


СОГЛАСОВАНО

« ____ » _____ 20 ____ г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор
Сладковская
С.В.
« 17 » _____ 20 ____ г.



ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

№2597 от 19.09.2023 г.

для питания в детских общеобразовательных организациях, разработано в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические организации общественного питания населения"

Возрастная категория детей: с 7 до 11 лет.

Приемы пищи: завтрак.



г. Тюмень, 2024г.



Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека
Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения
«Центр гигиены и эпидемиологии в Тюменской области»
625000, г. Тюмень, ул. Холодильная, 57. Телефон (3452) 56-79-90, (3452) 56-79-91, (3452) 56-79-92
Тюмень, 625027 Тел/факс: 20-50-06. E-mail: tcgsen@fguz-tyumen.ru [http:// www.fguz-tyumen.ru](http://www.fguz-tyumen.ru)
ОКПО 74757016 ОГРН 1057200617759 ИНН/КПП 7203158959/720301001



УТВЕРЖДАЮ

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

А.Я. Фольмер

№ 81/Д

«05» октября 2023 г.

г. Тюмень

Экспертное заключение

1. Наименование услуги: экспертиза примерного 20-дневного меню (завтраков) для питания детей в общеобразовательных организациях, возрастная категория: с 7 до 11 лет.

2. Заявитель: АУ ТО «Центр технологического контроля» (ИНН 7203208134 ОГРН 1077203065147), заявка №148808 от 26.09.2023г., юридический адрес: 625026, г. Тюмень, ул. Рижская, д.47А.

3. Получатель: АУ ТО «Центр технологического контроля» (ИНН 7203208134 ОГРН 1077203065147), заявка №148808 от 26.09.2023г., юридический адрес: 625026, г. Тюмень, ул. Рижская, д.47А.

4. Нормативные документы, используемые экспертами при проведении экспертизы:

- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения" (далее СанПиН 2.3/2.4.3590-20);

5. Санитарно-эпидемиологической экспертизой установлено:

На основании заявки №148808 от 26.09.2023г. проведена оценка примерного 20-дневного меню (завтраков) для питания детей в общеобразовательных организациях, возрастная категория: с 7 до 11 лет.

Представлены: аннотация к меню, содержащая ссылки на используемую при разработке меню литературу, нормативные документы, накопительная ведомость, таблица распределения энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи. При составлении примерного 20-дневного меню (завтраков) для питания детей в общеобразовательных организациях, возрастная категория: с 7 до 11 лет, использовались следующие нормативные документы:

-Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, I часть - М.: Хлебпродинформ, 1996 г (№ рец. – 1996);

-Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий национальных кухонь народов России, -М., МП «ВИКА», 1992 г (№ рец. – 1992);

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

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

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

-Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях, г. Екатеринбург (ФГУЗ «Центра гигиены и эпидемиологии в Свердловской области»), 2011г (№ рец. – 2011, Екатеринбург);

-Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, обслуживающих учащихся образовательных учреждений Свердловской области – Екатеринбург, Министерство торговли, питания и услуг Свердловской области, 2006 (№ рец. – 2006, Екатеринбург);

-Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций от 1 -4-х классов – Новосибирск, «Федеральная служба по надзору в сфере защиты потребителей и благополучия человека» 2021г (№ рец. 2020, 2021, Новосибирск);

-Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций от 1 -7 лет – Новосибирск, «Федеральная служба по надзору в сфере защиты потребителей и благополучия человека» 2021г (№ рец. 2020, 2021, Новосибирск);

-Единый сборник нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации лечебно-профилактических учреждений - Пермь: Уральский институт питания, 2001г (№ рец.-2001, Пермь).

Представлены аннотация к меню, содержащая ссылки на используемую литературу, нормативные документы, пояснения к меню; накопительная ведомость; таблица замены пищевой продукции в граммах (нетто) с учетом их пищевой ценности; расход соли и специй при приготовлении блюд и изделий; суммарные объемы блюд по приемам пищи для детей с 7 до 11 лет (не менее); таблица распределения энергетической ценности (калорийности) горячих завтраков для детей школьного возраста с 7 до 11 лет.

Для обеспечения здоровым питанием составлено примерное меню на 20 дней для возрастной группы детей с 7 до 11 лет в соответствии с рекомендуемой формой составления примерного меню (приложение 8 СанПиН 2.3/2.4.3590-20), что соответствует п. 8.1.4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Примерное меню содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности (содержание витаминно-микроэлементного состава в каждом блюде).

Наименования блюд и кулинарных изделий, указано в меню в соответствии с их наименованиями, указанными в использованных сборниках рецептур, согласно п. 11.2 МР 2.3.6.0233-21.

Представлены технологические карты, в которых отражена рецептура, технология приготовления блюд и кулинарных изделий, а также витаминно-микроэлементный состав блюд и температура реализации горячих блюд, согласно п. 11.3 (приложение 7) МР 2.3.6.0233-21.

В каждой технологической карте приводятся ссылки на рецептуры используемых блюд и кулинарных изделий, в соответствии со сборниками рецептур.

На долю горячего завтрака в среднем за 20 дней приходится 25 % от суточной потребности в пищевых веществах и энергии. Примерное меню разработано с учетом физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастной группы с 7 до 11 лет (приложение 10, таблица 1, таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20), в течение дня допускается отступление от норм калорийности в пределах +/- 5%, средний процент пищевой ценности за неделю соответствует норме (приложение 10, таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20), что соответствует требованиям пп. 8.1.2, 8.1.2.3. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

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

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

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

В примерном меню отсутствуют блюда и кулинарные изделия, которые могут послужить причиной возникновения и распространения инфекционных и массовых неинфекционных заболеваний (отравлений), указанные в приложении 6 (СанПиН 2.3/2.4.3590-20), что соответствует п. 8.1.9. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ:

Представленное примерное двадцатидневное меню №2597 от 19.09.2023г. горячих завтраков для питания детей в общеобразовательных организациях возрастной категории с 7 до 11 лет, разработанное АУ ТО «Центр технологического контроля», соответствует требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Врач по общей гигиене

Александрова А.Г.



Аннотация

Меню приготавливаемых блюд для питания в детских общеобразовательных организациях, разработано в соответствии 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 7 до 11 лет.

В соответствии с Приложением 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, предусмотрен прием пищи - завтрак.

Суточная потребность 2350 ккал в соответствии 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 соответствии 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 рецептов:

- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, I часть - М.: Хлебпродинформ, 1996 г (**№рец.-1996**).
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий национальных кухонь народов России - М.: МП «ВИКА», 1992 г (**№рец.-1992**).
- Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции общественного питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, Том 1,2 – Москва.:2006г; (**№рец.-2006, Москва**).
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах — М.: Хлебпродинформ, 2004г (**№рец.-2004**).
- Сборник технических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации – Пермь, ООО «Уральский региональный центр питания» ГБОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е.А. Вагнера», 2013 г. (**№рец.-2013, Пермь**).

- Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях, I часть, II часть – Екатеринбург, Уральский государственный экономический университет, ФГУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области», 2011г. (**№рец.-2011, Екатеринбург**).
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, обслуживающих учащихся образовательных учреждений Свердловской области – Екатеринбург, Министерство торговли, питания и услуг Свердловской области, 2006г (**№рец.-2006, Екатеринбург**).
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций, от 1 до 7 лет – Новосибирск, «Федеральная служба по надзору в сфере защиты потребителей и благополучия человека», 2021г (**№ рец.-2020,2021, Новосибирск**).
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций, 1 – 4-х классов – Новосибирск, «Федеральная служба по надзору в сфере защиты потребителей и благополучия человека», 2021г (**№ рец.-2020,2021, Новосибирск**).
- Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, школ – интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений — Пермь: Уральский региональный центр питания, 2021г (**№рец.-2021, Пермь**).

Меню укомплектовано технологическими документами (технологическими картами) в соответствии с п. 2.8. СанПиН 2.3/2.4.3590-20. Приготовление блюд должно соблюдаться принцип «щадящего питания»: для тепловой обработки применяется варка, запекание, припускание, тушение, приготовление на пару, приготовление в конвектомате. Указана температура подачи блюд и срок реализации.

В целях профилактики гиповитаминозов в соответствии с п.8.1.6. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 для дополнительного обогащения рациона питания детей микронутриентами использованы: хлеб и хлебобулочные изделия с содержанием витаминов и минералов, витаминизированные напитки. Для дополнительного обогащения рациона микронутриентами рекомендуется использовать в меню специализированные продукты питания, обогащенные микронутриентами, а также инстантные витаминизированные напитки промышленного выпуска. В целях профилактики йододефицитных состояний у детей должна использоваться **соль поваренная пищевая йодированная при** приготовлении блюд и кулинарных изделий. Соль в меню включена в состав рецептур блюд (каши, выпечные изделия), в другие блюда закладка соли осуществляется с учетом приготовления качественных по органолептическим показателям **в меру соленых блюд**.

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

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

Разработчик АУ ТО «Центр технологического контроля»
г. Тюмень ул. Рижская 47а, электронный адрес: tehkontrol2014@yandex.ru

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

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

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

¹ Норма закладки соли в молочных супах — 6 г на 1000 г.

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
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

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

Суммарные объемы блюд по приемам пищи для детей с 7 до 11 лет (не менее)

Приложение №9, таблица 3 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20	Завтрак, грамм
	500
1 день	565
2 день	625
3 день	500
4 день	520
5 день	500
6 день	520
7 день	680
8 день	500
9 день	530
10 день	550
11 день	550
12 день	530
13 день	500
14 день	515
15 день	625
16 день	520
17 день	580
18 день	510
19 день	620
20 день	575

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077200005147
ИНН 7203208134

НАКОПИТЕЛЬНАЯ ВЕДОМОСТЬ к меню № 2597 от 19.09.2023 г. для питания детей школьного возраста с 7 до 11 лет (завтрак)

№	Продукты	Норма питания в г*, мл, нетто на 1 ребенка в сутки	Норма в день, г мл, нетто, прием пищи - завтрак	Фактически получено г, мл,																				за 20 дней, г мл	Факт в день г, мл	% выполнения	
				Дни																							
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20				
1	Хлеб ржаной	80	16	0	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	320	16	100			
2	Хлеб пшеничный	150	24	30	26	20	28	20	40	32	24	20	20	25	20	20	41	20	20	0	20	32	478	24	100		
3	Мука пшеничная	15	4	12	8	0	0	0	0	0	0	3	4	13	4	0	0	0	20	11	0	2	0	76	3,8	102	
4	Крупы, бобовые	45	20	6	0	50	0	0	0	0	0	39	65	0	0	51	0	53	45	13	0	6	71	399	20	99	
5	Макаронные изделия	15	11	0	0	0	53	0	0	53	0	0	0	0	53	0	0	0	0	0	64	0	0	223	11,2	99	
6	Картофель	187	45	0	128	0	18	142	0	0	128	0	30	0	0	0	128	0	0	162	0	128	0	864	43	96	
7	Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соленые и квашеные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-пюре, зелень	280	56	0	8,9	117	91	60	0	80	0	118	84	0	87	137	65	15	0	93	82	67	0	1106	55	99	
8	Фрукты свежие	185	37	0	180	0	0	0	0	155	0	40	0	0	0	0	180	5	30	0	150	0	0	740	37	100	
9	Сухофрукты	15	5	0	0	25	0	0	0	0	0	15	18	0	20	0	0	0	0	25	0	0	0	103	5	98	
10	Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные	200	40	0	0	0	0	200	0	0	200	0	0	0	0	0	200	0	0	0	0	200	0	800	40	100	
11	Сахар (в т.ч. для приготовления блюд и напитков, в случае использования пищевой продукции промышленного выпуска, содержащих сахар, выдача сахара должна быть уменьшена в зависимости от его содержания в используемой готовой пищевой продукции)	30	14	28	10	10	15	0	15	12	0	18	10	30	10	19	0	10	35	15	10	0	15	262	13	97	
12	Кондитерские изделия	10	4,5	0	0	0	0	0	25	0	45	0	0	0	0	0	0	20	0	0	0	0	0	90	4,5	100	
13	Какао	1	0,3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5	0	0	0	0	0	0	0	1	8	0,3	100	
14	Чай	1	0,4	1	0	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	4	0	0	0	0	0	8	0,4	100	
15	Кофейный напиток	2	0,4	0	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	66	0	48	0	0	385	19,3	102	
16	Мясо 1-й категории	70	19	0	0	79	54	0	0	0	0	0	75	0	63	0	0	0	0	0	0	0	0	95	4,8	99	
17	Субпродукты (печень, язык, сердце)	30	5	0	0	0	0	0	0	0	0	95	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	619	31	104	
18	Птица (цыплята-бройлеры потрошенные - 1 кат.)	35	30	0	0	0	0	135	0	120	0	0	0	0	0	70	0	104	0	0	0	0	0	279	14	96	
19	Рыба (филе), в т.ч. филе слабо или малосоленое	58	15	0	81	0	0	0	0	0	113	0	0	0	0	85	0	0	0	0	24	0	0	812	41	97	
20	Молоко	300	42	120	130	0	0	0	45	0	24	0	0	20	130	0	34	100	185	0	0	24	0	125	520	26	102
21	Кисломолочная пищевая продукция	150	26	125	0	0	0	0	125	0	0	0	0	125	0	0	0	0	20	0	0	0	0	261	13	104	
22	Творог (5%-9% м.д.ж.)	50	13	120	0	0	0	0	0	0	0	0	0	141	0	0	0	0	0	0	0	0	0	65	3,3	102	
23	Сметана	10	3	0	0	0	0	10	0	0	0	13	0	5	0	0	0	5	13	10	10	0	0	52	2,6	104	
24	Сыр	10	3	0	0	15	0	0	0	0	0	0	12	0	10	0	0	0	0	15	0	0	0	52	2,6	104	
25	Масло сливочное	30	8	26	14	0	3,5	8	0	3,5	10	6	5	13,5	4	0	10	9	15	13	5	7	5	157	7,8	105	
26	Масло растительное	15	5	0	2	12	2	2	2	4	4	9	2	0	8	13	4	2	1	6	4	5	4	86	4,3	96	
27	Яйцо, шт.	40	12	24	5	0	8	0	114	20	0	0	4	8	0	0	6	6	20	4	0	4	20	243	12	101	
28	Дрожжи хлебопекарные	0,2	0,1	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	3	0,8	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	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	10	0,5	100	
31	Соль пищевая поваренная йодированная	3	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	15	0,8	100	

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

** Количество потребленных продуктов округлено до целого числа

ЭКСПЛИЯТ-ОРИГИНАЛ
 Меню № 2597 от 19.09.2023
 АУ ТО «Центр технологического контроля»

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

Суточная потребность СанПиН 2.3/2.4.3590-20 (2350 ккал)**	Завтрак, ккал	% выполнения
	20-25 % от суточного рациона	
	470-588	
1 день	540	23
2 день	536	23
3 день	584	25
4 день	585	25
5 день	587	25
ИТОГО в среднем за неделю	566	24
6 день	502	21
7 день	552	23
8 день	586	25
9 день	584	25
10 день	587	25
ИТОГО в среднем за неделю	562	24
11 день	509	22
12 день	562	24
13 день	573	24
14 день	534	23
15 день	555	24
ИТОГО в среднем за неделю	546	23
16 день	565	24
17 день	550	23
18 день	555	24
19 день	557	24
20 день	558	24
ИТОГО в среднем за неделю	557	24
ИТОГО в среднем за день	558	24

*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

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ № 2597 от 19.09.2023 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			565	19,4	20,4	69,8	540,4	
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			180/20	12,5	9,0	35,7	273,8	№10/5-2011, Екатеринбург
творог	123	120						
крупа манная	6	6						
яйцо куриное	24	24						

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ

Меню № 2597 от 19.09.2023

АУ ТО «Центр технологического контроля»

сахар	12	12						
крошка		30						
сахар	6	6						
мука пшеничная	12	12						
масло сливочное	12	12						
масло сливочное для смазки листа	4	4						
масса готовой запеканки		180						
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	1,0	1,0						
сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
Йогурт в индивидуальной упаковке			125	1,8	1,5	4,5	38,7	
ИТОГО:				19	20	70	540	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				77	79	335	2350	При 1-разовом питании детей (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак (20-25%):				15-19	16-20	67-84	470-588	

2 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			625	19,2	17,9	74,6	535,9	
Фрукты в ассортименте			180	0,4	0,4	10,3	46	№458-2006, Москва
Котлета рыбная "Лада" (из горбуши и минтая) с маслом			90/5	11,5	10,2	8,5	172	№9/7-2011, Екатеринбург
горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	57	38						
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	69	38						
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	58	43						
хлеб пшеничный	6	6						
молоко питьевое	6	6						
лук репчатый	10	8						
чеснок свежий	1,2	0,9						
масло сливочное	4	4						
яйцо куриное	5	5						
мука пшеничная	8	8						
масло растительное для смазки листа	2	2						

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

масло сливочное	5	5							
Пюре картофельное			150	3,3	4,4	23,5	147		№520-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	170	128							
01.11.-31.12. -30%	183	128							
01.01-29.02 - 35%	197	128							
01.03 - 40%	214	128							
молоко питьевое	24	24							
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 пшеничный			20	1,0	0,3	8,1	38,9		
или Хлеб пшеничный витаминизированный			20						
Хлеб ржаной			20	0,7	0,1	9,4	41,3		
или хлеб ржаной витаминизированный			20						
ИТОГО:				19	18	75	536		

НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:	77	79	335	2350	При 1-разовом питании детей (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак (20-25%):	15-19	16-20	67-84	470-588	

3 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			500	18,1	19,4	84,3	584,2	
Салат из свеклы с сыром			100	3,7	5,3	8,1	94,9	№50-2004
свекла - до 01.01 - 20%	106	85						
с 01.01 - 25%	113	85						
масса отварной свеклы		82						
сыр	16	15						
масло растительное	4	4						
Плов из мяса			200	12,5	13,7	36,5	319,3	№370-2013, Пермь
говядина 1 категории	107	79						
или говядина полуфабрикат	93	79						
или свинина мясная	87	74						
или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	79	79						

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

масса тушеного мяса		50							
масло растительное	8	8							
крупа рисовая	50	50							
морковь до 01.01.-20%	15	12							
с 01.01 - 25%	16	12							
лук репчатый	14	12							
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	8	8							
Напиток из плодов шиповника			200	0,2	0,0	22,2	89,8	№705-2004	
шиповник	25	25							
сахар	10	10							
Хлеб пшеничный			20	1,0	0,3	8,1	38,9		
или Хлеб пшеничный витаминизированный			20						
Хлеб ржаной			20	0,7	0,1	9,4	41,3		
или хлеб ржаной витаминизированный			20						
ИТОГО:				18	19	84	584		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				77	79	335	2350	При 1-разовом питании детей (завтрак)	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак (20-25%):				15-19	16-20	67-84	470-588		

4 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			520	19,2	19,5	83,3	585,3	
Икра кабачковая промышленного производства			80	1,8	3,2	5,1	56	№50-2021, Пермь
икра кабачковая	82	80						
ИЛИ								
Овощи свежие с зеленью (порциями)			80	0,6	0,1	1,5	9	№148-2021, Пермь
огурцы свежие парниковые	82	80						
или огурцы свежие грунтовые	84	80						
или помидоры свежие парниковые	82	80						
или помидоры свежие грунтовые	94	80						
или перец болгарский	106	80						
или капуста белокочанная свежая	100	80						
зелень свежая (петрушка, укроп)	6,8	5						
Котлета по-хлыновски (говядина и свинина)			90	12,3	13,1	11,4	212,7	№454-2004
говядина 1 категории	73	54						

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

или говядина полуфабрикат	64	54						
свинина мясная	25	21						
или фарш промышленного производства	75	75						
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	24	18						
01.11.-31.12. -30%	26	18						
01.01-29.02 - 35%	28	18						
01.03 - 40%	30	18						
лук репчатый	13	11						
яйцо куриное	8	8						
сухари	8	8						
масло растительное	2	2						
Макаронные изделия отварные			150	3,2	2,8	34,3	175,2	№516-2004
макаронные изделия	53	53						
масло сливочное	3,5	3,5						
Чай с сахаром			200	0,2	0,0	15,0	60,8	№685-2004
чай-заварка	1,0	1,0						
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	41,3	
или хлеб ржаной витаминизированный	20					
ИТОГО:		19	19	83	585	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:		77	79	335	2350	При 1-разовом питании детей (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак (20-25%):		15-19	16-20	67-84	470-588	

5 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			500	19,4	19,9	82,5	586,6	
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	109	60	60	0,5	0,1	1,0	6,9	№101-2004
ИЛИ								
Овощи свежие (огурцы)			60	0,5	0,1	1,3	7,9	№70-2006, Москва
огурцы свежие грунтовые	63	60						
или огурцы свежие парниковые	61	60						
Бедро куриное запеченное			90	13,3	13,6	0,6	178,0	№494-2004
бедро куриное	142	135						

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

сметана	10	10						
чеснок свежий	0,5	0,4						
масло растительное	2	2						
Картофель толченый, по-деревенски			150	3,4	5,8	29,4	183,5	№208-2013, Пермь
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	189	142						
01.11.-31.12. -30%	203	142						
01.01-29.02 - 35%	219	142						
01.03 - 40%	237	142						
отвар картофельный	25	25						
масло сливочное	8	8						
Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			20	1,0	0,3	8,1	38,9	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			20					
Хлеб ржаной			20	0,7	0,1	9,4	41,3	
или хлеб ржаной витаминизированный			20					
ИТОГО:				19	20	83	587	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				77	79	335	2350	При 1-разовом питании детей

НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак (20-25%):	15-19	16-20	67-84	470-588	пятидневный рацион (завтрак)
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (за завтраки):	19	19	79	566	При одном приеме пищи (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (за завтраки) (20-25%):	15-19	16-20	67-84	470-588	

6 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			520	18,9	17,5	67,3	502,1	
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			150	13,7	15,4	1,8	201	№340-2004
	яйцо куриное	114	114					
	молоко питьевое	45	45					
	масло растительное для смазки листа	2	2					
Чай с сахаром			200	0,2	0,0	15,0	60,8	№685-2004
	чай-заварка	1,0	1,0					
	сахар	15	15					

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»

ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

Йогурт в индивидуальной упаковке	125	1,5	1,5	12,0	67,5	
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	38,9	
или Хлеб пшеничный витаминизированный	20					
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	
или хлеб ржаной витаминизированный	20					
ИТОГО:		19	17	67	502	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:		77	79	335	2350	При 1-разовом питании детей (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак (20-25%):		15-19	16-20	67-84	470-588	

7 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			680	18,4	17,8	79,6	552,0	
Горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	123	80	80	2,5	0,2	5,2	33	№101-2004
ИЛИ								
Овощи свежие с зеленью (порциями)			80	0,6	0,1	1,5	9	№148-2021, Пермь
огурцы свежие парниковые	82	80						
или огурцы свежие грунтовые	84	80						

или помидоры свежие парниковые	82	80							
или помидоры свежие грунтовые	94	80							
или перец болгарский	106	80							
или капуста белокочанная свежая	100	80							
зелень свежая (петрушка, укроп)	6,8	5							
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 пшеничные	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			150	3,2	2,8	34,3	175,2	№516-2004	
макаронные изделия	53	53							
масло сливочное	3,5	3,5							

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

Чай с лимоном			200	0,1	0,0	12,5	50	№686-2004
чай - заварка	1	1						
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	41,3	
или хлеб ржаной витаминизированный			20					
ИТОГО:				18	18	80	552	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				77	79	335	2350	При 1-разовом питании детей (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак (20-25%):				15-19	16-20	67-84	470-588	

8 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			500	19,5	19,3	83,7	586,1	
Рыба запечённая с маслом			100/5	12,7	12,0	3,7	174	№310-1996
горбуша или кета потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	170	119						

или горбуша или кета неразделанная (филе с кожей без костей)	205	119						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	153	113						
сухари пшеничные	4	4						
масло растительное	4	4						
масло сливочное	5	5						
Пюре картофельное			150	3,3	4,4	23,5	147	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	170	128						
01.11.-31.12. -30%	183	128						
01.01-29.02 - 35%	197	128						
01.03 - 40%	214	128						
молоко питьевое	24	24						
масло сливочное	5	5						
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте			45	1,4	2,5	17,0	96,1	
Сок в ассортименте	200	200	200	0,4	0,0	22,0	90	№518-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			20	1,0	0,3	8,1	38,9	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			20					
Хлеб ржаной			20	0,7	0,1	9,4	41,3	

Автономное учреждение Пермской области
«Центр технологического контроля»

ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

или хлеб ржаной витаминизированный	20					
ИТОГО:		19	19	84	586	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:		77	79	335	2350	При 1-разовом питании детей (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак (20-25%):		15-19	16-20	67-84	470-588	

9 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			530	18,8	19,8	82,7	584,0	
Салат из капусты белокочанной			80	1,7	4,1	7,4	73,3	№1-2013, Пермь
капуста белокочанная свежая (стертая с солью)	125	63						
морковь до 01.01.-20%	10	8						
с 01.01 - 25%	10,6	8						
<i>капуста и морковь старого урожая используется в сыром виде до 1 марта, с 1 марта только капуста или морковь нового урожая или другой салат</i>								
лук репчатый	5	4						
<i>лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый</i>								
или лук зеленый	5	4						
сахар	3	3						

кислота лимонная	0,1	0,1						
вода для разведения лимонной кислоты	5	5						
масло растительное	4	4						
ИЛИ								
Салат из свежих помидоров			80	0,8	4,1	2,8	51,1	№22-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	78	76						
или помидоры свежие грунтовые	90	76						
масло растительное	4	4						
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								

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

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 с овощами "Мозаика"			150	2,7	4,4	31,6	176,8	№416-2013, Пермь
крупа рисовая	39	39						
кукуруза консервированная	42	25						
морковь до 01.01.-20%	23	18						
с 01.01 - 25%	24	18						
масло сливочное	6	6						

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 пшеничный			20	1,0	0,3	8,1	38,9	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			20					
Хлеб ржаной			20	0,7	0,1	9,4	41,3	
или хлеб ржаной витаминизированный			20					
ИТОГО:				19	20	83	584	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				77	79	335	2350	При 1-разовом питании детей (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак (20-25%):				15-19	16-20	67-84	470-588	

10 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			550	19,3	20,4	81,5	586,6	
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	109	60	60	0,5	0,1	1,0	6,9	№101-2004

Автономное учреждение государственной системы
 «Центр технологического контроля»
 ОГРН 1077203065147
 ИНН 7203208134

ИЛИ								
Овощи свежие (огурцы)			60	0,5	0,1	1,3	7,9	№70-2006, Москва
огурцы свежие грунтовые	63	60						
или огурцы свежие парниковые	61	60						
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			160	4,2	4,6	36,4	204	№203-2021, Пермь
крупа гречневая	65	65						
вода питьевая	97	97						
масса готовой каши		135						
масло сливочное	5	5						
морковь до 01.01.-20%	18	14						
с 01.01 - 25%	19	14						
чеснок свежий	0,5	0,4						
масса припущенных с маслом овощей		15						
Чай "Витаминный"			200	0,7	0,1	19,8	82,9	№493-2013, Пермь
чай-заварка	1,0	1,0						
шиповник	15	15						
сахар	10	10						
Хлеб пшеничный			20	1,0	0,3	8,1	38,9	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			20					
Хлеб ржаной			20	0,7	0,1	9,4	41,3	
или хлеб ржаной витаминизированный			20					

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

ИТОГО:		19	20	82	587	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:		77	79	335	2350	При 1-разовом питании детей (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак (20-25%):		15-19	16-20	67-84	470-588	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (за завтраки):		19	19	79	562	При одном приеме пищи (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (за завтраки) (20-25%):		15-19	16-20	67-84	470-588	

11 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			550	19,1	16,9	70,0	508,5	
Бутерброд с маслом			20/5	1,7	3,9	7,3	71,1	№1-2004
	хлеб пшеничный	20	20					
	масло сливочное	5	5					
Пудинг творожный запеченный с молоком сгущенным			180/20	15,4	11,5	43,2	337,9	№362-2004
	творог	143	141					
	мука пшеничная	13	13					
	или крупа манная	11	11					

сахар	15	15						
яйцо куриное	8	8						
изюм	18,5	18						
масло сливочное	5	5						
ванилин	0,01	0,01						
сухари пшеничные	5	5						
сметана	5	5						
масло сливочное для смазки листа	3,5	3,5						
масса готового пудинга		180						
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20						
Чай с сахаром			200	0,2	0,0	15,0	60,8	№685-2004
чай-заварка	1,0	1,0						
сахар	15	15						
Йогурт в индивидуальной упаковке			125	1,8	1,5	4,5	38,7	
ИТОГО:				19	17	70	509	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				77	79	335	2350	

При 1-разовом
Аспирантское учреждение Томской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак (20-25%):	15-19	16-20	67-84	470-588	питательность (завтрак)
---	--------------	--------------	--------------	----------------	-------------------------

12 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			530	19,3	19,0	78,4	561,6	
Салат "Любительский" с сыром			80	1,9	5,1	7,1	82	№4-2006, Екатеринбург
морковь до 01.01 -20%	38	30						
с 01.01 - 25%	40	30						
масса отварной моркови		28						
сыр	11	10						
огурцы соленые (без уксуса)	33	18						
или огурцы свежие парниковые	18,4	18						
или огурцы свежие грунтовые	19	18						
кукуруза консервированная (после термической обработки)	35	21						
масло растительное	4	4						

ИЛИ

Винегрет овощной			80	1,2	4,0	11,9	88,4	№71-2004
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						
масса отварного картофеля		18						
свекла до 01.01.-20%	19	15						
с 01.01 - 25%	20	15						
масса отварной свеклы		13						
морковь до 01.01.-20%	14	11						
с 01.01 - 25%	15	11						
масса отварной моркови		9						
огурцы соленые без уксуса	46	25						
лук репчатый	14	12						
<i>лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый</i>								
или лук зеленый	15	12						
масло растительное	4	4						

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

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 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			150	3,2	2,8	34,3	175,2	№516-2004
макаронные изделия	53	53						
масло сливочное	3,5	3,5						
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 пшеничный	20	1,0	0,3	0,1	30,9	
или Хлеб пшеничный витаминизированный	20					
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	
или хлеб ржаной витаминизированный	20					
ИТОГО:		19	19	78	562	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:		77	79	335	2350	При 1-разовом питании детей (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак (20-25%):		15-19	16-20	67-84	470-588	

13 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			500	16,4	19,0	84,2	573,2	
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						
<i>капуста и морковь старого урожая используется в сыром виде до 1 марта, с 1 марта только капуста или морковь нового урожая или другой салат</i>								
сахар	4	4						

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

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			200	12,4	13,5	33,2	304	№406-2013, Пермь
курица потрошенная 1 категории (разделка на мякоть без кожи)	147	131						
или грудка куриная промышленного производства (разделка на мякоть без кожи)	103	70						
или филе куриное промышленного производства	73	70						
масса отварной птицы (мякоть)		50						
крупа рисовая	51	51						
морковь до 01.01 - 20%	44	35						
с 01.01 - 25%	47	35						
лук репчатый	10	8						

масло растительное	8	8							
Компот из сухофруктов			200	0,7	0,0	23,9	98,4	№639-2004	
сухофрукты	20,3	20							
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	41,3		
или хлеб ржаной витаминизированный			20						
ИТОГО:				16	19	84	573		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				77	79	335	2350	При 1-разовом питании детей (завтрак)	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак (20-25%):				15-19	16-20	67-84	470-588		

14 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			515	19,4	17,6	74,7	534,4	
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	109	60	60	0,5	0,1	1,0	6,9	№101-2004

ИЛИ

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

Овощи свежие (огурцы)			60	0,5	0,1	1,3	7,9	№70-2006, Москва
огурцы свежие грунтовые	63	60						
или огурцы свежие парниковые	61	60						
Вершинки рыбные с маслом			100/5	13,5	12,7	10,7	211	№9/7-2011, 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 пшеничные	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						
масло растительное для смазки листа	4	4						
масло сливочное	5	5						
Пюре картофельное			150	3,3	4,4	23,5	147	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	170	128						
01.11.-31.12. -30%	183	128						
01.01-29.02 - 35%	197	128						
01.03 - 40%	214	128						
молоко питьевое	24	24						
масло сливочное	5	5						
Сок в ассортименте			200	0,4	0,0	22,0	90	№518-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			20	1,0	0,3	8,1	38,9	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			20					
Хлеб ржаной			20	0,7	0,1	9,4	41,3	
или хлеб ржаной витаминизированный			20					

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

ИТОГО:			19	18	75	534		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:			77	79	335	2350	При 1-разовом питании детей (завтрак)	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак (20-25%):			15-19	16-20	67-84	470-588		
15 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			625	19,4	20,4	73,4	554,6	
Фрукты в ассортименте			180	0,4	0,4	10,3	46	№458-2006, Москва
Люля-кебаб из птицы, с маслом			90/5	11,3	13,5	1,1	171,1	№1045-2006
филе куриное промышленного производства	110	104						
или филе индейки	110	104						
или грудка куриная промышленного производства (разделка на мякоть без кожи)	153	104						
лук репчатый	13	11						
яйцо куриное	6	6						
зелень свежая (петрушка, укроп)	5,4	4						
масло растительное	2	2						
масло сливочное	5	5						

Рис припущенный			150	3,7	3,6	29,7	166,0	№512-2004
	крупa рисовая	53	53					
	вода питьевая	110	110					
	масло сливочное	4	4					
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 пшеничный			20	1,0	0,3	8,1	38,9	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			20					
Хлеб ржаной			20	0,7	0,1	9,4	41,3	
или хлеб ржаной витаминизированный			20					
ИТОГО:				19	20	73	555	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				77	79	335	2350	При 1-разовом питании детей (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак (20-25%):				15-19	16-20	67-84	470-588	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (за завтраку):				19	19	76	546	При одном приеме пищи (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (за завтраку) (20-25%):				15-19	16-20	67-84	470-588	

67-84 470-588
 государственное учреждение Тюменской области
 «Центр технологического контроля»
 ОГРН 1077203065147
 ИНН 7203208134

16 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			520	16,9	18,2	83,4	564,8	
Каша пшенная жидкая			200	6,6	7,4	23,7	188	№311-2004
крупa пшено	25	25						
молоко питьевое	185	185						
сахар	3	3						
соль йодированная	0,8	0,8						
масло сливочное	5	5						
ИЛИ								
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая			200	7,5	7,7	26,0	203	№311-2004
хлопья овсяные "Геркулес"	25	25						
молоко питьевое	182	182						
сахар	3	3						
соль йодированная	0,8	0,8						
масло сливочное	5	5						

Манник с джемом			120	9,2	10,5	39,1	287,7	№550-2021, 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	1	1						
сахар	12	12						
лимон	6	5						
Хлеб пшеничный			20	1,0	0,3	8,1	38,9	Автомомное учреждение Томской области «Центр технологического контроля» ОГРН 1077203065147 ИНН 7203208134

или Хлеб пшеничный витаминизированный	20					
ИТОГО:		17	18	83	565	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:		77	79	335	2350	При 1-разовом питании детей (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак (20-25%):		15-19	16-20	67-84	470-588	

17 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			580	19,4	20,4	72,3	550,3	
Винегрет овощной			80	1,2	4,0	11,9	88,4	№71-2004
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						
масса отварного картофеля		18						
свекла до 01.01.-20%	19	15						
с 01.01 - 25%	20	15						
масса отварной свеклы		13						

морковь до 01.01.-20%	14	11						
с 01.01 - 25%	15	11						
масса отварной моркови		9						
огурцы соленые без уксуса	46	25						
лук репчатый	14	12						
<i>лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый</i>								
или лук зеленый	15	12						
масло растительное	4	4						
Тефтели из говядины с рисом ("ежики"), 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						

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

масса прогретого с маслом лука		15						
мука пшеничная	10	10						
масло растительное для смазки листа	2	2						
масса готовых ежиков		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			150	3,4	5,8	29,4	183,5	№208-2013, Пермь
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	189	142						
01.11.-31.12. -30%	203	142						
01.01-29.02 - 35%	219	142						
01.03 - 40%	237	142						
отвар картофельный	25	25						
масло сливочное	8	8						

Компот из ягод замороженных			200	0,2	0,2	16,2	67,4	№491-2021, Перь
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					
ИТОГО:				19	20	72	550	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				77	79	335	2350	При 1-разовом питании детей (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак (20-25%):				15-19	16-20	67-84	470-588	

18 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			510	16,9	19,1	78,9	555,3	
Икра кабачковая промышленного производства			80	1,8	3,2	5,1	56	№50-2021, Перь
икра кабачковая	82	80						

ИЛИ

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

Овощи свежие с зеленью (порциями)			80	0,6	0,1	1,5	9	№148-2021, Пермь
огурцы свежие парниковые	82	80						
или огурцы свежие грунтовые	84	80						
или помидоры свежие парниковые	82	80						
или помидоры свежие грунтовые	94	80						
или перец болгарский	106	80						
или капуста белокочанная свежая	100	80						
зелень свежая (петрушка, укроп)	6,8	5						
Паста "Карбонара" с птицей			230	14,2	15,8	42,2	368	№54-Згк-2020, 2021, Новосибирск
грудка куриная промышленного производства (разделка на мякоть без кожи)	103	70						
или филе куриное промышленного производства	73	70						
масло растительное	4	4						
масса тушеной мякоти птицы		50						
чеснок свежий	0,5	0,4						
макаронные изделия	64	64						
масло сливочное	5	5						
сметана	10	10						

сыр тертый	16	15						
------------	----	----	--	--	--	--	--	--

сыр тертый	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	41,3		
или хлеб ржаной витаминизированный			20						
ИТОГО:				17	19	79	555		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				77	79	335	2350		При 1-разовом питании детей (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак (20-25%):				15-19	16-20	67-84	470-588		

19 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			620	19,5	17,9	79,5	556,7	
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						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»

ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

или фарш промышленного производства	48	48						
крупя рисовая	6	6						
масса отварного риса		14						
лук репчатый	5	4						
яйцо куриное	4	4						
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			150	3,3	4,4	23,5	147	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	170	128						
01.11.-31.12. -30%	183	128						
01.01-29.02 - 35%	197	128						
01.03 - 40%	214	128						
молоко питьевое	24	24						
масло сливочное	5	5						
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 пшеничный			20	1,0	0,3	8,1	38,9	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			20					
Хлеб ржаной			20	0,7	0,1	9,4	41,3	
или хлеб ржаной витаминизированный			20					
ИТОГО:				19	18	80	557	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				77	79	335	2350	При 1-разовом питании детей (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак (20-25%):				15-19	16-20	67-84	470-588	

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

20 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			575	19,4	20,4	74,2	557,8	
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 пшеничные	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			150	3,1	4,3	32,0	179,1	№508-2004
крупа гречневая	71	71						
вода питьевая	90	90						

масло сливочное	5	5						
Чай с сахаром			200	0,2	0,0	15,0	60,8	№685-2004
чай-заварка	1,0	1,0						
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	41,3	
или хлеб ржаной витаминизированный			20					
ИТОГО:				19	20	74	558	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:			77	79	335	2350		При 1-разовом питании детей (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак (20-25%):			15-19	16-20	67-84	470-588		
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (за завтраки):			18	19	78	557		При одном приеме пищи (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (за завтраки) (20-25%):			15-19	16-20	67-84	470-588		
*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".								

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