

МУНИЦИПАЛЬНОЕ	Подписано цифровой
АВТОНОМНОЕ	подписью:
ДОШКОЛЬНОЕ	МУНИЦИПАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ	АВТОНОМНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ	ДОШКОЛЬНОЕ
"ДЕТСКИЙ САД	ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
"ТОПОЛЁК" Г.	УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД
СОВЕТСКИЙ	"ТОПОЛЁК" Г. СОВЕТСКИЙ"
	Дата: 2024.09.04 11:25:04
	+05'00' 20 г.

15 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД № 2433 от "07" октября 2022 года

для питания детей с аллергией на молочный белок
в детских дошкольных учреждениях, оказывающих услуги по воспитанию и обучению,
уходу и присмотру за детьми, разработано в соответствии с требованиями
СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно- эпидемиологические организации общественного питания населения"

Возрастная категория детей: 1-3 лет.

Часы пребывания: 11-12 часов.

Приемы пищи: завтрак, 2 завтрак, обед, уплотненный полдник.

**Меню приготавливаемых блюд
для питания детей с аллергией на молочный белок
завтрак, 2 завтрак, обед, уплотненный полдник**

**Возрастная категория: от 1 года до 3 лет
(11-12 часов пребывания детей)**

15-ти дневное меню №2433 от 07 октября 2022 года

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

1 НЕДЕЛЯ

1 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			350	6,0	9,3	39,8	266,9	
Каша манная жидкая <u>на воде с маслом растительным</u>			150	2,2	4,9	11,9	101	№311-2004
крупа манная	15	15						
вода питьевая	140	140						
сахар	2	2						
<u>масло растительное</u>	3	3						
Мучное изделие без содержания молочных продуктов промышленного производства в ассортименте			20	3,3	4,2	8,5	85	

Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004
чай - заварка	0,4	0,4						
сахар	10	10						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Второй завтрак				0,2	0,0	17,3	70	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Перьмь
Обед			520	15,3	18,9	65,2	492,1	
Салат из свеклы с чесноком			40	0,6	3,0	3,4	43	№59-2013, Перьмь
свекла до 01.01 -20%	51	41						
с 01.01 - 25%	55	41						
масса отварной свеклы		38						
чеснок	0,3	0,2						
масло растительное	3	3						
ИЛИ								
Салат из огурцов с маслом			40	0,4	3,0	1,3	34	№14/1-2011г, Екатеринбург
огурцы свежие парниковые	40	39						
или огурцы свежие грунтовые	41	39						
масло растительное	3	3						

Рассольник "Домашний" с курицей БЕЗ СМЕТАНЫ			150/10	2,8	3,7	7,1	73	№131-2004
курица потрошенная 1 категории (разделка на мякоть без кожи)	29	26						
или грудка куриная (разделка на мякоть без кожи)	19	18						
или филе куриное промышленного производства	15	14						
капуста свежая белокочанная	15	12						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	61	46						
01.11.-31.12. -30%	66	46						
01.01-29.02 - 35%	71	46						
01.03 - 40%	77	46						
морковь до 01.01 - 20%	6,3	5						
с 01.01 - 25%	6,7	5						
лук репчатый	7	6						
огурцы соленые без уксуса	15	8						
масло растительное	3	3						
зелень сушеная	0,1	0,1						
или на случай отсутствия возможности использования курицы в учреждении								
Рассольник "Домашний" с мясом БЕЗ СМЕТАНЫ			150/10	3,1	3,5	7,1	72	№131-2004
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						

капуста свежая белокочанная	15	12						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	61	46						
01.11.-31.12. -30%	66	46						
01.01-29.02 - 35%	71	46						
01.03 - 40%	77	46						
морковь до 01.01 - 20%	6,3	5						
с 01.01 - 25%	7	5						
лук репчатый	7	6						
огурцы соленые без уксуса	15	8						
<u>масло растительное</u>	3	3						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Тефтели из мяса (свинина мясная и говядина)			60	7,4	7,7	7,2	128	№461-2004
свинина мясная	23	20						
говядина 1 категории	27	20						
или говядина полуфабрикат	24	20						
хлеб пшеничный	9	9						
<u>вода питьевая</u>	12	12						
лук репчатый	17	14						
<u>масло растительное</u>	4	4						

масса припущенного с маслом лука		9						
мука пшеничная	3,5	3,5						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
Каша гречневая вязкая с маслом растительным			110	3,2	3,9	14,6	106	№510-2004
крупа гречневая	28	28						
вода питьевая	88	88						
<u>масло растительное</u>	3	3						
Компот из изюма			150	0,2	0,0	12,8	52	№638-2004
изюм	12	12						
сахар	5	5						
ИЛИ								
Компот из свежих плодов			150	0,2	0,0	10,5	42,8	№585-1996
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	34,2	30						
или груши свежие	33	30						
или апельсины свежие	45	30						
лимонная кислота	0,15	0,15						
сахар	5	5						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	52	

Уплотненный полдник			470	12,0	15,5	62,1	435,3	
Салат картофельный с кукурузой и морковью			120	1,9	4,0	6,3	69	№73-2013, Пермь
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	70	53						
01.11.-31.12. -30%	76	53						
01.01-29.02 - 35%	82	53						
01.03 - 40%	89	53						
масса отварного картофеля		50						
кукуруза консервированная (после термической обработки)	47	28						
морковь до 01.01 - 20%	54	43						
с 01.01 - 25%	57	43						
масса отварной моркови		40						
масло растительное	4	4						
Котлеты из мяса (свинина мясная и говядина)			50	6,0	6,5	5,9	106	№451-2004
свинина мясная	16	14						
говядина 1 категории	31	23						
или говядина полуфабрикат	27	23						
хлеб пшеничный	9	9						
<u>вода питьевая</u>	4	4						
лук репчатый	4,8	4						

яйцо куриное	5	5						
мука пшеничная	5	5						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
Кондитерское изделие без содержания молочных продуктов промышленного производства в ассортименте			50	3,2	4,5	23,0	145	
ИЛИ на усмотрение ответственных за питание лиц								
Булочка с джемом			50	3,2	4,5	23,0	145	№572-2013, Пермь
мука пшеничная	29	29						
молоко питьевое	12	12						
сахар	6	6						
масло сливочное	5	5						
яйцо куриное	2	2						
дрожжи прессованные	1,1	1,1						
или дрожжи сухие	0,28	0,28						
соль йодированная	0,2	0,2						
ванилин	0,006	0,006						
джем промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	12,4	12						
яйцо куриное для смазки изделия	1,4	1,4						
сахарная пудра	0,7	0,7						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						

Сок в ассортименте	150	150	150	0,3	0,1	15,5	64	№518-2013, Пермь
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,2	5,7	25	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)								
Хлеб ржаной			15	0,5	0,2	5,7	26	
ИТОГО:				33	44	184	1264	

2 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			350	8,3	11,6	36,3	283	
Каша ассорти (пшенично-ячневая) <u>на воде с маслом растительным</u>			150	2,7	5,2	15,9	121	№18/4-2011, Екатеринбург
крупa пшеничная	11	11						
крупa ячневая	11	11						
<u>вода питьевая</u>	145	145						
сахар	2	2						
<u>масло растительное</u>	3	3						
Мучное изделие без содержания молочных продуктов промышленного производства в ассортименте			20	3,3	4,2	8,5	85	
Кофейный напиток <u>на молоке специализированном или воде</u>			180	2,3	2,2	11,9	77	№501-2013, Пермь
кофейный напиток	3,5	3,5						
сахар	8	8						

молоко безлактозное или молоко растительное	75	75						
ИЛИ								
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004
чай - заварка	0,4	0,4						
сахар	10	10						
Второй завтрак				0,2	0,0	17,3	70	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Пермь
Обед			500	13,3	16,5	70,1	482,1	
Салат из моркови и яблок			40	0,6	3,1	4,6	49	№9-2013, Пермь
морковь до 01.01 - 20%	40	32						
с 01.01 - 25%	43	32						
(в свежем виде морковь старого урожая использовать до 1 марта, после 1 марта свежего урожая или в отварном виде)								
яблоки свежие (очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом)	14,3	10						
масло растительное	3	3						
ИЛИ								
Салат "Любительский"			40	1,5	3,0	2,3	42	№4-2006, Екатеринбург
морковь до 01.01 - 20%	19	15						
с 01.01 - 25%	20	15						
масса отварной моркови		12						

кукуруза консервированная (после термической обработки)	17	10						
огурцы консервированные без уксуса	31	17						
или огурцы свежие парниковые	17,3	17						
или огурцы свежие грунтовые	18	17						
масло растительное	3	3						
Суп гороховый с гренками			150/10	2,6	3,1	10,4	80	№139-2004
горох	12	12						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	45	34						
01.11.-31.12. -30%	49	34						
01.01-29.02 - 35%	52	34						
01.03 - 40%	57	34						
морковь до 01.01 - 20%	9	7						
с 01.01 - 25%	9,3	7						
лук репчатый	7	6						
<u>масло растительное</u>	3	3						
гренки из пшеничного хлеба		10						(№170-2013, Пермь)
хлеб пшеничный	19	16						
зелень сушеная	0,1	0,1						

Жаркое по - домашнему			150	8,5	9,6	19,0	196	№436-2004
говядина 1 категории	67	49						
или говядина полуфабрикат	58	49						
масса отварного мяса		30						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	154	116						
01.11.-31.12. -30%	166	116						
01.01-29.02 - 35%	179	116						
01.03 - 40%	194	116						
морковь до 01.01 - 20%	20	16						
с 01.01 - 25%	21	16						
лук репчатый	10	8						
масло растительное	4	4						
Компот из смеси сухофруктов			150	0,3	0,0	12,2	50	№508-2013, Пермь
сухофрукты	15	15						
сахар	5	5						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	

Уплотненный полдник			460	16,7	13,5	63,5	442	
Винегрет овощной			120	1,5	4,0	12,5	92	№71-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	37	28						
01.11.-31.12. -30%	40	28						
01.01-29.02 - 35%	43	28						
01.03 - 40%	47	28						
масса отварного картофеля		25						
свекла до 01.01 -20%	40	32						
с 01.01 - 25%	43	32						
масса отварной свеклы		30						
морковь до 01.01 - 20%	40	32						
с 01.01 - 25%	43	32						
масса отварной моркови		30						
огурцы соленые без уксуса	33	18						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	20	13						
масло растительное	4	4						
Рыба запечённая			60	11,9	5,5	3,0	109	№377-2004
горбуша (кета) потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	108	72						
или горбуша (кета) потрошенная без головы (филе без кожи и костей)	123	72						

или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	131	72						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	92	68						
или треска потрошенная обезглавленная (филе с кожей без костей)	95	72						
мука пшеничная	3	3						
масло растительное	3	3						
Кондитерское изделие без содержания молочных продуктов промышленного производства в ассортименте			30	2,7	3,7	17,5	114	
Чай со смородиной и сахаром			150	0,2	0,0	9,3	38,0	№54-6гн-2020-2021, Новосибирск
чай - заварка	0,4	0,4						
смородина черная или красная смородина	8,6	8						
сахар	8	8						
ИЛИ								
Чай с лимоном			150	0,1	0,0	8,5	34	№686-2004
чай - заварка	0,4	0,4						
сахар	8	8						
лимон	6	5						
Фрукт в ассортименте			100	0,2	0,2	16,8	70	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)								
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
ИТОГО:				38	42	187	1277	

3 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			355	5,6	5,9	48,4	269	
Каша рисовая жидкая <u>на воде с маслом растительным</u>			150	2,9	4,1	16,1	113	№311-2004
крупa рисовая	23	23						
<u>вода питьевая</u>	143	143						
сахар	2	2						
<u>масло растительное</u>	3	3						
Бутерброд с джемом или вареньем			15/10	1,2	0,2	15,3	68	№2-2004
батон или хлеб пшеничный	15	15						
джем или варенье промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	10,2	10						
Чай на <u>молоке специализированном</u>			180	1,5	1,6	17,0	88	№495-2013, Пермь
чай - заварка	0,4	0,4						
<u>молоко безлактозное или молоко растительное</u>	40	40						
сахар	12	12						
ИЛИ								
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004
чай - заварка	0,4	0,4						

сахар	10	10						
Второй завтрак				0,2	0,0	17,3	69,8	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Перьмь
Обед				510	14,0	18,0	74,5	516,2
Салат картофельный с огурцами и зеленым горошком				40	0,7	3,1	3,6	45
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	29	22						
01.11.-31.12. -30%	31	22						
01.01-29.02 - 35%	34	22						
01.03 - 40%	37	22						
масса отварного картофеля		20						
огурцы свежие парниковые	10,2	10						
или огурцы свежие грунтовые	10,5	10						
или огурцы соленые без уксуса	18,2	10						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	12	8						
масло растительное	3	3						
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом БЕЗ СМЕТАНЫ				150/10	3,5	3,5	4,7	64
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
капуста свежая белокочанная	38	30						

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						
морковь до 01.01 - 20%	10	8						
с 01.01 - 25%	11	8						
лук репчатый	7	6						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	1,5	1,5						
масло растительное	3	3						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Печень, тушенная в соусе БЕЗ СМЕТАНЫ			50	6,1	8,5	2,2	110	№401-2013, Пермь
печень говяжья	53	44						
мука пшеничная	2,5	2,5						
масло растительное	3	3						
масса готовой печени		30						
соус томатный		20						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	2	2						
мука пшеничная	0,9	0,9						
вода питьевая	20	20						

<i>ИЛИ</i>								
Гуляш из отварной говядины			60	6,5	4,5	1,7	73	№54-2м-2020-2021 Новосибирск
говядина 1 категории	67	49						
или говядина полуфабрикат	58	49						
масса отварного мяса		30						
масса соуса		30						
масло растительное	3	3						
лук репчатый	7	6						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	3	3						
мука пшеничная	2	2						
Макаронные изделия отварные с маслом растительным			110	2,4	2,3	27,0	138	№516-2004
макаронные изделия группы А	39	39						
масло растительное	2,5	2,5						
Напиток из шиповника			150	0,2	0,0	17,5	71	№705-2004
шиповник	15	15						
сахар	5	5						
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	

Уплотненный полдник			450	10,6	15,6	60,0	422,0	
Шницель из мяса (свинина мясная и говядина)			50	6,0	6,5	5,9	106	№451-2004
свинина мясная	16	14						
говядина 1 категории	31	23						
или говядина полуфабрикат	27	23						
хлеб пшеничный	9	9						
вода питьевая	4	4						
лук репчатый	4,8	4						
яйцо куриное	5	5						
мука пшеничная	5	5						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
Овощи припущенные, с маслом растительным			120	3,3	8,2	9,8	126	№422-2013, Пермь
морковь до 01.01 - 20%	100	80						
с 01.01 - 25%	106	80						
лук репчатый	10	8						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	106	80						
01.11.-31.12. -30%	114	80						
01.01-29.02 - 35%	123	80						
01.03 - 40%	134	80						

масло растительное	8	8							
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,6	43		№685-2004
чай - заварка	0,4	0,4							
сахар	10	10							
Фрукт в ассортименте			100	0,3	0,4	17,3	74		№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)									
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39		
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34		
ИТОГО:			30	39	200	1277			
4 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			350	9,3	9,3	43,4	295		
Макаронные изделия отварные с маслом растительным			110	2,4	2,3	27,0	138		№516-2004
макаронные изделия группы А	39	39							
масло растительное	2,5	2,5							
Мучное изделие без содержания молочных продуктов промышленного производства в ассортименте			20	1,7	2,4	5,5	50		
Яйца вареные			40	5,1	4,6	0,3	63		№300-2013, Пермь

Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004
чай - заварка	0,4	0,4						
сахар	10	10						
Второй завтрак				0,1	0,4	16,4	70	
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,4	16,4	70	№458-2006, Москва
Обед			550	15,9	19,4	66,2	502,7	
Салат из свеклы с чесноком			40	0,6	3,0	3,4	43	№59-2013, Пермь
свекла до 01.01 -20%	51	41						
с 01.01 - 25%	55	41						
масса отварной свеклы		38						
чеснок	0,3	0,2						
масло растительное	3	3						
ИЛИ								
Салат зеленый с огурцами и помидорами			40	0,4	3,0	1,3	34	№35-2006, Москва
помидоры свежие парниковые	13,3	13						
или помидоры свежие грунтовые	15,3	13						
огурцы свежие парниковые	24,5	24						
или огурцы свежие грунтовые	25,2	24						
лук репчатый	3,6	3						

или лук зелёный	3,8	3						
масло растительное	3	3						
Суп картофельный с рыбой			150/50	5,1	6,3	9,1	114	№150-2013, Пермь
горбуша (кета) потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	90	60						
или горбуша (кета) потрошенная без головы (филе без кожи и костей)	103	60						
или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	109	60						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	84	62						
или треска потрошенная обезглавленная (филе с кожей без костей)	81	61						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	90	68						
01.11.-31.12. -30%	97	68						
01.01-29.02 - 35%	105	68						
01.03 - 40%	114	68						
морковь до 01.01 - 20%	7,5	6						
с 01.01 - 25%	8,0	6						
лук репчатый	7	6						
масло растительное	3	3						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Котлета домашняя из говядины и свинины, запеченная			50	5,0	6,5	4,9	98	№452-2004
свинина мясная	22	19						

говядина 1 категории	26	19						
или говядина полуфабрикат	22	19						
хлеб пшеничный	9	9						
вода питьевая	6	6						
чеснок	0,4	0,3						
лук репчатый	4,8	4						
яйцо куриное	2	2						
мука пшеничная или сухари	5	5						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
Булгур припущенный, с маслом растительным			110	4,0	3,1	20,3	125	№54-22г-2020-2021, Новосибирск
крупа булгур	34	34						
вода питьевая	85	85						
масло растительное	3	3						
ИЛИ								
Рис припущенный, с маслом растительным			110	2,5	3,2	18,6	113	№512-2004
крупа рисовая	39	39						
вода питьевая	81	81						
масло растительное	3	3						

Компот из смеси сухофруктов			150	0,3	0,0	12,2	50	№508-2013, Пермь
сухофрукты	15	15						
сахар	5	5						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,5	34	
Уплотненный полдник			470	15,1	17,6	52,4	428,7	
Биточки из мяса (свинина мясная и говядина)			50	6,0	6,5	5,9	106	№451-2004
свинина мясная	16	14						
говядина 1 категории	31	23						
или говядина полуфабрикат	27	23						
хлеб пшеничный	9	9						
<u>вода питьевая</u>	4	4						
лук репчатый	4,8	4						
яйцо куриное	5	5						
мука пшеничная	5	5						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
ИЛИ								
Котлета особая (из свинины мясной и филе индейки)			50	7,7	5,6	4,9	101	№452-2004
свинина мясная	14	12						

филе индейки	23	22						
хлеб пшеничный	7	7						
<u>вода питьевая</u>	9	9						
лук репчатый	18	15						
<u>масло растительное</u>	2	2						
масса припущенного с маслом лука		7						
яйцо куриное	3	3						
сухари	4	4						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
Рагу овощное			120	2,2	4,0	12,0	93	№541-2004
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						
морковь до 01.01 - 20%	38	30						
с 01.01 - 25%	40	30						
лук репчатый	12	10						
капуста свежая белокочанная	68	54						
масло растительное	4	4						

соус томатный		35						№587-2004
вода питьевая	34	34						
масло растительное	2,4	2,4						
мука пшеничная	1,6	1,6						
морковь до 01.01 - 20%	3,8	3						
с 01.01 - 25%	4	3						
лук репчатый	1,2	1						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	8	8						
сахар	0,4	0,4						
Мучное изделие без содержания молочных продуктов промышленного производства в ассортименте			50	6,5	6,8	16,5	153	
Чай с лимоном			150	0,1	0,0	8,5	34	№686-2004
чай - заварка	0,4	0,4						
сахар	8	8						
лимон	6	5						
Хлеб ржаной			10	0,2	0,1	3,8	17	
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,2	5,7	25	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)								
ИТОГО:				40	47	178	1296	

5 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			360	13,6	11,9	32,6	291,9	
Каша "Попурри" (крупа рисовая, гречневая, пшено) на воде с маслом растительным			150	2,2	4,2	10,5	89	№16/4-2011, Екатеринбург
крупа рисовая	6	6						
крупа гречневая	6	6						
крупа пшено	6	6						
<u>вода питьевая</u>	140	140						
сахар	2	2						
<u>масло растительное</u>	3	3						
Мучное изделие без содержания молочных продуктов промышленного производства в ассортименте			30	9,1	5,5	10,2	127	
Кофейный напиток <u>на молоке специализированном или воде</u>			180	2,3	2,2	11,9	77	№501-2013, Пермь
кофейный напиток	3,5	3,5						
сахар	8	8						
<u>молоко безлактозное или молоко растительное</u>	75	75						
ИЛИ								
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004
чай - заварка	0,4	0,4						

сахар	10	10						
Второй завтрак				0,2	0,0	17,3	70	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Пермь
Обед			520	12,3	17,9	72,7	500,5	
Икра морковная			40	0,8	2,9	3,5	43	№119-2013, Пермь
морковь до 01.01 - 20%	50	40						
с 01.01 - 25%	53	40						
масса отварной моркови		38						
лук репчатый	9,5	8						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	3	3						
масло растительное	3	3						
лимонная кислота	0,2	0,2						
сахар	0,5	0,5						
ИЛИ								
Салат из свежих помидоров			40	0,7	3,0	2,7	41	№22-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	39	38						
или помидоры свежие грунтовые	45	38						
масло растительное	3	3						

Борщ "Сибирский" с мясом БЕЗ СМЕТАНЫ			150/10	3,3	4,3	13,5	106	№111-2004
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
свекла до 01.01 -20%	30	24						
с 01.01 - 25%	32	24						
капуста свежая белокочанная	15	12						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	8	6						
01.11.-31.12. -30%	9	6						
01.01-29.02 - 35%	9	6						
01.03 - 40%	10	6						
фасоль консервированная в собственном соку	20	12						
морковь до 01.01 - 20%	11,3	9						
с 01.01 - 25%	12	9						
лук репчатый	7	6						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	1,5	1,5						
масло растительное	3	3						
сахар	0,2	0,2						
зелень сушеная	0,1	0,1						

Котлета рыбная натуральная, запеченная			50	5,9	5,5	4,9	93	№9/7-2011, Екатеринбург
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	72	53						
или треска потрошенная обезглавленная (филе с кожей без костей)	70	53						
или горбуша (кета) потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	80	53						
или горбуша (кета) потрошенная без головы (филе без кожи и костей)	91	53						
или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	96	53						
лук репчатый	5	4						
яйцо куриное	10	10						
мука пшеничная	5	5						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
Картофель толченный, по-деревенски			120	0,9	4,4	17,3	112	№208-2013, Пермь
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	168	126						
01.11.-31.12. -30%	180	126						
01.01-29.02 - 35%	194	126						
01.03 - 40%	210	126						
отвар картофельный	20	20						
масло растительное	4	4						
Кисель из свежих ягод			150	0,25	0,16	13,4	56	№505-2013, Пермь
вишня свежемороженая	19	18						

или смородина свежемороженая	18,9	18						
или клюква свежемороженая	18,9	18						
сахар	8	8						
крахмал	5	5						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	52	
Уплотненный полдник			430	21,5	14,7	56,0	442,3	
Биточки рубленные из птицы запеченные			60	6,8	7,1	7,5	121	№498-2004
филе куриное промышленного производства	42	40						
или филе грудки индейки	42	40						
или грудка куриная (разделка на мякоть без кожи)	59	40						
хлеб пшеничный	11	11						
лук репчатый	6	5						
яйцо куриное	4	4						
<u>вода питьевая</u>	12	12						
мука пшеничная	5	5						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
или на случай отсутствия возможности использования курицы в учреждении								

Биточки из мяса (свинина мясная и говядина)			60	7,2	7,8	7,1	127	№451-2004
свинина мясная	20	17						
говядина 1 категории	38	28						
или говядина полуфабрикат	33	28						
хлеб пшеничный	11	11						
вода питьевая	5	5						
лук репчатый	6	5						
яйцо куриное	6	6						
мука пшеничная	5	5						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
Макаронные изделия отварные с маслом растительным			110	2,4	2,3	27,0	138	№516-2004
макаронные изделия группы А	39	39						
масло растительное	2,5	2,5						
Горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	62	40	40	1,9	0,1	3,1	21	№244 - 2006, Москва
Мучное изделие без содержания молочных продуктов промышленного производства в ассортименте			40	10,3	5,2	7,8	119	
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004
чай - заварка	0,4	0,4						
сахар	10	10						
ИТОГО:				48	44	179	1305	

ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА 1 НЕДЕЛЮ			38	43	186	1284		
Норма в пищевых веществах и энергии (90%)			38	42	183	1260	При 11-12 часовом пребывании детей	
Норма в пищевых веществах и энергии (100%) *			42	47	203	1400		
2 НЕДЕЛЯ								
6 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			355	5,1	6,3	47,8	268,3	
Каша пшеничная жидкая на воде с маслом растительным			150	2,4	4,5	15,5	112	№311-2004
	крупa пшеничная	18	18					
	<u>вода питьевая</u>	140	140					
	сахар	2	2					
	<u>масло растительное</u>	3	3					
Бутерброд с джемом или вареньем			15/10	1,2	0,2	15,3	68	№2-2004
	батон или хлеб пшеничный	15	15					
	джем или варенье промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	10,2	10					
Чай на <u>молоке специализированном</u>			180	1,5	1,6	17,0	88	№495-2013, Пермь
	чай - заварка	0,4	0,4					
	<u>молоко безлактозное или молоко растительное</u>	40	40					

сахар	12	12						
ИЛИ								
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004
чай - заварка	0,3	0,3						
сахар	10	10						
Второй завтрак				0,2	0,0	17,3	70	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Пермь
Обед			525	15,1	19,1	64,3	489,1	
Салат "Степной" из разных овощей			40	0,7	3,0	3,0	42	№25-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	20	15						
01.11.-31.12. -30%	21	15						
01.01-29.02 - 35%	23	15						
01.03 - 40%	25	15						
масса отварного картофеля		12						
морковь до 01.01 - 20%	19	15						
с 01.01 - 25%	20	15						
масса отварной моркови		13						
огурцы консервированные без уксуса	13	7						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	8	5						

масло растительное	3	3						
Суп картофельный с крупой с мясными фрикадельками			150/15	3,6	4,1	10,8	95	№138-2004
фрикадельки мясные (говядина и свинина)		15						№112-2004
говядина 1 категории	14	10						
или говядина полуфабрикат	12	10						
свинина мясная	8	7						
лук репчатый	1,8	1,5						
вода питьевая	1,5	1,5						
яйцо куриное	1,2	1,2						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	60	45						
01.11.-31.12. -30%	64	45						
01.01-29.02 - 35%	69	45						
01.03 - 40%	75	45						
крупa рисовая	3	3						
морковь до 01.01 - 20%	7,5	6						
с 01.01 - 25%	8	6						
лук репчатый	7	6						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	2	2						
масло растительное	3	3						

зелень сушеная	0,1	0,1						
Шницель из мяса (свинина мясная и говядина)			50	6,0	6,5	5,9	106	№451-2004
свинина мясная	16	14						
говядина 1 категории	31	23						
или говядина полуфабрикат	27	23						
хлеб пшеничный	9	9						
вода питьевая	4	4						
лук репчатый	4,8	4						
яйцо куриное	5	5						
мука пшеничная	5	5						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
Капуста тушеная			120	3,5	4,9	12,2	107	№423-2013, Пермь
капуста свежая белокочанная	158	126						
морковь до 01.01 - 20%	25	20						
с 01.01 - 25%	26,6	20						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	2,5	2,5						
лук репчатый	8	7						
мука пшеничная	1,4	1,4						
масло растительное	5	5						

сахар	1,5	1,5						
Компот из ягод и яблок			150	0,15	0,08	12,3	51	№513-2013, Пермь
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	21	18						
вишня или смородина или облепиха или клубника свежемороженые	15	14						
сахар	8	8						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			30	0,8	0,3	11,3	51	
Уплотненный полдник			420	11,1	12,2	68,8	429,3	
Тефтели из мяса (свинина мясная и говядина)			60	7,4	7,7	7,2	128	№461-2004
свинина мясная	23	20						
говядина 1 категории	27	20						
или говядина полуфабрикат	24	20						
хлеб пшеничный	9	9						
вода питьевая	12	12						
лук репчатый	17	14						
масло растительное	4	4						
масса припущенного с маслом лука		9						
мука пшеничная	3,5	3,5						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						

Каша гречневая вязкая с <u>маслом растительным</u>			110	3,2	3,9	14,6	106	№510-2004
крупа гречневая	28	28						
вода питьевая	88	88						
<u>масло растительное</u>	3	3						
Сок в ассортименте			150	0,2	0,1	21,3	87	№518-2013, Пермь
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,4	21,3	89	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)								
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
ИТОГО:				31	38	198	1257	

7 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			350	10,5	10,0	38,6	286,4	
Каша "Дружба" <u>на воде с маслом растительным</u>			150	3,7	4,0	15,5	113	№260-2013, Пермь
крупа рисовая	12	12						
крупа пшено	9	9						
<u>вода питьевая</u>	135	135						
сахар	2	2						
<u>масло растительное</u>	3	3						

Кондитерское изделие без содержания молочных продуктов промышленного производства в ассортименте			20	6,5	5,9	8,1	112		
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004	
чай - заварка	0,4	0,4							
сахар	10	10							
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19		
Второй завтрак				0,2	0,0	17,3	70		
Сок в ассортименте		100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Пермь
Обед				510	14,9	20,1	62,9	491,8	
Салат картофельный с кукурузой и морковью ("Мозаика")			40	0,8	3,0	5,0	50	№73-2013, Пермь	
кукуруза консервированная (после термической обработки)	12	7							
огурцы свежие грунтовые	14,7	14							
или огурцы свежие парниковые	14,3	14							
или огурцы соленые без уксуса	25,5	14							
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	16	12							
01.11.-31.12. -30%	17	12							
01.01-29.02 - 35%	18	12							
01.03 - 40%	20	12							
масса отварного картофеля		10							
морковь до 01.01 - 20%	12,5	10							

с 01.01 - 25%	13,3	10						
масса отварной моркови		8						
масло растительное	3	3						
ИЛИ								
Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами			40	0,9	3,3	1,5	39	№54-6з-2020-2021, Новосибирск
капуста свежая белокочанная	40	32						
масса капусты, стертой с солью		20						
(в свежем виде капусту старого урожая использовать до 1 марта, после 1 марта свежего урожая или другой салат из вареных овощей)								
помидоры свежие парниковые	8,2	8						
или помидоры свежие грунтовые	9,4	8						
огурцы свежие парниковые	8,2	8						
или огурцы свежие грунтовые	8,4	8						
яйцо куриное	4	4						
масло растительное	3	3						
Свекольник с мясом БЕЗ СМЕТАНЫ			150/10	3,6	4,2	12,6	103	№34-2004, Пермь
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
свекла до 01.01 -20%	50	40						
с 01.01 - 25%	53	40						

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%	7,5	6						
с 01.01 - 25%	8	6						
лук репчатый	8	7						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	2	2						
масло растительное	3	3						
сахар	0,3	0,3						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Печень, тушенная в соусе БЕЗ СМЕТАНЫ			50	6,1	8,5	2,2	110	№401-2013, Пермь
печень говяжья	53	44						
мука пшеничная	2,5	2,5						
масло растительное	3	3						
масса готовой печени		30						
соус томатный		20						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	2	2						
мука пшеничная	0,9	0,9						

вода питьевая	20	20							
ИЛИ									
Гуляш из отварной говядины			60	6,5	4,5	1,7	73,3	№54-2м-2020-2021 Новосибирск	
говядина 1 категории	67	49							
или говядина полуфабрикат	58	49							
масса отварного мяса		30							
масса соуса		30							
масло растительное	3	3							
лук репчатый	7	6							
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	3	3							
мука пшеничная	2	2							
Каша гречневая вязкая с <u>маслом растительным</u>			110	3,2	3,9	14,6	106	№510-2004	
крупа гречневая	28	28							
вода питьевая	88	88							
<u>масло растительное</u>	3	3							
Компот из смеси сухофруктов			150	0,3	0,0	12,2	50	№508-2013, Пермь	
сухофрукты	15	15							
сахар	5	5							
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39		

Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,5	34	
Уплотненный полдник			470	16,5	13,8	57,1	418,0	
Биточки рыбные натуральные запеченные			50	5,9	5,5	4,9	93	№9/7-2011, Екатеринбург
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	72	53						
или треска потрошенная обезглавленная (филе с кожей без костей)	70	53						
или горбуша (кета) потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	80	53						
или горбуша (кета) потрошенная без головы (филе без кожи и костей)	91	53						
или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	96	53						
лук репчатый	5	4						
яйцо куриное	10	10						
мука пшеничная	5	5						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
Картофель тушеный <u>с маслом растительным</u>			110	1,9	3,5	10,5	81	№216-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	126	95						
01.11.-31.12. -30%	136	95						
01.01-29.02 - 35%	146	95						
01.03 - 40%	159	95						
морковь до 01.01 - 20%	31	25						
с 01.01 - 25%	33	25						

лук репчатый	14	12						
масло растительное	3,5	3,5						
Мучное изделие без содержания молочных продуктов промышленного производства в ассортименте			30	8,1	4,2	5,9	94	
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004
чай - заварка	0,4	0,4						
сахар	10	10						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	38	
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,4	16,4	70	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)								
ИТОГО:				42	44	176	1266	

8 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			350	9,0	8,8	41,4	280,8	
Каша пшеничная вязкая с <u>маслом растительным</u>			150	3,8	4,2	24,0	149	№256-2013, Пермь
крупка пшеничная	30	30						
вода питьевая	126	126						
<u>масло растительное</u>	4	4						
Мучное изделие без содержания молочных продуктов промышленного производства в ассортименте			20	2,9	2,4	5,5	55	

Кофейный напиток на молоке специализированном или воде			180	2,3	2,2	11,9	77	№501-2013, Пермь	
кофейный напиток	3,5	3,5							
сахар	8	8							
молоко безлактозное или молоко растительное	75	75							
ИЛИ									
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004	
чай - заварка	0,4	0,4							
сахар	10	10							
Второй завтрак				0,2	0,0	17,3	69,8		
Сок в ассортименте		100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Пермь
Обед			520	15,4	16,3	68,5	482,3		
Салат из свежих помидоров			40	0,7	3,0	2,7	41	№22-2013, Пермь	
помидоры свежие парниковые	39	38							
или помидоры свежие грунтовые	45	38							
масло растительное	3	3							
ИЛИ									
Салат из свеклы с огурцами			40	0,5	3,0	2,6	39	№53-2013, Пермь	
свекла до 01.01 -20%	44	35							
с 01.01 - 25%	47	35							

масса отварной свеклы		32						
огурцы соленые без уксуса	15	8						
или огурцы свежие парниковые	8,2	8						
или огурцы свежие грунтовые	8,4	8						
масло растительное	3	3						
Суп с картофелем и крупой с мясом			150/10	3,5	4,2	5,0	72	№16/2-2011, Екатеринбург
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
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						
крупя пшено	2	2						
лук репчатый	7	6						
морковь до 01.01 - 20%	7,5	6						
с 01.01 - 25%	8	6						
яйцо куриное	10	10						
<u>масло растительное</u>	3	3						
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						

Фрикадельки рыбные, запеченные			50	8,8	3,8	6,5	95	№157-2001, Пермь
горбуша (кета) потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	60	40						
или горбуша (кета) потрошенная без головы (филе без кожи и костей)	68	40						
или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	73	40						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	54	40						
или треска потрошенная обезглавленная (филе с кожей без костей)	53	40						
хлеб пшеничный	7	7						
<u>вода питьевая</u>	11	11						
яйцо куриное	4	4						
мука пшеничная	5	5						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
Картофель толченый, по-деревенски			120	0,9	4,4	17,3	112	№208-2013, Пермь
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	168	126						
01.11.-31.12. -30%	180	126						
01.01-29.02 - 35%	194	126						
01.03 - 40%	210	126						
отвар картофельный	20	20						
<u>масло растительное</u>	4	4						

Компот из яблок с ягодами			150	0,2	0,2	13,1	55	№509-2013, Пермь
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	25	22						
клюква или смородина свежемороженая	8	8						
сахар	8	8						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
Уплотненный полдник			460	16,6	14,2	62,0	442,4	
Горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	62	40	40	1,9	0,1	3,1	21	№244 - 2006, Москва
Плов из говядины			150	9,0	9,3	18,5	194	№443-2004
мясо говядина полуфабрикат	76	64						
или говядина 1 категории	87	64						
масло растительное	6	6						
масса тушеного мяса		40						
крупа рисовая	30	30						
морковь до 01.01 - 20%	40	32						
с 01.01 - 25%	43	32						
лук репчатый	12	10						
ИЛИ								

Плов из птицы			150	10,7	9,7	19,3	207	№406-2013, Пермь
кураца потрошенная 1 категории (разделка на мякоть без кожи)	147	131						
или грудка куриная (разделка на мякоть без кожи)	103	70						
или филе куриное промышленного производства	73	70						
масса отварной птицы (мякоть)		50						
крупя рисовая	34	34						
морковь до 01.01 - 20%	30	24						
с 01.01 - 25%	32	24						
лук репчатый	6	5						
масло растительное	6	6						
Напиток из шиповника			150	0,2	0,0	17,5	71	№705-2004
шиповник	15	15						
сахар	5	5						
Кондитерское изделие без содержания молочных продуктов промышленного производства в ассортименте			20	4,9	4,4	9,0	95	
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,2	5,7	25	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)								
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Хлеб ржаной			10	0,3	0,1	3,8	17	
ИТОГО:				41	39	189	1275	

9 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			355	5,3	6,9	53,0	295,3	
Каша манная жидкая <u>на воде с маслом растительным</u>			150	2,2	4,9	11,9	101	№311-2004
крупa манная	15	15						
вода питьевая	140	140						
сахар	2	2						
<u>масло растительное</u>	3	3						
Бутерброд с джемом или вареньем			15/10	1,2	0,2	15,3	68	№2-2004
батон или хлеб пшеничный	15	15						
джем или варенье промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	10,2	10						
Чай на <u>молоке специализированном</u>			180	1,5	1,6	17,0	88	№495-2013, Пермь
чай - заварка	0,4	0,4						
<u>молоко безлактозное или молоко растительное</u>	40	40						
сахар	12	12						
ИЛИ								
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004
чай - заварка	0,3	0,3						

сахар	10	10							
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39		
Второй завтрак				0,2	0,0	17,3	70		
Сок в ассортименте	100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Пермь	
Обед			510	14,6	16,6	71,3	493,3		
Салат из капусты белокочанной с морковью			40	0,6	3,0	3,8	45	№4-2013, Пермь	
капуста свежая белокочанная	69	55							
масса капусты, стертой с солью		35							
лимон (для сока)	5	2							
сахар	0,4	0,4							
морковь до 01.01 - 20%	6,3	5							
с 01.01 - 25%	6,7	5							
(в свежем виде морковь и капусту старого урожая использовать до 1 марта, после 1 марта свежего урожая или другой салат из вареных овощей)									
масло растительное	3	3							
ИЛИ									
Винегрет овощной			40	0,5	3,0	4,2	46	№71-2004	
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	13	10							
01.11.-31.12. -30%	14	10							
01.01-29.02 - 35%	15	10							

01.03 - 40%	17	10						
масса отварного картофеля		8						
свекла до 01.01 -20%	15	12						
с 01.01 - 25%	16	12						
масса отварной свеклы		10						
морковь до 01.01 - 20%	15	12						
с 01.01 - 25%	16	12						
масса отварной моркови		10						
огурцы соленые без уксуса	11	6						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	6	4						
масло растительное	3	3						
Суп картофельный с фасолью с мясом			150/10	4,9	4,6	12,1	109	№145-2013, Пермь
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	40	30						
01.11.-31.12. -30%	43	30						
01.01-29.02 - 35%	45	30						
01.03 - 40%	50	30						
морковь до 01.01 - 20%	10,0	8						

с 01.01 - 25%	11	8						
лук репчатый	7,1	6						
фасоль	13	12						
или фасоль консервированная в собственном соку	42	25						
<u>масло растительное</u>	3	3						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Шницель из мяса (свинина мясная и говядина)			50	6,0	6,5	5,9	106	№451-2004
свинина мясная	16	14						
говядина 1 категории	31	23						
или говядина полуфабрикат	27	23						
хлеб пшеничный	9	9						
<u>вода питьевая</u>	4	4						
лук репчатый	4,8	4						
яйцо куриное	5	5						
мука пшеничная	5	5						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
Макаронные изделия отварные с <u>маслом растительным</u>			110	2,4	2,3	27,0	138	№516-2004
макаронные изделия группы А	39	39						
<u>масло растительное</u>	2,5	2,5						

Компот из кураги			150	0,3	0,0	14,3	58	№638-2004
курага	15	15						
сахар	5	5						
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Хлеб ржаной			10	0,2	0,1	3,8	17	
Уплотненный полдник			420	16,2	24,4	38,0	436,4	
Котлеты по - хлыновски (свинина мясная и говядина)			60	6,5	6,9	7,6	119	№454-2004
свинина мясная	26	22						
говядина 1 категории	44	32						
или говядина полуфабрикат	38	32						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	16	12						
01.11.-31.12. -30%	17	12						
01.01-29.02 - 35%	18	12						
01.03 - 40%	20	12						
лук репчатый	10	8						
яйцо куриное	5	5						
мука пшеничная	5	5						

масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
Овощи, припущенные с маслом растительным			150	4,2	10,3	13,4	163	№210-2004
морковь до 01.01 - 20%	31	25						
с 01.01 - 25%	33	25						
горошек зелёный консервированный	39	25						
капуста свежая белокочанная	144	115						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	80	60						
01.11.-31.12. -30%	86	60						
01.01-29.02 - 35%	92	60						
01.03 - 40%	100	60						
<u>масло растительное</u>	10	10						
Кондитерское изделие без содержания молочных продуктов промышленного производства в ассортименте			30	5,3	7,2	6,5	112	
Чай со смородиной и сахаром			180	0,2	0,0	10,5	42,8	№54-6гн-2020-2021, Новосибирск
чай - заварка	0,4	0,4						
смородина черная или красная смородина	10,7	10						
сахар	10	10						
ИТОГО:				36	48	180	1295	

10 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			360	11,9	9,7	36,1	279,3	
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая <u>с маслом растительным</u>			150	2,7	4,2	15,4	110	№311-2004
хлопья овсяные "Геркулес"	18	18						
<u>вода питьевая</u>	138	138						
сахар	2	2						
<u>масло растительное</u>	3	3						
Мучное изделие без содержания молочных продуктов промышленного производства в ассортименте			30	9,1	5,5	10,2	127	
Чай с лимоном			180	0,1	0,0	10,5	42	№686-2004
чай - заварка	0,4	0,4						
сахар	10	10						
лимон	6	5						
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Второй завтрак				0,2	0,0	17,3	70	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Пермь

Обед			530	13,5	19,6	66,2	495,7	
Салат "Любительский"			40	1,5	3,0	2,3	42	№4-2006, Екатеринбург
морковь до 01.01 - 20%	19	15						
с 01.01 - 25%	20	15						
масса отварной моркови		12						
кукуруза консервированная (после термической обработки)	17	10						
огурцы консервированные без уксуса	31	17						
или огурцы свежие парниковые	17,3	17						
или огурцы свежие грунтовые	18	17						
масло растительное	3	3						
ИЛИ								
Салат из огурцов с маслом			40	0,4	3,0	1,3	34	№14/1-2011г, Екатеринбург
огурцы свежие парниковые	40	39						
или огурцы свежие грунтовые	41	39						
масло растительное	3	3						
Борщ с капустой и картофелем с курицей БЕЗ СМЕТАНЫ			150/10	3,2	4,5	10,0	93	№110-2004
курица потрошенная 1 категории (разделка на мякоть без кожи)	29	26						
или грудка куриная (разделка на мякоть без кожи)	19	18						
или филе куриное промышленного производства	15	14						

свекла до 01.01 -20%	30	24						
с 01.01 - 25%	32	24						
капуста свежая белокочанная	15	12						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	16	12						
01.11.-31.12. -30%	17	12						
01.01-29.02 - 35%	18	12						
01.03 - 40%	20	12						
морковь до 01.01 - 20%	10	8						
с 01.01 - 25%	11	8						
лук репчатый	7	6						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	4	4						
<u>масло растительное</u>	3	3						
сахар	0,3	0,3						
зелень сушеная	0,1	0,1						
или на случай отсутствия возможности использования курицы в учреждении								
Борщ с капустой и картофелем с мясом БЕЗ СМЕТАНЫ			150/10	3,3	4,4	10,0	93	№110-2004
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
свекла до 01.01 -20%	30	24						

с 01.01 - 25%	32	24						
капуста свежая белокочанная	15	12						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	16	12						
01.11.-31.12. -30%	17	12						
01.01-29.02 - 35%	18	12						
01.03 - 40%	20	12						
морковь до 01.01 - 20%	10	8						
с 01.01 - 25%	11	8						
лук репчатый	7	6						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	4	4						
<u>масло растительное</u>	3	3						
сахар	0,3	0,3						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Биточки рубленные из птицы запеченные			60	6,8	7,1	7,5	121	№498-2004
филе куриное промышленного производства	42	40						
или филе грудки индейки	42	40						
или грудка куриная (разделка на мякоть без кожи)	59	40						
хлеб пшеничный	11	11						
лук репчатый	6	5						

яйцо куриное	4	4						
вода питьевая	12	12						
мука пшеничная	5	5						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
или на случай отсутствия возможности использования курицы в учреждении								
"Ежики" из мяса (свинина и говядина) с рисом			60	5,7	8,2	6,6	123	№390-2013, Пермь
свинина мясная	18	15						
говядина 1 категории	33	24						
или говядина полуфабрикат	28	24						
крупа рисовая	8	8						
вода питьевая	15	15						
масса готового рассыпчатого риса		20						
лук репчатый	23	19						
масло растительное	2	2						
масса прогретого с маслом лука		9						
мука пшеничная	5	5						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
Картофель толченый, по-деревенски			120	0,9	4,4	17,3	112	№208-2013, Пермь
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	168	126						

01.11.-31.12. -30%	180	126							
01.01-29.02 - 35%	194	126							
01.03 - 40%	210	126							
отвар картофельный	20	20							
<u>масло растительное</u>	4	4							
Кисель из свежих ягод			150	0,25	0,16	13,4	56	№505-2013, Пермь	
вишня свежемороженая	19	18							
или смородина свежемороженая	18,9	18							
или клюква свежемороженая	18,9	18							
сахар	8	8							
крахмал	5	5							
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19		
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	51		
Уплотненный полдник			430	11,6	10,4	69,7	418,2		
Плов из птицы			150	10,7	9,7	19,3	207	№406-2013, Пермь	
кураца потрошенная 1 категории (разделка на мякоть без кожи)	147	131							
или грудка куриная (разделка на мякоть без кожи)	103	70							
или филе куриное промышленного производства	73	70							
масса отварной птицы (мякоть)		50							

крупа рисовая	34	34						
морковь до 01.01 - 20%	30	24						
с 01.01 - 25%	32	24						
лук репчатый	6	5						
масло растительное	6	6						
ИЛИ								
Плов из говядины			150	9,0	9,3	18,5	194	№443-2004
мясо говядина полуфабрикат	76	64						
или говядина 1 категории	87	64						
масло растительное	6	6						
масса тушеного мяса		40						
крупа рисовая	30	30						
морковь до 01.01 - 20%	40	32						
с 01.01 - 25%	43	32						
лук репчатый	12	10						
Сок в ассортименте	150	150	150	0,2	0,1	21,3	87	№518-2013, Пермь
Фрукт в ассортименте			130	0,3	0,3	21,5	90	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)								
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34	

ИТОГО:	37	40	189	1263	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА 2 НЕДЕЛЮ	38	42	186	1271	
<i>Норма в пищевых веществах и энергии (90%)</i>	38	42	183	1260	<i>При 11-12 часовом пребывании детей</i>
<i>Норма в пищевых веществах и энергии (100%) *</i>	42	47	203	1400	

3 НЕДЕЛЯ

11 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			360	7,9	10,5	36,5	272,1	
Каша рисовая жидкая <u>на воде с маслом растительным</u>			150	2,9	4,1	16,1	113	№311-2004
крупa рисовая	23	23						
<u>вода питьевая</u>	143	143						
сахар	2	2						
<u>масло растительное</u>	3	3						
Мучное изделие без содержания молочных продуктов промышленного производства в ассортименте			20	2,7	4,2	8,5	83	
Кофейный напиток <u>на молоке специализированном или воде</u>			180	2,3	2,2	11,9	77	№501-2013, Пермь
кофейный напиток	3,5	3,5						
сахар	8	8						
<u>молоко безлактозное или молоко растительное</u>	75	75						

ИЛИ								
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004
чай - заварка	0,4	0,4						
сахар	10	10						
Второй завтрак				0,1	0,4	16,4	70	
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,4	16,4	70	№458-2006, Москва
Обед			570	19,2	19,9	61,9	503,5	
Икра свекольная			40	1,0	2,9	4,0	46	№119-2013, Пермь
свекла до 01.01 -20%	50	40						
с 01.01 - 25%	53	40						
масса отварной свеклы		38						
лук репчатый	9,5	8						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	3	3						
масло растительное	3	3						
лимонная кислота	0,2	0,2						
сахар	0,5	0,5						
ИЛИ								
Салат зеленый с огурцами и помидорами			40	0,4	3,0	1,3	34	№35-2006, Москва
помидоры свежие парниковые	13,3	13						

или помидоры свежие грунтовые	15,3	13						
огурцы свежие парниковые	24,5	24						
или огурцы свежие грунтовые	25,2	24						
лук репчатый	3,6	3						
или лук зелёный	3,8	3						
масло растительное	3	3						
Суп рыбный с крупой			150/50	5,6	6,7	10,5	125	№152-2013, Пермь
горбуша (кета) потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	90	60						
или горбуша (кета) потрошенная без головы (филе без кожи и костей)	103	60						
или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	109	60						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	84	62						
или треска потрошенная обезглавленная (филе с кожей без костей)	81	61						
или консерва рыбная натуральная в собственном соку	53	50						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	60	45						
01.11.-31.12. -30%	64	45						
01.01-29.02 - 35%	69	45						
01.03 - 40%	75	45						
крупя рисовая или крупя пшено	3	3						
лук репчатый	7	6						

масло растительное	3	3						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Шницель из курицы			60	9,3	5,8	6,9	117	№54-24м-2020-2021, Новосибирск
филе куриное промышленного производства	51	48						
или филе грудки индейки	51	48						
или грудка куриная (разделка на мякоть без кожи)	71	48						
хлеб пшеничный	11	11						
яйцо куриное	4	4						
<u>вода питьевая</u>	8	8						
мука пшеничная	5	5						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
или на случай отсутствия возможности использования курицы в учреждении								
Шницель из мяса (свинина мясная и говядина)			60	7,2	7,8	7,1	127	№451-2004
свинина мясная	20	17						
говядина 1 категории	38	28						
или говядина полуфабрикат	33	28						
хлеб пшеничный	11	11						
<u>вода питьевая</u>	5	5						
лук репчатый	6	5						

яйцо куриное	6	6						
мука пшеничная	5	5						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
Рагу овощное			120	2,2	4,0	12,0	93	№541-2004
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						
морковь до 01.01 - 20%	38	30						
с 01.01 - 25%	40	30						
лук репчатый	12	10						
капуста свежая белокочанная	68	54						
масло растительное	4	4						
соус томатный		35						№587-2004
вода питьевая	34	34						
<u>масло растительное</u>	2,4	2,4						
мука пшеничная	1,6	1,6						
морковь до 01.01 - 20%	3,8	3						
с 01.01 - 25%	4,0	3						

лук репчатый	1,2	1						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	8	8						
сахар	0,4	0,4						
Компот из изюма			150	0,2	0,0	12,8	52	№638-2004
изюм	12	12						
сахар	5	5						
ИЛИ								
Компот из смеси сухофруктов			150	0,3	0,0	12,2	50	№508-2013, Пермь
сухофрукты	15	15						
сахар	5	5						
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	52	
Уплотненный полдник			435	14,1	15,9	58,5	433,5	
Мучное изделие без содержания молочных продуктов промышленного производства в ассортименте			75	4,8	6,0	22,3	162	№687; 724-1996
ИЛИ на усмотрение ответственного за питание								
Пирожок с капустой			75	4,8	6,0	22,3	162	№687; 724-1996
<u>тесто</u>		48						
мука пшеничная	32	32						
молоко питьевое	8	8						

сахар	2,2	2,2						
масло сливочное	3,3	3,3						
яйцо куриное	3,3	3,3						
дрожжи прессованные	1,1	1,1						
или дрожжи сухие хлебопекарные	0,3	0,3						
соль йодированная	0,4	0,4						
<u>фарш</u>		34						
капуста свежая белокочанная	51	41						
масло растительное	2,4	2,4						
яйцо куриное	3,4	3,4						
соль йодированная	0,3	0,3						
яйцо куриное для смазки изделия	1,5	1,5						
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2						
Зразы рубленные из мяса (говядина и свинина), запеченные			60	8,0	5,4	4,5	99	№457-2004
свинина мясная	22	19						
говядина 1 категории	26	19						
или говядина полуфабрикат	22	19						
хлеб пшеничный	8	8						

вода питьевая	12	12						
котлетная масса		56						
яйцо куриное отварное для фарша	20	20						
мука пшеничная	5	5						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
Картофель толченый, по-деревенски			120	0,9	4,4	17,3	112	№208-2013, Пермь
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	168	126						
01.11.-31.12. -30%	180	126						
01.01-29.02 - 35%	194	126						
01.03 - 40%	210	126						
отвар картофельный	20	20						
<u>масло растительное</u>	4	4						
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004
чай - заварка	0,4	0,4						
сахар	10	10						
Хлеб ржаной			10	0,3	0,1	3,8	17	
ИТОГО:				41	47	173	1279	

12 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			355	4,6	4,8	53,5	274,8	
Каша пшенная жидкая <u>на воде с маслом растительным</u>			150	2,6	4,2	15,6	111	№311-2004
крупa пшено	18	18						
вода питьевая	140	140						
сахар	2	2						
<u>масло растительное</u>	3	3						
Бутерброд с джемом или вареньем			15/10	1,2	0,2	15,3	68	№2-2004
батон или хлеб пшеничный	15	15						
джем или варенье промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	10,2	10						
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004
чай - заварка	0,4	0,4						
сахар	10	10						
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34	
Второй завтрак				0,2	0,0	17,3	70	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Пермь

Обед			500	15,4	24,8	52,1	492,4	
Салат из моркови с чесноком			40	1,0	3,1	2,6	42	№59-2013, Пермь
морковь до 01.01 - 20%	50	40						
с 01.01 - 25%	53	40						
масса отварной моркови		37						
чеснок	0,3	0,2						
масло растительное	3	3						
ИЛИ								
Салат из огурцов с маслом			40	0,4	3,0	1,3	34	№14/1-2011г, Екатеринбург
огурцы свежие парниковые	40	39						
или огурцы свежие грунтовые	41	39						
масло растительное	3	3						
Суп гороховый с гренками на мясном бульоне			150/10	2,7	3,3	10,4	82	№139-2004
горох	12	12						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	45	34						
01.11.-31.12. -30%	49	34						
01.01-29.02 - 35%	52	34						
01.03 - 40%	57	34						
морковь до 01.01 - 20%	9	7						

с 01.01 - 25%	9,3	7						
лук репчатый	7	6						
<u>масло растительное</u>	3	3						
гренки из пшеничного хлеба		10						(№170-2013, Пермь)
хлеб пшеничный	19	16						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Запеканка картофельная с мясом отварным			150	10,9	18,0	16,2	270	№157-2004, Пермь
говядина 1 категории	99	73						
или говядина полуфабрикат	86	73						
масса отварного мяса		45						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	186	140						
01.11.-31.12. -30%	200	140						
01.01-29.02 - 35%	216	140						
01.03 - 40%	234	140						
<u>масло растительное</u>	8	8						
яйцо куриное	3	3						
сухари пшеничные	2,5	2,5						
масло растительное для смазки листа	2,5	2,5						

Напиток клюквенный			150	0,1	0,0	10,9	44	№520-2013, Пермь
клюква	16,5	15						
сахар	10	10						
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34	
Уплотненный полдник			490	10,8	10,6	73,4	432,0	
Котлеты из мяса (свинина мясная и говядина)			50	6,0	6,5	5,9	106	№451-2004
свинина мясная	16	14						
говядина 1 категории	31	23						
или говядина полуфабрикат	27	23						
хлеб пшеничный	9	9						
<u>вода питьевая</u>	4	4						
лук репчатый	4,8	4						
яйцо куриное	5	5						
мука пшеничная	5	5						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
Рис припущенный, с <u>маслом растительным</u>			110	2,5	3,2	18,6	113	№512-2004
крупа рисовая	39	39						
вода питьевая	81	81						

масло растительное	3	3						
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004
чай - заварка	0,4	0,4						
сахар	10	10						
Фрукт в ассортименте			150	1,5	0,5	27,0	119	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)								
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	51	
ИТОГО:				31	40	196	1269	

13 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			350	6,2	7,4	49,1	287,8	
Каша гречневая вязкая с <u>маслом растительным</u>			130	3,7	5,1	23,1	153	№510-2004
крупа гречневая	33	33						
вода питьевая	104	104						
масло растительное	4	4						
Мучное изделие без содержания молочных продуктов промышленного производства в ассортименте			40	2,4	2,3	15,4	92	
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004
чай - заварка	0,4	0,4						

сахар	10	10						
Второй завтрак				0,2	0,0	17,3	70	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Пермь
Обед			530	18,0	16,1	68,0	488,9	
Салат из свежих помидоров			40	0,7	3,0	2,7	41	№22-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	39	38						
или помидоры свежие грунтовые	45	38						
масло растительное	3	3						
ИЛИ								
Икра морковная			40	0,8	2,9	3,5	43	№119-2013, Пермь
морковь до 01.01 - 20%	50	40						
с 01.01 - 25%	53	40						
масса отварной моркови		38						
лук репчатый	9,5	8						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	3	3						
масло растительное	3	3						
лимонная кислота	0,2	0,2						
сахар	0,5	0,5						

Рассольник Ленинградский с мясом БЕЗ СМЕТАНЫ			150/10	3,6	3,8	8,6	83	№129-1996
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	60	45						
01.11.-31.12. -30%	64	45						
01.01-29.02 - 35%	69	45						
01.03 - 40%	75	45						
крупа перловая	3	3						
морковь до 01.01 - 20%	7,5	6						
с 01.01 - 25%	8,0	6						
лук репчатый	3,6	3						
огурцы консервированные без уксуса	16	9						
<u>масло растительное</u>	3	3						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Рыба, припущенная с овощами			60	11,2	4,2	1,2	87	№332-2013, Пермь
горбуша (кета) потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	108	72						
или горбуша (кета) потрошенная без головы (филе без кожи и костей)	123	72						
или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	131	72						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	100	74						

или треска потрошенная обезглавленная (филе с кожей без костей)	96	73						
морковь до 01.01 - 20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	7	6						
Картофель толченый, по-деревенски			120	0,9	4,4	17,3	112	№208-2013, Пермь
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	168	126						
01.11.-31.12. -30%	180	126						
01.01-29.02 - 35%	194	126						
01.03 - 40%	210	126						
отвар картофельный	20	20						
<u>масло растительное</u>	4	4						
Компот из кураги			150	0,3	0,0	14,3	58	№638-2004
курага	15	15						
сахар	5	5						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
Уплотненный полдник			460	11,2	11,8	68,1	423,4	
Винегрет овощной			120	1,5	4,0	12,5	92	№71-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	37	28						

01.11.-31.12. -30%	40	28						
01.01-29.02 - 35%	43	28						
01.03 - 40%	47	28						
масса отварного картофеля		25						
свекла до 01.01 -20%	40	32						
с 01.01 - 25%	43	32						
масса отварной свеклы		30						
морковь до 01.01 - 20%	40	32						
с 01.01 - 25%	43	32						
масса отварной моркови		30						
огурцы соленые без уксуса	33	18						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	20	13						
масло растительное	4	4						
Запеканка из печени с рисом			60	7,6	7,2	11,1	140	№482-2004
печень говяжья	54	45						
крупа рисовая	7	7						
вода питьевая	16	16						
масса рассыпчатого риса		21						
лук репчатый	18	15						

масло растительное	3	3						
масса прогретого с маслом лука		7						
яйцо куриное	3	3						
яйцо куриное для смазки изделия	1,5	1,5						
масло растительное для смазки листа	2	2						
ИЛИ								
Рулет мясной (из говядины и свинины) с луком и яйцом			60	7,6	7,4	3,6	111	№458-2004
говядина 1 категории	23	17						
или говядина полуфабрикат	20	17						
свинина мясная	20	17						
хлеб пшеничный	7	7						
вода питьевая	11	11						
фарш		16						
лук репчатый	25	21						
масло растительное	2,5	2,5						
масса припущенного с маслом лука		10						
яйцо куриное	6	6						
яйцо куриное для смазки изделия	3,5	3,5						
сухари пшеничные	2	2						

масло растительное для смазки листа	0,5	0,5						
Чай с сахаром			150	0,1	0,0	8,5	34	№685-2004
чай - заварка	0,4	0,4						
сахар	8	8						
Фрукт в ассортименте			130	1,3	0,3	23,4	102	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)								
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			10	0,3	0,1	3,8	17	
ИТОГО:				36	35	203	1270	

14 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			350	6,6	10,3	41,0	283,1	
Каша пшеничная жидкая на воде с маслом растительным			150	2,4	4,5	15,5	112	№311-2004
крупa пшеничная	18	18						
<u>вода питьевая</u>	140	140						
сахар	2	2						
<u>масло растительное</u>	3	3						
Мучное изделие без содержания молочных продуктов промышленного производства в ассортименте			20	2,7	4,2	8,5	83	

Чай на <u>молоке специализированном</u>			180	1,5	1,6	17,0	88	№495-2013, Пермь		
чай - заварка	0,4	0,4								
<u>молоко безлактозное или молоко растительное</u>	40	40								
сахар	12	12								
ИЛИ										
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004		
чай - заварка	0,3	0,3								
сахар	10	10								
Второй завтрак					0,2	0,0	17,3	70		
Сок в ассортименте			100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Пермь
Обед			530	14,5	20,3	62,7	492,0			
Салат из огурцов с маслом			40	0,4	3,0	1,3	34	№14/1-2011г, Екатеринбург		
огурцы свежие парниковые	40	39								
или огурцы свежие грунтовые	41	39								
масло растительное	3	3								
ИЛИ										
Салат "Степной" из разных овощей			40	0,7	3,0	3,0	42	№25-2004		
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	20	15								
01.11.-31.12. -30%	21	15								

01.01-29.02 - 35%	23	15						
01.03 - 40%	25	15						
масса отварного картофеля		12						
морковь до 01.01 - 20%	19	15						
с 01.01 - 25%	20	15						
масса отварной моркови		13						
огурцы консервированные без уксуса	13	7						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	8	5						
масло растительное	3	3						
Борщ с капустой и картофелем с мясом БЕЗ СМЕТАНЫ			150/10	3,3	4,4	10,0	93	№110-2004
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
свекла до 01.01 -20%	30	24						
с 01.01 - 25%	32	24						
капуста свежая белокочанная	15	12						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	16	12						
01.11.-31.12. -30%	17	12						
01.01-29.02 - 35%	18	12						
01.03 - 40%	20	12						

морковь до 01.01 - 20%	10	8						
с 01.01 - 25%	11	8						
лук репчатый	7	6						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	4	4						
<u>масло растительное</u>	3	3						
сахар	0,3	0,3						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Тефтели из мяса (свинина мясная и говядина)			60	7,4	7,7	7,2	128	№461-2004
свинина мясная	23	20						
говядина 1 категории	27	20						
или говядина полуфабрикат	24	20						
хлеб пшеничный	9	9						
<u>вода питьевая</u>	12	12						
лук репчатый	17	14						
<u>масло растительное</u>	4	4						
масса припущенного с маслом лука		9						
мука пшеничная	3,5	3,5						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
ИЛИ								

Котлета особая (из свинины мясной и филе индейки)			50	7,7	5,6	4,9	101	№452-2004
свинина мясная	14	12						
филе индейки	23	22						
хлеб пшеничный	7	7						
<u>вода питьевая</u>	9	9						
лук репчатый	18	15						
<u>масло растительное</u>	2	2						
масса припущенного с маслом лука		7						
яйцо куриное	3	3						
сухари	4	4						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
Овощи тушеные в соусе томатном			120	2,3	4,6	15,1	111	№18/3-2011, Екатеринбург
горошек зелёный консервированный	31	20						
морковь до 01.01 - 20%	25	20						
с 01.01 - 25%	27	20						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	117	88						
01.11.-31.12. -30%	126	88						
01.01-29.02 - 35%	136	88						
01.03 - 40%	147	88						

лук репчатый	19	16						
масло растительное	5	5						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	4	4						
мука пшеничная	2,2	2,2						
Кисель из свежих ягод			150	0,25	0,16	13,4	56	№505-2013, Пермь
вишня свежемороженая	19	18						
или смородина свежемороженая	18,9	18						
или клюква свежемороженая	18,9	18						
сахар	8	8						
крахмал	5	5						
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	51	
Уплотненный полдник			480	23,3	19,3	43,7	441,7	
Плов из птицы			150	10,7	9,7	19,3	207	№406-2013, Пермь
кураца потрошенная 1 категории (разделка на мякоть без кожи)	147	131						
или грудка куриная (разделка на мякоть без кожи)	103	70						
или филе куриное промышленного производства	73	70						
масса отварной птицы (мякоть)		50						
крупа рисовая	34	34						

морковь до 01.01 - 20%	30	24						
с 01.01 - 25%	32	24						
лук репчатый	6	5						
масло растительное	6	6						
ИЛИ								
Плов из говядины			150	9,0	9,3	18,5	194	№443-2004
мясо говядина полуфабрикат	76	64						
или говядина 1 категории	87	64						
масло растительное	6	6						
масса тушеного мяса		40						
крупа рисовая	30	30						
морковь до 01.01 - 20%	40	32						
с 01.01 - 25%	43	32						
лук репчатый	12	10						
Мучное изделие без содержания молочных продуктов промышленного производства в ассортименте			50	14,1	9,8	9,0	181	
Чай с лимоном			180	0,1	0,0	10,5	42	№686-2004
чай - заварка	0,4	0,4						
сахар	10	10						
лимон	6	5						

Фрукт в ассортименте	100	0,1	0,2	5,7	25	№458-2006, Москва				
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)										
ИТОГО:		45	50	165	1287					
15 день										
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры		
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал			
ЗАВТРАК			350	9,3	9,3	43,4	294,5			
Макаронные изделия отварные <u>с маслом растительным</u>			110	2,4	2,3	27,0	138	№516-2004		
макаронные изделия группы А	39	39								
<u>масло растительное</u>	2,5	2,5								
Кондитерское изделие без содержания молочных продуктов промышленного производства в ассортименте			20	1,7	2,4	5,5	50			
Яйца вареные			40	5,1	4,6	0,3	63	№300-2013, Пермь		
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004		
чай - заварка	0,4	0,4								
сахар	10	10								
Второй завтрак				0,2	0,0	17,3	70			
Сок в ассортименте			100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Пермь

Обед			530	13,6	15,0	74,8	488,6	
Салат из капусты белокочанной с морковью			40	0,6	3,0	3,8	45	№4-2013, Пермь
капуста свежая белокочанная	69	55						
масса капусты, стертой с солью		35						
лимон (для сока)	5	2						
сахар	0,4	0,4						
морковь до 01.01 - 20%	6,3	5						
с 01.01 - 25%	6,7	5						
(в свежем виде морковь и капусту старого урожая использовать до 1 марта, после 1 марта свежего урожая или другой салат из вареных овощей)								
масло растительное	3	3						
ИЛИ								
Салат "Любительский"			40	1,5	3,0	2,3	42	№4-2006, Екатеринбург
морковь до 01.01 - 20%	19	15						
с 01.01 - 25%	20	15						
масса отварной моркови		12						
кукуруза консервированная (после термической обработки)	17	10						
огурцы консервированные без уксуса	31	17						
или огурцы свежие парниковые	17,3	17						
или огурцы свежие грунтовые	18	17						

масло растительное	3	3						
Суп-лапша домашняя, с курицей			150/10	4,6	5,1	8,1	97	№148-2004
курица потрошенная 1 категории (разделка на мякоть без кожи)	29	26						
или грудка куриная (разделка на мякоть без кожи)	19	18						
или филе куриное промышленного производства	15	14						
ИЛИ Суп-лапша домашняя, с мясом			150/10	3,3	4,7	8,1	88	№148-2004
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
<i>лапша домашняя</i>		12						№549-2004
мука пшеничная	11	11						
мука пшеничная на подпыл	0,7	0,7						
яйцо куриное	3	3						
вода питьевая	2,1	2,1						
соль йодированная	0,3	0,3						
или лапша промышленного производства	12	12						
морковь до 01.01 - 20%	7,5	6						
с 01.01 - 25%	8,0	6						
лук репчатый	7	6						
<u>масло растительное</u>	3	3						

зелень сушеная	0,1	0,1							
Котлеты рыбные любительские			60	7,3	2,2	6,7	76	№346-2013, Пермь	
горбуша (кета) потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	60	40							
или горбуша (кета) потрошенная без головы (филе без кожи и костей)	68	40							
или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	73	40							
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	54	40							
или треска потрошенная обезглавленная (филе с кожей без костей)	53	40							
морковь до 01.01 - 20%	18	14							
с 01.01 - 25%	19	14							
масса отварной моркови		12							
хлеб пшеничный	5	5							
лук репчатый	6	5							
яйцо куриное	8	8							
вода питьевая	6	6							
мука пшеничная	5	5							
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5							
Картофель толченый, по-деревенски			120	0,9	4,4	17,3	112	№208-2013, Пермь	
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	168	126							
01.11.-31.12. -30%	180	126							

01.01-29.02 - 35%	194	126						
01.03 - 40%	210	126						
отвар картофельный	20	20						
<u>масло растительное</u>	4	4						
Сок в ассортименте	150	150	150	0,4	0,1	18,8	78	№518-2013, Пермь
ИЛИ								
Компот из ягод и яблок			150	0,15	0,08	12,3	51	№513-2013, Пермь
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	21	18						
вишня или смородина или облепиха или клубника свежемороженые	15	14						
сахар	8	8						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	52	
Уплотненный полдник			480	13,2	11,5	65,0	416,3	
Колобки мясо-картофельные с соусом томатным			60/30	7,2	7,9	4,5	118	№316-2006, Москва
говядина 1 категории	41	30						
или говядина полуфабрикат	35	30						
свинина мясная	23	20						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	8,0	6						
01.11.-31.12. -30%	8,6	6						

01.01-29.02 - 35%	9,2	6						
01.03 - 40%	10,0	6						
лук репчатый	8	7						
яйцо куриное	5	5						
сухари пшеничные	6	6						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
соус томатный		30						№587-2004
вода питьевая	28	28						
<u>масло растительное</u>	2	2						
мука пшеничная	1,3	1,3						
морковь до 01.01 - 20%	3,8	3						
с 01.01 - 25%	4	3						
лук репчатый	1,2	1						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5	5						
сахар	0,3	0,3						
Булгур припущенный, с маслом растительным			110	4,0	3,1	20,3	125	№54-22г-2020-2021, Новосибирск
крупа булгур	34	34						
вода питьевая	85	85						
<u>масло растительное</u>	3	3						

Чай со смородиной и сахаром			150	0,2	0,0	9,3	38	№54-6гн-2020-2021, Новосибирск
чай - заварка	0,4	0,4						
смородина черная или красная смородина	8,6	8						
сахар	8	8						
Фрукт в ассортименте			130	1,3	0,3	23,4	102	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)								
Хлеб ржаной			20	0,5	0,2	7,5	34	
ИТОГО:				36	36	201	1269	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА 3 НЕДЕЛЮ				38	42	187	1275	
Норма в пищевых веществах и энергии (90%)				38	42	183	1260	При 11-12 часовом пребывании детей
Норма в пищевых веществах и энергии (100%) *				42	47	203	1400	

Суп с мясными фрикаделькам			150/20
картофель - 01.09.-	93	70	
31.12. -	100	70	
20%			

01.01 - 29.02 - 25%	105	70	
01.03 - 40%	117	70	
морковь - до 01.01 - 20%	12,5	10	
с 01.01 - 25%	13	10	
лук репчатый	8,3	7	
масло сливочно	2	2	
фрикаде			
льки:			
говядина 1	27	20	
категории говядина	24	20	
пепуфебр лук репчатый	3,2	2,7	
яйцо куриное	1,7	1,7	
зелень сушеная	0,1	0,1	

в капусте туш

2,9	2,9	7,5	68	6,80

