b>123,3</b>	<b>№362-2002</b>
морковь, до 01.01 - 20%	27,6	22						
с 01.01 - 25%	29,3	22						
масса отварной моркови		20						

Обед			845	31,7	32,1	132,3	945	
Салат "Дальневосточный" из морской капусты с яйцом отварным			100	5,5	10,5	1,7	123,3	№362-2002
	54	30						
морковь до 01.01.-20%	27,5	22						
с 01.01 - 25%	29,3	22						
масса отварной моркови		20						
яйцо куриное	40	40						
лук репчатый	9,5	8						
лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый								
или лук зеленый	10	8						
масло растительное	5	5						
<b>ИЛИ</b>								
Салат "Летний"			100	5,4	10,2	5,9	137,0	№32-2013, Пермь
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		25						
помидоры свежие грунтовые	18	15						
или помидоры свежие парниковые	15	15						
огурцы свежие грунтовые	16	15						

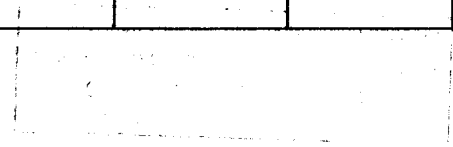


или огурцы свежие парниковые	15	15						
яйцо куриное	40	40						
лук репчатый	6,0	5						
<b>лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый</b>								
или лук зеленый	6	5						
масло растительное	5	5						
<b>Суп из овощей с курицей, со сметаной</b>			<b>250/10/5</b>	<b>5,9</b>	<b>6,3</b>	<b>16,0</b>	<b>144,3</b>	<b>№135-2004</b>
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						
<b>говядина полуфабрикат (мясо бескостное)</b>	<b>74</b>	<b>63</b>						
масло растительное	4	4						

горошек зелёный консервированный	28	18						
масло сливочное	5	5						
сметана	5	5						
<b>масло сливочное (масса беззатное)</b>	<b>74</b>	<b>63</b>						
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						
<b>Рис припущенный с кукурузой</b>			<b>180</b>	<b>4,1</b>	<b>5,9</b>	<b>31,1</b>	<b>193,9</b>	<b>№44/3-2011, Екатеринбург</b>
крупа рисовая	54	54						
масло сливочное	7	7						
кукуруза консервированная	67	40						
<b>Кисель из свежих ягод</b>			<b>200</b>	<b>0,3</b>	<b>0,2</b>	<b>21,5</b>	<b>89,0</b>	<b>№505-2013, Пермь</b>
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 ржаной			60	2,8	0,6	26,2	121,6	
или Хлеб ржаной витаминизированный			60					
Хлеб пшеничный			80	4,0	1,1	32,4	155,7	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			80					
<b>Полдник</b>			<b>370</b>	<b>8,4</b>	<b>4,2</b>	<b>79,4</b>	<b>389,0</b>	
Блинчики с молоком сгущенным			150/20	5,4	7,7	65,0	351	№531-2013, Пермь
	мука пшеничная	63	63					
	молоко питьевое	156	156					
	или молоко концентрированное	72	72					
	или молоко сухое	19	19					
	вода кипяченая для концентрированного молока	84	84					
	вода кипяченая для сухого молока	137	137					
	яйцо куриное	15	15					
	сахар	5	5					
	соль йодированная	1,2	1,2					
	<b>масса теста:</b>		225					
	масло растительное	5	5					
	масса запеченных блинчиков (3 шт. по 50 г)		150					
<b>Муочное изделие промышленного производства и ассортимента (кекс)</b>			<b>100</b>	<b>0,8</b>	<b>4,0</b>	<b>07,4</b>	<b>540</b>	
<b>Чай и сахаром</b>			<b>300</b>	<b>0,8</b>	<b>0,0</b>	<b>10,0</b>	<b>40,0</b>	<b>№000-0001</b>

масло растительное	5	5						
масса запеченных блинчиков (3 шт. по 50 г)		150						
<b>ручные изделия промышленного производства и ассортимента (конт)</b>			<b>180</b>	<b>8,2</b>	<b>4,2</b>	<b>67,4</b>	<b>340</b>	
<b>Чай с сахаром</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>12,0</b>	<b>48,8</b>	№685-2004
чай-заварка	1,7	1,7						
сахар	12	12						
<b>Ужин</b>			<b>600</b>	<b>21,6</b>	<b>15,8</b>	<b>82,2</b>	<b>556,3</b>	
<b>Салат из квашеной капусты с луком</b>			<b>100</b>	<b>1,6</b>	<b>5,0</b>	<b>7,3</b>	<b>80,6</b>	№45-2004
капуста квашеная промышленного производства	122	85						
лук зеленый	13	10						
<b>лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый</b>								
или лук репчатый	12	10						
масло растительное	5	5						
<b>ИЛИ</b>								
<b>Салат из капусты белокочанной</b>			<b>100</b>	<b>1,9</b>	<b>5,1</b>	<b>8,5</b>	<b>87,5</b>	№3-2013, Пермь
капуста белокочанная (стертая с солью)	149	75						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
<b>капуста и морковь старого урожая используется в сыром виде до 1 марта, с 1 марта только капуста или морковь нового урожая или другой салат</b>								
лук репчатый	11,9	10						



лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый								
или лук зеленый	13	10						
сахар	3	3						
кислота лимонная	0,12	0,12						
вода для разведения лимонной кислоты	6	6						
масло растительное	5	5						
<b>Шницель рыбный натуральный</b>			<b>120</b>	<b>14,1</b>	<b>6,2</b>	<b>8,2</b>	<b>145</b>	<b>№391-2004</b>
горбуша или кета потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	179	125						
или горбуша или кета неразделанная (филе с кожей без костей)	215	125						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	169	125						
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	12	10						
вода питьевая	10	10						
яйцо куриное	5	5						
сухари	12	12						
картфель 01 00 31 10 20%	200	100						
01 11 31 12 30%	222	100						

вода питьевая	10	10						
яйцо куриное	5	5						
сухари	12	12						
<b>картофель - 01.09 - 31.10 - 25%</b>	<b>208</b>	<b>155</b>						
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						
<b>Сок в ассортименте</b>	<b>200</b>	<b>200</b>	<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>22,0</b>	<b>90</b>	<b>№518-2013, Пермь</b>
<b>Хлеб ржаной</b>			<b>30</b>	<b>1,1</b>	<b>0,2</b>	<b>14,1</b>	<b>60,8</b>	
<b>или Хлеб ржаной витаминизированный</b>			<b>30</b>					
<b>Хлеб пшеничный</b>			<b>20</b>	<b>1,0</b>	<b>0,3</b>	<b>8,1</b>	<b>38,9</b>	
<b>или Хлеб пшеничный витаминизированный</b>			<b>20</b>					
<b>Второй ужин</b>			<b>220</b>	<b>7,0</b>	<b>7,3</b>	<b>11,9</b>	<b>141,3</b>	
<b>Кисломолочный напиток в ассортименте</b>	<b>207</b>	<b>200</b>	<b>200</b>	<b>5,3</b>	<b>6,4</b>	<b>7,0</b>	<b>107</b>	<b>№698-2004</b>
<b>Мучное изделие промышленного производства в ассортименте</b>			<b>20</b>	<b>1,7</b>	<b>0,9</b>	<b>4,9</b>	<b>35</b>	
<b>ИТОГО:</b>				<b>87</b>	<b>79</b>	<b>411</b>	<b>2696</b>	



## 2 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Завтрак</b>			<b>550</b>	<b>15,8</b>	<b>26,0</b>	<b>89,2</b>	<b>652,4</b>	
<b>Бутерброд с маслом</b>			<b>30/15</b>	<b>2,5</b>	<b>9,9</b>	<b>14,5</b>	<b>157,1</b>	№1-2004
хлеб пшеничный	30	30						
масло сливочное	15	15						
<b>Каша гречневая молочная жидкая с маслом</b>			<b>200/5</b>	<b>6,5</b>	<b>6,1</b>	<b>30,2</b>	<b>202</b>	№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						



соль йодированная	0,8	0,8							
масло сливочное	5	5							
молоко сгущенное с сахаром	25	25							
<b>Йогурт сливочный в индивидуальной упаковке</b>			100	3,5	7,5	9,5	120		
<b>Хлеб ржаной</b>			40	1,4	0,2	18,8	81,0		
<b>или Хлеб ржаной витаминизированный</b>			40						
<b>Обед</b>			<b>845</b>	<b>32,8</b>	<b>33,7</b>	<b>130,9</b>	<b>958</b>		
<b>Овощи свежие (огурцы)</b>			100	0,7	0,1	1,9	11,3	№70-2006, Москва	
огурцы свежие грунтовые	105	100							
или огурцы свежие парниковые	102	100							
<b>Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной с мясом</b>			<b>250/5/10</b>		<b>4,4</b>	<b>5,5</b>	<b>12,7</b>	<b>118</b>	№110-2004
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	19	16							
свекла до 01.01.-20%	50	40							
с 01.01 - 25%	53	40							
капуста свежая белокочанная	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%	13,3	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						
<b>Бедро или грудка куриные запеченные "Домашние"</b>			<b>100</b>	<b>16,2</b>	<b>15,1</b>	<b>0,7</b>	<b>203,5</b>	<b>№494-2004</b>
курица потрошенная 1 категории	167	149						
или грудка куриная на кости	157	149						
или бедро куриное	157	149						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5	5						
чеснок	0,6	0,5						
масло растительное	2	2						
<b>Рагу овощное</b>			<b>180</b>	<b>4,2</b>	<b>11,3</b>	<b>23,0</b>	<b>211</b>	<b>№224-2004</b>
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

10

масло растительное

10

10

	01.01-29.02 - 35%	154	100						
	01.03 - 40%	167	100						
		10	10						
	масло растительное	10	10						
	<u>для соуса</u>		60						
	томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	10	10						
	мука пшеничная	2	2						
	морковь до 01.01.-20%	6	5						
	с 01.01. - 25 %	7	5						
	лук репчатый	6	5						
	сахар	1,5	1,5						
	<b>Сок в ассортименте</b>	<b>200</b>	<b>200</b>	<b>200</b>	<b>0,5</b>	<b>0,0</b>	<b>34,0</b>	<b>138</b>	<b>№518-2013, Пермь</b>
	<b>Хлеб ржаной</b>			<b>60</b>	<b>2,8</b>	<b>0,6</b>	<b>26,2</b>	<b>121,6</b>	
	<b>или Хлеб ржаной витаминизированный</b>			<b>60</b>					
	<b>Хлеб пшеничный</b>			<b>80</b>	<b>4,0</b>	<b>1,1</b>	<b>32,4</b>	<b>155,7</b>	
	<b>или Хлеб пшеничный витаминизированный</b>			<b>80</b>					
	<b>Полдник</b>			<b>400</b>	<b>21,5</b>	<b>19,4</b>	<b>41,4</b>	<b>426,2</b>	
	<b>Сырники из творога запечённые с молоком сгущённым</b>			<b>200</b>	<b>15,7</b>	<b>14,4</b>	<b>32,0</b>	<b>320</b>	<b>№321-2013, Пермь</b>
	творог	168	165						
	крупа манная	22	22						

яйцо куриное	8	8							
сахар	8	8							
ванилин	0,01	0,01							
мука пшеничная	12	12							
сметана	8	8							
масло сливочное для смазки листа	5	5							
масса готовых сырников (3 шт. по 60 г)		180							
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20							
<b>Молоко питьевое кипяченое</b>	210	200	<b>200</b>	<b>5,8</b>	<b>5,0</b>	<b>9,4</b>	<b>106</b>		№260-2001, Пермь
<b>Ужин</b>			<b>630</b>	<b>20,0</b>	<b>13,5</b>	<b>90,4</b>	<b>562,1</b>		
<b>Мясо духовое</b>			<b>100</b>	<b>13,4</b>	<b>9,2</b>	<b>4,5</b>	<b>154</b>		№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	3	3							
<b>Масло сливочное</b>									
			<b>4</b>	<b>4</b>					

лук репчатый	14	12							
мука пшеничная	3	3							
<b>Молочные изделия</b>	<b>64</b>	<b>64</b>							
масло сливочное	4	4							
<b>Чай с медом</b>			<b>200</b>	<b>0,1</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>40,4</b>		№493-2013, Пермь
чай-заварка	1,7	1,7							
мед	10	10							
<b>Фрукты в ассортименте</b>			<b>150</b>	<b>0,2</b>	<b>0,3</b>	<b>8,6</b>	<b>37,9</b>		№458-2006, Москва
Хлеб ржаной			30	1,1	0,2	14,1	60,8		
или Хлеб ржаной витаминизированный			30						
Хлеб пшеничный			30	1,5	0,4	12,2	58,4		
или Хлеб пшеничный витаминизированный			30						
<b>Второй ужин</b>			<b>220</b>	<b>7,0</b>	<b>7,3</b>	<b>11,9</b>	<b>141,3</b>		
Кисломолочный напиток в ассортименте	207	200	200	5,3	6,4	7,0	107		№698-2004
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			20	1,7	0,9	4,9	35		
<b>ИТОГО:</b>				<b>97</b>	<b>100</b>	<b>364</b>	<b>2740</b>		
<b>3 день</b>									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
<b>Завтрак</b>			<b>620</b>	<b>33,0</b>	<b>35,9</b>	<b>62,6</b>	<b>704,4</b>		

<b>Бутерброд с сыром</b>			<b>30/30</b>	<b>7,2</b>	<b>7,8</b>	<b>11,9</b>	<b>147</b>	<b>№3-2004</b>
хлеб пшеничный	30	30						
сыр	31	30						
<b>Омлет натуральный с маслом</b>			<b>200/10</b>	<b>19,9</b>	<b>23,1</b>	<b>1,5</b>	<b>294</b>	<b>№284-1996</b>
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 на полив	10	10						
<b>Какао с молоком</b>			<b>200</b>	<b>3,4</b>	<b>4,2</b>	<b>16,4</b>	<b>117,0</b>	<b>№642-1996</b>
какао - порошок	5	5						
молоко питьевое	130	130						
или молоко концентрированное	60	60						
или молоко сухое	16	16						

или молоко концентрированное	00	00						
или молоко сухое	16	16						
<b>сахар</b>	<b>10</b>	<b>10</b>						
<b>Фрукты в ассортименте</b>			<b>150</b>	<b>0,2</b>	<b>0,3</b>	<b>8,6</b>	<b>37,9</b>	№458-2006, Москва
Хлеб ржаной			30	1,1	0,2	14,1	60,8	
или Хлеб ржаной витаминизированный			30					
Хлеб пшеничный			25	1,3	0,4	10,1	48,7	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			25					
<b>Обед</b>			<b>890</b>	<b>30,2</b>	<b>32,6</b>	<b>128,5</b>	<b>928,5</b>	
<b>Салат овощной</b>			<b>100</b>	<b>2,3</b>	<b>5,0</b>	<b>9,1</b>	<b>90,5</b>	№69-2013, Пермь
морковь - до 01.01 - 20%	50	40						
с 01.01 - 25%	53	40						
масса отварной моркови		38						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	47	35						
01.11.-31.12. -30%	50	35						
01.01-29.02 - 35%	54	35						
01.03 - 40%	58	35						
масса отварного картофеля		32						
горошек зелёный консервированный (после термической обработки)	39	25						
масло растительное	5	5						

		ИЛИ							
<b>Салат из свежих помидоров</b>				<b>100</b>	<b>1,0</b>	<b>5,1</b>	<b>3,5</b>	<b>63,9</b>	№22-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	97	95							
или помидоры свежие грунтовые	112	95							
масло растительное	5	5							
<b>Суп картофельный с рыбой</b>				<b>250/60</b>	<b>7,6</b>	<b>7,1</b>	<b>18,1</b>	<b>166,7</b>	№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	*	*							
<b>процент отходов щекюра</b> 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	12	10							
морковь до 01.01.-20%	12,5	10							
<b>Итого по разделу</b>				<b>100</b>	<b>10,1</b>	<b>14,2</b>	<b>17,0</b>	<b>236,2</b>	№451-2004
<b>говядина полуфабрикат (мясо бескостное)</b>		87	74						

	морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
	с 01.01. - 25%	13,3	10						
<b>Котлеты из говядины</b>				<b>100</b>	<b>10,1</b>	<b>14,2</b>	<b>17,0</b>	<b>236,2</b>	<b>№451-2004</b>
	говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	87	74						
	хлеб пшеничный	18	18						
	молоко питьевое	14	14						
	лук репчатый	6	5						
	яйцо куриное	5	5						
	сухари	6	6						
	масло растительное	2	2						
<b>Капуста тушёная</b>				<b>180</b>	<b>3,7</b>	<b>4,7</b>	<b>14,9</b>	<b>116,7</b>	<b>№.534-2004</b>
	капуста белокочанная свежая	258	206						
	масло растительное	5	5						
	морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
	с 01.01. - 25 %	13,3	10						
	лук репчатый	10	8						
	томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	4	4						
	мука пшеничная	3	3						
	сахар	4	4						
<b>Напиток из плодов шиповника</b>				<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>15,1</b>	<b>61,4</b>	<b>№705-2004</b>



	шиповник	25	25						
	сахар	5	5						
Хлеб ржаной				50	2,4	0,5	21,9	101,3	
или Хлеб ржаной витаминизированный				50					
Хлеб пшеничный				80	4,0	1,1	32,4	155,7	
или Хлеб пшеничный витаминизированный				80					
<b>Полдник</b>				<b>400</b>	<b>6,3</b>	<b>6,1</b>	<b>77,5</b>	<b>389,7</b>	
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте (пряники, вафли)				50	5,5	5,7	30,0	193,3	
Фрукты в ассортименте				150	0,5	0,2	26,0	107,4	№458-2006, Москва
Кисель из свежих ягод				200	0,3	0,2	21,5	89	№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						
<b>Ужин</b>				<b>600</b>	<b>17</b>	<b>15</b>	<b>80</b>	<b>521</b>	
Овощи натуральные				100	1,1	0,1	3,8	20,5	№106-2013, Пермь
	помидоры свежие грунтовые	118	100						
<b>Итого за месяц</b>				<b>300</b>	<b>13,5</b>	<b>13,9</b>	<b>44,5</b>	<b>357,1</b>	№370-2013, Пермь
говядина полуфабрикат (мороженое)				100					

Овощи натуральные									
помидоры свежие грунтовые		118	100						
<b>Плов из мяса</b>				<b>300</b>	<b>13,5</b>	<b>13,9</b>	<b>44,5</b>	<b>357,1</b>	№370-2013, Пермь
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)		150	127						
масса тушеного мяса			80						
масло растительное		15	15						
крупа рисовая		60	60						
морковь до 01.01.-20%		63	50						
с 01.01 - 25%		67	50						
лук репчатый		24	20						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)		10	10						
Сок в ассортименте		200	200	200	0,2	0,0	11,0	45	№518-2013, Пермь
Хлеб ржаной				20	0,9	0,2	8,7	40,5	
или Хлеб ржаной витаминизированный				20					
Хлеб пшеничный				30	1,5	0,4	12,2	58,4	
или Хлеб пшеничный витаминизированный				30					
<b>Второй ужин</b>				<b>200</b>	<b>6,0</b>	<b>7,0</b>	<b>10,7</b>	<b>130</b>	
Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке		200	200	200	6,0	7,0	10,7	130	
<b>ИТОГО:</b>					<b>93</b>	<b>96</b>	<b>359</b>	<b>2674</b>	
<b>4 день</b>									





яблоки свежие, очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом	29	20						
сахар	2	2						
лимонная кислота	0,1	0,1						
вода питьевая для разведения лимонной кислоты	5	5						
масло растительное	5	5						
<b>Рассольник домашний с мясом, со сметаной</b>			<b>250/10/5</b>	<b>4,7</b>	<b>6,5</b>	<b>13,7</b>	<b>132</b>	<b>№131-2004</b>
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	19	16						
капуста свежая белокочанная	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						
с 01.01 - 25%	13	10						
лук репчатый	12	10						
огурцы солёные (без уксуса)	18	10						
масло сливочное	5	5						
сметана	5	5						
			<b>100/50</b>	<b>12,9</b>	<b>12,4</b>	<b>5,3</b>	<b>184,4</b>	<b>№401-2013, Пермь</b>
<b>Муна пшеничная</b>	<b>п</b>	<b>п</b>						

сметана	5	5							№401-2013, Пермь
			100/50	12,9	12,4	5,3	184,4		
мука пшеничная	6	6							
масло растительное	5	5							
масса тушеной печени		100							
соус сметанный №442-2013, Пермь		50							
сметана	12,5	12,5							
мука пшеничная	1,3	1,3							
вода питьевая	40	40							
масло сливочное	1,3	1,3							
<b>Макаронны изделия отварные</b>			<b>180</b>	<b>3,8</b>	<b>3,4</b>	<b>41,1</b>	<b>210,2</b>		№516-2004
макаронные изделия	64	64							
масло сливочное	4	4							
<b>Компот из кураги</b>			<b>200</b>	<b>0,9</b>	<b>0,0</b>	<b>27,0</b>	<b>111,6</b>		№638-2004
курага	25,3	25							
сахар	5	5							
<b>Хлеб ржаной</b>			<b>70</b>	<b>3,3</b>	<b>0,7</b>	<b>30,6</b>	<b>141,8</b>		
<b>или Хлеб ржаной витаминизированный</b>			<b>70</b>						
<b>Хлеб пшеничный</b>			<b>70</b>	<b>3,5</b>	<b>1,0</b>	<b>28,4</b>	<b>136,2</b>		
<b>или Хлеб пшеничный витаминизированный</b>			<b>70</b>						

<b>Полдник</b>			<b>360</b>	<b>6,5</b>	<b>14,0</b>	<b>60,5</b>	<b>394</b>	
<b>Булочка "Пермская"</b>			<b>60</b>	<b>2,8</b>	<b>6,5</b>	<b>39,0</b>	<b>226</b>	№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						
вода кипяченая для концентрированного молока	7	7						
вода кипяченая для сухого молока	11	11						
джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	8	8						
сахарная пудра	2	2						
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2						
<b>Йогурт сливочный в индивидуальной упаковке</b>			<b>100</b>	<b>3,5</b>	<b>7,5</b>	<b>9,5</b>	<b>120</b>	
<b>Чай с сахаром</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>12,0</b>	<b>48,8</b>	№685-2004

	1,7	1,7						
сахар	12	12						

Йогурт сливочный в индивидуальной упаковке			100	3,5	1,2			
Май в сахаре			200	0,2	0,0	12,0	48,8	№685-2004
сахар	12	12						
<b>Ужин</b>			<b>605</b>	<b>28,0</b>	<b>20,7</b>	<b>67,9</b>	<b>569,9</b>	
Икра кабачковая промышленного производства для детского питания	105	100	100	1,4	4,5	5,5	68,1	№101-2004
Рыба запечённая с маслом			120/5	20,3	12,4	6,2	218	№310-1996
горбуша или кета потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	204	143						
или горбуша или кета неразделанная (филе с кожей без костей)	246	143						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	184	136						
или ряпушка неразделанная	166	143						
или щекур неразделанный	*	*						
процент отходов щекура следует определять контрольной отработкой потерь при тепловой и холодной обработке и оформлять актом								
сухари пшеничные	6	6						
масло растительное	6	6						
масло сливочное	5	5						
<b>Булгур с овощами</b>			<b>180</b>	<b>3,7</b>	<b>3,2</b>	<b>24,0</b>	<b>140</b>	№257-2013, Пермь
крупа булгур	36	36						
вода питьевая	80	80						
масса готового гарнира		100						
морковь до 01.01.-20%	115	92						



с 01.01 - 25%	122	92						
масса припущенной моркови		80						
масло сливочное	5	5						
Сок в ассортименте	200	200	200	0,2	0,0	11,0	45	№518-2013, Пермь
Хлеб ржаной			30	1,4	0,3	13,1	60,8	
или Хлеб ржаной витаминизированный			30					
Хлеб пшеничный			20	1,0	0,3	8,1	38,9	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			20					
<b>Второй ужин</b>			<b>220</b>	<b>7,0</b>	<b>7,3</b>	<b>11,9</b>	<b>141,3</b>	
Кисломолочный напиток в ассортименте	207	200	200	5,3	6,4	7,0	107	№698-2004
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			20	1,7	0,9	4,9	35	
<b>ИТОГО:</b>				<b>94</b>	<b>94</b>	<b>396</b>	<b>2806</b>	
<b>5 день</b>								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Завтрак</b>			<b>580</b>	<b>14,9</b>	<b>21,7</b>	<b>110,7</b>	<b>696,0</b>	
Бутерброд с маслом			30/15	2,5	9,9	14,5	157,1	№1-2004
хлеб пшеничный	30	30						
масло сливочное	15	15						

с 01.01 - 25%	122	92	580	0,0	0,0	84,0	230	№518-2013, Пермь
---------------	-----	----	-----	-----	-----	------	-----	---------------------

Бутерброд с маслом									
	хлеб пшеничный	30	30						
	масло сливочное	15	15						
				<b>200</b>	<b>0,0</b>	<b>0,3</b>	<b>34,3</b>	<b>238</b>	№03-2001, Пермь
	крупа рисовая	15	15						
	крупа пшеничная	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						
<b>Чай с молоком</b>				<b>200</b>	<b>2,8</b>	<b>2,5</b>	<b>15,1</b>	<b>94,1</b>	№030 1000
	чай-заварка	1,7	1,7						
	сахар	10	10						
	молоко питьевое	100	100						
<b>Фрукты в ассортименте</b>				<b>130</b>	<b>0,6</b>	<b>0,5</b>	<b>19,9</b>	<b>88,0</b>	№400 0100, Мин-мил
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>40</b>	<b>1,4</b>	<b>0,2</b>	<b>18,8</b>	<b>81,0</b>	
<b>или Хлеб ржаной витаминизированный</b>				<b>40</b>					
<b>Хлеб пшеничный</b>				<b>20</b>	<b>1,0</b>	<b>0,3</b>	<b>8,1</b>	<b>88,0</b>	

Итого: 2000, 0,0, 0,0, 100,0, 100,0

или Хлеб пшеничный витаминизированный			20					
<b>Обед</b>			<b>875</b>	<b>29,8</b>	<b>30,3</b>	<b>142,3</b>	<b>960,9</b>	
Салат из свежих помидоров со сладким перцем			100/5	1,2	5,0	4,3	67	№22-2004
помидоры свежие парниковые	51	50						
или помидоры свежие грунтовые	59	50						
перец сладкий, свежий	67	50						
масло растительное	5	5						
Суп гороховый с гренками			250/20	3,1	4,1	31,7	176,1	№139-2004
горох лущёный	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						
			120	16,3	14,1	15,5	254,1	№345-2013, Пермь

хлеб пшеничный	38	32							№349-2010, Пермь
			120	16,3	14,1	15,5	254,1		
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	144	98							
или щекур неразделанный	*	*							
процент отходов щекура следует определять контрольной отработкой потерь при тепловой и холодной обработке и оформлять актом									
хлеб пшеничный	23	23							
молоко питьевое	17	17							
масло сливочное	3	3							
яйцо куриное	7	7							
сухари	6	6							
масло растительное	3	3							
<b>Пюре картофельное</b>			<b>180</b>	<b>3,9</b>	<b>5,9</b>	<b>26,7</b>	<b>175,5</b>	<b>№520-2004</b>	
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						
<b>Сок в ассортименте</b>	<b>200</b>	<b>200</b>	<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>22,0</b>	<b>90</b>	№518-2013, Пермь
<b>Хлеб ржаной</b>			<b>50</b>	<b>2,4</b>	<b>0,5</b>	<b>21,9</b>	<b>101,3</b>	
<b>или Хлеб ржаной витаминизированный</b>			<b>50</b>					
<b>Хлеб пшеничный</b>			<b>50</b>	<b>2,5</b>	<b>0,7</b>	<b>20,3</b>	<b>97,3</b>	
<b>или Хлеб пшеничный витаминизированный</b>			<b>50</b>					
<b>Полдник</b>			<b>380</b>	<b>15,0</b>	<b>15,2</b>	<b>57,8</b>	<b>428,0</b>	
<b>Мучное изделие промышленного производства в ассортименте</b>			<b>80</b>	<b>8,8</b>	<b>10,2</b>	<b>34,0</b>	<b>263</b>	
<b>Молоко питьевое кипяченое</b>	210	200	200	5,8	5,0	9,4	106	№260-2001, Пермь
<b>Фрукты в ассортименте</b>			<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>14,4</b>	<b>59,2</b>	№458-2006, Москва
<b>Ужин</b>			<b>605</b>	<b>15,4</b>	<b>27,4</b>	<b>56,3</b>	<b>532,4</b>	
<b>Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соленым огурцом</b>			<b>100</b>	<b>0,2</b>	<b>4,6</b>	<b>5,1</b>	<b>63</b>	№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						
<b>морковь до 01.01.-20%</b>	<b>56</b>	<b>45</b>						

Итого (без учета)

41

26

	01.01.-20%	56	45						
огурцы соленые (без уксуса)		46	25						
лук репчатый		12	10						
<b>лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый</b>									
или лук зеленый		13	10						
масло растительное		5	5						
<b>Мясо, тушенное с капустой</b>				<b>300</b>	<b>13,4</b>	<b>22,4</b>	<b>21,5</b>	<b>341,2</b>	№365-2013, Пермь
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)		93	79						
масса тушеного мяса			50						
капуста белокочанная свежая		344	275						
масло растительное		12	12						
морковь до 01.01.-20%		31	25						
с 01.01. - 25 %		33	25						
лук репчатый		21	18						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)		8	8						
мука пшеничная		6	6						
сахар		4	4						
<b>Чай с лимоном</b>				<b>200/5</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>12,2</b>	<b>49,2</b>	№494-2013, Пермь

чай-заварка	1,7	1,7						
сахар	12	12						
лимон	6	5						
Хлеб ржаной			20	0,7	0,1	9,4	40,5	
или Хлеб ржаной витаминизированный			20					
Хлеб пшеничный			20	1,0	0,3	8,1	38,9	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			20					
<b>Второй ужин</b>			<b>220</b>	<b>7,0</b>	<b>7,3</b>	<b>11,9</b>	<b>141,3</b>	
Кисломолочный напиток в ассортименте	207	200	200	5,3	6,4	7,0	107	№698-2004
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			20	1,7	0,9	4,9	35	
<b>ИТОГО:</b>				<b>82</b>	<b>102</b>	<b>379</b>	<b>2759</b>	

### 6 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Завтрак</b>			<b>565</b>	<b>15,4</b>	<b>15,2</b>	<b>118,2</b>	<b>669</b>	
Каша пшенная жидкая с маслом			200/5	4,8	6,9	28,0	193,3	№311-2004
крупa пшено	25	25						
вода питьевая	76	76						
масло растительное	114	114						

ИЛИ МЯСНЫЕ СУЛЮЖИ

14

14

	молоко питьевое	114	114							
	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							
<b>Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте (пряники, печенье, вафли)</b>					<b>60</b>	<b>3,5</b>	<b>3,7</b>	<b>34,5</b>	<b>185,3</b>	
<b>Кофейный напиток на сгущенном молоке</b>					<b>200</b>	<b>1,9</b>	<b>2,3</b>	<b>16,2</b>	<b>93</b>	№500-2013, Пермь
	кофейный напиток	5,5	5,5							
	молоко сгущенное с сахаром	25	25							
<b>Йогурт молочный полужирный в индивидуальной упаковке</b>					<b>100</b>	<b>1,8</b>	<b>1,5</b>	<b>4,5</b>	<b>38,7</b>	
<b>Хлеб ржаной</b>					<b>40</b>	<b>1,4</b>	<b>0,2</b>	<b>18,8</b>	<b>81,0</b>	
<b>или Хлеб ржаной витаминизированный</b>					<b>40</b>					
<b>Хлеб пшеничный</b>					<b>40</b>	<b>2,0</b>	<b>0,6</b>	<b>16,2</b>	<b>77,8</b>	
<b>или Хлеб пшеничный витаминизированный</b>					<b>40</b>					
<b>Обед</b>					<b>855</b>	<b>26,7</b>	<b>34,6</b>	<b>143,3</b>	<b>991,9</b>	
<b>Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком</b>					<b>100</b>	<b>1,5</b>	<b>5,0</b>	<b>4,7</b>	<b>69,8</b>	№4/1-2011, Екатеринбург
	капуста свежая белокочанная	96	77							



капуста старого урожая используется в сыром виде до 1 марта, с 1 марта только капуста нового урожая или другой салат								
горошек зеленый консервированный	31	20						
лимонная кислота	0,10	0,10						
вода питьевая для разведения лимонной кислоты	5	5						
масло растительное	5	5						
<b>ИЛИ</b>								
<b>Салат из свежих помидоров</b>			<b>100</b>	<b>1,0</b>	<b>5,1</b>	<b>3,5</b>	<b>63,9</b>	№22-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	97	95						
или помидоры свежие грунтовые	112	95						
масло растительное	5	5						
<b>Солянка домашняя со сметаной</b>			<b>250/10/10/5</b>	<b>5,6</b>	<b>6,2</b>	<b>12,1</b>	<b>127</b>	№157-2004
мясные деликатесы (карбонад или окорок мясной)	11	10						
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						
масло сливочное	5	5						
		15						

Итого

21

11

огурцы соленые без уксуса	27	15						
красителей и консервантов)	0	0						
лук репчатый	21	18						
сметана	5	5						
<b>Шницель из говядины</b>			<b>100</b>	<b>10,1</b>	<b>14,2</b>	<b>17,0</b>	<b>236,2</b>	<b>№451-2004</b>
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	87	74						
хлеб пшеничный	18	18						
молоко питьевое	14	14						
лук репчатый	6	5						
яйцо куриное	5	5						
сухари	6	6						
масло растительное	2	2						
<b>Рис припущенный с овощами "Мозаика"</b>			<b>180</b>	<b>3,2</b>	<b>7,7</b>	<b>37,9</b>	<b>233,7</b>	<b>№416-2013, Пермь</b>
крупа рисовая	47	47						
кукуруза консервированная	50	30						
морковь - до 01.01 - 20%	26	21						
с 01.01 - 25%	28	21						
масло сливочное	10	10						
<b>Компот из апельсинов</b>			<b>200</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>21,1</b>	<b>87,3</b>	<b>№636-2004</b>

	апельсины	75	50						
	сахар	15	15						
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>60</b>	<b>2,8</b>	<b>0,6</b>	<b>26,2</b>	<b>121,6</b>	
<b>или Хлеб ржаной витаминизированный</b>				<b>60</b>					
<b>Хлеб пшеничный</b>				<b>60</b>	<b>3,0</b>	<b>0,8</b>	<b>24,3</b>	<b>116,8</b>	
<b>или Хлеб пшеничный витаминизированный</b>				<b>60</b>					
<b>Полдник</b>				<b>400</b>	<b>22,9</b>	<b>18,6</b>	<b>39,5</b>	<b>417,0</b>	
<b>Запеканка из творога с молоком сгущенным</b>				<b>200</b>	<b>18,1</b>	<b>14,0</b>	<b>24,5</b>	<b>296</b>	№313-2013, Пермь
	творог	173	172						
	мука пшеничная	15	15						
	или крупа манная	13	13						
	вода питьевая для каши	43	43						
	яйцо куриное	14	14						
	сахар	7	7						
	ванилин	0,01	0,01						
	сметана	7	7						
	сухари пшеничные	7	7						
	масло сливочное для смазки листа	5	5						
	масса готовой запеканки		180						
<b>Шоколадный напиток "Несквик"</b>				<b>200</b>	<b>4,8</b>	<b>4,6</b>	<b>15</b>	<b>121</b>	№621-2013,

масса готовой запеканки		180						
-------------------------	--	-----	--	--	--	--	--	--

<b>молоко сгущенное в сахаре</b>	<b>20,2</b>	<b>20</b>						
<b>Шоколадный напиток "Несквик"</b>			<b>200</b>	<b>4,8</b>	<b>4,6</b>	<b>15</b>	<b>121</b>	№621-2013, Пермь
быстрорастворимый витаминизированный шоколадный напиток "Несквик"	10	10						
сахар	5	5						
молоко питьевое	150	150						
или молоко концентрированное	69	69						
или молоко сухое	18	18						
вода кипяченая для концентрированного молока	81	81						
вода кипяченая для сухого молока	132	132						
<b>Ужин</b>			<b>685</b>	<b>26,8</b>	<b>18,2</b>	<b>68,1</b>	<b>542,6</b>	
<b>Салат из свеклы отварной с чесноком</b>			<b>100</b>	<b>1,4</b>	<b>5</b>	<b>6,8</b>	<b>78</b>	№22-2004, Пермь
свекла до 01.01 -20%	124	99						
с 01.01 - 25%	132	99						
чеснок свежий	0,6	0,5						
масло растительное на полив при подаче	5	5						
<b>Тефтели рыбные с маслом</b>			<b>120/5</b>	<b>20,5</b>	<b>7,0</b>	<b>8,5</b>	<b>179,0</b>	№349-2013, Пермь
горбуша или кета потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	149	99						
или горбуша или кета неразделанная (филе без кожи и костей)	180	99						
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	115	99						

или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	134	99						
или щекур неразделанный	*	*						
процент отходов щекура следует определять контрольной отработкой потерь при тепловой и холодной обработке и оформлять актом								
хлеб пшеничный	17	17						
вода питьевая	17	17						
лук репчатый	14	12						
яйцо куриное	4	4						
мука пшеничная	10	10						
масло растительное	5	5						
масло сливочное	5	5						
<b>Пюре картофельное</b>			<b>180</b>	<b>3,9</b>	<b>5,9</b>	<b>26,7</b>	<b>175,5</b>	<b>№520-2004</b>
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

20

20

10

10

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
молоко 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	25,0	№458-2006, Москва
Хлеб ржаной			20	0,7	0,1	9,4	40,5	
или Хлеб ржаной витаминизированный			20					
<b>Второй ужин</b>			<b>220</b>	<b>7,0</b>	<b>7,3</b>	<b>11,9</b>	<b>141,3</b>	
Кисломолочный напиток в ассортименте	207	200	200	5,3	6,4	7,0	107	№698-2004
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			20	1,7	0,9	4,9	35	
<b>ИТОГО:</b>				<b>99</b>	<b>94</b>	<b>381</b>	<b>2762</b>	
<b>7 день</b>								
<b>Завтрак</b>			<b>565</b>	<b>20,7</b>	<b>23,3</b>	<b>95,4</b>	<b>672,2</b>	
Бутерброд с сыром			30/30	7,2	7,8	11,9	147	№3-2004
хлеб пшеничный	30	30						
сыр	31	30						
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						
<b>Чай с сахаром</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>12,0</b>	<b>48,8</b>	<b>№685-2004</b>
чай-заварка	1,7	1,7						
сахар	12	12						
<b>Йогурт сливочный в индивидуальной упаковке</b>			<b>100</b>	<b>3,5</b>	<b>7,5</b>	<b>9,5</b>	<b>120</b>	
<b>Хлеб пшеничный</b>			<b>40</b>	<b>2,0</b>	<b>0,6</b>	<b>16,2</b>	<b>77,8</b>	
<b>или Хлеб пшеничный витаминизированный</b>			<b>40</b>					
<b>Хлеб ржаной</b>			<b>40</b>	<b>1,4</b>	<b>0,2</b>	<b>18,8</b>	<b>81,0</b>	
<b>или Хлеб ржаной витаминизированный</b>			<b>40</b>					
<b>Обед</b>			<b>810</b>	<b>29,9</b>	<b>25,3</b>	<b>139,6</b>	<b>906,0</b>	
<b>Помидор консервированный или свежий</b>			<b>100</b>	<b>0,6</b>	<b>0,2</b>	<b>4,2</b>	<b>21</b>	<b>№101-2004</b>

Помидор консервированный без укусов

100

100

или помидоры свежие

Помидор консервированный или свежий

или помидоры свежие парниковые	102	100						
или помидоры свежие грунтовые	118	100						
<b>Суп с крупой с мясом</b>			<b>250/10</b>	<b>6,5</b>	<b>6,4</b>	<b>20,1</b>	<b>164,0</b>	<b>№138-2004</b>
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						
<b>Жаркое по - домашнему</b>			<b>250</b>	<b>15,2</b>	<b>17,0</b>	<b>33,0</b>	<b>345,8</b>	<b>№369-2013, Пермь</b>
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	93	79						
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%	25	20							
с 01.01 - 25%	27	20							
лук репчатый	18	15							
масло растительное	12	12							
<b>Компот из сухофруктов</b>			<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0,0</b>	<b>23,7</b>	<b>98,0</b>	<b>№639-2004</b>	
сухофрукты	25,3	25							
сахар	10	10							
<b>Хлеб ржаной</b>			<b>60</b>	<b>2,8</b>	<b>0,6</b>	<b>26,2</b>	<b>121,6</b>		
<b>или Хлеб ржаной витаминизированный</b>			<b>60</b>						
<b>Хлеб пшеничный</b>			<b>80</b>	<b>4,0</b>	<b>1,1</b>	<b>32,4</b>	<b>155,7</b>		
<b>или Хлеб пшеничный витаминизированный</b>			<b>80</b>						
<b><i>Полдник</i></b>			<b>420</b>	<b>6,3</b>	<b>7,3</b>	<b>79,7</b>	<b>409,7</b>		
<b>Пирог "Вечерний"</b>			<b>60</b>	<b>3,4</b>	<b>7,1</b>	<b>31,7</b>	<b>204</b>	<b>№120-1999</b>	
мука пшеничная	30	30							
сахар	6	6							
яйцо куриное	10	10							
сметана	5	5							
	14	14							

	сметана	5	5						
	сахар	14	14						
	какао - порошок	2	2						
	масло сливочное	5	5						
	масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
<b>Фрукты в ассортименте</b>				<b>160</b>	<b>2,5</b>	<b>0,2</b>	<b>26,0</b>	<b>116</b>	№458-2006, Москва
<b>Сок в ассортименте</b>		<b>200</b>	<b>200</b>	<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>22,0</b>	<b>90</b>	№518-2013, Пермь
<b>Ужин</b>				<b>605</b>	<b>19</b>	<b>19</b>	<b>69</b>	<b>520</b>	
<b>Оладьи из печени с маслом</b>				<b>120/5</b>	<b>15,5</b>	<b>12,7</b>	<b>7,5</b>	<b>206</b>	№148-2002
	печень говяжья	150	125						
	хлеб пшеничный	18	18						
	масло сливочное	4	4						
	яйцо куриное	6	6						
	масло растительное	6	6						
	масло сливочное	5	5						
<b>Каша гречневая вязкая отварная</b>				<b>180</b>	<b>2,0</b>	<b>5,4</b>	<b>29,2</b>	<b>173,4</b>	№510-2004
	крупа гречневая	45	45						
	вода питьевая	144	144						
	масло сливочное	6	6						
<b>Компот из свежих ягод</b>				<b>200</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>15,6</b>	<b>63</b>	№357-2002

клюква или брусника	26,4	25						
сахар	15	15						
<b>Фрукты в ассортименте</b>			<b>120</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>7,9</b>	<b>37</b>	№458-2006, Москва
<b>Хлеб ржаной</b>			<b>20</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>8,7</b>	<b>40,5</b>	
<b>или Хлеб ржаной витаминизированный</b>			<b>20</b>					
<b>Второй ужин</b>			<b>200</b>	<b>6,0</b>	<b>7,0</b>	<b>10,7</b>	<b>130</b>	
Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке	200	200	200	6,0	7,0	10,7	130	
<b>ИТОГО:</b>				<b>82</b>	<b>81</b>	<b>394</b>	<b>2638</b>	
<b>ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ :</b>				<b>90</b>	<b>92</b>	<b>383</b>	<b>2725</b>	
<b>НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (100%)*:</b>				<b>90</b>	<b>92</b>	<b>383</b>	<b>2720</b>	

### 8 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Завтрак</b>			<b>560</b>	<b>20,3</b>	<b>24,1</b>	<b>92,1</b>	<b>664,6</b>	
<b>Суп молочный с крупой</b>			<b>300</b>	<b>7,5</b>	<b>9,2</b>	<b>29,0</b>	<b>229</b>	№162-1996
молоко питьевое	200	200						
или молоко концентрированное	92	92						
или молоко сухое	24	24						

или молоко сухое	24	24						
или молоко сухое для концентрированного молока	108	108						
вода питьевая	115	115						
крупa манная, или кукурузная	18	18						
или ячневая, или гречневая, или пшено	24	24						
масло сливочное	3	3						
сахар	3	3						
<b>Бутерброд с сыром и маслом</b>			<b>30/10/20</b>	<b>7,5</b>	<b>11,8</b>	<b>11,9</b>	<b>183,8</b>	<b>№1,3-2004</b>
хлеб пшеничный	30	30						
масло сливочное	10	10						
сыр	21	20						
<b>Кофейный напиток на сгущенном молоке</b>			<b>200</b>	<b>1,9</b>	<b>2,3</b>	<b>16,2</b>	<b>93</b>	<b>№500-2013, Пермь</b>
кофейный напиток	5,5	5,5						
молоко сгущенное с сахаром	25	25						
<b>Хлеб ржаной</b>			<b>40</b>	<b>1,4</b>	<b>0,2</b>	<b>18,8</b>	<b>81,0</b>	
<b>или Хлеб ржаной витаминизированный</b>			<b>40</b>					
<b>Хлеб пшеничный</b>			<b>40</b>	<b>2,0</b>	<b>0,6</b>	<b>16,2</b>	<b>77,8</b>	
<b>или Хлеб пшеничный витаминизированный</b>			<b>40</b>					
<b>Обед</b>			<b>885</b>	<b>36,7</b>	<b>28,0</b>	<b>133,6</b>	<b>933,8</b>	
<b>Салат из свежих помидоров</b>			<b>100</b>	<b>1,0</b>	<b>5,1</b>	<b>3,5</b>	<b>63,9</b>	<b>№22-2013, Пермь</b>

помидоры свежие парниковые	97	95						
или помидоры свежие грунтовые	112	95						
масло растительное	5	5						
<b>Суп из овощей с яйцом и мясом</b>			<b>250/10</b>	<b>5,3</b>	<b>5,5</b>	<b>11,2</b>	<b>116</b>	№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						
морковь до 01.01.-20%	25	20						
с 01.01 - 25%	27	20						
лук репчатый	24	20						
масло сливочное	5	5						
яйцо куриное	20	20						
<b>Рыба запечённая с маслом</b>			<b>120/5</b>	<b>20,3</b>	<b>12,4</b>	<b>6,2</b>	<b>218</b>	№310-1996
горбуша или кета потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	204	143						
или горбуша или кета неразделанная (филе с кожей без костей)	246	143						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	184	136						
или ряпушка неразделанная	166	143						

следует определять контрольной отработкой потерь при тепловой и холодной обработке и оформлять актом								
сухари пшеничные	6	6						
масло растительное	6	6						
масло сливочное	5	5						
<b>Картофель отварной с маслом и зеленью</b>			<b>200</b>	<b>3,8</b>	<b>3,6</b>	<b>28,2</b>	<b>160</b>	<b>№203-2004</b>
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	266	200						
01.11.-31.12. -30%	286	200						
01.01-29.02 - 35%	308	200						
01.03 - 40%	334	200						
масло сливочное	5	5						
зелень свежая (петрушка, укроп)	4	3						
<b>Сок в ассортименте</b>	<b>200</b>	<b>200</b>	<b>200</b>	<b>0,5</b>	<b>0,0</b>	<b>34,0</b>	<b>138</b>	<b>№518-2013, Пермь</b>
<b>Хлеб ржаной</b>			<b>60</b>	<b>2,8</b>	<b>0,6</b>	<b>26,2</b>	<b>121,6</b>	
<b>или Хлеб ржаной витаминизированный</b>			<b>60</b>					
<b>Хлеб пшеничный</b>			<b>60</b>	<b>3,0</b>	<b>0,8</b>	<b>24,3</b>	<b>116,8</b>	
<b>или Хлеб пшеничный витаминизированный</b>			<b>60</b>					
<b>Полдник</b>			<b>380</b>	<b>14,0</b>	<b>15,2</b>	<b>58,8</b>	<b>428,0</b>	
<b>Мучное изделие промышленного производства в ассортименте</b>			<b>80</b>	<b>7,8</b>	<b>10,2</b>	<b>35,0</b>	<b>263</b>	

Молоко питьевое кипяченое	210	200	200	5,8	5,0	9,4	106	№260-2001, Пермь
Фрукты в ассортименте			100	0,4	0,0	14,4	59,2	№458-2006, Москва
<i>Ужин</i>			<b>655</b>	<b>19,4</b>	<b>17,0</b>	<b>80,3</b>	<b>551,0</b>	
Яйца вареные			40	5,1	4,6	0,3	63,0	№300-2013, Пермь
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	182	100	100	0,8	0,1	1,6	10,6	№101-2004
<b>ИЛИ</b>								
Овощи свежие (огурцы)			100	0,7	0,1	1,9	11,3	№70-2006, Москва
огурцы свежие грунтовые	105	100						
или огурцы свежие парниковые	102	100						
Котлеты рубленые из птицы			100	8,9	8,8	12,1	163	№461-1996
кураца потрошенная 1 категории (филе без кожи)	174	75						
или филе куриное промышленного производства	76	75						
хлеб пшеничный	18	18						
молоко питьевое или вода питьевая	27	27						
сухари	5	5						
масло растительное	4	4						
Макаронные изделия отварные			180	3,8	3,4	41,1	210,2	№516-2004
макаронные изделия	64	64						

Мясо птицы

4

4

		4	4						
<b>Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"</b>				200/20/10	0,2	0,0	15,5	62,8	№686-2004
	чай-заварка	1,7	1,7						
	сахар	15	15						
	лимон	11	10						
	апельсин	21	20						
<b>Хлеб ржаной</b>				20	0,7	0,1	9,4	40,5	
или Хлеб ржаной витаминизированный				20					
<b>Второй ужин</b>				220	7,0	7,3	11,9	141,3	
<b>Кисломолочный напиток в ассортименте</b>		207	200	200	5,3	6,4	7,0	107	№698-2004
<b>Мучное изделие промышленного производства в ассортименте</b>				20	1,7	0,9	4,9	35	
<b>ИТОГО:</b>					97	92	377	2719	
<b>9 день</b>									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
<b>Завтрак</b>			575	21,0	25,7	89,1	672		
<b>Бутерброд с маслом</b>			30/15	2,5	9,9	14,5	157,1	№1-2004	
	хлеб пшеничный	30	30						



масло сливочное	15	15						
<b>Суфле "Чизкейк" (творожное с печеньем) с молоком сгущенным</b>			<b>200</b>	<b>13,5</b>	<b>10,8</b>	<b>30,2</b>	<b>272,0</b>	№19/5-2011, Екатеринбург
печенье сахарное	36	36						
творог	136	134						
мука пшеничная	15	15						
яйцо куриное	18	18						
сахар	9	9						
сметана	14	14						
сухари пшеничные	9	9						
масло сливочное для смазки листа	4	4						
масса готового суфле		180						
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20						
<b>Какао с молоком</b>			<b>200</b>	<b>3,4</b>	<b>4,2</b>	<b>16,4</b>	<b>117,0</b>	№642-1996
какао - порошок	5	5						
молоко питьевое	130	130						
или молоко концентрированное	60	60						
или молоко сухое	16	16						
вода кипяченая для концентрированного молока	70	70						

<b>Хлеб пшеничный</b>			<b>130</b>	<b>0,6</b>	<b>0,5</b>	<b>19,9</b>	<b>86,5</b>	№458-2006, Москва
или Хлеб пшеничный витаминизированный			20	1,0	0,3	8,1	38,9	
<b>Обед</b>			<b>865</b>	<b>30,8</b>	<b>31,8</b>	<b>127,4</b>	<b>919,0</b>	
<b>Салат из моркови и яблок</b>			<b>100</b>	<b>0,9</b>	<b>5,2</b>	<b>9,3</b>	<b>87,6</b>	№9-2013, Пермь
морковь до 01.01.-20%	88	70						
с 01.01 - 25%	93	70						
<b>морковь в сыром виде использовать только до 1 марта, после 1 марта в отварном</b>								
яблоки свежие ( с удаленным семенным гнездом)	34	30						
масло растительное	5	5						
<b>ИЛИ</b>								
<b>Нарезка из огурцов свежих с маслом растительным</b>			<b>100</b>	<b>0,8</b>	<b>5,0</b>	<b>2,5</b>	<b>58</b>	14/1-2011, Екатеринбург
огурцы свежие грунтовые	100	95						
или огурцы свежие парниковые	97	95						
масло растительное на полив при подаче	5	5						
<b>Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом, со сметаной</b>			<b>250/10/5</b>	<b>5,8</b>	<b>6,5</b>	<b>12,0</b>	<b>129,7</b>	№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 белокочанная свежая	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						
<b>Печень, тушеная с овощами</b>			<b>120</b>	<b>14,0</b>	<b>12,9</b>	<b>5,9</b>	<b>196</b>	<b>№439-2004</b>
печень говяжья	137	114						
лук репчатый	21	18						
масло растительное	6	6						
масса готовой печени с луком		75						
мука пшеничная	2,4	2,4						
морковь до 01.01 - 20%	75,0	60						
с 01.01 - 25%	79,8	60						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов. Без крахмала и ядри)	10	10						

Итого по рецепту

90

90

томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, консервантов и красителей. Без содержания крахмала и соли)	10	10						
<b>вода питьевая</b>	<b>20</b>	<b>20</b>						
<b>Пюре картофельное</b>			<b>180</b>	<b>3,9</b>	<b>5,9</b>	<b>26,7</b>	<b>175,5</b>	<b>№520-2004</b>
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						
<b>Компот из кураги</b>			<b>200</b>	<b>0,9</b>	<b>0,0</b>	<b>27,0</b>	<b>111,6</b>	<b>№638-2004</b>
курага	25,3	25						
сахар	5	5						
<b>Хлеб ржаной</b>			<b>60</b>	<b>2,8</b>	<b>0,6</b>	<b>26,2</b>	<b>121,6</b>	
<b>или Хлеб ржаной витаминизированный</b>			<b>60</b>					
<b>Хлеб пшеничный</b>			<b>50</b>	<b>2,5</b>	<b>0,7</b>	<b>20,3</b>	<b>97,3</b>	
<b>или Хлеб пшеничный витаминизированный</b>			<b>50</b>					

<b>Полдник</b>			<b>390</b>	<b>3,1</b>	<b>6,7</b>	<b>87,9</b>	<b>424,3</b>	
<b>Булочка с изюмом</b>			<b>60</b>	<b>2,0</b>	<b>6,2</b>	<b>34,0</b>	<b>200</b>	№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 молоко концентрированное	4	4						
или молоко сухое	1	1						
вода кипяченая для концентрированного молока	5	5						
вода кипяченая для сухого молока	8	8						
яйцо куриное	5	5						
яйцо куриное для смазки изделия	4	4						
изюм	5,2	5						
дрожжи хлебопекарные	1,6	1,6						
или дрожжи сухие хлебопекарные	0,4	0,4						
соль йодированная	0,3	0,3						
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2						
<b>ИЛИ</b>								

<b>Шулочное изделие промышленного производства</b>			<b>60</b>	<b>2,0</b>	<b>0,2</b>	<b>34,0</b>	<b>200</b>	
Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь
Фрукты в ассортименте			130	0,6	0,5	19,9	86,5	№458-2006, Москва
<i>Ужин</i>			<b>600</b>	<b>34</b>	<b>27</b>	<b>41</b>	<b>543</b>	
Сыр (порциями)	31	30	30	6,1	7,5	0,0	92	№97-2004
Горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	169	110	110	7,9	0,3	11,5	80	№101-2004
Омлет с мясом, с маслом			<b>200/5</b>	<b>18,2</b>	<b>17,9</b>	<b>0,5</b>	<b>236</b>	№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	4,0	4,0						
масса готового омлета		200						
масло сливочное на полив	5	5						

Чай с сахаром			200	0,2	0,0	12,0	48,8	№685-2004
чай-заварка	1,7	1,7						
сахар	12	12						
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте (печенье затяжное)			50	0,7	1,2	8,1	46,0	
Хлеб ржаной			20	0,9	0,2	8,7	40,5	
или Хлеб ржаной витаминизированный			20					
<b>Второй ужин</b>			<b>200</b>	<b>6,0</b>	<b>7,0</b>	<b>10,7</b>	<b>130</b>	
Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке	200	200	200	6,0	7,0	10,7	130	
<b>ИТОГО:</b>				<b>95</b>	<b>98</b>	<b>356</b>	<b>2688</b>	

**10 день**

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				№ рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г		ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>			<b>565</b>	<b>16,1</b>	<b>25,7</b>	<b>96,3</b>	<b>679,2</b>	
Бутерброд горячий с сыром			60	4,4	10,5	12,1	161	№10-2004
масло сливочное	10	10						
сыр	21	20						
хлеб пшеничный	30	30						
Каша манная жидкая с маслом			200/5	5,1	7,1	28,0	196,3	№311-2004

крупы манная

20

20

					20	20	крупы манная
					76	76	вода питьевая
					114	114	молоко питьевое
					52	52	или молоко концентрированное
					14	14	или молоко сухое
					62	62	вода кипяченая для концентрированного молока
					100	100	вода кипяченая для сухого молока
					3	3	сахар
					1,2	1,2	соль йодированная
					5	5	масло сливочное
<b>Чай "Витаминный"</b>							
					200		
					0,7	0,1	
					19,8	82,9	№493-2013, Термр
<b>Йогурт сливочный в индивидуальной упаковке</b>							
					100		
					3,5	7,5	
					9,5	120	
<b>Хлеб ржаной</b>							
					40		
					1,4	0,2	
					18,8	81,0	
<b>или Хлеб ржаной витаминизированный</b>							
					40		
					1,0	0,3	
					8,1	38,9	
<b>Хлеб пшеничный</b>							



или Хлеб пшеничный витаминизированный			20					
<b>Обед</b>			<b>865</b>	<b>30,0</b>	<b>33,6</b>	<b>123,5</b>	<b>916,7</b>	
<b>Нарезка из свеклы отварной с маслом</b>			<b>100</b>	<b>1,4</b>	<b>5,0</b>	<b>6,8</b>	<b>78</b>	р.20/1-2011, Екатеринбург
свекла до 01.01 -20%	124	99						
с 01.01 - 25%	132	99						
масло растительное на полив при подаче	5	5						
ИЛИ								
<b>Салат из капусты белокачанной с перцем</b>			<b>100</b>	<b>1,1</b>	<b>5,0</b>	<b>7,6</b>	<b>80</b>	№1-2013, Пермь
капуста свежая белокачанная (стертая с солью)	119	60						
морковь до 01.01.-20%	19	15						
с 01.01 - 25%	20	15						
перец сладкий, свежий	27	20						
лимонная кислота	0,1	0,1						
вода для разведения лимонной кислоты	5	5						
сахар	2	2						
масло растительное на полив при подаче	5	5						
<b>Рассольник с мясом, со сметаной</b>			<b>250/10/5</b>	<b>4,1</b>	<b>5,2</b>	<b>12,5</b>	<b>113,2</b>	№130-2004
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	19	16						
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	100	75						

01.11.-31.10. - 20%

107

10

01.01-29.02 - 35%	116	75						
01.03 - 40%	125	75						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
огурцы соленые без уксуса	27	15						
лук репчатый	12	10						
масло сливочное	5	5						
сметана	5	5						
<b>Котлета рыбная натуральная, запеченная</b>			<b>120</b>	<b>14,9</b>	<b>17,8</b>	<b>9,2</b>	<b>256,4</b>	<b>№9/7-2011, Екатеринбург</b>
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	170	126						
или горбуша или кета потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	189	126						
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	146	126						
или щекур неразделанный	*	*						
процент отходов щекура следует определять контрольной отработкой потерь при тепловой и холодной обработке и оформлять актом								
лук репчатый	7	6						
яйцо куриное	5	6						
вода питьевая	14	14						
сухари	7	7						

масло растительное	4	4						
<b>Картофель тушеный</b>			<b>180</b>	<b>3,4</b>	<b>4,2</b>	<b>22,5</b>	<b>141</b>	№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						
<b>Сок в ассортименте</b>	<b>200</b>	<b>200</b>	<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>22,0</b>	<b>90</b>	№518-2013, Пермь
<b>Хлеб ржаной</b>			<b>60</b>	<b>2,8</b>	<b>0,6</b>	<b>26,2</b>	<b>121,6</b>	
<b>или Хлеб ржаной витаминизированный</b>			<b>60</b>					
<b>Хлеб пшеничный</b>			<b>60</b>	<b>3,0</b>	<b>0,8</b>	<b>24,3</b>	<b>116,8</b>	
<b>или Хлеб пшеничный витаминизированный</b>			<b>60</b>					
<b>Полдник</b>			<b>380</b>	<b>4,9</b>	<b>7,4</b>	<b>75,3</b>	<b>387,6</b>	
<b>Коржик молочный</b>			<b>60</b>	<b>4,1</b>	<b>7,3</b>	<b>39,3</b>	<b>239</b>	№579-2013, Пермь
мука пшеничная	32	32						
мука пшеничная на подпыл	1,8	1,8						

(подпись)

11

11

мука пшеничная на подпыл	1,8	1,8						
<b>сахар</b>	<b>17</b>	<b>17</b>						
масло сливочное	8	8						
яйцо	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						
<b>ИЛИ</b>								
<b>Мучное изделие промышленного производства в ассортименте</b>			<b>60</b>	<b>4,1</b>	<b>7,3</b>	<b>39,3</b>	<b>239</b>	
<b>Чай с сахаром</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>12,0</b>	<b>48,8</b>	№685-2004
чай-заварка	1,7	1,7						
сахар	12	12						
<b>Фрукты в ассортименте</b>			<b>120</b>	<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>24,0</b>	<b>99</b>	№458-2006, Москва
<b>Ужин</b>			<b>650</b>	<b>17,2</b>	<b>19,0</b>	<b>75,9</b>	<b>542,8</b>	
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	182	100	100	0,8	0,1	1,6	10,6	№101-2004
<b>ИЛИ</b>								
<b>Овощи свежие (огурцы)</b>			<b>100</b>	<b>0,7</b>	<b>0,1</b>	<b>1,9</b>	<b>11,3</b>	№70-2006, Москва

огурцы свежие грунтовые	105	100						
или огурцы свежие парниковые	102	100						
<b>Гречка по-купечески с мясом</b>			<b>250</b>	<b>15,3</b>	<b>18,4</b>	<b>37,7</b>	<b>377,6</b>	№4/8-2011, Екатеринбург
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	93	79						
масло растительное	4	4						
масса тушеного мяса		50						
крупа гречневая	48	48						
вода питьевая	150	150						
масло сливочное	10	10						
лук репчатый	14	12						
морковь - до 01.01 - 20%	31	25						
с 01.01 - 25%	33	25						
<b>Кисель из свежих ягод</b>			<b>200</b>	<b>0,3</b>	<b>0,2</b>	<b>21,5</b>	<b>89</b>	№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 и ассорти**

**100**

**0,1**

**0,2**

**5,7**

**25,0**

№458-2008,  
Москва

			100	0,1	0,2	8,7	25,0	№488-2008, Москва
Хлеб ржаной			20	0,7	0,1	9,4	40,5	
или Хлеб ржаной витаминизированный			20					
<b>Второй ужин</b>			<b>220</b>	<b>7,0</b>	<b>7,3</b>	<b>11,9</b>	<b>141,3</b>	
Кисломолочный напиток в ассортименте	207	200	200	5,3	6,4	7,0	107	№698-2004
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			20	1,7	0,9	4,9	35	
<b>ИТОГО:</b>				<b>75</b>	<b>93</b>	<b>383</b>	<b>2668</b>	
<b>11 день</b>								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Завтрак</b>			<b>560</b>	<b>20,4</b>	<b>22,4</b>	<b>99,7</b>	<b>680,3</b>	
Бутерброд с сыром			30/30	7,2	7,8	11,9	147	№3-2004
хлеб пшеничный	30	30						
сыр	31	30						
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						
<b>Кофейный напиток на сгущенном молоке</b>			<b>200</b>	<b>1,9</b>	<b>2,3</b>	<b>16,2</b>	<b>93</b>	№500-2013, Пермь
кофейный напиток	5,5	5,5						
молоко сгущенное с сахаром	25	25						
<b>Продукт творожный промышленного производства (масса творожного продукта конкретизируется по фактическому использованию от 100г и выше)</b>			<b>100</b>	<b>2,5</b>	<b>4,6</b>	<b>17,7</b>	<b>122</b>	
<b>Хлеб ржаной</b>			<b>40</b>	<b>1,4</b>	<b>0,2</b>	<b>18,8</b>	<b>81,0</b>	
<b>или Хлеб ржаной витаминизированный</b>			<b>40</b>					
<b>Хлеб пшеничный</b>			<b>20</b>	<b>1,0</b>	<b>0,3</b>	<b>8,1</b>	<b>38,9</b>	
<b>или Хлеб пшеничный витаминизированный</b>			<b>20</b>					
<b>Обед</b>			<b>825</b>	<b>30,1</b>	<b>37,3</b>	<b>132,4</b>	<b>986</b>	
<b>Салат из капусты белокочанной с морковью</b>			<b>100</b>	<b>1,6</b>	<b>5,1</b>	<b>9,6</b>	<b>90,7</b>	№4-2013, Пермь
капуста белокочанная	105	84						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
<b>Капуста и морковь старого урожая используется в сыром виде до 1 марта, с 1 марта</b>								

сахар

4

4

кислота лимонная и лимонный сок используют в сыром виде до 1 марта, с 1 марта лимонный сок используют в вареном виде

сахар	4	4						
кислота лимонная	0,12	0,12						
вода для разведения лимонной кислоты	6	6						
масло растительное	5	5						
<b>или</b>								
<b>Салат из свежих помидоров</b>			<b>100</b>	<b>1,0</b>	<b>5,1</b>	<b>3,5</b>	<b>63,9</b>	<b>№22-2013, Пермь</b>
помидоры свежие парниковые	97	95						
или помидоры свежие грунтовые	112	95						
масло растительное	5	5						
<b>Суп гороховый с гренками</b>			<b>250/20</b>	<b>3,1</b>	<b>4,1</b>	<b>31,7</b>	<b>176,1</b>	<b>№139-2004</b>
горох лущёный	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						
<b>Запеканка картофельная с мясом отварным, с маслом</b>			<b>250/5</b>	<b>20,2</b>	<b>26,9</b>	<b>26,7</b>	<b>429,7</b>	№157-2004, Пермь
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	114	97						
масса отварного мяса		60						
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	336	253						
01.11.-31.12. -30%	362	253						
01.01-29.02 - 35%	390	253						
01.03 - 40%	423	253						
масло сливочное	15	15						
яйцо куриное	7	7						
сухари пшеничные	5	5						
масло растительное	5	5						
масло сливочное	5	5						
<b>Сок в ассортименте</b>	<b>200</b>	<b>200</b>	<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>22,0</b>	<b>90</b>	№518-2013, Пермь
<b>Хлеб ржаной</b>			<b>60</b>	<b>2,8</b>	<b>0,6</b>	<b>26,2</b>	<b>121,6</b>	
<b>или Хлеб ржаной витаминизированный</b>			<b>60</b>					
<b>Хлеб пшеничный</b>			<b>40</b>	<b>2,0</b>	<b>0,6</b>	<b>16,2</b>	<b>77,8</b>	
<b>или Хлеб пшеничный витаминизированный</b>			<b>40</b>					

Хлеб пшеничный

40

~~Хлеб пшеничный витаминизированный~~

			<b>400</b>	<b>13,7</b>	<b>6,1</b>	<b>76,4</b>	<b>415,3</b>	
<b>Мучное изделие промышленного производства в ассортименте</b>			<b>100</b>	<b>8,5</b>	<b>1,5</b>	<b>47,0</b>	<b>236</b>	
<b>Шоколадный напиток "Несквик"</b>			<b>200</b>	<b>4,8</b>	<b>4,6</b>	<b>15</b>	<b>121</b>	№621-2013, Пермь
быстрорастворимый витаминизированный шоколадный напиток "Несквик"	10	10						
сахар	5	5						
молоко питьевое	150	150						
или молоко концентрированное	69	69						
или молоко сухое	18	18						
вода кипяченая для концентрированного молока	81	81						
вода кипяченая для сухого молока	132	132						
<b>Фрукты в ассортименте</b>			<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>14,4</b>	<b>59,2</b>	№458-2006, Москва
<b>Ужин</b>			<b>630</b>	<b>22,0</b>	<b>20,5</b>	<b>69,4</b>	<b>549,6</b>	
<b>Бедро или грудка куриные запеченные "Домашние"</b>			<b>100</b>	<b>16,2</b>	<b>15,1</b>	<b>0,7</b>	<b>203,5</b>	№494-2004
кураца потрошенная 1 категории	167	149						
или грудка куриная на кости	157	149						
или бедро куриное	157	149						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5	5						
чеснок	0,6	0,5						
масло растительное	2	2						

<b>Рагу из овощей</b>			<b>230</b>	<b>3,5</b>	<b>5,1</b>	<b>24,8</b>	<b>159</b>	№215-1996
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	33	25						
01.11.-31.12. -30%	36	25						
01.01-29.02 - 35%	39	25						
01.03 - 40%	42	25						
капуста белокочанная свежая	156	125						
морковь до 01.01.-20%	63	50						
с 01.01 - 25%	67	50						
лук репчатый	30	25						
масло растительное	7	7						
<b><u>для соуса томатного</u></b>		70						№587-2004
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	12	12						
мука пшеничная	3	3						
морковь до 01.01.-20%	15,0	12						
с 01.01 - 25%	16,0	12						
лук репчатый	1,7	1,4						
масло сливочное	3	3						
<b>Чай с сахаром</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>12,0</b>	<b>48,8</b>	№685-2004
чай-заварка	1,7	1,7						

сахар

12

12

Чай с сахаром

1,7

1,7

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	40,5	
или Хлеб ржаной витаминизированный			20					
Хлеб пшеничный			20	1,0	0,3	8,1	38,9	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			20					
<b>Второй ужин</b>			<b>220</b>	<b>7,0</b>	<b>7,3</b>	<b>11,9</b>	<b>141,3</b>	
Кисломолочный напиток в ассортименте	207	200	200	5,3	6,4	7,0	107	№698-2004
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			20	1,7	0,9	4,9	35	
<b>ИТОГО:</b>				<b>93</b>	<b>94</b>	<b>390</b>	<b>2772</b>	

**12 день**

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Завтрак</b>			<b>550</b>	<b>14,7</b>	<b>22,0</b>	<b>98,3</b>	<b>648,2</b>	
Бутерброд с маслом			30/15	2,5	9,9	14,5	157,1	№1-2004
хлеб пшеничный	30	30						
масло сливочное	15	15						
Каша кукурузная жидкая с маслом			200/5	6,2	7,5	36,0	236	№265-2013, Пермь
крупа 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						
<b>Какао с молоком</b>			<b>200</b>	<b>3,4</b>	<b>4,2</b>	<b>16,4</b>	<b>117,0</b>	<b>№642-1996</b>
какао - порошок	5	5						
молоко питьевое	130	130						
сахар	10	10						
<b>Фрукты в ассортименте</b>			<b>100</b>	<b>1,5</b>	<b>0,2</b>	<b>17,3</b>	<b>77</b>	<b>№458-2006, Москва</b>
<b>Хлеб ржаной</b>			<b>30</b>	<b>1,1</b>	<b>0,2</b>	<b>14,1</b>	<b>60,8</b>	
<b>или Хлеб ржаной витаминизированный</b>			<b>30</b>					
<b>Обед</b>			<b>900</b>	<b>41,9</b>	<b>29,0</b>	<b>136,5</b>	<b>974,2</b>	
<b>Салат картофельный с огурцами</b>			<b>100</b>	<b>1,6</b>	<b>5,0</b>	<b>8,4</b>	<b>85,0</b>	<b>№66-2013, Пермь</b>
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	85	64						

01 11 31 12 30%

02

н4

## Салат картофельный с огурцами

	88	84						
01.01-01.10. - 30%	92	64						
01.01-29.02 - 35%	99	64						
01.03 - 40%	107	64						
масса отварного картофеля		60						
лук репчатый	14,3	12						
или лук зеленый	15	12						
<i>лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый</i>								
огурцы консервированные (без уксуса)	22	12						
или огурцы свежие парниковые	12,2	12						
или огурцы свежие грунтовые	12,6	12						
морковь - до 01.01 - 20%	20	16						
с 01.01 - 25%	21	16						
масса отварной моркови		14						
масло растительное	5	5						
<b>Уха ростовская</b>			<b>250/60</b>	<b>8,5</b>	<b>6,7</b>	<b>18,9</b>	<b>169,7</b>	<b>№119-2006, Москва</b>
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						



<u>соус сметанный:</u>									
	сметана	15	15						
	мука пшеничная	2,5	2,5						
	вода питьевая	35	35						
	масло сливочное	2	2						
<b>Макаронны изделия отварные</b>				<b>180</b>	<b>3,8</b>	<b>3,4</b>	<b>41,1</b>	<b>210,2</b>	<b>№516-2004</b>
	макаронные изделия	64	64						
	масло сливочное	4	4						
<b>Напиток из плодов шиповника</b>				<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>15,1</b>	<b>61,4</b>	<b>№705-2004</b>
	шиповник	25	25						
	сахар	5	5						
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>60</b>	<b>2,8</b>	<b>0,6</b>	<b>26,2</b>	<b>121,6</b>	
<b>или Хлеб ржаной витаминизированный</b>				<b>60</b>					
<b>Хлеб пшеничный</b>				<b>60</b>	<b>3,0</b>	<b>0,8</b>	<b>24,3</b>	<b>116,8</b>	
<b>или Хлеб пшеничный витаминизированный</b>				<b>60</b>					
<b>Полдник</b>				<b>350</b>	<b>9,7</b>	<b>4,2</b>	<b>79,0</b>	<b>393</b>	
<b>Мучное изделие промышленного производства в ассортименте (рулет)</b>				<b>150</b>	<b>9,5</b>	<b>4,2</b>	<b>67,0</b>	<b>344</b>	
<b>Чай с сахаром</b>				<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>12,0</b>	<b>48,8</b>	<b>№685-2004</b>
	чай-заварка	1,7	1,7						
	сахар	12	12						
<b>Ужин</b>				<b>600</b>	<b>15</b>	<b>19</b>	<b>84</b>	<b>568</b>	
<b>Салат из моркови с изюмом</b>				<b>100</b>	<b>2,2</b>	<b>0,2</b>	<b>25,5</b>	<b>112,6</b>	<b>№10-2013, Пермь</b>



морковь до 01.01.-20%	88	70						
с 01.01 - 25%	93	70						
<b>морковь в сыром виде использовать только до 1 марта, после 1 марта в отварном</b>								
изюм	31	30						
лимон (для сока)	12	5						
<b>Печень, тушеная в соусе с картофелем и овощами</b>			<b>300</b>	<b>10,8</b>	<b>18,4</b>	<b>30,5</b>	<b>330,8</b>	№7/8-2011, Екатеринбург
печень говяжья	182	151						
масло растительное	5	5						
масса тушеной печени		100						
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						



вода питьевая	105	105						
макаронные изделия	15	15						
сахар	2	2						
масло сливочное	2	2						
<b>Кофейный напиток на сгущенном молоке</b>			<b>200</b>	<b>1,9</b>	<b>2,3</b>	<b>16,2</b>	<b>93</b>	№500-2013, Пермь
кофейный напиток	5,5	5,5						
молоко сгущенное с сахаром	25	25						
<b>Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте (конфеты)</b>			<b>25</b>	<b>0,5</b>	<b>4,4</b>	<b>33,0</b>	<b>173,6</b>	
<b>Йогурт молочный полужирный в индивидуальной упаковке</b>			<b>100</b>	<b>3,5</b>	<b>7,5</b>	<b>9,5</b>	<b>120</b>	
<b>Хлеб ржаной</b>			<b>40</b>	<b>1,4</b>	<b>0,2</b>	<b>18,8</b>	<b>81,0</b>	
<b>или Хлеб ржаной витаминизированный</b>			<b>40</b>					
<b>Хлеб пшеничный</b>			<b>40</b>	<b>2,0</b>	<b>0,6</b>	<b>16,2</b>	<b>77,8</b>	
<b>или Хлеб пшеничный витаминизированный</b>			<b>40</b>					
<b>Обед</b>			<b>865</b>	<b>37,3</b>	<b>26,1</b>	<b>139,3</b>	<b>941,8</b>	
<b>Икра кабачковая промышленного производства для детского питания</b>	105	100	100	1,4	4,5	5,5	68,1	№101-2004
<b>ИЛИ</b>								
<b>Нарезка из огурцов свежих с маслом растительным</b>			<b>100</b>	<b>0,8</b>	<b>5,0</b>	<b>2,5</b>	<b>58</b>	14/1-2011, Екатеринбург
огурцы свежие грунтовые	100	95						
или огурцы свежие парниковые	97	95						

масло растительное на полив при подаче	5	5						
--	---	---	--	--	--	--	--	--

или огурцы свежие парниковые

97

95

наименование продукции на момент при подаче	6	8						
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 белокочанная свежая	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						
сметана	5	5						

<b>Бефстроганов из говядины</b>			<b>120</b>	<b>21,0</b>	<b>11,1</b>	<b>5,6</b>	<b>206,3</b>	<b>№423-2004</b>
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	112	95						
масса тушеного мяса		60						
масса соуса		60						
мука пшеничная	6	6						
сметана	12	12						
бульон или отвар	48	48						
лук репчатый	18	15						
масло растительное	5	5						
<b>Булгур с овощами</b>			<b>180</b>	<b>3,7</b>	<b>3,2</b>	<b>24,0</b>	<b>140</b>	<b>№257-2013, Пермь</b>
крупа булгур	36	36						
вода питьевая	80	80						
масса готового гарнира		100						
морковь до 01.01.-20%	115	92						
с 01.01 - 25%	122	92						
масса припущенной моркови		80						
масло сливочное	5	5						
<b>Сок в ассортименте</b>	<b>200</b>	<b>200</b>	<b>200</b>	<b>0,5</b>	<b>0,0</b>	<b>34,0</b>	<b>138</b>	<b>№518-2013, Пермь</b>
<b>Хлеб ржаной</b>			<b>60</b>	<b>2,8</b>	<b>0,6</b>	<b>26,2</b>	<b>121,6</b>	

Хлеб ржаной			60	2,8	0,8	40,4	111,7		
или Хлеб ржаной витаминизированный			60						
Хлеб пшеничный			60	3,0	0,8	24,3	116,8		
или Хлеб пшеничный витаминизированный			60						
<b>Полдник</b>			<b>360</b>	<b>9,1</b>	<b>14,4</b>	<b>56,1</b>	<b>390,4</b>		
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			60	2,9	9,4	32,3	225		
<b>ИЛИ</b>									
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		210	200	200	5,8	5,0	9,4	106	№260-2001, Пермь
Фрукты в ассортименте			100	0,4	0,0	14,4	59,2	№458-2006, Москва	
<b>Ужин</b>			<b>620</b>	<b>24,2</b>	<b>19,2</b>	<b>68,4</b>	<b>543,3</b>		

<b>Яйца вареные</b>		<b>40</b>	<b>5,1</b>	<b>4,6</b>	<b>0,3</b>	<b>63,0</b>	№300-2013, Пермь
<b>Рыба, тушеная в томате с овощами</b>		<b>120/100</b>	<b>18,3</b>	<b>15,1</b>	<b>11,4</b>	<b>255</b>	№374-2004
горбуша или кета потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	206	144					
или горбуша или кета неразделанная (филе с кожей без костей)	248	144					
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	200	148					
или щекур неразделанный	*	*					
процент отходов щекура следует определять контрольной отработкой потерь при тепловой и холодной обработке и оформлять актом							
морковь до 01.01.-20%	45	36					
с 01.01 - 25%	48	36					
лук репчатый	29	24					
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	16	16					
вода питьевая	38	38					
масло растительное	8	8					
сахар	2	2					
<b>Картофель отварной с маслом и зеленью</b>		<b>200</b>	<b>3,8</b>	<b>3,6</b>	<b>28,2</b>	<b>160</b>	№203-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	266	200					
01.11.-31.12. -30%	286	200					
01.01-29.02 - 35%	308	200					
01.03 - 40%	334	200					

масло сливочное

б

б

01 03 - 40%

334

200

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
масло сливочное	5	5						
зелень свежая (петрушка, укроп)	4	3						
<b>Чай с сахаром</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>12,0</b>	<b>48,8</b>	№685-2004
чай-заварка	1,7	1,7						
сахар	12	12						
<b>Хлеб ржаной</b>			<b>20</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>8,7</b>	<b>40,5</b>	
<b>или Хлеб ржаной витаминизированный</b>			<b>20</b>					
<b>Хлеб пшеничный</b>			<b>20</b>	<b>1,0</b>	<b>0,3</b>	<b>8,1</b>	<b>38,9</b>	
<b>или Хлеб пшеничный витаминизированный</b>			<b>20</b>					
<b>Второй ужин</b>			<b>220</b>	<b>7,0</b>	<b>7,3</b>	<b>11,9</b>	<b>141,3</b>	
Кисломолочный напиток в ассортименте	207	200	200	5,3	6,4	7,0	107	№698-2004
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			20	1,7	0,9	4,9	35	
<b>ИТОГО:</b>				<b>92</b>	<b>88</b>	<b>391</b>	<b>2727</b>	
<b>14 день</b>								
<b>Завтрак</b>			<b>555</b>	<b>21,1</b>	<b>28,8</b>	<b>93,1</b>	<b>714,2</b>	
Пудинг творожный запеченный с молоком сгущенным			210	15,5	17,2	48,0	408,8	№362-2004
творог	143	141						



мука пшеничная	13	13						
или крупа манная	11	11						
сахар	12	12						
яйцо куриное	10	10						
изюм	25,2	25						
масло сливочное	8	8						
ванилин	0,01	0,01						
сухари	5	5						
сметана	5	5						
масло сливочное для смазки листа	4	4						
масса готового пудинга		180						
молоко сгущенное с сахаром	30,2	30						
<b>Бутерброд с маслом</b>			<b>30/15</b>	<b>2,5</b>	<b>9,9</b>	<b>14,5</b>	<b>157,1</b>	<b>№1-2004</b>
хлеб пшеничный	30	30						
масло сливочное	15	15						
<b>Чай с сахаром</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>12,0</b>	<b>48,8</b>	<b>№685-2004</b>
чай-заварка	1,7	1,7						
сахар	12	12						
<b>Йогурт молочный полужирный в индивидуальной упаковке</b>			<b>100</b>	<b>1,8</b>	<b>1,5</b>	<b>4,5</b>	<b>38,7</b>	

Йогурт молочный полужирный в индивидуальной упаковке

100

1,8

1,8

4,0

30,1

<b>Хлеб ржаной</b>			<b>30</b>	<b>1,1</b>	<b>0,2</b>	<b>14,1</b>	<b>60,8</b>	
или Хлеб ржаной витаминизированный			30					
<b>Обед</b>			<b>815</b>	<b>40,0</b>	<b>38,2</b>	<b>122,4</b>	<b>993,0</b>	
<b>Салат из свеклы с сыром и чесноком</b>			<b>100</b>	<b>5,2</b>	<b>10,2</b>	<b>4,6</b>	<b>131</b>	№50-2004
свекла до 01.01 -20%	99	79						
с 01.01 - 25%	105	79						
масса отварной свеклы		75						
чеснок свежий	0,6	0,5						
сыр	21	20						
масло растительное	5	5						
<b>Рассольник ленинградский с мясом со сметаной</b>			<b>250/10/5</b>	<b>4,2</b>	<b>6,2</b>	<b>15,4</b>	<b>134,2</b>	№131-2004
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						
огурцы соленые без уксуса	27	15						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						

с 01.01 - 25%	13	10						
лук репчатый	6	5						
масло сливочное	5	5						
сметана	5	5						
<b>Голубцы ленивые с соусом</b>			<b>250</b>	<b>22,5</b>	<b>19,9</b>	<b>16,0</b>	<b>333</b>	№372-2013, Перьмь
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	94	80						
крупа рисовая	12	12						
масса отварного риса		28						
лук репчатый	10	8						
яйцо куриное	6	6						
масло растительное	7	7						
капуста белокочанная свежая	150	120						
масса припущенной капусты		112						
масло растительное для смазки листа	3	3						
масса готовых голубцов (2 шт. по 100 г)		200						
<b>Соус сметанный с томатом</b>		<b>50</b>						№444-2013, Перьмь
сметана	12,5	12,5						
мука пшеничная	2,5	2,5						
вода питьевая	37,5	37,5						

ТАМБОВСКОЕ ПИЦЦЕ (Имя производителя) ТАМБОВСКОЕ ПИЦЦЕ

вода питьевая

37,0

37,0

томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	5	5						
масло сливочное	2,5	2,5						
<b>Компот из сухофруктов</b>			<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0,0</b>	<b>23,7</b>	<b>98,0</b>	№639-2004
сухофрукты	25,3	25						
сахар	10	10						
<b>Хлеб ржаной</b>			<b>60</b>	<b>2,8</b>	<b>0,6</b>	<b>26,2</b>	<b>121,6</b>	
<b>или Хлеб ржаной витаминизированный</b>			<b>60</b>					
<b>Хлеб пшеничный</b>			<b>90</b>	<b>4,5</b>	<b>1,3</b>	<b>36,5</b>	<b>175,1</b>	
<b>или Хлеб пшеничный витаминизированный</b>			<b>90</b>					
<b>Полдник</b>			<b>390</b>	<b>5,7</b>	<b>3,8</b>	<b>90,7</b>	<b>419,4</b>	
<b>Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте (печенье сахарное)</b>			<b>30</b>	<b>3,2</b>	<b>3,6</b>	<b>22,7</b>	<b>136,0</b>	
<b>Сок в ассортименте</b>	<b>200</b>	<b>200</b>	<b>200</b>	<b>0,5</b>	<b>0,0</b>	<b>34,0</b>	<b>138</b>	№518-2013, Пермь
<b>Фрукты в ассортименте</b>			<b>160</b>	<b>2,0</b>	<b>0,2</b>	<b>34,0</b>	<b>145</b>	№458-2006, Москва
<b>Ужин</b>			<b>600</b>	<b>20</b>	<b>24</b>	<b>62</b>	<b>544</b>	
<b>Салат овощной с яйцом и маслом растительным</b>			<b>100</b>	<b>4,4</b>	<b>6,5</b>	<b>7,4</b>	<b>106</b>	№16/1-2011, Екатеринбург
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	43	32						
01.11.-31.12. -30%	46	32						

01.01-29.02 - 35%	49	32						
01.03 - 40%	53	32						
масса отварного картофеля		30						
морковь до 01.01.-20%	59	47						
с 01.01 - 25%	63	47						
масса отварной моркови		45						
яйцо куриное	20	20						
масло растительное	5	5						
<b>Курица, в соусе с томатом</b>			<b>120</b>	<b>12,5</b>	<b>11,7</b>	<b>1,8</b>	<b>163</b>	<b>№405-2013, Пермь</b>
курица потрошенная 1 категории (мякоть без кожи)	204	182						
или грудка куриная охлажденная	102	98						
или филе куриное или индейки	95	90						
масло растительное	5	5						
масса тушеной мякоти птицы		70						
лук репчатый	9,5	8						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	10	10						
мука пшеничная	2	2						
чеснок свежий	1,2	0,9						
морковь - до 01.01 - 20%	10	8						

01.01 20%	11	8						
-----------	----	---	--	--	--	--	--	--

чеснок свежий								
морковь - до 01.01 - 20%	10	8						

с 01.01 - 25%	11	8						
вода питьевая	50	50						
<b>Каша гречневая вязкая отварная</b>			<b>180</b>	<b>2,0</b>	<b>5,4</b>	<b>29,2</b>	<b>173,4</b>	№510-2004
крупа гречневая	45	45						
вода питьевая	144	144						
масло сливочное	6	6						
<b>Напиток из плодов шиповника</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>15,1</b>	<b>61,4</b>	№705-2004
шиповник	25	25						
сахар	5	5						
<b>Хлеб ржаной</b>			<b>20</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>8,7</b>	<b>40,5</b>	
<b>или Хлеб ржаной витаминизированный</b>			<b>20</b>					
<b>Второй ужин</b>			<b>200</b>	<b>6,0</b>	<b>7,0</b>	<b>10,7</b>	<b>130</b>	
<b>Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке</b>	200	200	<b>200</b>	<b>6,0</b>	<b>7,0</b>	<b>10,7</b>	<b>130</b>	
<b>ИТОГО:</b>				<b>93</b>	<b>101</b>	<b>379</b>	<b>2800</b>	
<b>ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ :</b>				<b>90</b>	<b>92</b>	<b>383</b>	<b>2726</b>	
<b>НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (100%)*:</b>				<b>90</b>	<b>92</b>	<b>383</b>	<b>2720</b>	