СОГЛАСОВАНО

_____

_____

_____

«____» _____ 20 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ Маслянская СОШ

_____ М.Л. Лежнякова

«____» _____ 20 г.

ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

№2726 от 17.07.2024 г.

для питания в детских общеобразовательных организациях, разработано в соответствие 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.

г. Тюмень, 2024г.

Аннотация

Меню приготавливаемых блюд для питания **в детских общеобразовательных организациях, разработано в соответствие с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно - эпидемиологические требования к организации общественного питания населения" (далее - СанПиН 2.3/2.4.3590-20), раздел VIII «Особенности организации общественного питания детей».**

Возрастная категория детей: с 12 лет и старше.

В соответствие с Приложение 10, Таблица 3 «Распределение в процентном отношении потребления пищевых веществ и энергии по приемам пищи в зависимости от времени пребывания в организации» СанПиН 2.3/2.4.3590 – 20, предусмотрены приемы пищи – завтрак, обед.

Суточная потребность 2720 ккал в соответствие с СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Приложение 10, Таблица 1 «потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах (суточная).

Соблюдено требование п.8.1.2.3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20, «допускается в течение дня отступление от норм калорийности по отдельным приемам пищи в пределах +/- 5 % при условии, что средний % пищевой ценности за неделю будет соответствовать нормам, приведенным в таблице 3 Приложения №10 к настоящим правилам, по каждому приему пищи».

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

Суммарные объемы блюда по приемам пищи соответствуют требованиям Приложения № 9, Таблица 3 «Суммарные объемы блюда по приемам пищи (в граммах не менее)».

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

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).

Форма меню в соответствие с требованиями п.8.1.4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20, Приложение 8 (рекомендуемый образец).

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

Технологическая документация разработана на основании нормативных сборников рецептур:

- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, I часть - М.: Хлебпродинформ, 1996 г **(№рец.-1996).**
- Сборник рецептур национальных блюд и кулинарных изделий - М.: Хлебпродинформ, 2006г **(№рец.-2006).**
- Сборником рецептур блюд и кулинарных изделий диетического питания. - М.: Хлебпродинформ, 2002г. **(№рец.-2002).**
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах — М.: Хлебпродинформ, 2004г **(№рец.-2004).**
- Картотека блюд лечебного и рационального питания, I часть – Екатеринбург, Средне – Уральское книжное издательство, 1995г **(№рец.-Картотека блюд лечебного питания 1995).**
- Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции общественного питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, Том 1,2 – М.:2006г **(№рец.-2006, Москва).**
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, обслуживающих учащихся образовательных учреждений Свердловской области –

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

НАКОПИТЕЛЬНАЯ ВЕДОМОСТЬ к меню № 2726 от 17.07.2024 г. для питания детей школьного возраста с 12 лет и старше (завтрак, обед)

№	Продукты	Норма питания в г., мл. нетто на 1 ребенка в сутки	Норма в день, г мл, нетто, прием пищи - завтрак, завтрак	Фактически получено г, мл. Дни																					за 20 дней, г	Факт в день г, мл.	% выполнения
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20				
1	Хлеб ржаной	120	57,6	20	60	60	60	60	60	60	60	60	60	40	60	60	60	60	40	60	60	60	60	1120	56	97
2	Хлеб пшеничный	200	100,0	102	87	85	126	86	108	92	124	92	92	103	100	80	101	80	80	80	80	100	92	1890	95	95
3	Мука пшеничная	20	9,0	14	10	0	29	0	0	4	12	21	4	14	7	0	16	0	25	11	2	8	7	184	9	102
4	Крупы, бобовые	50	47,5	75	0	75	0	63	0	85	0	47	98	0	10	68	85	63	52	83	0	69	92	965	48	102
5	Макаронные изделия	20	20,0	0	64	0	64	0	20	64	0	0	64	0	64	0	0	0	0	0	64	0	0	404	20	101
6	Картофель	187	187,0	65	179	305	195	245	154	68	254	154	133	197	178	240	204	265	174	310	38	229	229	3816	191	102
7	Овощи (свежие, морожеными, консервированные), включая соленые и квашеные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-пюре, зелень	320	240,0	160	284	256	309	231	134	285	361	180	231	218	327	351	256	217	202	293	477	189	139	5043	252	105
8	Фрукты свежие	185	46,3	0	220	0	0	0	0	195	0	40	30	0	40	0	0	180	5	60	0	150	30	950	48	103
9	Сухофрукты	20	13,0	0	0	25	20	0	15	0	20	25	15	20	0	40	0	15	0	0	50	15	0	260	13	100
10	Соки плодоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. Инстантные	200	110,0	200	0	200	0	400	0	0	200	0	0	200	0	0	400	0	200	0	0	400	0	2200	110	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	22,8	31	25	10	32	0	30	28	15	28	25	32	25	34	0	25	37	30	20	0	30	456	23	100
12	Кондитерские изделия	15	4,5	0	0	0	0	0	25	0	45	0	0	0	0	0	0	0	20	0	0	0	0	90	5	100
13	Какао	1,2	0,2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5	0	0	0	0	0	0	0	0	5	0	104
14	Чай	2	0,8	2	0,0	0,0	2	0,0	2	2,0	0,0	0	2,0	2	0,0	0	0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	2,0	16	0,8	100
15	Кофейный напиток	2	0,4	0	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4	0	0	0	0	0	8	0	100
16	Мясо 1-й категории	78	67,9	95	0	95	107	16	92	79	88	0	188	16	79	78	16	111	16	145	92	64	34	1411	71	104
17	Субпродукты (печень, язык, сердце)	40	14,0	0	0	0	0	0	0	0	0	95	0	0	0	0	95	0	0	0	0	95	0	285	14	102
18	Птица (цыплята-бройлеры потрошенные - 1 кат.)	53	50,4	0	114	16	74	149	0	120	0	16	0	0	73	98	0	115	0	0	124	0	120	1019	51	101
19	Рыба (филе), в т.ч. филе слабо или малосолёное	77	46,2	0	89	0	0	136	0	0	136	85	0	80	0	62	85	0	104	40	0	0	105	922	46	100
20	Молоко	350	52,5	100	136	0	14	0	98	0	41	37	0	49	130	10	39	100	232	0	9	29	29	1053	53	100
21	Кисломолочная пищевая продукция	180	25,2	125	0	0	0	0	125	0	0	0	0	125	0	0	0	0	20	0	0	0	125	520	26	103
22	Творог (5%-9% м.д.ж.)	60	15,0	137	0	0	0	0	0	0	0	0	0	156	0	0	0	0	0	0	0	0	0	293	15	98
23	Сметана	10	6,5	0	5	5	0	15	0	5	0	13	0	11	5	0	0	5	15	13	15	28	0	134	6,7	103
24	Сыр	15	5,0	0	0	20	0	0	0	0	0	0	32	0	10	0	0	0	5	0	30	0	0	97	4,9	98
25	Масло сливочное	35	21,0	42	27	26	12	29	13	18	18	21	19	38	10	18	19	10	31	21	5	20	24	418	20,9	99
26	Масло растительное	18	14,4	3	12	26	13	12	10	13	17	12	11	9	19	22	20	25	3	24	23	15	7	296	14,8	103
27	Яйцо, шт.	40	20,0	24	6	7	36	0	101	20	6	9	4	13	0	5	9	7	20	6	9	4	40	388	19	97
28	Дрожжи хлебопекарные	0,3	0,2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0
29	Крахмал	4	2,4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0
30	Специи	2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	24	1,2	100
31	Соль пищевая поваренная йодированная	5	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	60	3,0	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

ЭКЗЕМПЛЯР ОРИГИНАЛ
Меню № 2726 от 17.07.2024
АУ ТО «Центр технологического контроля»

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	% выполнения	Обед, ккал	% выполнения	ИТОГО, ккал	% выполнения
	20-25 % от суточного рациона		30-35 % от суточного рациона		50-60 % от суточного рациона	
	544-680		**816-952**		**1360-1632**	
1 день	633	23	871	32	1504	55
2 день	632	23	828	30	1460	54
3 день	675	25	892	33	1567	58
4 день	669	25	900	33	1569	58
5 день	650	24	886	33	1536	56
ИТОГО в среднем за неделю	**652**	**24**	**875**	**32**	**1527**	**56**
6 день	605	22	854	31	1460	54
7 день	629	23	900	33	1528	56
8 день	652	24	889	33	1541	57
9 день	636	23	863	32	1499	55
10 день	638	23	924	34	1562	57
ИТОГО в среднем за неделю	**632**	**23**	**886**	**33**	**1518**	**56**
11 день	602	22	873	32	1475	54
12 день	658	24	835	31	1493	55
13 день	659	24	930	34	1589	58
14 день	605	22	880	32	1485	55
15 день	616	23	874	32	1490	55
ИТОГО в среднем за неделю	**628**	**23**	**878**	**32**	**1506**	**55**
16 день	645	24	821	30	1466	54
17 день	650	24	875	32	1525	56
18 день	650	24	897	33	1547	57
19 день	624	23	879	32	1503	55
20 день	642	24	832	31	1475	54
ИТОГО в среднем за неделю	**642**	**24**	**861**	**32**	**1503**	**55**

*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"

Меню приготавливаемых блюд

завтрак, обед

Возрастная категория: с 12 лет и старше

		661	32	1503	55	

*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"

Меню приготавливаемых блюд

завтрак, обед

Возрастная категория: с 12 лет и старше

ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ №2726 от 17.07.2024 г.

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

1 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			*585*	*23,4*	*23,5*	*82,2*	*633,5*	
Бутерброд с маслом			30/10	2,3	7,4	14,5	133,8	№1-2004
хлеб пшеничный	30	30						
масло сливочное	10	10						
Запеканка "Царская" из творога с джемом			200/20	16,8	12,1	48,1	368,1	№10/5-2011, Екатеринбург
творог	140	137						
крупа манная	7	7						
яйцо куриное	24	24						
сахар	14	14						

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 2726 от 17.07.2024
АУ ТО «Центр технологического контроля»

крошка		33						
масло сливочное	14	14						
мука пшеничная	14	14						
сахар	7	7						
масло сливочное для смазки листа	4	4						
масса готовой запеканки		200						
джем абрикосовый, малиновый, вишневый, персиковый (без искусственных ароматизаторов, консервантов и красителей)	20	20						
Чай с молоком			**200**	**2,8**	**2,5**	**15,1**	**94,1**	№630-1996
чай-заварка	2	2						
сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
Йогурт в индивидуальной упаковке			**125**	**1,5**	**1,5**	**4,5**	**37,5**	
Обед			***830***	***26,4***	***29,5***	***125,2***	***870,9***	
Икра кабачковая промышленного производства			**100**	**2,2**	**4,7**	**7,4**	**81**	№60-2021, Пермь
икра кабачковая	102	100						
ИЛИ								
Овощи свежие с зеленью (порциями)			**100**	**0,7**	**0,1**	**1,9**	**11**	№148-2021, Пермь
огурцы свежие парниковые	102	100						

или								
Овощи свежие с зеленью (порциями)			**100**	**0,7**	**0,1**	**1,9**	**11**	№148-2021 Пермь
огурцы свежие парниковые	102	100						
или огурцы свежие грунтовые	106	100						
или помидоры свежие парниковые	102	100						
или помидоры свежие грунтовые	118	100						
или перец болгарский	133	100						
или капуста белокочанная свежая	125	100						
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2						
Суп картофельный с бобовыми с мясом с гренками			**250/10/20**	**5,8**	**4,8**	**32,5**	**196**	№144-2013 Пермь
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
горох	21	20						
или горошек консервированный	31	20						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	86	65						
01.11.-31.12. -30%	93	65						
01.01-29.02 - 35%	100	65						
01.03 - 40%	109	65						
морковь до 01.01.-20%	15	12						

с 01.01 - 25%	16	12						
лук репчатый	12	10						
масло сливочное	6	6						
гренки из пшеничного хлеба		**20**						№170-2013, Пермь
хлеб пшеничный	38	32						
зелень свежая (петрушка, укроп)	0,7	0,5						
или зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Гречка по-купечески с мясом			**250**	**15,3**	**19,3**	**37,7**	**386**	№4/В-2011, Екатеринбург
говядина 1 категории	107	79						
или говядина полуфабрикат	93	79						
или свинина мясная	87	74						
масло растительное	3	3						
масса тушеного мяса		50						
крупа гречневая	48	48						
вода питьевая	150	150						
масло сливочное	8	8						
лук репчатый	14	12						
морковь до 01.01 -20%	31	25						
с 01.01 - 25%	33	25						

масло сливочное	8	8						
лук репчатый	14	12						
морковь до 01.01 - 20%	31	26						
с 01.01 - 25%	33	25						
Сок в ассортименте	200	200	200	0,4	0,0	22,0	90	№518-2013, Пермь
Хлеб ржаной			20	0,7	0,1	9,4	40,5	
или Хлеб ржаной витаминизированный			20					
Хлеб пшеничный			40	2,0	0,6	16,2	77,8	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			40					
ИТОГО:				*50*	*53*	*207*	*1504*	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%):*				*90*	*92*	*383*	*2720*	При двухразовом питании детей (завтрак, обед)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак, обед (50-60%):				*45-54*	*46-55*	*192-230*	*1360-1632*	

2 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			665	*23,4*	*21,3*	*86,9*	*631,8*	
Фрукты в ассортименте			180	0,4	0,4	10,3	46	№458-2006, Москва
Котлета рыбная "Лада" (из горбуши и минтая) с маслом			100/5	14,1	11,8	9,5	201	№9/7-2011, Екатеринбург
горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	63	42						

или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	76	42						
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	63	47						
хлеб пшеничный	7	7						
молоко питьевое	7	7						
лук репчатый	11	9						
яйцо куриное	6	6						
чеснок свежий	1,3	1						
масло сливочное	5	5						
мука пшеничная	8	8						
масло растительное для смазки листа	2	2						
масло сливочное	5	5						
Пюре картофельное			**180**	**3,9**	**5,9**	**26,7**	**176**	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	205	154						
01.11.-31.12. -30%	220	154						
01.01-29.02 - 35%	237	154						
01.03 - 40%	257	154						
молоко питьевое	29	29						

01.03 - 40%	257	154						
молоко питьевое	29	29						
масло сливочное	7	7						
Кофейный напиток			**200**	**2,3**	**2,5**	**14,8**	**90,9**	[illegible]
кофейный напиток	4	4						
сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
Хлеб ржаной			**20**	**0,7**	**0,1**	**9,4**	**40,5**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**20**					
Хлеб пшеничный			**40**	**2,0**	**0,6**	**16,2**	**77,8**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**40**					
Обед			***865***	***26,1***	***27,1***	***120,3***	***828,3***	
Салат из соленых огурцов с маслом			**100**	**0,8**	**5,1**	**1,5**	**55**	№16-2021, Пермь
огурцы соленые без уксуса	175	96						
масло растительное	5	5						
или								
Салат из огурцов с маслом			**100**	**0,9**	**5,1**	**1,2**	**54**	№14/1-2011, Екатеринбург
огурцы свежие парниковые	98	96						
или огурцы свежие грунтовые	101	96						

масло растительное	5	5						
Борщ с мелкошинкованными овощами с птицей и сметаной			**250/10/5**	**4,4**	**5,9**	**12,2**	**120**	№1.78-1996, Екатеринбург
курица потрошеная 1 категории (разделка мякоть без кожи)	30	27						
или филе куриное промышленного производства	17	16						
или филе грудки индейки	17	16						
свекла до 01.01.-20%	54	43						
с 01.01 - 25%	57	43						
капуста свежая белокочанная	31	25						
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						
морковь до 01.01.-20%	19	15						
с 01.01 - 25%	20	15						
лук репчатый	12	10						
масло сливочное	6	6						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов,	8	8						

масло сливочное	6	6						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	8	8						
сметана	8	8						
зелень свежая (петрушка, укроп)	0,7	0,5						
или зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Птица, в соусе с томатом			**120**	**12,5**	**11,7**	**1,8**	**163**	**№405-2013, Пермь**
грудка куриная	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, без содержания крахмала и соли)	10	10						
мука пшеничная	2	2						
чеснок свежий	1,2	0,9						
морковь до 01.01.-20%	10	8						
с 01.01 - 25%	11	8						
вода питьевая	50	50						
Макаронные изделия отварные			**180**	**3,8**	**3,4**	**41,1**	**210,2**	**№510-2004**
макаронные изделия	64	64						

масло сливочное	4	4						
Компот из свежих плодов			**200**	**0,2**	**0,0**	**20,6**	**83,2**	№565-1996
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	45/6	40						
или груши свежие	44	40						
или апельсины свежие	60	40						
сахар	15	15						
Хлеб ржаной			**40**	**1,4**	**0,2**	**18,8**	**81,0**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**40**					
Хлеб пшеничный			**60**	**3,0**	**0,8**	**24,3**	**116,8**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**60**					
ИТОГО:				***50***	***48***	***207***	***1460***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				***90***	***92***	***383***	***2720***	При двухразовом питании детей (завтрак, обед)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак, обед (50-60%):				***45-54***	***46-55***	***192-230***	***1360-1632***	

3 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			***550***	***21,5***	***22,8***	***96,1***	***675***	

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			**550**	**21,5**	**22,8**	**96,1**	**675**	
[illegible]			100	4,3	6,8	7,7	106,1	[illegible]
свекла - до 01.01 - 20%	103	82						
с 01.01 - 25%	109	82						
масса отварной свеклы		78						
сыр	21	20						
масло растительное	4	4						
Плов из мяса			**250**	**15,4**	**15,9**	**48,7**	**399,5**	№370-2013, Пермь
говядина 1 категории	107	79						
или говядина полуфабрикат	93	79						
или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	79	79						
или свинина мясная	87	74						
масса тушеного мяса		**50**						
масло растительное	12	12						
крупа рисовая	70	70						
морковь до 01.01.-20%	25	20						
с 01.01 - 25%	27	20						
лук репчатый	19	16						

томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	10	10						
Напиток из плодов шиповника			**200**	**0,2**	**0,0**	**22,2**	**89,8**	№705-2004
шиповник	25	25						
сахар	10	10						
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**					
Обед			***835***	***31,2***	***32,2***	***119,6***	***891,8***	
Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком			**100**	**1,5**	**5,0**	**4,7**	**69,8**	№4/1-2011, Екатеринбург
капуста белокочанная свежая	96	77						
капуста старого урожая используется в сыром виде до 1 марта, с 1 марта только капуста нового урожая или другой салат								
горошек зелёный консервированный	31	20						
лимонная кислота	0,10	0,10						
вода питьевая для разведения лимонной кислоты	5	5						
масло растительное	5	5						
или								

вода питьевая для разведения лимонной кислоты	5	5						
масло растительное	5	5						
или								
[illegible]			100	1,0	0,1	3,8	61,8	[illegible]
помидоры свежие парниковые	97	95						
или помидоры свежие грунтовые	112	95						
масло растительное	5	5						
Рассольник ленинградский с птицей со сметаной			**250/10/5**	**4,7**	**6,3**	**12,7**	**126**	№132-2004
курица потрошеная 1 категории (разделка мякоть без кожи)	30	27						
или филе куриное промышленного производства	17	16						
или филе грудки индейки	17	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						
крупа перловая	5	5						
огурцы соленые без уксуса	27	15						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	6	5						

масло сливочное	6	6						
сметана	5	5						
зелень свежая (петрушка, укроп)	0,7	0,5						
или зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Запеканка картофельная с мясом отварным, с маслом			**250/5**	**20,2**	**19,9**	**37,1**	**408,3**	№187-2004, Пермь
говядина 1 категории	129	95						
или говядина полуфабрикат	112	95						
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	5	5						
масло растительное	5	5						
масло сливочное	5	5						
Чай в ассортименте	200	200	200	0,4	0,0	22,0	90	[illegible]

масло растительное	5	5						
масло сливочное	5	5						
Чай в ассортименте	200	200	200	0,4	0,0	22,0	90	[illegible]
Хлеб ржаной			**40**	**1,4**	**0,2**	**18,8**	**81,0**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**40**					
Хлеб пшеничный			**60**	**3,0**	**0,8**	**24,3**	**116,8**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**60**					
ИТОГО:				***53***	***55***	***216***	***1567***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				***90***	***92***	***383***	***2720***	При двухразовом питании детей (завтрак, обед)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак, обед (50-60%):				***45-54***	***46-55***	***192-230***	***1360-1632***	

4 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			***580***	***22,0***	***23,0***	***93,7***	***669,0***	
Икра кабачковая промышленного производства			**100**	**2,2**	**4,7**	**7,4**	**81**	№50-2021, Пермь
икра кабачковая	102	100						
ИЛИ								
Овощи свежие с зеленью (порциями)			**100**	**0,7**	**0,1**	**1,9**	**11**	№148-2021, Пермь
огурцы свежие парниковые	102	100						

или огурцы свежие грунтовые	105	100						
или помидоры свежие парниковые	102	100						
или помидоры свежие грунтовые	118	100						
или перец болгарский	133	100						
или капуста белокочанная свежая	125	100						
зелень свежая (петрушка, укроп)	9,5	7						
Котлета по хлыновски (говядина и свинина)			**100**	**14,1**	**14,5**	**12,7**	**237,7**	№454-2004
говядина 1 категории	82	60						
или говядина полуфабрикат	71	60						
свинина мясная	27	23						
или фарш промышленного производства	83	83						
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						
лук репчатый	15	13						
яйцо куриное	8	8						
сухари	8	8						
масло растительное	2	2						

[illegible]	13	13						
яйцо куриное	8	8						
сухари	8	8						
масло растительное	2	2						
Макаронные изделия отварные			**180**	**3,8**	**3,4**	**41,1**	**210,2**	№510-2004
макаронные изделия	64	64						
масло сливочное	4	4						
Чай с сахаром			**200**	**0,2**	**0,0**	**15,0**	**60,8**	№685-2004
чай-заварка	2	2						
сахар	15	15						
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**					
Обед			***885***	***29,0***	***26,9***	***135,7***	***899,6***	
Салат "Дальневосточный" из морской капусты с яйцом отварным			**100**	**3,1**	**6,5**	**2,7**	**82**	№302-2002
салат "Дальневосточный" из морской капусты	68	40						
или капуста морская консервированная без уксуса	68	40						
морковь до 01.01.-20%	41,3	33						

с 01.01 - 25%	43,9	33						
масса отварной моркови		30						
яйцо куриное	20	20						
лук репчатый	9,5	8						
лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый								
или лук зеленый	10	8						
масло растительное	4	4						
"Бабушкин" суп с мясными шариками			**250/55**	**5,6**	**5,2**	**17,5**	**139**	№115-2021, Пермь
говядина 1 категории	33	24						
или говядина полуфабрикат	28	24						
мука пшеничная	15	15						
яйцо куриное	4	4						
соль йодированная	0,3	0,3						
вода питьевая	7	7						
масса полуфабриката		50						
масса готовых мясных шариков		55						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	100	75						
01.11.-31.12 -30%	107	75						

масса готовых мясных шариков		55						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	100	75						
01.11.-31.12 -30%	107	75						
01.01-29.02 - 35%	110	75						
01.03 - 40%	125	75						
морковь до 01.01.-20%	19	15						
с 01.01 - 25%	20	15						
лук репчатый	12	10						
масло сливочное	6	6						
зелень свежая (петрушка, укроп)	0,7	0,5						
или зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Шницель из курицы			**100**	**11,6**	**8,7**	**17,4**	**194**	№54-24м-2020, Новосибирск
филе куриное промышленного производства	78	74						
или филе индейки	78	74						
или грудка куриная промышленного производства (разделка на мякоть без кожи)	109	74						
хлеб пшеничный	18	18						
молоко питьевое	14	14						
яйцо куриное	6	6						
мука пшеничная	12	12						

Автономное учреждение Тюменской области «Центр технологического контроля» ОГРН 1077203065147 ИНН 7203208134

масло растительное для смазки листа	2	2						
Рагу овощное			**180**	**2,6**	**5,2**	**23,0**	**149**	№224-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	133	100						
01.11.-31.12. -30%	143	100						
01.01-29.02 - 35%	154	100						
01.03 - 40%	167	100						
морковь до 01.01.-20%	68	54						
с 01.01 - 25%	72	54						
лук репчатый	18	15						
масло растительное	5	5						
для соуса		**60**						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	10	10						
мука пшеничная	2	2						
масло сливочное	2	2						
морковь до 01.01.-20%	6	5						
с 01.01 - 25%	7	5						
лук репчатый	6	5						
сахар	1,5	1,5						
			200	**0,7**	**0,0**	**23,9**	**98,4**	

с 01.01 - 25%	7	5						
лук репчатый	6	5						
сахар	1,5	1,5						
Компот из сухофруктов			**200**	**0,7**	**0,0**	**23,9**	**98,4**	№638-2004
сухофрукты	20,3	20						
сахар	15	15						
Хлеб ржаной			**40**	**1,4**	**0,2**	**18,8**	**81,0**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**40**					
Хлеб пшеничный			**80**	**4,0**	**1,1**	**32,4**	**155,7**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**80**					
ИТОГО:				***51***	***50***	***229***	***1569***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				***90***	***92***	***383***	***2720***	При двухразовом питании детей (завтрак, обед)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак, обед (50-60%):				***45-54***	***46-55***	***192-230***	***1360-1632***	

5 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			***580***	***23,4***	***23,3***	***86,8***	***649,7***	
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	182	100	**100**	**0,8**	**0,1**	**1,6**	**10,6**	№101-2004
ИЛИ								

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						
Бедро куриное запеченное			**100**	**15,5**	**15,1**	**0,7**	**200,7**	№494-2004
бедро куриное	157	149						
сметана	10	10						
чеснок	0,6	0,5						
масло растительное	2	2						
Картофель толченый, по-деревенски			**180**	**4,9**	**7,7**	**33,0**	**220,9**	№208-2013, Пермь
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	226	170						
01.11.-31.12. -30%	243	170						
01.01-29.02 - 35%	262	170						
01.03 - 40%	284	170						
отвар картофельный	30	30						
масло сливочное	10	10						
Сок в ассортименте	**200**	**200**	**200**	**0,5**	**0,0**	**34,0**	**138**	№518-2013, Пермь
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	

Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№618-2013, Пермь
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					
Обед			***870***	***31,0***	***30,5***	***122,3***	***886,2***	
Салат овощной с зеленым горошком			100	2,3	5,0	9,1	90,5	№69-2013, Пермь
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	64	48						
01.11.-31.12. -30%	69	48						
01.01-29.02 - 35%	74	48						
01.03 - 40%	80	48						
масса отварного картофеля		45						
морковь до 01.01.-20%	35	28						
с 01.01 - 25%	37	28						
масса отварной моркови		25						
горошек зелёный консервированный (после термической обработки)	42	27						
масло растительное	5	5						
или								
Салат из свежих помидоров			100	1,0	5,1	3,5	63,9	№22-2013, Пермь

помидоры свежие парниковые	97	95						
или помидоры свежие грунтовые	112	95						
масло растительное	5	5						
Суп домашний с мясом со сметаной			**250/10/5**	**4,7**	**5,7**	**14,2**	**127**	№10/2-2011, Екатеринбург
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	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						
огурцы соленые без уксуса	27	15						
лук репчатый	18	15						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5	5						
масло сливочное	6	6						
сметана	5	5						
зелень свежая (петрушка, укроп)	0,7	0,5						
или зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Рыба запеченная с маслом			**130/6**	**16,1**	**14,4**	**3,8**	**211**	[illegible]
горбуша или нета потрошенная с головой (филе с кожей без	204	143						

зелень свежая (петрушка, укроп)	0,7	0,5						
или зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Рыба запечённая с маслом			120/5	16,1	14,4	4,4	211	№512-2004
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						
сухари	6	6						
масло растительное	5	5						
масло сливочное	5	5						
Рис припущенный			**180**	**4,4**	**4,3**	**35,0**	**196,6**	№512-2004
крупа рисовая	63	63						
вода питьевая	133	133						
масло сливочное	5	5						
Сок в ассортименте	**200**	**200**	**200**	**0,4**	**0,0**	**22,0**	**90**	№518-2013, Пермь
Хлеб ржаной			**40**	**1,4**	**0,2**	**18,8**	**81,0**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**40**					
Хлеб пшеничный			**60**	**3,0**	**0,8**	**24,4**	**116,8**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**60**					
ИТОГО:				***54***	***54***	***209***	***1536***	

НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%):*	*90*	*92*	*383*	*2720*	При двухразовом питании детей (завтрак, обед)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак, обед (50-60%):	*45-54*	*46-55*	*192-230*	*1360-1632*	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ за завтраки, обеды (50-60%):	*51*	*52*	*214*	*1527*	

6 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			***565***	***23,4***	***22,7***	***77,3***	***605,4***	
Бутерброд с джемом			**20/25**	**1,8**	**0,2**	**21,0**	**93,0**	№2-2004
хлеб пшеничный	20	20						
джем абрикосовый, малиновый, вишневый, персиковый (без искусственных ароматизаторов, консервантов и красителей)	25,2	25						
Омлет натуральный			**200**	**17,5**	**20,5**	**2,4**	**264**	№340-2004
яйцо куриное	152	152						
молоко питьевое	60	60						
масло растительное для смазки листа	3	3						
Йогурт в индивидуальной упаковке			**125**	**1,5**	**1,5**	**12,0**	**67,5**	
Чай с сахаром			**200**	**0,2**	**0,0**	**15,0**	**60,8**	№685-2004
чай-заварка	2	2						
сахар	15	15						
			20	1,0	0,3	8,1	38,9	

Чай с сахаром			200	0,2	0,0	15,0	60,8	№685-2004
чай-заварка	2	2						
сахар	15	15						
Хлеб пшеничный			20	1,0	0,3	8,1	39,0	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			20					
Хлеб ржаной			40	1,4	0,2	18,8	81,0	
или Хлеб ржаной витаминизированный			40					
Обед			*840*	*25,7*	*31,2*	*118,0*	*854,4*	
Салат из свеклы с зеленым горошком			100	1,5	5,2	10,2	94	№30-2021, Пермь
свекла до 01.01.-20%	90	72						
с 01.01 - 25%	96	72						
масса отварной свеклы		68						
горошек зеленый консервированный	46	30						
масло растительное	5	5						
зелень свежая (петрушка, укроп)	0,7	0,5						
или								
Салат из огурцов с маслом			100	0,9	5,1	1,2	54	№14/1-2011, Екатеринбург
огурцы свежие парниковые	98	96						
или огурцы свежие грунтовые	101	96						

масло растительное	5	5						
Суп с макаронными изделиями с мясом			**250/10**	**4,9**	**6,8**	**14,2**	**138**	№140-2004
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
макаронные изделия	20	20						
морковь до 01.01.-20%	13	10						
с 01.01 - 25%	13	10						
лук репчатый	12	10						
масло сливочное	6	6						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и	1,5	1,5						
зелень свежая (петрушка, укроп)	0,7	0,5						
или зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Биточки из мяса			**100**	**12,4**	**12,6**	**15,8**	**226**	№451-2004
говядина 1 категории	103	76						
или говядина полуфабрикат	90	76						
или фарш промышленного производства	76	76						
или свинина мясная	90	76						
хлеб пшеничный	18	18						
молоко питьевое	9	9						

или фарш промышленного производства	76	76						
или свинина мясная	90	76						
хлеб пшеничный	18	18						
молоко питьевое	9	9						
лук репчатый	10,7	9						
яйцо куриное	9	9						
сухари пшеничные	10	10						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Пюре картофельное			**180**	**3,9**	**5,9**	**26,7**	**176**	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	205	154						
01.11.-31.12. -30%	220	154						
01.01-29.02 - 35%	237	154						
01.03 - 40%	257	154						
молоко питьевое	29	29						
масло сливочное	7	7						
Компот из изюма			**200**	**0,3**	**0,0**	**25,5**	**103**	№512-2013, Пермь
изюм	15,3	15						
сахар	15	15						
Хлеб ржаной			**20**	**0,7**	**0,1**	**9,4**	**40,5**	

или Хлеб ржаной витаминизированный	20					
Хлеб пшеничный	40	2,0	0,6	16,2	77,8	
или Хлеб пшеничный витаминизированный	40					
ИТОГО:		*49*	*54*	*195*	*1460*	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%):*		*90*	*92*	*383*	*2720*	При двухразовом питании детей (завтрак, обед)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак, обед (50-60%):		*45-54*	*46-55*	*192-230*	*1360-1632*	

7 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			*730*	*22,2*	*18,6*	*93,3*	*629*	
Горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	154	100	100	3,1	0,2	6,5	40	№101-2004
ИЛИ								
Овощи свежие с зеленью (порциями)			100	0,7	0,1	1,9	11	№148-2021, Пермь
огурцы свежие парниковые	102	100						
или огурцы свежие грунтовые	105	100						
или помидоры свежие парниковые	102	100						
или помидоры свежие грунтовые	118	100						
или перец болгарский	133	100						
или капуста белокочанная свежая	126	100						

или помидоры свежие парниковые	102	100						
или помидоры свежие грунтовые	118	100						
или перец болгарский	133	100						
или капуста белокочанная свежая	125	100						
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2						
Наггетсы из курицы запеченные (4 шт. по 25 г. на порцию)			**100**	**12,6**	**14,2**	**5,2**	**199**	№372-2021, Пермь
филе куриное промышленного производства	126	120						
яйцо	20	20						
сухари	12	12						
масло растительное для смазки листа	4	4						
или								
Наггетсы из курицы запеченные (4 шт. по 25 г. на порцию)			**100**	**12,6**	**14,2**	**5,2**	**199**	№372-2021, Пермь
наггетсы из курицы промышленного производства	150	150						
масло растительное для смазки листа	4	4						
Макаронные изделия отварные			**180**	**3,8**	**3,4**	**41,1**	**210,2**	№516-2004
макаронные изделия	64	64						
масло сливочное	4	4						
Чай с лимоном			**200**	**0,1**	**0,0**	**12,5**	**50**	№686-2004
чай - заварка	2	2						

сахар	12	12						
лимон	6	5						
Фрукты в ассортименте			**150**	**0,2**	**0,3**	**8,6**	**37,9**	№458-2006, Москва
Хлеб пшеничный			**20**	**1,0**	**0,3**	**8,1**	**38,9**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**20**					
Хлеб ржаной			**20**	**0,7**	**0,1**	**9,4**	**40,5**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**20**					
Обед			***865***	***27,2***	***27,2***	***136,9***	***900,0***	
Салат картофельный с огурцами солеными			**100**	**2,5**	**5,0**	**9,8**	**94**	№66-2013, Пермь
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	64	48						
01.11.-31.12. -30%	69	48						
01.01-29.02 - 35%	74	48						
01.03 - 40%	80	48						
масса отварного картофеля		45						
огурцы соленые без уксуса	40	22						
морковь до 01.01.-20%	41	33						
с 01.01 - 25%	44	33						
масса отварной моркови		30						
масло растительное	5	5						

огурцы соленые без уксуса	40	22						
морковь до 01.01.-20%	41	33						
с 01.01 - 25%	44	33						
масса отварной моркови		30						
масло растительное	5	5						
или								
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						
Борщ с капустой и картофелем, с мясом со сметаной			**250/10/5**	**4,8**	**6,9**	**16,7**	**148**	№119-2004
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
свекла до 01.01.-20%	50	40						
с 01.01 - 25%	53	40						
капуста белокочанная свежая	25	20						
или капуста квашеная промышленного производства	21	15						
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%	16	13						
с 01.01 - 25%	17	13						
лук репчатый	12	10						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	6	6						
масло сливочное	6	6						
сахар	0,5	0,5						
сметана	5	5						
зелень свежая (петрушка, укроп)	0,7	0,5						
или зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Гуляш из говядины			**100**	**9,1**	**7,5**	**3,4**	**117,5**	№437-2004
говядина 1 категории	86	63						
или говядина полуфабрикат	74	63						
или свинина мясная	70	60						
или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	63	63						
масло растительное	4	4						
масса тушеного мяса		40						
масса гуляша		60						

или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	63	63						
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						
Каша гречневая рассыпчатая с морковью и чесночком			**200**	**7,5**	**6,8**	**48,8**	**286,4**	№203-2021, Пермь
крупа гречневая	85	85						
вода питьевая	135	135						
масса готовой каши		180						
масло сливочное	8	8						
чеснок свежий	0,8	0,6						
морковь до 01.01.-20%	28	22						
с 01.01 - 25%	29	22						
масса припущенных с маслом овощей		22						
Компот из свежих плодов			**200**	**0,2**	**0,0**	**20,6**	**83,2**	№585-1996
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	45,6	40						
или груши свежие	44	40						

Автономное учреждение Тюменской области «Центр технологического контроля» ОГРН 1077203065147 ИНН 7203208134

или апельсины свежие	60	40						
сахар	15	15						
Хлеб ржаной			**40**	**1,4**	**0,2**	**18,8**	**81,0**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**40**					
Хлеб пшеничный			**60**	**3,0**	**0,8**	**24,3**	**116,8**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**60**					
ИТОГО:				***49***	***46***	***230***	***1528***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				***90***	***92***	***383***	***2720***	При двухразовом питании детей (завтрак, обед)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак, обед (50-60%):				***45-54***	***46-55***	***192-230***	***1360-1632***	

8 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			***550***	***23,5***	***23,2***	***87,6***	***652,0***	
Рыба запечённая с маслом			**120/5**	**16,1**	**14,4**	**4,4**	**211**	№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						
сухари	6	6						
масло растительное	5	5						

или горбуша или кета неразделанная (филе с кожей без костей)	246	143						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	184	136						
сухари	6	6						
масло растительное	5	5						
масло сливочное	5	5						
Пюре картофельное			**180**	**3,9**	**5,9**	**26,7**	**176**	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	205	154						
01.11.-31.12. -30%	220	154						
01.01-29.02 - 35%	237	154						
01.03 - 40%	257	154						
молоко питьевое	29	29						
масло сливочное	7	7						
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте			**45**	**1,4**	**2,5**	**17,0**	**96**	
Сок в ассортименте	**200**	**200**	**200**	**0,4**	**0,0**	**22,0**	**90**	№518-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			**20**	**1,0**	**0,3**	**8,1**	**38,9**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**20**					
Хлеб ржаной			**20**	**0,7**	**0,1**	**9,4**	**40,5**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**20**					
Обед			***840***	***29,8***	***30,1***	***125,0***	***888,8***	

Салат из соленых огурцов с маслом			**100**	**0,8**	**5,1**	**1,5**	**55**	№16-2021, Пермь
огурцы соленые без уксуса	175	96						
масло растительное	5	5						
		ИЛИ						
Салат из огурцов с маслом			**100**	**0,9**	**5,1**	**1,2**	**54**	№14/1-2011г., Екатеринбург
огурцы свежие парниковые	98	96						
или огурцы свежие грунтовые	101	96						
масло растительное	5	5						
Суп картофельный с мясом			**250/10**	**4,3**	**5,4**	**15,5**	**128**	№137-2004
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
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						
с 01.01 - 20%	13,3	10						

лук репчатый	12	10						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 20%	13,3	10						
масло сливочное	6	6						
зелень свежая (петрушка, укроп)	0,7	0,5						
или зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Котлета домашняя из говядины и свинины, запеченная			**100**	**13,1**	**13,8**	**16,1**	**241**	№450-2004
свинина мясная	42	36						
говядина 1 категории	49	36						
или говядина полуфабрикат	42	36						
или фарш промышленного производства	72	72						
хлеб пшеничный	18	18						
молоко питьевое	12	12						
чеснок	0,5	0,4						
лук репчатый	12	10						
яйцо куриное	6	6						
мука пшеничная	10	10						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Капуста тушеная			**180**	**5,5**	**4,5**	**16,8**	**130**	№429-2013

капуста белокочанная свежая	238	190						
морковь до 01.01 - 20%	35	28						
с 01.01 - 25%	37	28						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	4	4						
лук репчатый	14,3	12						
масло растительное	5	5						
мука пшеничная	2	2						
сахар	0,4	0,4						
Компот из сухофруктов			**200**	**0,7**	**0,0**	**23,9**	**98,4**	№639-2004
сухофрукты	20,3	20						
сахар	15	15						
Хлеб ржаной			**40**	**1,4**	**0,2**	**18,8**	**81,0**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**40**					
Хлеб пшеничный			**80**	**4,0**	**1,1**	**32,4**	**155,7**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**80**					
ИТОГО:				***53***	***53***	***213***	***1541***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				***90***	***92***	***383***	***2720***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак, обед (60-80%)				***45-54***	***46-55***	***192-230***	***1360-1632***	

9 день

ИТОГО:		**53**	**53**	**213**	**1541**	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:		**90**	**92**	**383**	**2720**	[illegible]
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак, обед (60-80%):		**45-54**	**46-56**	**192-230**	**1360-1632**	[illegible]

9 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			***580***	***19,1***	***22,7***	***89,0***	***635,7***	
Салат из капусты белокочанной			**100**	**2,1**	**5,1**	**9,3**	**91,5**	№1-2013, Пермь
капуста белокочанная (стертая с солью)	154	78						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
капуста и морковь старого урожая используется в сыром виде до 1 марта, с 1 марта только капуста или морковь нового урожая или другой салат								
лук репчатый	6	5						
лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый								
или лук зеленый	6	5						
сахар	3	3						
кислота лимонная	0,12	0,12						
вода для разведения лимонной кислоты	6	6						
масло растительное	5	5						

ИЛИ								
Салат из свежих помидоров			**100**	**1,0**	**5,1**	**3,5**	**63,9**	№22-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	97	95						
или помидоры свежие грунтовые	112	95						
масло растительное	5	5						
Печень говяжья по - строгановски			**100**	**11,9**	**10,9**	**3,7**	**160,5**	№431-2004
печень говяжья	115	95						
масло растительное	5	5						
масса готовой печени		60						
мука пшеничная	2,5	2,5						
сметана	12,5	12,5						
вода питьевая	30	30						
ИЛИ								
Бефстроганов из говядины			**100**	**12,5**	**10,9**	**5,6**	**170,5**	№423-2004
говядина 1 категории	86	63						
или говядина полуфабрикат	74	63						
или говядина бефстроганов-полуфабрикат промышленного производства	63	63						
масса тушеного мяса		40						
масса соуса		60						

или говядина полуфабрикат	74	63						
или говядина бефстроганов-полуфабрикат промышленного производства	63	63						
масса тушеного мяса		40						
масса соуса		60						
мука пшеничная	6	6						
сметана	12	12						
бульон или отвар	48	48						
лук репчатый	18	15						
масло растительное	5	5						
Рис припущенный с овощами "Мозаика"			**180**	**3,2**	**6,3**	**37,9**	**221,1**	№416-2013, Пермь
крупа рисовая	47	47						
кукуруза консервированная	50	30						
морковь до 01.01.-20%	26	21						
с 01.01 - 25%	28	21						
масло сливочное	8	8						
Компот из свежих плодов			**200**	**0,2**	**0,0**	**20,6**	**83,2**	№585-1996
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	45,6	40						
или груши свежие	44	40						
или апельсины свежие	60	40						

Автономное учреждение Тюменской области «Центр технологического контроля» ОГРН 1077203065147 ИНН 7203208134

сахар	15	15						
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**					
Обед			***840***	***30,5***	***28,8***	***120,9***	***862,8***	
Салат из свеклы с яблоками			**100**	**1,2**	**5,4**	**11,3**	**99**	№60-2013, Пермь
свекла до 01.01 -20%	88	70						
с 01.01 - 25%	93	70						
масса отварной свеклы		67						
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	34	30						
масло растительное	5	5						
Суп - лапша домашняя с птицей			**250/10**	**4,5**	**5,2**	**10,1**	**105***	№149-2004
курица потрошеная 1 категории (разделка мякоть без кожи)	30	27						
или филе куриное промышленного производства	17	16						
или филе грудки индейки	17	16						
мука пшеничная	17,5	17,5						
мука пшеничная (на подгарку)	1,3	1,3						

или филе грудки индейки	17	16						
мука пшеничная	17,5	17,5						
мука пшеничная (на подпыл)	1,3	1,3						
яйцо куриное	5	5						
вода питьевая	3,5	3,5						
соль йодированная	0,5	0,5						
масса лапши домашней		20						
или лапша промышленного производства	20	20						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	12	10						
масло сливочное	6	6						
зелень свежая (петрушка, укроп)	0,7	0,5						
или зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Шницель рыбный натуральный			**100**	**16,3**	**11,2**	**7,5**	**196**	№391-2004
горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	128	85						
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	155	85						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	115	85						
или филе минтая промышленного производства	89	85						

лук репчатый	24	20						
молоко питьевое	8	8						
яйцо куриное	4	4						
сухари	12	12						
масло растительное на смазку листа	2	2						
Пюре картофельное			**180**	**3,9**	**5,9**	**26,7**	**176**	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	205	154						
01.11.-31.12. -30%	220	154						
01.01-29.02 - 35%	237	154						
01.03 - 40%	257	154						
молоко питьевое	29	29						
масло сливочное	7	7						
Напиток из плодов шиповника			**200**	**0,2**	**0,0**	**22,2**	**89,8**	№700-2004
шиповник	25	25						
сахар	10	10						
Хлеб ржаной			**40**	**1,4**	**0,2**	**18,8**	**81,0**	
или Хлеб ржаной **витаминизированный**			**40**					
[illegible]			60	1,0	0,0	14,1	110,0	
			60					

Хлеб ржаной			40	1,4	0,2	18,8	81,0	
или Хлеб ржаной витаминизированный			40					
Хлеб пшеничный			60	4,8	0,6	24,4	116,8	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			60					
ИТОГО:				*50*	*51*	*210*	*1499*	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%):*				*90*	*92*	*383*	*2720*	При двухразовом питании детей (завтрак, обед)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак, обед (50-60%):				*45-54*	*46-55*	*192-230*	*1360-1632*	

10 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			*620*	*22,2*	*21,3*	*89,7*	*638,5*	
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	182	100	100	0,8	0,1	1,6	10,6	№101-2004
ИЛИ								
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						
Колбаски из говядины и свинины запеченные с сыром			100	12,2	15,2	6,8	213	№32-1992
говядина 1 категории	68	50						
или говядина полуфабрикат	59	50						

свинина мясная	29	25						
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						
яйцо куриное	4	4						
лук репчатый	12	10						
мука пшеничная	4	4						
масло растительное для смазки листа	2	2						
сыр	13	12						
Каша **гречневая рассыпчатая с морковью и чесночком**			**180**	**6,8**	**5,5**	**44,0**	**252,7**	№203-2021, Пермь
крупа гречневая	78	78						
вода питьевая	120	120						
масса готовой каши		165						
масло сливочное	7	7						
чеснок свежий	0,6	0,5						
морковь до 01.01.-20%	25	20						
с 01.01 - 25%	27	20						
		20						

чеснок свежий	0,6	0,5						
морковь до 01.01.-20%	25	20						
с 01.01.-25%	37	20						
масса припущенных с маслом овощей		20						
Чай "Витаминный"			**200**	**0,7**	**0,1**	**19,8**	**82,9**	№493-2013, Пермь
чай-заварка	2	2						
шиповник	15	15						
сахар	10	10						
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**					
Обед			***830***	***29,6***	***29,4***	***135,6***	***923,7***	
Салат "Степной" из разных овощей			**100**	**1,6**	**5,0**	**7,5**	**81**	№26-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	51	38						
01.11.-31.12. -30%	54	38						
01.01-29.02 - 35%	59	38						
01.03 - 40%	63	38						
масса отварного картофеля		35						

морковь до 01.01 - 20%	31	25						
с 01.01 - 25%	33	25						
масса отварной моркови		22						
огурцы консервированные без уксуса	36	20						
или огурцы свежие грунтовые	21	20						
или огурцы свежие парниковые	20	20						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	31	20						
масло растительное	5	5						
Суп картофельный с бобовыми с мясом с гренками			**250/10/20**	**5,8**	**4,8**	**32,5**	**196**	№144-2013, Пермь
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
горох	21	20						
или горошек консервированный	31	20						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	86	65						
01.11.-31.12. -30%	93	65						
01.01-29.02 - 35%	100	65						
01.03 - 40%	109	65						
лук репчатый	18	18						

01.01-29.02 - 35%	100	65						
01.03 - 40%	109	65						
лук репчатый	12	10						
морковь до 01.01.-20%	15	12						
с 01.01 - 25%	16	12						
масло сливочное	6	6						
гренки из пшеничного хлеба		**20**						№170-2013, Пермь
хлеб пшеничный	38	32						
зелень свежая (петрушка, укроп)	0,7	0,5						
или зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Паста с мясом отварным и томатом			**250**	**18,6**	**18,6**	**44,4**	**420**	№54-3гн-2020,2021, Новосибирск
говядина 1 категории	132	97						
или говядина полуфабрикат	114	97						
масса отварного мяса		60						
лук репчатый	24	20						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	12,5	12,5						
масло растительное	4	4						
чеснок	0,8	0,6						
макаронные изделия	64	64						

масса отварных макаронных изделий		180						
масло сливочное	6	6						
сыр	21	20						
Компот из ягод замороженных			**200**	**0,2**	**0,2**	**16,2**	**67,4**	№491-2021, Пермь
ягодная смесь (свежемороженая - крыжовник, рябина черноплодная, красная смородина, яблоко)	31,5	30						
или смородина свежемороженая	30,6	30						
или клюква свежемороженая	31,5	30						
сахар	15	15						
Хлеб ржаной			**40**	**1,4**	**0,2**	**18,8**	**81,0**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**40**					
Хлеб пшеничный			**40**	**2,0**	**0,5**	**16,3**	**77,9**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**40**					
ИТОГО:				***52***	***51***	***225***	***1562***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				***90***	***92***	***383***	***2720***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак, обед (50-60%):				***45-54***	***46-55***	***192-230***	***1360-1632***	При двухразовом питании детей (завтрак, обед)
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ за завтраки, обеды (50-60%):				***51***	***51***	***215***	***1518***	

11 день

				1632	(завтрак, обед)
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ за завтраки, обеды (50-60%):	***51***	***51***	***215***	***1518***	

11 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			***585***	***21,4***	***20,9***	***82,0***	***601,7***	
Бутерброд с маслом			**30/10**	**2,3**	**7,4**	**14,5**	**133,8**	№1-2004
хлеб пшеничный	30	30						
масло сливочное	10	10						
Пудинг творожный запеченный с молоком сгущенным			**200/20**	**17,1**	**12,0**	**48,0**	**368,4**	№362-2004
творог	158	156						
мука пшеничная	14	14						
или крупа манная	12	12						
сахар	16	16						
яйцо куриное	9	9						
изюм	20,5	20						
масло сливочное	6	6						
ванилин	0,01	0,01						
сухари	6	6						
сметана	6	6						

масло сливочное для смазки листа	4	4						
масса готового пудинга		200						
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20						
Чай с сахаром			**200**	**0,2**	**0,0**	**15,0**	**60,8**	№685-2004
чай-заварка	2	2						
сахар	15	15						
Йогурт в индивидуальной упаковке			**125**	**1,8**	**1,5**	**4,5**	**38,7**	
Обед			***850***	***27,8***	***31,2***	***120,5***	***872,8***	
Салат из моркови с зеленым горошком			**100**	**1,9**	**5,1**	**5,8**	**77**	№25-2021, Пермь
морковь до 01.01.-20%	85	68						
с 01.01 - 25%	90	68						
масса отварной моркови		65						
горошек зеленый консервированный	46	30						
масло растительное	5	5						
ИЛИ								
Салат витаминный			**100**	**1,2**	**5,1**	**6,5**	**77**	№2-2021, Пермь
капуста белокочанная свежая (стертая с солью)	99	50						

Салат витаминный			**100**	**1,2**	**5,1**	**6,5**	**77**	№2-2021, Пермь
капуста белокочанная свежая (стертая с солью)	99	50						
морковь до 01.01 -20%	39	31						
с 01.01 - 25%	31	23						
в свежем виде морковь и капусту старого урожая использовать до 1 марта, после 1 марта свежего урожая или другой салат								
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом и кожицей)	36	25						
кислота лимонная	0,2	0,2						
сахар	2	2						
масло растительное	5	5						
Свекольник с мясом, со сметаной			**250/10/5**	**4,7**	**6,3**	**14,5**	**134**	№34-2004, Пермь
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
свекла до 01.01.-20%	80	64						
с 01.01 - 25%	85	64						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	57	43						
01.11.-31.12. -30%	61	43						
01.01-29.02 - 35%	66	43						
01.03 - 40%	72	43						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						

с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	13	11						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	3	3						
масло сливочное	6	6						
сахар	1	1						
сметана	5	5						
зелень свежая (петрушка, укроп)	0,7	0,5						
или зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Рыбные палочки, запеченные с маслом			**100/5**	**12,5**	**12,9**	**8,4**	**200**	№304-2021, Пермь
горбуша или кета потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	120	80						
или горбуша или кета неразделанная (филе без кожи и костей)	146	80						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	108	80						
или хек потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	108	80						
или треска потрошенная обезглавленная (филе с кожей без костей)	106	80						
морковь до 01.01.-20%	18	14						
с 01.01 - 25%	19	14						
лук репчатый	20	17						
масло растительное	[illegible]	[illegible]						

с 01.01 - 25%	19	14						
лук репчатый	20	17						
масло растительное	2	2						
масса припущенного с маслом лука		9						
сухари пшеничные	7	7						
яйцо куриное	4	4						
масло растительное для смазки листа	2	2						
масло сливочное	5	5						
ИЛИ								
Наггетсы рыбные запеченные, с маслом (4 шт. по 25 г. на порцию)			**100/5**	**13,5**	**12,7**	**10,7**	**211**	№304-2021, Пермь
наггетсы рыбные промышленного производства	125	125						
масло растительное для смазки листа	4	4						
масло сливочное	5	5						
Пюре картофельное			**180**	**3,9**	**5,9**	**26,7**	**176**	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	205	154						
01.11.-31.12. -30%	220	154						
01.01-29.02 - 35%	237	154						
01.03 - 40%	257	154						
молоко питьевое	29	29						

Автономное учреждение Тюменской области «Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

масло сливочное	7	7						
Сок в ассортименте	200	200	200	0,4	0,0	22,0	90	№518-2013, Пермь
Хлеб ржаной			40	1,4	0,2	18,8	81,0	
или Хлеб ржаной витаминизированный			40					
Хлеб пшеничный			60	3,0	0,8	24,3	116,8	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			60					
ИТОГО:				*49*	*52*	*203*	*1475*	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%):*				*90*	*92*	*383*	*2720*	При двухразовом питании детей (завтрак, обед)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак, обед (50-60%):				*45-54*	*46-55*	*192-230*	*1360-1632*	

12 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			*580*	*21,4*	*21,5*	*94,9*	*657,6*	
Салат "Любительский" с сыром			100	2,4	6,7	8,7	105	№4-2006, Екатеринбург
морковь до 01.01 -20%	48	38						
с 01.01 - 25%	51	38						
масса отварной моркови		35						
лук	11	10						

с 01.01 - 25%	51	38						
масса отварной моркови		35						
лук	11	10						
огурцы соленые (без уксуса)	46	25						
или огурцы свежие парниковые	26	25						
или огурцы свежие грунтовые	26	25						
кукуруза консервированная (после термической обработки)	43	26						
масло растительное	5	5						
ИЛИ								
Винегрет овощной			**100**	**1,5**	**5,0**	**14,9**	**110,5**	№71-2004
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						
масса отварного картофеля		23						
свекла до 01.01.-20%	23	18						
с 01.01 - 25%	24	18						
масса отварной свеклы		16						
морковь до 01.01.-20%	15	12						

с 01.01 - 25%	16	12						
масса отварной моркови		10						
огурцы соленые без уксуса	58	32						
лук репчатый	18	15						
или лук зеленый	19	15						
лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый								
масло растительное	5	5						
Гуляш из говядины			**100**	**9,1**	**7,5**	**3,4**	**117,5**	№437-2004
говядина 1 категории	86	63						
или говядина полуфабрикат	74	63						
или свинина мясная	70	60						
или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	63	63						
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						
Макаронные изделия отварные			**180**	**3,8**	**3,4**	**41,1**	**210,2**	№516-2004

лук репчатый	14	12						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, [illegible] и консервантов, без содержания крахмала и соли)	6	6						
мука пшеничная	4	4						
Макаронные изделия отварные			**180**	**3,8**	**3,4**	**41,1**	**210,2**	№516-2004
макаронные изделия	64	64						
масло сливочное	4	4						
Какао с молоком			**200**	**3,4**	**3,2**	**16,1**	**106,8**	№642-1996
какао - порошок	5	5						
молоко питьевое	130	130						
сахар	10	10						
Хлеб ржаной			**20**	**0,7**	**0,1**	**9,4**	**40,5**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**20**					
Хлеб пшеничный			**40**	**2,0**	**0,6**	**16,2**	**77,8**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**40**					
Обед			***815***	***26,8***	***31,2***	***112,1***	***835,2***	
Икра кабачковая промышленного производства			**100**	**2,2**	**4,7**	**7,4**	**81**	№56-2021, Пермь
икра кабачковая	102	100						
или								
Салат из огурцов с маслом			**100**	**0,9**	**5,1**	**1,2**	**54**	№141-2011, Екатеринбург

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203206134

огурцы свежие парниковые	98	96						
или огурцы свежие грунтовые	101	96						
масло растительное	5	5						
Суп крестьянский с крупой с мясом и сметаной			**250/10/5**	**5,9**	**6,9**	**15,5**	**148**	№154-2013, Пермь
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
капуста свежая белокочанная	40	32						
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						
крупа перловая	10	10						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	12	10						
масло сливочное	6	6						
сметана	5	5						
[illegible]	8,7	8,8						

масло сливочное	6	6						
сметана	5	5						
зелень свежая (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
или зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Рагу из птицы			**250**	**15,4**	**18,2**	**31,7**	**352**	№489-2004
курица потрошеная 1 категории	82	73						
или окорочок куриный	77	73						
или грудка куриная	77	73						
масса тушеной курицы (порционные кусочки)		50						
или филе куриное промышленного производства	64	62						
масса тушеного филе (мякоть)		**50**						
масло растительное	10	10						
масса овощей и соуса		**200**						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	200	150						
01.11.-31.12. -30%	215	150						
01.01-29.02 - 35%	231	150						
01.03 - 40%	251	150						
морковь до 01.01.-20%	63	50						
с 01.01 - 25%	67	50						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

лук репчатый	6	5						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	10	10						
мука пшеничная	3	3						
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2						
Компот из свежих плодов			**200**	**0,2**	**0,0**	**20,6**	**83,2**	№585-1996
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	45,6	40						
или груши свежие	44	40						
или апельсины свежие	60	40						
сахар	15	15						
Хлеб ржаной			**40**	**1,4**	**0,2**	**18,8**	**81,0**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**40**					
Хлеб пшеничный			**60**	**3,0**	**0,8**	**24,3**	**116,8**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**60**					
ИТОГО:				***48***	***53***	***207***	***1493***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				***90***	***92***	***383***	***2720***	При двухразовом питании детей (завтрак, обед)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак, обед (50-60%):				***45-54***	***46-55***	***192-230***	***1360-1632***	

13 день

НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак, обед (50-60%):	45-54	46-55	192-230	1360-1632	(завтрак, обед)

13 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			***550***	***19,5***	***22,3***	***95,2***	***658,5***	
Салат из капусты белокочанной с морковью			**100**	**1,6**	**5,1**	**9,6**	**90,7**	№4-2013, Пермь
капуста белокочанная	105	84						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
капуста и морковь старого урожая используется в сыром виде до 1 марта, с 1 марта только капуста или морковь нового урожая или другой салат								
сахар	4	4						
кислота лимонная	0,12	0,12						
вода для разведения лимонной кислоты	6	6						
масло растительное	5	5						
или								
Салат из свежих помидоров			**100**	**1,0**	**5,1**	**3,5**	**63,9**	№22-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	97	95						
или помидоры свежие грунтовые	112	95						
масло растительное	5	5						

Плов из птицы			**250**	**15,5**	**16,8**	**44,2**	**390**	№408-2013, Пермь
курица потрошеная 1 категории (разделка на мякоть без кожи)	205	183						
или грудка куриная промышленного производства (разделка на мякоть без кожи)	144	98						
или филе куриное промышленного производства	103	98						
масса отварной птицы (мякоть)		**70**						
крупа рисовая	62	62						
морковь до 01.01 - 20%	50	40						
с 01.01 - 25%	53	40						
лук репчатый	12	10						
масло растительное	10	10						
Компот из сухофруктов			**200**	**0,7**	**0,0**	**23,9**	**98,4**	№639-2004
сухофрукты	20,3	20						
сахар	15	15						
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**					
Обед			[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	

Хлеб пшеничный			20	1,0	0,3	8,1	38,9	
Хлеб пшеничный витаминизированный			20					
Обед			[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	
Салат из свеклы с огурцами			100	1,2	5,0	6,7	77	№61-2013, Пермь
свекла до 01.01.-20%	105	84						
с 01.01 - 25%	112	84						
масса отварной свеклы		80						
огурцы соленые без уксуса	36	20						
или огурцы свежие парниковые	20,4	20						
или огурцы свежие грунтовые	21,0	20						
масло растительное	5	5						
Суп картофельный с рыбой			250/50	7,7	5,2	12,9	129	№150-2013, Пермь
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	84	62						
или горбуша или кета потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	90	60						
или горбуша или кета неразделанная (филе без кожи и костей)	109	60						
или горбуша или кета потрошенная без головы (филе без кожи и костей)	87	60						
или скумбрия неразделанная (филе с кожей без костей)	118	64						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	100	75						
01.11.-31.12. -30%	107	75						

Автономное учреждение Тюменской области «Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

01.01-29.02 - 35%	116	75						
01.03 - 40%	125	75						
морковь до 01.01.-20%	15	12						
с 01.01 - 25%	16	12						
лук репчатый	10	8						
масло сливочное	6	6						
зелень свежая (петрушка, укроп)	0,7	0,5						
или зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Котлета "Богатырская" из мяса (свинина и говядина)			**100**	**14,1**	**16,5**	**12,2**	**254**	№64-2008, Екатеринбург
говядина 1 категории	53	39						
или говядина полуфабрикат	46	39						
свинина мясная	46	39						
яйцо куриное	5	5						
хлопья овсяные "Геркулес"	6	6						
молоко питьевое	10	10						
морковь до 01.01.-20%	25	20						
с 01.01 - 25%	27	20						
лук репчатый	10	10						

морковь до 01.01.-20%	25	20						
с 01.01 - 25%	27	20						
лук репчатый	10	10						
масло сливочное	4	4						
масса припущенных с маслом овощей		**20**						
сухари	10	10						
масло растительное на смазку	2	2						
Картофель тушеный			**180**	**4,1**	**4,4**	**29,6**	**174**	№216-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	219	165						
01.11.-31.12. -30%	236	165						
01.01-29.02 - 35%	254	165						
01.03 - 40%	276	165						
морковь до 01.01.-20%	23	18						
с 01.01 - 25%	24	18						
лук репчатый	21	18						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	10	10						
масло сливочное	8	8						
Компот из сухофруктов			**200**	**0,7**	**0,0**	**23,9**	**98,4**	№639-2004
сухофрукты	20,3	20						

сахар	15	15						
Хлеб ржаной			**40**	**1,4**	**0,2**	**18,8**	**81,0**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**40**					
Хлеб пшеничный			**60**	**3,0**	**0,8**	**24,3**	**116,8**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**60**					
ИТОГО:				***52***	***54***	***224***	***1589***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				***90***	***92***	***383***	***2720***	При двухразовом питании детей (завтрак, обед)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак, обед (50-60%):				***45-54***	***46-55***	***192-230***	***1360-1632***	

14 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			***585***	***21,3***	***19,4***	***86,6***	***605,2***	
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	182	100	**100**	**0,8**	**0,1**	**1,6**	**10,6**	№101-2004
ИЛИ								
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						
Горбуша рыбные с маслом			**100/8**	**13,8**	**12,7**	**16,7**	**211**	[illegible]

огурцы свежие грунтовые	105	100						
или огурцы свежие парниковые	102	100						
Горошинки рыбные с маслом			**100/5**	**13,5**	**12,7**	**10,7**	**211**	№304-2021. Екатеринбург
горбуша или кета потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	128	85						
или горбуша или кета неразделанная (филе без кожи и костей)	155	85						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	115	85						
или хек потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	115	85						
или треска потрошенная обезглавленная (филе с кожей без костей)	112	85						
хлеб пшеничный	14	14						
молоко питьевое	10	10						
лук репчатый	6	5						
чеснок свежий	0,4	0,3						
яйцо куриное	6	6						
сухари	7	7						
масло растительное для смазки листа	4	4						
масло сливочное	5	5						
ИЛИ								
Наггетсы рыбные запеченные, с маслом (4 шт. по 25 г. на порцию)			**100/5**	**13,5**	**12,7**	**10,7**	**211**	№304-2021. Пермь
наггетсы рыбные промышленного производства	125	125						

Областное учреждение Тюменской области «Центр технологического контроля» ОГРН 1077203065147 ИНН 7203208134

масло растительное для смазки листа	4	4						
масло сливочное	5	5						
Пюре картофельное			**180**	**3,9**	**5,9**	**26,7**	**176**	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	205	154						
01.11.-31.12. -30%	220	154						
01.01-29.02 - 35%	237	154						
01.03 - 40%	257	154						
молоко питьевое	29	29						
масло сливочное	7	7						
Сок в ассортименте	**200**	**200**	**200**	**0,4**	**0,0**	**22,0**	**90**	№518-2013, Пермь
Хлеб ржаной			**20**	**0,7**	**0,1**	**9,4**	**40,5**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**20**					
Хлеб пшеничный			**40**	**2,0**	**0,6**	**16,2**	**77,8**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**40**					
Обед			***840***	***23,2***	***28,2***	***133,8***	***880,0***	
Салат из моркови			**100**	**1,1**	**5,0**	**9,1**	**85,9**	№7-2013, Пермь
морковь до 01.01.-20%	121	97						

Салат из моркови			**100**	**1,1**	**5,0**	**9,1**	**85,9**	№7-2013, Пермь
морковь до 01.01.-20%	121	97						
с 01.01 - 25%	129	97						
морковь в сыром виде использовать только до 1 марта, после 1 марта в отварном								
сахар	3	3						
масло растительное	5	5						
		ИЛИ						
Салат из свежих помидоров			**100**	**1,0**	**5,1**	**3,5**	**63,9**	№22-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	97	95						
или помидоры свежие грунтовые	112	95						
масло растительное	5	5						
Суп картофельный с клецками с мясом			**250/10**	**5,5**	**6,5**	**12,8**	**132**	№155-2004
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
мука пшеничная	14	14						
масло сливочное	1	1						
яйцо куриное	3	3						
вода питьевая	14	14						
соль йодированная	0,13	0,13						

масса готовых клецек:		**27**						
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 растительное	6	6						
зелень свежая (петрушка, укроп)	0,7	0,5						
или зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Печень, тушеная с овощами			**100**	**9,1**	**10,4**	**4,9**	**150**	№439-2004
печень говяжья	115	95						
лук репчатый	18	15						
масло растительное	5	5						
масса готовой печени с луком		60						
мука пшеничная	2,0	2,0						
морковь до 01.01.-20%	19	15						
с 01.01 - 25%	20,0	15						

масса готовой печени с луком		60						
мука пшеничная	2,0	2,0						
морковь до 01.01 -20%	18	18						
с 01.01 - 25%	20,0	15						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5	5						
вода питьевая	40	40						
		ИЛИ						
Гуляш из говядины			**100**	**9,1**	**7,5**	**3,4**	**117,5**	№437-2004
говядина 1 категории	86	63						
или говядина полуфабрикат	74	63						
или свинина мясная	70	60						
или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	63	63						
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						
Каша гречневая рассыпчатая			**180**	**3,7**	**5,5**	**50,0**	**264,3**	№508-2004

крупа гречневая	85	85						
вода питьевая	108	108						
масло сливочное	6	6						
Сок в ассортименте	200	200	200	0,4	0,0	22,0	90	№518-2012, Пермь
Хлеб ржаной			40	1,4	0,2	18,8	81,0	
или Хлеб ржаной витаминизированный			40					
Хлеб пшеничный			40	2,0	0,6	16,2	77,8	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			40					
ИТОГО:				*45*	*48*	*220*	*1485*	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%):*				*90*	*92*	*383*	*2720*	При двухразовом питании детей (завтрак, обед)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак, обед (50-60%):				*45-54*	*46-55*	*192-230*	*1360-1632*	

15 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			*665*	*23,4*	*23,1*	*78,8*	*616,1*	
Фрукты в ассортименте			180	0,4	0,4	10,3	46	№458-2006, Москва
Люля-кебаб из птицы, с маслом			100/5	14,6	15,5	1,2	202,7	№1045-2006
Филе куриное промышленного производства	121	116						

Фрукты в ассортименте			**180**	**0,4**	**0,4**	**10,3**	**46**	№458-2006, Москва
Люля-кебаб из птицы, с маслом			**100/5**	**14,6**	**15,5**	**1,2**	**202,7**	№1045-2006
филе куриное промышленного производства	121	115						
или филе индейки	121	115						
или грудка куриная промышленного производства (разделка на мякоть без кожи)	169	115						
лук репчатый	14	12						
яйцо куриное	7	7						
масло растительное	2	2						
зелень свежая (петрушка, укроп)	6,8	5						
масло сливочное	5	5						
Рис припущенный			**180**	**4,4**	**4,3**	**35,0**	**196,6**	№512-2004
крупа рисовая	63	63						
вода питьевая	133	133						
масло сливочное	5	5						
Кофейный напиток			**200**	**2,3**	**2,5**	**14,8**	**90,9**	№690-2004
кофейный напиток	4	4						
сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
Хлеб ржаной			**20**	**0,7**	**0,1**	**9,4**	**40,5**	

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

или Хлеб ржаной витаминизированный			**20**					
Хлеб пшеничный			**20**	**1,0**	**0,3**	**8,1**	**38,9**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**20**					
Обед			***815***	***29,6***	***29,8***	***122,1***	***873,6***	
Салат из свеклы отварной			**100**	**1,7**	**5,1**	**8,2**	**85**	№80-2013, Пермь
свекла до 01.01.-20%	126	101						
с 01.01 - 25%	134	101						
масса отварной свеклы		96						
масло растительное	5	5						
или								
Салат из огурцов с маслом			**100**	**0,9**	**5,1**	**1,2**	**54**	№14/1-2011, Екатеринбург
огурцы свежие парниковые	98	96						
или огурцы свежие грунтовые	101	96						
масло растительное	5	5						
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной			**250/10/5**	**4,8**	**6,9**	**7,8**	**112**	№142-2013, Пермь
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
капуста белокочанная свежая	63	50						

говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
капуста белокочанная свежая	63	50						
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						
морковь до 01.01.-20%	19	15						
с 01.01 - 25%	20	15						
лук репчатый	12	10						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	4	4						
масло растительное	6	6						
сметана	5	5						
зёлень свежая (петрушка, укроп)	0,7	0,5						
или зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Жаркое по - домашнему			**250**	**18,4**	**16,8**	**37,5**	**375**	№328-2021,Пермь
говядина 1 категории	129	95						
или говядина полуфабрикат	112	95						
или свинина мясная	104	89						

Автономное учреждение Тюменской области «Центр технологического контроля» ОГРН 1077203065147 ИНН 7203208134

или гуляш-полуфабрикат промышленного производства	95	95						
масса готового мяса		60						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	306	230						
01.11.-31.12. -30%	329	230						
01.01-29.02 - 35%	354	230						
01.03 - 40%	384	230						
лук репчатый	14	12						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	12	12						
масло растительное	12	12						
Компот из изюма			**200**	**0,3**	**0,0**	**25,5**	**103**	№612-2013 Пермь
изюм	15,3	15						
сахар	15	15						
Хлеб ржаной			**40**	**1,4**	**0,2**	**18,8**	**81,0**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**40**					
Хлеб пшеничный			**60**	**3,0**	**0,8**	**24,3**	**116,8**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**60**					
ИТОГО:				***53***	***53***	***201***	***1490***	
СУММА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)				**90**	**92**	**383**	**2720**	

или Хлеб пшеничный витаминизированный	60					
ИТОГО:		53	53	201	1490	

НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:	90	92	383	2720	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак, обед (50-60%):	45-54	46-55	192-230	1360-1632	При двухразовом питании детей (завтрак, обед)
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ за завтраки, обеды (50-60%):	49	52	211	1506	

16 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			*570*	*20,2*	*21,3*	*93,2*	*645,1*	
Каша пшенная жидкая			250	9,9	10,5	33,5	268	№311-2004
крупа пшено	32	32						
молоко питьевое	232	232						
сахар	4	4						
соль йодированная	1	1						
масло сливочное	5	5						
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая			250	9,4	9,6	32,5	254	№311-2004
хлопья овсяные "Геркулес"	32	32						
молоко питьевое	228	228						

сахар	4	4						
соль йодированная	1	1						
масло сливочное	5	5						
Манник с джемом			**120**	**9,2**	**10,5**	**39,1**	**287,7**	№5502021, Пермь
мука пшеничная	20	20						
крупа манная	20	20						
сахар	20	20						
масло сливочное	10	10						
сметана	5	5						
кефир	20	20						
яйцо куриное	20	20						
двууглекислый натрий	1	1						
масло растительное для смазки листа	1	1						
масса готового манника		100						
джем абрикосовый, малиновый, вишневый, персиковый (без искусственных ароматизаторов, консервантов и красителей)	20	20						
Чай с лимоном			**200**	**0,1**	**0,0**	**12,5**	**50**	№686-2004
чай - заварка	2	2						
сахар	12	12						

Чай с лимоном			**200**	**0,1**	**0,0**	**12,5**	**50**	№686-2004
чай - заварка	2	2						
сахар	12	12						
лимон	6	5						
Хлеб пшеничный			**20**	**1,0**	**0,3**	**8,1**	**38,9**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**20**					
Обед			***845***	***31,0***	***26,8***	***114,2***	***820,9***	
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	182	100	**100**	**0,8**	**0,1**	**1,6**	**10,6**	№101-2004
или								
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						
Борщ с капустой и картофелем, с мясом со сметаной			**250/10/5**	**4,8**	**6,9**	**16,7**	**148**	№110-2004
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
свекла до 01.01.-20%	50	40						
с 01.01 - 25%	53	40						
капуста белокочанная свежая	25	20						
или капуста квашеная промышленного производства	21	15						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203206134

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%	16	13						
с 01.01 - 25%	17	13						
лук репчатый	12	10						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	6	6						
масло сливочное	6	6						
сахар	0,5	0,5						
сметана	5	5						
зелень свежая (петрушка, укроп)	0,7	0,5						
или зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Рыба "Лакомка"			**100**	**16,7**	**12,9**	**4,1**	**199**	№338-2013, Пермь
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	140	104						
или филе минтая промышленного производства	109	104						
или горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	156	109						
или горбуша неразделанная (филе с кожей без костей)	187	109						

или филе минтая промышленного производства	109	104						
или горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	156	109						
или горбуша неразделанная (филе с кожей без костей)	187	109						
мука пшеничная	5	5						
масло растительное	2	2						
масса готовой рыбы		90						
лук репчатый	14	12						
масло сливочное	3	3						
сметана	5	5						
сыр	6	5						
Пюре картофельное			**180**	**3,9**	**5,9**	**26,7**	**176**	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	205	154						
01.11.-31.12. -30%	220	154						
01.01-29.02 - 35%	237	154						
01.03 - 40%	257	154						
молоко питьевое	29	29						
масло сливочное	7	7						
Сок в ассортименте	**200**	**200**	**200**	**0,4**	**0,0**	**22,0**	**90**	№518-2013, Пермь
Хлеб ржаной			**40**	**1,4**	**0,2**	**18,8**	**81,0**	

Автономное учреждение Пермской области «Центр технологического контроля» ОГРН 1077203065147 ИНН 7203208134

или Хлеб ржаной витаминизированный	40					
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	116,8	
или Хлеб пшеничный витаминизированный	60					
ИТОГО:		*51*	*48*	*207*	*1466*	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%):*		*90*	*92*	*383*	*2720*	При двухразовом питании детей (завтрак, обед)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак, обед (50-60%):		*45-54*	*46-55*	*192-230*	*1360-1632*	

17 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			*630*	*21,9*	*23,4*	*88,3*	*650,3*	
Винегрет овощной			100	1,5	5,0	14,9	110,5	№71-2004
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						
масса отварного картофеля		23						
свекла до 01.01.-20%	23	18						
с 01.01 - 25%	24	18						
масса отварной свеклы		16						

масса отварного картофеля		23						
свекла до 01.01.-20%	23	18						
с 01.01 - 25%	24	18						
масса отварной свеклы		16						
морковь до 01.01.-20%	15	12						
с 01.01 - 25%	16	12						
масса отварной моркови		10						
огурцы соленые без уксуса	58	32						
лук репчатый	18	15						
или лук зеленый	19	15						
лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый								
масло растительное	5	5						
Тефтели из говядины с рисом ("ёжики"), запеченные с соусом			**100/50**	**13,6**	**10,1**	**6,7**	**172**	№390-2013, Пермь
говядина 1 категории	90	66						
или говядина полуфабрикат	78	66						
крупа рисовая	13	13						
вода питьевая	24	24						
масса готового рассыпчатого риса		34						
яйцо куриное	4	4						

лук репчатый	36	30						
масло сливочное	4	4						
масса прогретого с маслом лука		15						
мука пшеничная	10	10						
масло растительное для смазки листа	2	2						
масса готовых ёжиков		100						
соус сметанный		50						№442-2013, Пермь
сметана	12,5	12,5						
мука пшеничная	1,3	1,3						
масло сливочное	1,3	1,3						
вода питьевая	37,5	37,5						
Картофель толченый, по-деревенски			**180**	**4,9**	**7,7**	**33,0**	**220,9**	№208-2013, Пермь
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	226	170						
01.11.-31.12. -30%	243	170						
01.01-29.02 - 35%	262	170						
01.03 - 40%	284	170						
отвар картофельный	30	30						

масло сливочное	10	10						
Компот из ягод замороженных			**200**	**0,2**	**0,2**	**16,2**	**67,4**	№491-2021, Пермь

01.03 - 40%	284	170						
отвар картофельный	30	30						
масло сливочное	10	10						
Компот из ягод замороженных			**200**	**0,2**	**0,2**	**16,2**	**67,4**	№491-2021, Пермь
ягодная смесь (свежемороженая - крыжовник, рябина черноплодная, красная смородина, яблоко)	31,5	30						
или смородина свежемороженая	30,6	30						
или клюква свежемороженая	31,5	30						
сахар	15	15						
Хлеб пшеничный			**20**	**1,0**	**0,3**	**8,1**	**38,9**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**20**					
Хлеб ржаной			**20**	**0,7**	**0,1**	**9,4**	**40,5**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**20**					
Обед			***840***	***26,8***	***27,0***	***131,4***	***874,6***	
Салат из белокочанной капусты и отварной свеклы			**100**	**1,4**	**5,1**	**4,7**	**70**	№4-2021, Пермь
капуста белокочанная свежая (стертая с солью)	129	65						
свекла до 01.01.-20%	44	35						
с 01.01 - 25%	47	35						
масса отварной свеклы		32						
масло растительное	5	5						

лимонная кислота	0,1	0,1						
вода для разведения лимонной кислоты	5	5						
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2						
или								
Салат из свежих помидоров			**100**	**1,0**	**5,1**	**3,5**	**63,9**	№22-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	97	95						
или помидоры свежие грунтовые	112	95						
масло растительное	5	5						
Суп картофельный с рыбными фрикадельками			**250/40**	**5,4**	**4,8**	**18,7**	**140**	№142-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	153	115						
01.11.-31.12. -30%	164	115						
01.01-29.02 - 35%	177	115						
01.03 - 40%	192	115						
морковь до 01.01.-20%	19	15						
с 01.01 - 25%	20	15						
лук репчатый	12	10						
масло сливочное	6	6						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	4	4						
зелень свежая (петрушка, укроп)	0,7	0,5						

[illegible]								
масло сливочное	6	6						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	4	4						
зелень свежая (петрушка, укроп)	0,7	0,5						
или зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
фрикадельки:								
горбуша или кета потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	57	40						
или горбуша или кета неразделанная (филе с кожей без костей)	69	40						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	54	40						
лук репчатый	10	8						
яйцо куриное	2	2						
вода питьевая	3	3						
Плов из мяса			**250**	**15,4**	**15,9**	**48,7**	**399,5**	№370-2013, Пермь
говядина 1 категории	107	79						
или говядина полуфабрикат	93	79						
или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	79	79						
или свинина мясная	87	74						
масса тушеного мяса		**50**						
масло растительное	12	12						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

крупа рисовая	70	70						
морковь до 01.01.-20%	25	20						
с 01.01 - 25%	27	20						
лук репчатый	19	16						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	10	10						
Компот из ягод замороженных			**200**	**0,2**	**0,2**	**16,2**	**67,4**	№401.2021, Пермь
ягодная смесь (свежемороженая - крыжовник, рябина черноплодная, красная смородина, яблоко)	31,5	30						
или смородина свежемороженая	30,6	30						
или клюква свежемороженая	31,5	30						
сахар	15	15						
Хлеб ржаной			**40**	**1,4**	**0,2**	**18,8**	**81,0**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**40**					
Хлеб пшеничный			**60**	**3,0**	**0,8**	**24,3**	**116,8**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**60**					
ИТОГО:				***49***	***50***	***220***	***1525***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				***90***	***92***	***383***	***2720***	При двукратном питании детей (завтрак, обед)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак, обед (50-60%):				***45-54***	***46-55***	***192-230***	***1360-1632***	

18 день

			Химический состав					

					при дополнительном питании детей (завтрак, обед)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак, обед (50-60%):	***45-54***	***46-55***	***192-230***	***1360-1632***	

18 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			***570***	***20,9***	***23,3***	***89,3***	***649,8***	
Икра кабачковая промышленного производства			**100**	**2,2**	**4,7**	**7,4**	**81**	№50-2021, Пермь
икра кабачковая	102	100						
ИЛИ								
Овощи свежие с зеленью (порциями)			**100**	**0,7**	**0,1**	**1,9**	**11**	№148-2021, Пермь
огурцы свежие парниковые	102	100						
или огурцы свежие грунтовые	105	100						
или помидоры свежие парниковые	102	100						
или помидоры свежие грунтовые	118	100						
или перец болгарский	133	100						
или капуста белокочанная свежая	125	100						
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2						
Паста "Карбонара" с птицей			**270**	**16,8**	**18,2**	**42,2**	**400**	№54-3к-2020, 2021, Новосибирск
грудка куриная промышленного производства (разделка на мякоть без кожи)	144	98						

или филе куриное промышленного производства	103	98						
масло растительное	5	5						
масса тушеной мякоти птицы		70						
чеснок свежий	0,5	0,4						
макаронные изделия	64	64						
масло сливочное	5	5						
сметана	10	10						
сыр	16	15						
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2						
Напиток из плодов шиповника			**200**	**0,2**	**0,0**	**22,2**	**89,8**	№705-2004
шиповник	25	25						
сахар	10	10						
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**					
Обед			***855***	***33,4***	***32,2***	***118,9***	***897,2***	

Салат из моркови и огурцов, с сыром			**100**	**4,5**	**8,1**	**8,5**	**125**	№32-2021, Пермь

Обед			*855*	*33,4*	*32,2*	*118,9*	*897,2*	
Салат из моркови и огурцов, с сыром			**100**	**4,5**	**8,1**	**8,5**	**125**	№32-2021, Пермь
морковь до 01.01.-20%	81	65						
с 01.01 - 25%	86	65						
масса отварной моркови		62						
огурцы консервированные без уксуса	36	20						
или огурцы свежие грунтовые	21	20						
или огурцы свежие парниковые	20	20						
сыр	15,5	15						
масло растительное	5	5						
Солянка из птицы и мяса со сметаной			**250/10/10/5**	**6,4**	**5,9**	**12,5**	**129**	№157-1996
курица потрошеная 1 категории (мякоть без кожи)	29	26						
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	51	38						
01.11.-31.12. -30%	54	38						
01.01-29.02 - 35%	59	38						
01.03 - 40%	63	38						

огурцы соленые без уксуса	27	15						
лук репчатый	21	18						
масло растительное	6	6						
маслины	15	10						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	3	3						
сметана	5	5						
зелень свежая (петрушка, укроп)	0,7	0,5						
или зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Котлеты из мяса			**100**	**12,4**	**12,6**	**15,8**	**226**	№451-2004
говядина 1 категории	103	76						
или говядина полуфабрикат	90	76						
или фарш промышленного производства	76	76						
или свинина мясная	90	76						
хлеб пшеничный	18	10						
молоко питьевое	9	9						
лук репчатый	10,7	9						
яйцо куриное	9	9						
сухари пшеничные	10	10						
масло растительное для смазки [illegible]	[illegible]	[illegible]						

лук репчатый	[illegible]	[illegible]						
яйцо куриное	9	9						
сухари пшеничные	10	10						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Капуста тушеная			**180**	**5,5**	**4,5**	**16,8**	**130**	№423-2013, Пермь
капуста белокочанная свежая	238	190						
морковь до 01.01 - 20%	35	28						
с 01.01 - 25%	37	28						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	4	4						
лук репчатый	14,3	12						
масло растительное	5	5						
мука пшеничная	2	2						
сахар	0,4	0,4						
Напиток из плодов шиповника			**200**	**0,2**	**0,0**	**22,2**	**89,8**	№705-2004
шиповник	25	25						
сахар	10	10						
Хлеб ржаной			**40**	**1,4**	**0,2**	**18,8**	**81,0**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**40**					
Хлеб пшеничный			**60**	**3,0**	**0,8**	**24,3**	**116,8**	

Автономное учреждение Тюменской области «Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

или Хлеб пшеничный витаминизированный	60					
ИТОГО:		***54***	***55***	***208***	***1547***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:		***90***	***92***	***383***	***2720***	При двухразовом питании детей (завтрак, обед)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак, обед (50-60%):		***45-54***	***46-55***	***192-230***	***1360-1632***	

19 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			***650***	***21***	***20***	***91***	***624***	
Голубцы ленивые, запеченные с соусом			**120**	**13,9**	**12,8**	**7,9**	**202**	№372-2013, Пермь
говядина 1 категории	65	48						
или говядина полуфабрикат	57	48						
или фарш промышленного производства	48	48						
крупа рисовая	6	6						
масса отварного риса		14						
лук репчатый	5	4						
яйцо куриное	4	4						
масло растительное	3	3						
капуста белокочанная свежая	75	60						

масло растительное	3	3						
капуста белокочанная свежая	75	60						
масса припущенной капусты		56						
масло растительное для смазки листа	2	2						
масса готовых голубцов (2 шт. по 50 г)		100						
Соус сметанный с томатом		**30**						№444-2013, Пермь
сметана	10	10						
мука пшеничная	1,5	1,5						
вода питьевая	20	20						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	3	3						
масло сливочное	1,5	1,5						
Пюре картофельное			**180**	**3,9**	**5,9**	**26,7**	**176**	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	205	154						
01.11.-31.12. -30%	220	154						
01.01-29.02 - 35%	237	154						
01.03 - 40%	257	154						
молоко питьевое	29	29						
масло сливочное	7	7						

Сок в ассортименте	**200**	**200**	**200**	**0,4**	**0,0**	**22,0**	**90**	№518-2013, Пермь
Фрукты в ассортименте			**150**	**0,2**	**0,3**	**8,6**	**37,9**	№458-2006, Москва
Хлеб ржаной			**20**	**0,7**	**0,1**	**9,4**	**40,5**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**20**					
Хлеб пшеничный			**40**	**2,0**	**0,6**	**16,2**	**77,8**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**40**					
Обед			***845***	***26,8***	***27,1***	***132,5***	***879,3***	
Салат из свеклы с изюмом			**100**	**1,2**	**5,1**	**16,2**	**116**	№24-2021, Пермь
свекла до 01.01.-20%	108	86						
с 01.01 - 25%	114	86						
масса отварной моркови		82						
изюм	15	15						
масло растительное	5	5						
ИЛИ								
Салат из свежих помидоров			**100**	**1,0**	**5,1**	**3,5**	**63,9**	№22-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	97	95						
или помидоры свежие грунтовые	112	95						
масло растительное	5	5						

помидоры свежие тепличные	97	95						
или помидоры свежие грунтовые	112	95						
масло растительное	5	5						
Рассольник с мясом, со сметаной			**250/10/5**	**4,5**	**5,7**	**12,5**	**119**	№130-2004
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	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%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
огурцы соленые без уксуса	27	15						
лук репчатый	12	10						
масло сливочное	6	6						
сметана	5	5						
зелень свежая (петрушка, укроп)	0,7	0,5						
или зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Печень говяжья по - строгановски			**100**	**11,9**	**10,9**	**3,7**	**160,5**	№431-2004

печень говяжья	115	95						
масло растительное	5	5						
масса готовой печени		60						
мука пшеничная	2,5	2,5						
сметана	12,5	12,5						
вода питьевая	30	30						
ИЛИ								
Бефстроганов из говядины			**100**	**12,5**	**10,9**	**5,6**	**170,5**	№423-2004
говядина 1 категории	86	63						
или говядина полуфабрикат	74	63						
или говядина бефстроганов-полуфабрикат промышленного производства	63	63						
масса тушеного мяса		40						
масса соуса		60						
мука пшеничная	6	6						
сметана	12	12						
бульон или отвар	48	48						
лук репчатый	18	15						

масло растительное	5	5						
Рис припущенный			**180**	**4,4**	**4,3**	**35,0**	**196,6**	№512-2004

булгур или отвар	40	40						
лук репчатый	18	15						
масло растительное	5	5						
Рис припущенный			**180**	**4,4**	**4,3**	**35,0**	**196,6**	№512-2004
крупа рисовая	63	63						
вода питьевая	133	133						
масло сливочное	5	5						
Сок в ассортименте	**200**	**200**	**200**	**0,4**	**0,0**	**22,0**	**90**	№518-2013, Пермь
Хлеб ржаной			**40**	**1,4**	**0,2**	**18,8**	**81,0**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**40**					
Хлеб пшеничный			**60**	**3,0**	**0,8**	**24,3**	**116,8**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**60**					
ИТОГО:				***48***	***47***	***223***	***1503***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				***90***	***92***	***383***	***2720***	При двухразовом питании детей (завтрак, обед)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак, обед (50-60%):				***45-54***	***46-55***	***192-230***	***1360-1632***	

20 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			***605***	***20***	***22***	***92***	***642,2***	

Йогурт в индивидуальной упаковке			**125**	**1,8**	**1,5**	**4,5**	**38,7**	
Наггетсы из курицы запеченные (4 шт. по 25 г. на порцию)			**100**	**12,6**	**14,2**	**5,2**	**199**	№372-2021, Пермь
филе куриное промышленного производства	126	120						
яйцо	20	20						
сухари	12	12						
масло растительное для смазки листа	4	4						
или								
Наггетсы из курицы запеченные (4 шт. по 25 г. на порцию)			**100**	**12,6**	**14,2**	**5,2**	**199**	№372-2021, Пермь
наггетсы из курицы промышленного производства	150	150						
масло растительное для смазки листа	4	4						
Каша гречневая рассыпчатая			**180**	**3,7**	**5,5**	**50,0**	**264,3**	№508-2004
крупа гречневая	85	85						
вода питьевая	108	108						
масло сливочное	6	6						
Чай с сахаром			**200**	**0,2**	**0,0**	**15,0**	**60,8**	№685-2004
чай-заварка	2	2						
сахар	15	15						

Хлеб ржаной	**20**	**0,9**	**0,2**	**8,7**	**40,5**	
или Хлеб ржаной витаминизированный						

чай-заварка	2	2						
сахар	15	15						
Хлеб ржаной			**20**	**0,9**	**0,2**	**8,7**	**40,5**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**20**					
Хлеб пшеничный			**20**	**1,0**	**0,3**	**8,1**	**38,9**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**20**					
Обед			***865***	***29,0***	***28,7***	***114,8***	***832,4***	
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	182	100	**100**	**0,8**	**0,1**	**1,6**	**10,6**	№101-2004
или								
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						
Суп с крупой с мясными фрикадельками			**250/30**	**5,8**	**5,2**	**19,6**	**148**	№138-2004
фрикадельки мясные (из говядины и свинины)		**30**						№112-2004
свинина мясная	17	14						
говядина 1 категории	27	20						
или говядина полуфабрикат	24	20						
лук репчатый	4	3						
вода питьевая	3,0	3						

яйцо куриное	2,4	2,4						
крупа рисовая	7	7						
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						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	3	3						
морковь до 01.01.-20%	15,0	12						
с 01.01 - 25%	16,0	12						
лук репчатый	14	12						
масло сливочное	6	6						
зелень свежая (петрушка, укроп)	0,7	0,5						
или зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Котлета рыбная натуральная запеченная, с маслом			**100/5**	**13,9**	**16,3**	**7,6**	**233***	№97-2011, Екатеринбург
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	142	105						
или горбуша или кета потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	158	105						
или горбуша или кета неразделанная (филе без кожи и костей)	191	105						

лук репчатый	9,5	8						

костей)								
или горбуша или кета неразделанная (филе без кожи и костей)	191	105						
лук репчатый	9,5	8						
яйцо куриное	18	18						
мука пшеничная	7	7						
масло растительное	3	3						
масло сливочное	5	5						
Пюре картофельное			**180**	**3,9**	**5,9**	**26,7**	**176**	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	205	154						
01.11.-31.12. -30%	220	154						
01.01-29.02 - 35%	237	154						
01.03 - 40%	257	154						
молоко питьевое	29	29						
масло сливочное	7	7						
Компот из ягод замороженных			**200**	**0,2**	**0,2**	**16,2**	**67,4**	№491-2021, Пермь
ягодная смесь (свежемороженая - крыжовник, рябина черноплодная, красная смородина, яблоко)	31,5	30						
или смородина свежемороженая	30,6	30						
или клюква свежемороженая	31,5	30						
сахар	15	15						

Хлеб ржаной	40	1,4	0,2	18,8	81,0	
или Хлеб ржаной витаминизированный	40					
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	116,8	
или Хлеб пшеничный витаминизированный	60					
ИТОГО:		*49*	*50*	*206*	*1475*	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%):*		*90*	*92*	*383*	*2720*	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак, обед (50-60%):		*45-54*	*46-55*	*192-230*	*1360-1632*	При двухразовом питании детей (завтрак, обед)
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ за завтраки, обеды (50-60%):		*50*	*50*	*213*	*1503*	

*Приложение 10, Таблица 1 "Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществ (суточная)" СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно- эпидемиологические требования к организации общественного питания населения".