

УТВЕРЖДАЮ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ	Подписано цифровой
АВТОНОМНОЕ	подписью: МУНИЦИПАЛЬНОЕ
ДОШКОЛЬНОЕ	АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ	ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ	УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД
САД "ТОПОЛЁК" г.	"ТОПОЛЁК" г. СОВЕТСКИЙ"
СОВЕТСКИЙ"	Дата: 2024.09.04 11:18:12
	20 г.

15 – ти дневное меню №2428 от 05 октября 2022 года

для питания детей с аллергией на рыбу и рыбные продукты,

на основе основного меню № 2236 от 11 ноября 2021 г., 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: 3-7 лет.

Часы пребывания: 11-12 часов.

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

**Меню приготавливаемых блюд
завтрак, 2 завтрак, обед, уплотненный полдник**

Возрастная категория: с 3 до 7 лет (11-12 часов пребывания детей)

15 - ти дневное меню № 2428 от 05 октября 2022 г

Меню для питания детей с аллергией на рыбу и рыбные продукты на основе основного меню № 2236 от 11 ноября 2021 г

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					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			420	11,0	14,7	44,5	354	
Каша манная жидкая			200	6,1	6,7	21,2	170	№311-2004
крупа манная	20	20						
молоко питьевое	190	190						
сахар	3	3						
масло сливочное	5	5						

Бутерброд с маслом			15/5	1,6	3,8	7,4	70	№1-2004
батон или хлеб пшеничный	15	15						
масло сливочное	5	5						
Какао с молоком			200	3,3	4,2	15,9	115	№497-2013, Пермь
какао - порошок	2,5	2,5						
молоко питьевое	130	130						
сахар	10	10						
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
<i>Второй завтрак</i>				0,5	0,2	21,8	91	
Сок в ассортименте	120	120	120	0,5	0,2	21,8	91	№518-2013, Пермь
<i>Обед</i>			660	20,4	24,2	83,3	632	
Салат из свеклы с чесноком			60	0,8	4,0	4,3	56	№59-2013, Пермь
свекла до 01.01 -20%	74	59						
с 01.01 - 25%	78	59						
масса отварной свеклы		56						
чеснок	0,5	0,4						
масло растительное	4	4						

<i>ИЛИ</i>								
Салат из огурцов с маслом			60	0,6	4,1	1,9	47	№14/1-2011г., Екатеринбург
огурцы свежие парниковые	58	57						
или огурцы свежие грунтовые	60	57						
масло растительное	4	4						
Рассольник "Домашний" с курицей со сметаной			180/15/5	4,7	3,8	8,7	88	№131-2004
курица потрошенная 1 категории (разделка на мякоть без кожи)	45	39						
или грудка куриная (разделка на мякоть без кожи)	25	24						
или филе куриное промышленного производства	25	24						
капуста белокочанная свежая	19	15						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	73	55						
01.11.-31.12. -30%	79	55						
01.01-29.02 - 35%	85	55						
01.03 - 40%	92	55						
морковь до 01.01 - 20%	7,5	6						
с 01.01 - 25%	8	6						
лук репчатый	8	7						

огурцы соленые без уксуса	18	10						
масло сливочное	4	4						
сметана	5	5						
зелень сушеная	0,1	0,1						
или на случай отсутствия возможности использования курицы в учреждении								
Рассольник "Домашний" с мясом со сметаной			180/10/5	4,1	3,5	8,7	83	№131-2004
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
капуста белокочанная свежая	19	15						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	73	55						
01.11.-31.12. -30%	79	55						
01.01-29.02 - 35%	85	55						
01.03 - 40%	92	55						
морковь до 01.01 - 20%	7,5	6						
с 01.01 - 25%	8	6						
лук репчатый	8	7						
огурцы соленые без уксуса	18	10						

масло сливочное	4	4						
сметана	5	5						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Тефтели из мяса (свинина мясная и говядина)			70	8,9	9,5	8,4	155	№461-2004
свинина мясная	28	24						
говядина 1 категории	33	24						
или говядина полуфабрикат	28	24						
хлеб пшеничный	11	11						
молоко питьевое	14	14						
лук репчатый	19	16						
масло сливочное	7	7						
масса припущенного с маслом лука		10						
мука пшеничная	4	4						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Каша гречневая вязкая отварная, с соусом молочным			150	4,2	6,1	18,9	147	№510-2004
крупа гречневая	30	30						
вода питьевая	96	96						

масло сливочное	3	3						
соус молочный		30						№435-2013, Пермь
молоко питьевое	30	30						
мука пшеничная	1,2	1,2						
масло сливочное	1,2	1,2						
Компот из изюма			180	0,3	0,0	14,1	58	№638-2004
изюм	15	15						
сахар	5	5						
ИЛИ								
Компот из свежих плодов			180	0,2	0,0	15,5	62,7	№585-1996
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	45,6	40						
или груши свежие	44	40						
или апельсины свежие	60	40						
лимонная кислота	0,18	0,18						
сахар	10	10						
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	51	

Уплотненный полдник			560	19	24	69	568	
Салат картофельный с кукурузой и морковью			130	2,2	5,2	7,4	85	№73-2013, Пермь
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	84	63						
01.11.-31.12. -30%	90	63						
01.01-29.02 - 35%	97	63						
01.03 - 40%	105	63						
масса отварного картофеля		60						
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	5	5						
Пудинг из мяса			70	10,2	11,7	1,2	151	№472-2004
говядина 1 категории	53	39						
или говядина полуфабрикат	46	39						
и свинина мясная	46	39						
масло сливочное	3	3						

яйцо куриное	12	12						
молоко питьевое	17	17						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Чай с молоком			180	2,5	2,2	10,2	71	№495-2013, Пермь
чай - заварка	0,5	0,5						
молоко питьевое	100	100						
сахар	8	8						
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 хлебопекарные	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	0,7	0,7						
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			15	0,5	0,2	5,7	26	
ИТОГО:			51	63	219	1646		

2 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			435	13,3	11,8	48,9	355,0	
Каша молочная ассорти (пшенично - ячневая)			200	5,5	5,5	22,5	162	№18/4-2011, Екатеринбург
крупка пшеничная	15	15						
крупка ячневая	15	15						
молоко питьевое	190	190						
сахар	3	3						

масло сливочное	5	5						
Бутерброд с сыром			20/15	5,3	3,7	7,2	83,3	№3-2004
батон или хлеб пшеничный	20	20						
сыр	16	15						
Кофейный напиток			200	2,3	2,5	14,8	90,9	№501-2013, Пермь
кофейный напиток	4	4						
сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Второй завтрак				0,5	0,2	21,8	91	
Сок в ассортименте	120	120	120	0,5	0,2	21,8	91	№518-2013, Пермь
Обед			640	18,3	20,9	95,0	641	
Салат из моркови и яблок			60	0,8	4,1	5,9	64	№9-2013, Пермь
морковь до 01.01 - 20%	56	45						
с 01.01 - 25%	60	45						
(в свежем виде морковь старого урожая использовать до 1 марта, после 1 марта свежего урожая или в отварном виде)								
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом, очищенные от кожицы)	21,5	15						

масло растительное	4	4						
ИЛИ								
Салат "Любительский"			60	2,2	4,1	3,5	60	№4-2006, Екатеринбург
морковь до 01.01 - 20%	25	20						
с 01.01 - 25%	27	20						
масса отварной моркови		17						
кукуруза консервированная (после термической обработки)	25	15						
огурцы консервированные без уксуса	45,5	25						
или огурцы свежие парниковые	25,5	25						
или огурцы свежие грунтовые	26,3	25						
масло растительное	4	4						
Суп гороховый с гренками			180/20	4,4	3,1	22,9	137	№139-2004
горох	15	15						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	53	40						
01.11.-31.12. -30%	57	40						
01.01-29.02 - 35%	62	40						
01.03 - 40%	67	40						

морковь до 01.01 - 20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	10	8						
масло сливочное	4	4						
гренки из пшеничного хлеба		20						№170-2013, Пермь
хлеб пшеничный	38	32						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Жаркое по - домашнему			200	11,3	12,9	22,7	252	№436-2004
говядина 1 категории	87	64						
или говядина полуфабрикат	76	64						
масса отварного мяса		40						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	206	155						
01.11.-31.12. -30%	222	155						
01.01-29.02 - 35%	239	155						
01.03 - 40%	259	155						
морковь до 01.01 - 20%	28	22						
с 01.01 - 25%	29	22						

лук репчатый	12	10						
масло растительное	6	6						
Компот из смеси сухофруктов			180	0,3	0,0	15,2	62	№508-2013, Пермь
сухофрукты	15	15						
сахар	8	8						
Хлеб пшеничный			30	0,6	0,3	13,2	58	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
Уплотненный полдник			540	14,9	18,2	79,5	541,3	
Винегрет овощной			130	2,1	5,2	13,5	109	№71-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	44	33						
01.11.-31.12. -30%	47	33						
01.01-29.02 - 35%	51	33						
01.03 - 40%	55	33						
масса отварного картофеля		30						
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	36	20						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	23	15						
масло растительное	5	5						
Котлеты из мяса (свинина мясная и говядина)			70	9,2	8,8	8,3	149	№451-2004
свинина мясная	25	21						
говядина 1 категории	44	32						
или говядина полуфабрикат	38	32						
хлеб пшеничный	12	12						
молоко питьевое	6	6						
лук репчатый	7,1	6						
яйцо куриное	6	6						
мука пшеничная	7	7						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте			30	2,7	3,7	17,5	114	

Чай со смородиной и сахаром				180	0,2	0,0	10,5	42,8	№54-6гн-2020, 2021, Новосибирск
чай-заварка	0,5	0,5							
смородина черная или красная	10,7	10							
сахар	10	10							
ИЛИ									
Чай с лимоном				180	0,1	0,0	10,5	42	№686-2004
чай - заварка	0,5	0,5							
сахар	10	10							
лимон	6	5							
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 пшеничный				10	0,2	0,1	4,4	19	
Хлеб ржаной				10	0,2	0,1	3,8	17	
ИТОГО:					47	51	245	1629	
3 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак				420	10,9	9,7	62,2	379,7	
Каша рисовая жидкая				200	6,4	7,2	25,5	192	№311-2004
крупа рисовая	30	30							

молоко питьевое	190	190						
сахар	3	3						
масло сливочное	5	5						
Бутерброд с джемом или вареньем			20/20	1,8	0,2	22,1	97	№2-2004
батон или хлеб пшеничный	20	20						
джем или варенье промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	20,2	20						
Чай с молоком			180	2,5	2,2	10,2	71	№495-2013, Пермь
чай - заварка	0,5	0,5						
молоко питьевое	100	100						
сахар	8	8						
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
<i>Второй завтрак</i>				<i>0,5</i>	<i>0,2</i>	<i>21,8</i>	<i>91</i>	
Сок с содержанием витаминов и минералов в ассортименте	120	120	120	0,5	0,2	21,8	91	№518-2013, Пермь
<i>Обед</i>			<i>665</i>	<i>21</i>	<i>23</i>	<i>91</i>	<i>655</i>	
Салат картофельный с огурцами и зеленым горошком			60	1,1	4,1	5,3	63	№75-2013, Пермь
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	43	32						
01.11.-31.12. -30%	46	32						

01.01-29.02 - 35%	49	32						
01.03 - 40%	53	32						
масса отварного картофеля		30						
огурцы свежие парниковые	15,3	15						
или огурцы свежие грунтовые	15,8	15						
или огурцы соленые без уксуса	27,3	15						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	18	12						
масло растительное	4	4						
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной			180/10/5	4,1	4,9	5,6	83	№142-2013, Пермь
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
капуста белокочанная свежая	45	36						
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						
морковь до 01.01 - 20%	12,5	10						

с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	8	7						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	2	2						
масло растительное	4	4						
сметана	5	5						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Печень говяжья по - строгановски			80	11,2	10,4	2,9	150	№431-2004
печень говяжья	90	75						
масло растительное	3	3						
масса готовой печени		50						
мука пшеничная	2	2						
сметана	10	10						
вода питьевая	20	20						
ИЛИ								
Бефстроганов из отварной говядины			70	11,9	9,7	4,1	151,3	№54-1м-2020-2021, Новосибирск
говядина 1 категории	88	65						
или говядина полуфабрикат	77	65						

масса отварного мяса		40						
масса соуса		30						
мука пшеничная	4	4						
сметана	10	10						
бульон	20	20						
лук репчатый	12	10						
масло растительное	3	3						
Макаронные изделия отварные			150	3,5	2,8	36,8	186	№516-2004
макаронные изделия группы А	53	53						
масло сливочное	3,5	3,5						
Напиток из шиповника			180	0,2	0,0	21,2	86	№705-2004
шиповник	20	20						
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			505	29,8	20,4	61,9	550	
Запеканка из творога с молоком сгущенным			180	25,8	16,9	25,7	358	№313-2013, Пермь
творог	144	143						
мука пшеничная	12	12						

или крупа манная	10	10						
молоко питьевое для каши	36	36						
яйцо куриное	12	12						
сахар	6	6						
ванилин	0,01	0,01						
сметана	6	6						
сухари пшеничные	6	6						
масло сливочное для смазки листа	3	3						
масса готовой запеканки		150						
молоко сгущенное с сахаром	30,2	30						
ИЛИ								
Сырники из творога запечённые, с молоком сгущенным			180	25,2	16,7	25,4	353	№321-2013, Пермь
творог	140	138						
крупа манная	18	18						
яйцо куриное	7	7						
сахар	7	7						
ванилин	0,01	0,01						

мука пшеничная	10	10							
сметана	7	7							
масло сливочное для смазки листа	3	3							
масса готовых сырников (3 шт. по 50 г)		150							
молоко сгущенное с сахаром	30,2	30							
Йогурт молочный для детского питания в ассортименте	125	125	125	3,5	3,3	14,8	103		
Чай с сахаром			200	0,1	0,0	12,6	51		№685-2004
чай - заварка	0,5	0,5							
сахар	12	12							
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	38		
ИТОГО:				62	53	237	1676		
4 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			460	14,0	15,7	39,4	354,9		
Суп молочный с макаронными изделиями			200	5,5	6,1	19,5	155		№165-2013, Пермь
молоко питьевое	205	205							

макаронные изделия группы А	16	16						
сахар	1,6	1,6						
масло сливочное	2	2						
Яйца вареные			40	5,1	4,6	0,3	63	№300-2013, Пермь
Бутерброд с маслом			15/5	1,6	3,8	7,4	70	№1-2004
батон или хлеб пшеничный	15	15						
масло сливочное	5	5						
Чай с молоком сгущенным			200	1,8	1,2	12,2	67	№493-2013, Пермь
чай - заварка	0,5	0,5						
молоко сгущенное с сахаром	40	40						
Второй завтрак				0,5	0,2	21,8	91	
Сок с содержанием витаминов и минералов в ассортименте	120	120	120	0,5	0,2	21,8	91	№518-2013, Пермь
Обед				660	23,1	22,4	83,9	628,8
Салат из свеклы с сыром и чесноком			60	3,1	4,4	5,8	75	№56-2013, Пермь
свекла до 01.01 -20%	73	58						
с 01.01 - 25%	77	58						
масса отварной свеклы		55						

чеснок	0,4	0,3						
сыр	7	6						
масло растительное	4	4						
ИЛИ								
Салат зеленый с огурцами и помидорами			60	0,6	4,0	2,0	46	№35-2006, Москва
помидоры свежие парниковые	20,4	20						
или помидоры свежие грунтовые	23,6	20						
огурцы свежие парниковые	35,7	35						
или огурцы свежие грунтовые	36,8	35						
лук репчатый	6,0	5						
или лук зелёный	6,3	5						
масло растительное	4	4						
Суп картофельный с мясом			180/10	4,8	5,8	15,1	132	№133-2004
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
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						
морковь до 01.01 - 20%	10,0	8						
с 01.01 - 25%	10,6	8						
лук репчатый	10	8						
масло сливочное	4	4						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Котлета домашняя из говядины и свинины, запеченная с соусом сметанным с томатом			70/30	9,1	8,9	7,4	146	№452-2004
свинина мясная	30	26						
говядина 1 категории	35	26						
или говядина полуфабрикат	31	26						
хлеб пшеничный	13	13						
молоко или вода питьевая	8	8						
чеснок	0,4	0,3						
лук репчатый	6	5						
яйцо куриное	3	3						
мука пшеничная или сухари	7	7						

масло растительное для смазки листа	2	2						
Соус сметанный с томатом		30						№601-2004
сметана	8	8						
мука пшеничная	2,3	2,3						
вода питьевая	22	22						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	3	3						
Булгур припущенный			130	4,9	2,8	24,0	141	№54-22г-2020-2021, Новосибирск
крупа булгур	40	40						
вода питьевая	100	100						
масло сливочное	3,5	3,5						
ИЛИ								
Рис припущенный			130	3,1	2,7	21,9	124	№512-2004
крупа рисовая	45	45						
вода питьевая	110	110						
масло сливочное	3,5	3,5						
Компот из смеси сухофруктов			180	0,3	0,0	15,2	62	№508-2013, Пермь
сухофрукты	15	15						

сахар	8	8						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34	
Уплотненный полдник			570	15,4	18,5	75,4	529	
Биточки из мяса (свинина мясная и говядина)			70	9,2	8,8	8,3	149	№451-2004
свинина мясная	25	21						
говядина 1 категории	44	32						
или говядина полуфабрикат	38	32						
хлеб пшеничный	12	12						
молоко питьевое	6	6						
лук репчатый	7,1	6						
яйцо куриное	6	6						
мука пшеничная	7	7						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
ИЛИ								
Котлета особая (из свинины мясной и филе индейки)			70	10,9	8,1	6,2	141	№452-2004
свинина мясная	21	18						

филе индейки	34	32							
хлеб пшеничный	10	10							
молоко питьевое	12	12							
лук репчатый	25	21							
масло сливочное	3	3							
масса припущенного с маслом лука		11							
яйцо куриное	4	4							
сухари пшеничные	5	5							
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5							
Рагу овощное			150	2,7	4,7	17,0	121	№541-2004	
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	33	25							
01.11.-31.12. -30%	36	25							
01.01-29.02 - 35%	39	25							
01.03 - 40%	42	25							
морковь до 01.01 - 20%	44	35							
с 01.01 - 25%	47	35							
лук репчатый	14	12							

капуста белокочанная свежая	81	65						
масло растительное	5	5						
соус томатный		45						№587-2004
вода питьевая	42	42						
масло сливочное	3	3						
мука пшеничная	2	2						
морковь до 01.01 - 20%	5	4						
с 01.01 - 25%	5,3	4						
лук репчатый	1,4	1,2						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	10	10						
сахар	0,5	0,5						
Пирог "Вечерний"			50	2,8	4,5	26,3	157	№120-1999
мука пшеничная	25	25						
сахар	5	5						
яйцо куриное	8	8						
сметана	5	5						
молоко сгущенное с сахаром	10	10						

двууглекислый натрий	0,3	0,3						
какао - порошок	1,8	1,8						
масло сливочное	4	4						
масло растительное для смазки листа	0,5	0,5						
Чай с лимоном			180	0,1	0,0	10,5	42	№686-2004
чай - заварка	0,5	0,5						
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)								
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34	
ИТОГО:			53	57	220	1604		
5 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			435	12,9	12,4	51,8	370,6	
Каша молочная Попурри (крупа рисовая, гречневая, пшено)			200	5,1	6,1	26,0	179	№16/4-2011, Екатеринбург

крупа рисовая	10	10							
крупа гречневая	10	10							
крупа пшено	10	10							
молоко питьевое	187	187							
сахар	3	3							
масло сливочное	5	5							
Бутерброд с сыром			20/15	5,3	3,7	7,2	83,3	№3-2004	
батон или хлеб пшеничный	20	20							
сыр	16	15							
Кофейный напиток			200	2,3	2,5	14,8	90,9	№501-2013, Пермь	
кофейный напиток	4	4							
сахар	10	10							
молоко питьевое	100	100							
Хлеб ржаной			10	0,2	0,1	3,8	17		
Второй завтрак				0,5	0,2	21,8	91,0		
Сок в ассортименте		120	120	120	0,5	0,2	21,8	91	№518-2013, Пермь
Обед				665	19,5	20,2	90,4	621,1	
Икра морковная				60	1,2	3,9	5,3	61	№119-2013, Пермь
морковь до 01.01 - 20%		75	60						

с 01.01 - 25%	80	60						
масса отварной моркови		57						
лук репчатый	14,3	12						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5	5						
масло растительное	4	4						
лимонная кислота	0,3	0,3						
сахар	0,8	0,8						
ИЛИ								
Салат из свежих помидоров			60	0,9	4,1	3,9	56	№22-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	58	57						
или помидоры свежие грунтовые	67	57						
масло растительное	4	4						
ИЛИ								
Борщ "Сибирский" с мясом со сметаной			180/10/5	4,5	3,8	14,7	111	№111-2004
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
свекла до 01.01 -20%	38	30						

с 01.01 - 25%	40	30							
капуста белокочанная свежая	19	15							
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	9	7							
01.11.-31.12. -30%	10	7							
01.01-29.02 - 35%	11	7							
01.03 - 40%	12	7							
фасоль консервированная в собственном соку	25	15							
морковь до 01.01 - 20%	12,5	10							
с 01.01 - 25%	13,3	10							
лук репчатый	8	7							
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	2	2							
масло сливочное	4	4							
сахар	0,3	0,3							
сметана	5	5							
зелень сушеная	0,1	0,1							
Гуляш из отварной говядины			80	9,0	7,4	3,2	115,4		№54-2м-2020-2021, Новосибирск
говядина 1 категории	88	65							

или говядина полуфабрикат	77	65							
масса отварного мяса		40							
масса соуса		40							
масло растительное	4	4							
лук репчатый	12	10							
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	4	4							
мука пшеничная	2,7	2,7							
Пюре картофельное			150	3,0	4,1	23,5	143	№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	3,5	3,5							
Кисель из свежих ягод			180	0,27	0,18	15,4	64,3	№505-2013, Пермь	
вишня свежемороженая	23	22							
или смородина свежемороженая	23,1	22							

или клюква свежемороженая	23,1	22						
сахар	10	10						
крахмал	6	6						
Хлеб пшеничный			30	0,6	0,3	13,2	58	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
Уплотненный полдник			500	18,5	14,0	91,6	565,7	
Суфле из птицы			70	10,1	6,8	8,1	134	№193-2001, Пермь
филе куриное промышленного производства	73	69						
или филе грудки индейки	73	69						
масса отварного филе		50						
яйцо куриное	12	12						
<u>соус молочный:</u>		20						
молоко питьевое	20	20						
мука пшеничная	1,5	1,5						
масло сливочное	2	2						
сметана для смазки изделия	3	3						
масло растительное для смазки листа	2	2						

или на случай отсутствия возможности использования курицы в учреждении

Пудинг из мяса			70	10,2	11,7	1,2	151	№472-2004
говядина 1 категории	53	39						
или говядина полуфабрикат	46	39						
и свинина мясная	46	39						
масло сливочное	3	3						
яйцо куриное	12	12						
молоко питьевое	17	17						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Макаронные изделия отварные с овощами на поджаривку			150	3,9	2,9	27,9	153	№516-2004
макаронные изделия группы А	38	38						
масло сливочное	3,5	3,5						
масса отварных макарон		100						
Горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	77	50						№101-2004
Шанежка наливная			80	4,0	4,1	34,2	190	№550-2013, Пермь
мука пшеничная	48	48						
сахар	3	3						

масло сливочное	3	3						
яйцо куриное	2	2						
соль йодированная	0,5	0,5						
дрожжи хлебопекарные	1,3	1,3						
или дрожжи сухие хлебопекарные	0,33	0,33						
молоко питьевое	20	20						
сметана	16	16						
мука пшеничная	2,4	2,4						
сахар	0,8	0,8						
масса фарша:		19						
яйцо куриное для смазки изделия	1,3	1,3						
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2						
Чай с сахаром			200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004
чай - заварка	0,5	0,5						
сахар	12	12						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	38	
ИТОГО:				51	47	256	1648	

ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА 1 НЕДЕЛЮ:	53	54	235	1640	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ и ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (90%):	49	54	235	1620	При 11-12 часовом пребывании детей
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (100%)*:	54	60	261	1800	

2 неделя

6 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			440	11,0	10,3	59,5	374,7	
Каша пшеничная жидкая			200	6,7	7,9	25,2	199	№311-2004
крупы пшеничные	25	25						
молоко питьевое	187	187						
сахар	3	3						
масло сливочное	5	5						
Бутерброд с джемом или вареньем			20/20	1,8	0,2	22,1	97	№2-2004
батон или хлеб пшеничный	20	20						
джем или варенье промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	20,2	20						
Чай с молоком			200	2,5	2,2	12,2	79	№495-2013, Пермь
чай - заварка	0,5	0,5						

молоко питьевое	100	100						
сахар	10	10						
Второй завтрак				0,5	0,2	21,8	91	
Сок в ассортименте	120	120	120	0,5	0,2	21,8	91	№518-2013, Пермь
Обед			675	20,8	22,6	88,8	642	
Салат "Степной" из разных овощей			60	1,0	3,0	4,5	49	№25-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	31	23						
01.11.-31.12. -30%	33	23						
01.01-29.02 - 35%	35	23						
01.03 - 40%	38	23						
масса отварного картофеля		20						
морковь до 01.01 - 20%	21	17						
с 01.01 - 25%	23	17						
масса отварной моркови		15						
огурцы консервированные без уксуса	22	12						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	15	10						
масло растительное	4	4						

Суп картофельный с крупой с мясными фрикадельками			180/15	4,1	3,6	14,1	105	№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%	73	55						
01.11.-31.12. -30%	79	55						
01.01-29.02 - 35%	85	55						
01.03 - 40%	92	55						
крупя рисовая	5	5						
морковь до 01.01 - 20%	10	8						
с 01.01 - 25%	10,6	8						
лук репчатый	10	8						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	2	2						

масло сливочное	4	4						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Шницель из мяса (свинина мясная и говядина)			70	9,2	8,8	8,3	149	№451-2004
свинина мясная	25	21						
говядина 1 категории	44	32						
или говядина полуфабрикат	38	32						
хлеб пшеничный	12	12						
молоко питьевое	6	6						
лук репчатый	7,1	6						
яйцо куриное	6	6						
мука пшеничная	7	7						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
Капуста тушеная			150	4,6	6,2	14,0	130	№423-2013, Пермь
капуста белокочанная свежая	198	158						
морковь до 01.01 - 20%	30	24						
с 01.01 - 25%	32	24						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	3	3						

лук репчатый	11,9	10						
масло растительное	6	6						
мука пшеничная	1,8	1,8						
сахар	2	2						
Компот из ягод и яблок			200	0,20	0,10	15,2	62,5	№513-2013, Пермь
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	23	20						
вишня или смородина или облепиха или клубника свежемороженые	17	16						
сахар	12	12						
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
Уплотненный полдник			500	21,6	18,4	66,8	518,8	
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным			200	15,5	12,9	31,7	304,8	№10/5-2011, Екатеринбург
творог	123	120						
крупа манная	6	6						
яйцо куриное	24	24						
сахар	12	12						
крошка:		30						

сахар	6	6							
мука пшеничная	12	12							
масло сливочное	12	12							
масло сливочное для смазки листа	3	3							
масса готовой запеканки		180							
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20							
Молоко питьевое кипяченое	210	200	200	5,8	5,0	9,4	106		№260-2001, 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:				54	52	237	1626		
7 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			430	9,8	15,4	49,8	377,0		
Каша "Дружба"			200	5,4	5,7	21,2	158		№260-2013, Пермь
крупя рисовая	17	17							

крупa пшено	12	12						
молоко питьевое	182	182						
сахар	3	3						
масло сливочное	5	5						
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте			30	0,9	5,4	8,3	85	
Какао с молоком			200	3,3	4,2	15,9	115	№497-2013, Пермь
какао - порошок	2,5	2,5						
молоко питьевое	130	130						
сахар	10	10						
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
<i>Второй завтрак</i>				0,5	0,2	21,8	91	
Сок в ассортименте	120	120	120	0,5	0,2	21,8	91	№518-2013, Пермь
<i>Обед</i>			645	21,4	22,2	90,0	645	
Салат картофельный с кукурузой и морковью ("Мозаика")			60	1,3	4,0	7,5	71	№73-2013, Пермь
кукуруза консервированная (после термической обработки)	17	10						
огурцы свежие грунтовые	21	20						
или огурцы свежие парниковые	20,4	20						

или огурцы соленые без уксуса	36,4	20						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	23	17						
01.11.-31.12. -30%	24	17						
01.01-29.02 - 35%	26	17						
01.03 - 40%	28	17						
масса отварного картофеля		15						
морковь до 01.01 - 20%	18	14						
с 01.01 - 25%	19	14						
масса отварной моркови		12						
масло растительное	4	4						
ИЛИ								
Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами			60	1,3	4,6	2,2	55	№54-6з-2020-2021, Новосибирск
капуста белокочанная свежая	59	48						
масса капусты, стертой с солью		30						
(в свежем виде морковь и капусту старого урожая использовать до 1 марта, после 1 марта свежего урожая или другой салат из вареных овощей)								
помидоры свежие парниковые	12,2	12						
или помидоры свежие грунтовые	14,2	12						

огурцы свежие парниковые	12,2	12						
или огурцы свежие грунтовые	12,6	12						
яйцо куриное	5	5						
масло растительное	4	4						
Свекольник с мясом, со сметаной			180/10/5	4,1	4,2	15,1	115	№34-2004, Пермь
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
свекла до 01.01 -20%	56	45						
с 01.01 - 25%	60	45						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	43	32						
01.11.-31.12. -30%	46	32						
01.01-29.02 - 35%	49	32						
01.03 - 40%	53	32						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	2	2						
морковь до 01.01 - 20%	8,8	7						
с 01.01 - 25%	9,3	7						
лук репчатый	10	8						

масло сливочное	4	4						
сахар	0,4	0,4						
сметана	5	5						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Суфле из печени			80	10,1	8,8	2,2	128	№35/8-2011, Екатеринбург
печень говяжья	106	88						
масса отварной печени		60						
яйцо куриное	16	16						
соль йодированная	0,2	0,2						
Соус молочный		24						
молоко питьевое	24	24						
мука пшеничная	2	2						
масло сливочное	2	2						
масло растительное для смазки емкости	2	2						
ИЛИ								
Гуляш из отварной говядины			80	9,0	7,4	3,2	115,4	№54-2м-2020-2021, Новосибирск
говядина 1 категории	88	65						

или говядина полуфабрикат	77	65						
масса отварного мяса		40						
масса соуса		40						
масло растительное	4	4						
лук репчатый	12	10						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	4	4						
мука пшеничная	2,7	2,7						
Каша гречневая вязкая			130	4,1	4,4	21,7	143	№510-2004
крупа гречневая	33	33						
вода питьевая	104	104						
масло сливочное	4	4						
Компот из смеси сухофруктов			180	0,3	0,0	15,2	62	№508-2013, Пермь
сухофрукты	15	15						
сахар	8	8						
Хлеб пшеничный			30	0,6	0,3	13,2	57	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
Уплотненный полдник			530	15	17	84	548	
Котлеты из мяса (свинина мясная и говядина)			70	9,2	8,8	8,3	149	№451-2004
свинина мясная	25	21						

говядина 1 категории	44	32						
или говядина полуфабрикат	38	32						
хлеб пшеничный	12	12						
молоко питьевое	6	6						
лук репчатый	7,1	6						
яйцо куриное	6	6						
мука пшеничная	7	7						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
Картофель тушеный			130	2,4	3,3	14,7	98	№216-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	149	112						
01.11.-31.12. -30%	160	112						
01.01-29.02 - 35%	172	112						
01.03 - 40%	187	112						
морковь до 01.01 - 20%	38	30						
с 01.01 - 25%	40	30						
лук репчатый	18	15						
масло сливочное	4,5	4,5						

Булочка "Пермская"			50	2,3	4,3	25,5	150	№554-2013, Пермь
мука пшеничная	28	28						
масло сливочное	7	7						
яйцо куриное	4	4						
сахар	4	4						
соль йодированная	0,5	0,5						
дрожжи хлебопекарные	1	1						
или дрожжи сухие хлебопекарные	0,25	0,25						
молоко питьевое	11	11						
джем промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	7	7						
сахарная пудра	0,5	0,5						
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2						
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004
чай - заварка	0,5	0,5						
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:			46	55	246	1660		
8 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			435	13,8	13,6	43,2	350	
Суп молочный с рисом			200	6,2	7,4	21,2	176	№164-2013, Пермь
молоко питьевое	205	205						
крупа рисовая	12	12						
сахар	1,6	1,6						
масло сливочное	1,6	1,6						
Бутерброд с сыром			20/15	5,3	3,7	7,2	83,3	№3-2004
батон или хлеб пшеничный	20	20						
сыр	16	15						
Кофейный напиток			200	2,3	2,5	14,8	90,9	№501-2013, Пермь
кофейный напиток	4	4						

сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
Второй завтрак				0,5	0,2	21,8	91,0	
Сок в ассортименте	120	120	120	0,5	0,2	21,8	91	№518-2013, Пермь
Обед			700	22,0	21,6	88,7	637	
Салат из свежих помидоров			60	0,9	4,1	3,9	56	№22-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	58	57						
или помидоры свежие грунтовые	67	57						
масло растительное	4	4						
ИЛИ								
Салат из свеклы с огурцами			50	0,6	4,0	3,3	52	№53-2013, Пермь
свекла до 01.01 -20%	53	42						
с 01.01 - 25%	56	42						
масса отварной свеклы		40						
огурцы соленые без уксуса	18	10						
или огурцы свежие парниковые	10,2	10						
или огурцы свежие грунтовые	10,5	10						

масло растительное	4	4						
Суп с картофелем и крупой, с мясом			180/10	4,2	3,5	6,0	72	№16/2-2011, Екатеринбург
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%	46	30						
01.03 - 40%	50	30						
крупка пшено	3	3						
лук репчатый	9,5	8						
морковь до 01.01 - 20%	10	8						
с 01.01 - 25%	10,6	8						
яйцо куриное	12	12						
масло сливочное	4	4						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Фрикадельки из говядины, тушеные в соусе сметанным с томатом			70/30	12,1	8,9	11,9	176	№392-2013, Пермь
говядина 1 категории	71	52						

или говядина полуфабрикат	61	52						
хлеб пшеничный	11	11						
молоко питьевое	13	13						
яйцо куриное	5	5						
мука пшеничная	7	7						
масло растительное для смазки листа	2	2						
масса готовых фрикаделек		70						
Соус сметанный с томатом		30						№601-2004
сметана	8	8						
мука пшеничная	2,3	2,3						
вода питьевая	22	22						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	3	3						
Пюре картофельное			150	3,0	4,1	23,5	143	№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	3,5	3,5						
Компот из яблок с ягодами			200	0,3	0,2	15,1	63	№509-2013, Пермь
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	34	30						
клюква или смородина свежемороженая	11	10						
сахар	10	10						
Хлеб пшеничный			30	0,6	0,3	13,2	58	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
Уплотненный полдник			530	16	16	90	567	
Горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	77	50	50	2,4	0,1	3,9	26	№244 - 2006, Москва
Плов из птицы			200	12,9	12,2	33,4	295	№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	51	51						
морковь до 01.01 - 20%	44	35						

с 01.01 - 25%	47	35						
лук репчатый	10	8						
масло растительное	10	10						
ИЛИ								
Плов из говядины			170	10,4	11,9	27,0	257	№443-2004
говядина полуфабрикат	76	64						
или говядина 1 категории	87	64						
масло растительное	10	10						
масса тушеного мяса		40						
крупа рисовая	34	34						
морковь до 01.01 - 20%	50	40						
с 01.01 - 25%	53	40						
лук репчатый	14	12						
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте			30	1,5	3,4	16,0	101	
Напиток из шиповника			180	0,2	0,0	21,2	86	№705-2004
шиповник	20	20						
сахар	5	5						

Чай с молоком			200	2,5	2,2	12,2	79	№495-2013, Пермь
чай - заварка	0,5	0,5						
молоко питьевое	100	100						
сахар	10	10						
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Второй завтрак				0,5	0,2	21,8	91,0	
Сок в ассортименте	120	120	120	0,5	0,2	21,8	91	№518-2013, Пермь
Обед			640	23,1	19,5	95,1	648,0	
Салат из капусты белокочанной с морковью			50	0,8	4,0	4,8	58	№4-2013, Пермь
капуста белокочанная свежая	79	63						
масса капусты, стертой с солью		40						
лимон (для сока)	6	2,5						
сахар	0,6	0,6						
морковь до 01.01 - 20%	7,5	6						
с 01.01 - 25%	8	6						
(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	4	4						

ИЛИ								
Винегрет овощной			50	0,8	4,0	5,2	60	№71-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	19	14						
01.11.-31.12. -30%	20	14						
01.01-29.02 - 35%	22	14						
01.03 - 40%	23	14						
масса отварного картофеля		12						
свекла до 01.01 -20%	18	14						
с 01.01 - 25%	19	14						
масса отварной свеклы		12						
морковь до 01.01 - 20%	18	14						
с 01.01 - 25%	19	14						
масса отварной моркови		12						
огурцы соленые без уксуса	15	8						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	9	6						
масло растительное	4	4						
Суп картофельный с фасолью с мясом			180/10	5,5	4,4	14,5	120	№145-2013, Пермь
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						

картофель - 01.09.-31.10.- 25%	48	36						
01.11.-31.12. -30%	51	36						
01.01-29.02 - 35%	54	36						
01.03 - 40%	60	36						
морковь до 01.01 - 20%	10,0	8						
с 01.01 - 25%	10,6	8						
лук репчатый	8,3	7						
масло сливочное	4	4						
фасоль	15	14						
или фасоль консервированная в собственном соку	50	30						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Мясной сырок (из говядины и свинины)			70	12,2	7,9	9,9	160	№2.7-1995, Екатеринбург
свинина мясная	34	29						
говядина 1 категории	39	29						
или говядина полуфабрикат	34	29						
лук репчатый	7	6						
хлеб пшеничный	6	6						

молоко питьевое	8	8						
яйцо куриное	4	4						
сыр	8,2	8						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
Соус молочный			30	1,0	2,1	2,6	34	№435-2013, Пермь
молоко питьевое	30	30						
мука пшеничная	1,5	1,5						
масло сливочное	1,5	1,5						
Макаронные изделия отварные			150	3,5	2,8	36,8	186	№516-2004
макаронные изделия группы А	53	53						
масло сливочное	3,5	3,5						
Макаронные изделия отварные			150	3,5	2,8	36,8	186	№516-2004
макаронные изделия группы А	53	53						
масло сливочное	3,5	3,5						
Компот из кураги			180	0,5	0,0	17,1	70	№638-2004
курага	18	18						
сахар	5	5						

Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,5	34	
Уплотненный полдник			520	18	23	73	566	
Котлеты по - хлыновски (свинина мясная и говядина)			80	8,7	9,2	10,1	158	№454-2004
свинина мясная	32	27						
говядина 1 категории	56	41						
или говядина полуфабрикат	48	41						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	21	16						
01.11.-31.12. -30%	23	16						
01.01-29.02 - 35%	25	16						
01.03 - 40%	27	16						
лук репчатый	12	10						
яйцо куриное	6	6						
мука пшеничная	7	7						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
Овощи, припущенные в сметане			180	4,7	6,5	13,4	131	№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						
сметана	15	15						
масло сливочное	5	5						
Чай со смородиной и сахаром			200	0,2	0,0	10,5	42,8	№54-6гн-2020, 2021, Новосибирск
чай-заварка	0,5	0,5						
смородина черная или красная	10,7	10						
сахар	10	10						
Булочка "Нежная"			60	3,8	6,4	27,5	183	560-2013, Пермь
масса теста		67						
мука пшеничная	38	38						
сахар	7	7						

масло сливочное	8	8							
соль йодированная	0,4	0,4							
дрожжи хлебопекарные	1,4	1,4							
или дрожжи сухие хлебопекарные	0,4	0,4							
молоко питьевое или кефир	14	14							
яйцо куриное	4	4							
крошка									
мука пшеничная	1,3	1,3							
масло сливочное	1,3	1,3							
масло сливочное для смазки изделия	1,3	1,3							
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2							
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	52		
ИТОГО:				52	51	250	1670		
10 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			410	9,4	16,3	46,4	369,9		
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая			200	7,5	9,2	26,0	217	№311-2004	
хлопья овсяные "Геркулес"	25	25							

молоко питьевое	182	182						
сахар	3	3						
масло сливочное	5	5						
Бутерброд с маслом			20/10	1,8	7,1	9,9	111	№1-2004
батон или хлеб пшеничный	20	20						
масло сливочное	10	10						
Чай с лимоном			180	0,1	0,0	10,5	42	№686-2004
чай - заварка	0,5	0,5						
сахар	10	10						
лимон	6	5						
Второй завтрак				0,5	0,2	21,8	91	
Сок в ассортименте	120	120	120	0,5	0,2	21,8	91	№518-2013, Пермь
Обед			655	18,8	24,4	88,0	647,0	
Салат "Любительский"			60	2,2	4,1	3,5	60	№4-2006, Екатеринбург
морковь до 01.01 - 20%	25	20						
с 01.01 - 25%	27	20						
масса отварной моркови		17						

кукуруза консервированная (после термической обработки)	25	15						
огурцы консервированные без уксуса	45,5	25						
или огурцы свежие парниковые	25,5	25						
или огурцы свежие грунтовые	26,3	25						
масло растительное	4	4						
ИЛИ								
Салат из огурцов с маслом			60	0,6	4,1	1,9	47	№14/1-2011г., Екатеринбург
огурцы свежие парниковые	58	57						
или огурцы свежие грунтовые	60	57						
масло растительное	4	4						
Борщ с капустой и картофелем, с курицей со сметаной			180/10/5	5,2	5,5	12,0	118	№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%	38	30						
с 01.01 - 25%	53	40						
капуста свежая белокочанная	19	15						

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						
морковь до 01.01 - 20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	8	7						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	4	4						
масло сливочное	4	4						
сахар	0,3	0,3						
сметана	5	5						
зелень сушеная	0,1	0,1						
или на случай отсутствия возможности использования курицы в учреждении								
Борщ с капустой и картофелем, с мясом со сметаной			180/10/5	3,9	4,9	12,0	108	№110-2004
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
свекла до 01.01 -20%	38	30						

с 01.01 - 25%	53	40						
капуста свежая белокочанная	19	15						
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						
морковь до 01.01 - 20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	8	7						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	4	4						
масло сливочное	4	4						
сахар	0,3	0,3						
сметана	5	5						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Биточки рубленные из птицы запеченные			70	8,7	8,9	10,3	156	№498-2004
филе куриное промышленного производства	50	47						
или филе грудки индейки	50	47						

или грудка куриная (разделка на мякоть без кожи)	69	47						
хлеб пшеничный	14	14						
лук репчатый	12	10						
молоко питьевое	12	12						
яйцо куриное	5	5						
мука пшеничная	7	7						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
или на случай отсутствия возможности использования курицы в учреждении								
"Ежики" из мяса с рисом (свинина мясная и говядина)			70	6,7	11,2	7,7	158	№390-2013, Пермь
свинина мясная	21	18						
говядина 1 категории	37	27						
или говядина полуфабрикат	32	27						
крупа рисовая	9	9						
вода питьевая	17	17						
масса готового рассыпчатого риса		24						
лук репчатый	26	22						
масло сливочное	3	3						

масса прогретого с маслом лука		11						
мука пшеничная	7	7						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
Картофель толченый, по-деревенски			150	1,2	5,1	21,6	137	№208-2013, Пермь
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	200	150						
01.11.-31.12. -30%	215	150						
01.01-29.02 - 35%	231	150						
01.03 - 40%	251	150						
отвар картофельный	25	25						
лук репчатый	19	16						
масло сливочное	5	5						
масса припущенного с маслом лука		8						
Кисель из свежих ягод			180	0,27	0,18	15,4	64,3	№505-2013, Пермь
вишня свежемороженая	23	22						
или смородина свежемороженая	23,1	22						
или клюква свежемороженая	23,1	22						
сахар	10	10						

крахмал	6	6							
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77		
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34		
Уплотненный полдник			500	23	23	61	541		
Пудинг из творога с яблоками с молоком сгущенным			200	17,5	15,7	30,6	333,7	№54-4т-2020-2021, Новосибирск	
творог	123	122							
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом, очищенные от кожицы)	60	42							
яйцо куриное	18	18							
сахар	7	7							
масло сливочное	7	7							
сметана	7	7							
крупа манная	7	7							
ванилин	0,01	0,01							
сухари пшеничные	7	7							
масло сливочное для смазки листа	3	3							
масса готового пудинга		180							
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20							

<i>ИЛИ</i>								
Пудинг из творога с молоком сгущенным			200	18,9	16,2	33,2	354,2	№362-2004
творог	148	146						
крупа манная	16	16						
сахар	15	15						
яйцо куриное	10	10						
изюм	6,2	6						
масло сливочное	6	6						
ванилин	0,020	0,020						
сухари пшеничные	6	6						
сметана	6	6						
масло сливочное для смазки листа	3	3						
масса готового пудинга		180						
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20						
Молоко питьевое кипяченое	210	200	200	5,8	6,4	9,4	118	№260-2001, 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)								

ИТОГО:			52	63	217	1649		
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА 2 НЕДЕЛЮ:			51	54	239	1650		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ и ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (90%):			49	54	235	1620	При 11-12 часовом пребывании детей	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ и ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (100%):			54	60	261	1800		
3 неделя								
11 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			435	14,0	13,4	47,5	367	
Каша рисовая жидкая			200	6,4	7,2	25,5	192	№311-2004
	крупа рисовая	30	30					
	молоко питьевое	190	190					
	сахар	3	3					
	масло сливочное	5	5					
Бутерброд с сыром			20/15	5,3	3,7	7,2	83,3	№3-2004
	батон или хлеб пшеничный	20	20					
	сыр	16	15					

Кофейный напиток			200	2,3	2,5	14,8	90,9	№501-2013, Пермь
кофейный напиток	4	4						
сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
Второй завтрак				0,1	0,4	21,3	89	
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,4	21,3	89	№458-2006, Москва
Обед			650	21,6	19,5	84,1	598,3	
Икра свекольная			60	1,4	3,9	6,3	66	№119-2013, Пермь
свекла до 01.01 -20%	75	60						
с 01.01 - 25%	80	60						
масса отварной свеклы		57						
лук репчатый	14,3	12						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5	5						
лимонная кислота	0,3	0,3						
сахар	0,8	0,8						
масло растительное	4	4						
ИЛИ								

Салат зеленый с огурцами и помидорами			60	0,6	4,0	2,0	46	№35-2006, Москва
помидоры свежие парниковые	20,4	20						
или помидоры свежие грунтовые	23,6	20						
огурцы свежие парниковые	35,7	35						
или огурцы свежие грунтовые	36,8	35						
лук репчатый	6,0	5						
или лук зелёный	6,3	5						
масло растительное	4	4						
Суп картофельный с крупой с мясом			180/10	3,9	3,4	14,1	103	№138-2004
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	73	55						
01.11.-31.12. -30%	79	55						
01.01-29.02 - 35%	85	55						
01.03 - 40%	92	55						
крупя рисовая или крупя пшено	5	5						
лук репчатый	10	8						

морковь до 01.01 - 20%	10	8						
с 01.01 - 25%	10,6	8						
масло сливочное	4	4						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Шницель из курицы припущенные, с маслом			70	12,0	6,8	8,1	142	№54-24м-2020-2021, Новосибирск
филе куриное промышленного производства	59	56						
или филе грудки индейки	59	56						
или грудка куриная (разделка на мякоть без кожи)	82	56						
хлеб пшеничный	12	12						
молоко питьевое	10	10						
яйцо куриное	4	4						
мука пшеничная	7	7						
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), с маслом			70	9,2	8,8	8,3	149	№451-2004
свинина мясная	25	21						
говядина 1 категории	44	32						

или говядина полуфабрикат	38	32						
хлеб пшеничный	12	12						
молоко питьевое	6	6						
лук репчатый	7,1	6						
яйцо куриное	6	6						
мука пшеничная	7	7						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
Рагу овощное			150	2,7	4,7	17,0	121	№541-2004
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	33	25						
01.11.-31.12. -30%	36	25						
01.01-29.02 - 35%	39	25						
01.03 - 40%	42	25						
морковь до 01.01 - 20%	44	35						
с 01.01 - 25%	47	35						
лук репчатый	14	12						
капуста белокочанная свежая	81	65						
масло растительное	5	5						

соус томатный		45						№587-2004
вода питьевая	42	42						
масло сливочное	3	3						
мука пшеничная	2	2						
морковь до 01.01 - 20%	5	4						
с 01.01 - 25%	5,3	4						
лук репчатый	1,4	1,2						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	10	10						
сахар	0,5	0,5						
Компот из изюма			180	0,3	0,0	14,1	58	№638-2004
изюм	15	15						
сахар	5	5						
ИЛИ								
Компот из смеси сухофруктов			180	0,3	0,0	15,2	62	№508-2013, Пермь
сухофрукты	15	15						
сахар	8	8						
Хлеб пшеничный			30	0,6	0,3	13,2	58	

Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	52	
Уплотненный полдник			500	21,6	18,9	75,6	558,8	
Пирожок с капустой			90	6,1	7,2	26,8	196	№687; 724-1996
	<u>тесто</u>		58					
	мука пшеничная	42	42					
	молоко питьевое	10	10					
	сахар	2,6	2,6					
	масло сливочное	4	4					
	яйцо куриное	4	4					
	дрожжи хлебопекарные	1,4	1,4					
	или дрожжи сухие хлебопекарные	0,4	0,4					
	соль йодированная	0,5	0,5					
	<u>фарш</u>		40					
	капуста белокочанная свежая	63	50					
	масло растительное	3	3					
	яйцо куриное	4	4					
	соль йодированная	0,4	0,4					

яйцо куриное для смазки	1,8	1,8						
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2						
Зразы рубленые из мяса (говядина и свинина), запеченные			80	11,8	7,4	7,1	142	№457-2004
свинина мясная	30	26						
говядина 1 категории	35	26						
или говядина полуфабрикат	31	26						
хлеб пшеничный	11	11						
молоко питьевое	16	16						
котлетная масса		75						
яйцо куриное отварное для фарша	27	27						
мука пшеничная	6	6						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
Пюре картофельное			150	3,0	4,1	23,5	143	№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	3,5	3,5						
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004
чай - заварка	0,5	0,5						
сахар	10	10						
Хлеб ржаной			20	0,6	0,2	7,6	35	
ИТОГО:				57	52	228	1613	

12 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			440	13,2	11,9	53,6	374,3	
Каша пшенная жидкая			200	5,6	6,7	22,1	171	№311-2004
крупa пшено	25	25						
молоко питьевое	185	185						
сахар	3	3						
масло сливочное	5	5						
Бутерброд с джемом или вареньем			20/20	1,8	0,2	22,1	97	№2-2004
батон или хлеб пшеничный	20	20						
джем или варенье промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	20,2	20						

Молоко питьевое кипяченое	210	200	200	5,8	5,0	9,4	106	№260-2001, Пермь
Второй завтрак				0,5	0,2	21,8	91	
Сок в ассортименте	120	120	120	0,5	0,2	21,8	91	№518-2013, Пермь
Обед			620	22,2	26,0	72,8	613,2	
Салат из отварной моркови с сыром			60	2,2	4,6	2,9	61,8	№89-1997
морковь до 01.01 - 20%	65	52						
с 01.01 - 25%	69	52						
масса отварной моркови		50						
сыр	7	6						
чеснок	0,4	0,3						
масло растительное	4	4						
ИЛИ								
Салат из огурцов с маслом			60	0,6	4,1	1,9	47	№14/1-2011г., Екатеринбург
огурцы свежие парниковые	58	57						
или огурцы свежие грунтовые	60	57						
масло растительное	4	4						
Суп гороховый на с гренками			180/20	4,4	3,1	22,9	137	№139-2004
горох	15	15						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	53	40						

01.11.-31.12. -30%	57	40						
01.01-29.02 - 35%	62	40						
01.03 - 40%	67	40						
морковь до 01.01 - 20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	10	8						
масло сливочное	4	4						
гренки из пшеничного хлеба		20						№170-2013, Пермь
хлеб пшеничный	38	32						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Запеканка картофельная с мясом отварным, с маслом			180	16,2	18,3	18,7	304,3	№157-2004, Пермь
говядина 1 категории	110	81						
или говядина полуфабрикат	96	81						
масса отварного мяса		50						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	226	170						
01.11.-31.12. -30%	243	170						
01.01-29.02 - 35%	262	170						

01.03 - 40%	284	170						
масло сливочное	10	10						
яйцо куриное	3,6	3,6						
сухари пшеничные	3	3						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Напиток клюквенный			180	0,1	0,0	12,9	52	№520-2013, Пермь
клюква	22	20						
сахар	12	12						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34	
Уплотненный полдник			500	20,0	21,3	66,1	536,0	
Суфле творожное с молоком сгущенным			170	17,2	18,8	32,4	368	№365-2004
творог	132	130						
сметана	15	15						
яйцо куриное	10	10						
сахар	10	10						
мука пшеничная	12	12						

масло сливочное на смазку	3	3						
масса готового суфле		150						
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20						
ИЛИ								
Вареники ленивые с молоком сгущенным			170	16,9	17,5	32,1	354	№325-2013, Пермь
творог	123	122						
мука пшеничная	18	18						
яйцо куриное	10	10						
сахар	4	4						
соль йодированная	0,6	0,6						
масса готовых вареников		150						
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20						
Чай с молоком			200	2,5	2,2	12,2	79	№495-2013, Пермь
чай - заварка	0,5	0,5						
молоко питьевое	100	100						
сахар	10	10						
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)								
ИТОГО:			56	59	214	1614		
13 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			430	11,4	12,5	55,4	379,7	
Каша гречневая жидкая			200	7,2	6,1	25,5	186	№54-20к-2020-2021, Новосибирск
крупа гречневая	40	40						
вода питьевая	70	70						
молоко питьевое	105	105						
сахар	3	3						
масло сливочное	5	5						
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте			30	0,9	2,2	14,0	79	
Какао с молоком			200	3,3	4,2	15,9	115	№497-2013, Пермь
какао - порошок	2,5	2,5						
молоко питьевое	130	130						
сахар	10	10						

Второй завтрак				0,5	0,2	21,8	91	
Сок в ассортименте	120	120	120	0,5	0,2	21,8	91	№518-2013, Пермь
Обед			655	22,4	23,3	92,5	669,2	
Салат из свежих помидоров			60	0,9	4,1	3,9	56	№22-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	58	57						
или помидоры свежие грунтовые	67	57						
масло растительное	4	4						
ИЛИ								
Икра морковная			60	1,2	3,9	5,3	61	№119-2013, Пермь
морковь до 01.01 - 20%	75	60						
с 01.01 - 25%	80	60						
масса отварной моркови		57						
лук репчатый	14,3	12						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5	5						
масло растительное	4	4						
лимонная кислота	0,3	0,3						
сахар	0,8	0,8						

Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной			180/10/5	4,4	4,5	11,2	103	№129-1996
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	73	55						
01.11.-31.12. -30%	79	55						
01.01-29.02 - 35%	85	55						
01.03 - 40%	92	55						
крупа перловая	4	4						
лук репчатый	5	4						
морковь до 01.01 - 20%	8,75	7						
с 01.01 - 25%	9,3	7						
огурцы консервированные без уксуса	18	10						
масло сливочное	4	4						
сметана	5	5						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Бефстроганов из отварной говядины			70	11,9	9,7	4,1	151,3	№54-1м-2020-2021, Новосибирск
говядина 1 категории	88	65						

или говядина полуфабрикат	77	65						
масса отварного мяса		40						
масса соуса		30						
мука пшеничная	4	4						
сметана	10	10						
бульон	20	20						
лук репчатый	12	10						
масло растительное	3	3						
Пюре картофельное			150	3,0	4,1	23,5	143	№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	3,5	3,5						
Компот из кураги			180	0,5	0,0	17,1	70	№638-2004
курага	18	18						

сахар	5	5						
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
Уплотненный полдник			515	17	18	74	526	
Винегрет овощной			130	2,1	5,2	13,5	109	№71-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	44	33						
01.11.-31.12. -30%	47	33						
01.01-29.02 - 35%	51	33						
01.03 - 40%	55	33						
масса отварного картофеля		30						
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	36	20						

горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	23	15						
масло растительное	5	5						
Запеканка из печени с рисом			80	10,4	8,8	14,5	179	№482-2004
печень говяжья	72	60						
крупа рисовая	10	10						
вода питьевая	21	21						
масса рассыпчатого риса		28						
лук репчатый	24	20						
масло сливочное	4	4						
масса прогретого с маслом лука		10						
яйцо куриное	4	4						
яйцо куриное для смазки изделия	2	2						
масло растительное для смазки листа	2	2						
ИЛИ								
Рулет мясной (из говядины и свинины) с луком и яйцом			80	10,5	10,2	4,8	153	№458-2004
говядина 1 категории	30	22						
или говядина полуфабрикат	26	22						

свинина мясная	26	22						
хлеб пшеничный	9	9						
молоко питьевое	14	14						
фарш		21						
лук репчатый	33	28						
масло сливочное	3,5	3,5						
масса припущенного с маслом лука		14						
яйцо куриное	8	8						
яйцо куриное для смазки изделия	4,5	4,5						
сухари пшеничные	2,4	2,4						
масло растительное для смазки листа	0,6	0,6						
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004
чай - заварка	0,5	0,5						
сахар	10	10						
Йогурт молочный для детского питания в ассортименте	125	125	125	3,5	3,3	14,8	103	
Хлеб пшеничный			30	0,6	0,3	13,2	58	
Хлеб ржаной			20	0,6	0,2	7,6	35	

ИТОГО:			52	54	244	1666		
14 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			435	14,5	13,8	44,6	360,6	
Каша пшеничная жидкая			200	6,7	7,9	25,2	199	№311-2004
	крупa пшеничная	25	25					
	молоко питьевое	187	187					
	сахар	3	3					
	масло сливочное	5	5					
Бутерброд с сыром			20/15	5,3	3,7	7,2	83,3	№3-2004
	батон или хлеб пшеничный	20	20					
	сыр	16	15					
Чай с молоком			200	2,5	2,2	12,2	79	№495-2013, Пермь
	чай - заварка	0,5	0,5					
	молоко питьевое	100	100					
	сахар	10	10					

Второй завтрак				0,5	0,2	21,8	91	
Сок в ассортименте	120	120	120	0,5	0,2	21,8	91	№518-2013, Пермь
Обед			660	18,5	26,2	88,7	664,3	
Салат из огурцов с маслом			60	0,6	4,1	1,9	47	№14/1-2011г., Екатеринбург
огурцы свежие парниковые	58	57						
или огурцы свежие грунтовые	60	57						
масло растительное	4	4						
ИЛИ								
Салат "Степной" из разных овощей			60	1,0	3,0	4,5	49	№25-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	31	23						
01.11.-31.12. -30%	33	23						
01.01-29.02 - 35%	35	23						
01.03 - 40%	38	23						
масса отварного картофеля		20						
морковь до 01.01 - 20%	21	17						
с 01.01 - 25%	23	17						
масса отварной моркови		15						

огурцы консервированные без уксуса	22	12						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	15	10						
масло растительное	4	4						
Борщ с капустой и картофелем, с мясом со сметаной			180/10/5	3,9	4,9	12,0	108	№110-2004
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
свекла до 01.01 -20%	38	30						
с 01.01 - 25%	53	40						
капуста свежая белокочанная	19	15						
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						
морковь до 01.01 - 20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	8	7						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	4	4						

масло сливочное	4	4						
сахар	0,3	0,3						
сметана	5	5						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Тефтели из мяса (свинина мясная и говядина)			70	8,9	9,5	8,4	155	№461-2004
свинина мясная	28	24						
говядина 1 категории	33	24						
или говядина полуфабрикат	28	24						
хлеб пшеничный	11	11						
молоко питьевое	14	14						
лук репчатый	19	16						
масло сливочное	7	7						
масса припущенного с маслом лука		10						
мука пшеничная	4	4						
масло растительное для смазки листа	2	2						
ИЛИ								
Котлета особая (из свинины мясной и филе индейки)			70	10,9	8,1	6,2	141	№452-2004

свинина мясная	21	18						
филе индейки	34	32						
хлеб пшеничный	10	10						
молоко питьевое	12	12						
лук репчатый	25	21						
масло сливочное	3	3						
масса припущенного с маслом лука		11						
яйцо куриное	4	4						
сухари пшеничные	5	5						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
Овощи тушеные в соусе			150	3,1	6,5	18,9	147	№18/3-2011, Екатеринбург
горошек зелёный консервированный	39	25						
морковь до 01.01 - 20%	31	25						
с 01.01 - 25%	33,3	25						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	146	110						
01.11.-31.12. -30%	157	110						
01.01-29.02 - 35%	169	110						

01.03 - 40%	184	110						
лук репчатый	24	20						
масло растительное	4	4						
сметана	12	12						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5	5						
мука пшеничная	1,5	1,5						
Кисель из свежих ягод			180	0,27	0,18	15,4	64,3	№505-2013, Пермь
вишня свежемороженая	23	22						
или смородина свежемороженая	23,1	22						
или клюква свежемороженая	23,1	22						
сахар	10	10						
крахмал	6	6						
Хлеб пшеничный			30	0,6	0,3	13,2	58	
Хлеб ржаной			50	1,1	0,7	18,9	86	
Уплотненный полдник			530	17	17	87	569	
Плов из птицы			200	12,9	12,2	33,4	295	№406-2013, Пермь
курица 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	51	51						
морковь до 01.01 - 20%	44	35						
с 01.01 - 25%	47	35						
лук репчатый	10	8						
масло растительное	10	10						
ИЛИ								
Плов из говядины			170	10,4	11,9	27,0	257	№443-2004
говядина полуфабрикат	76	64						
или говядина 1 категории	87	64						
масло растительное	10	10						
масса тушеного мяса		40						
крупя рисовая	34	34						
морковь до 01.01 - 20%	50	40						
с 01.01 - 25%	53	40						

лук репчатый	14	12						
Булочка домашняя			50	3,4	4,5	28,5	168	№564-2013, Пермь
мука пшеничная	34	34						
сахар	5,5	5,5						
сахар (для отделки)	1,6	1,6						
масло сливочное	5,5	5,5						
яйцо куриное для смазки изделия	0,8	0,8						
соль йодированная	0,3	0,3						
дрожжи хлебопекарные	0,9	0,9						
или дрожжи сухие хлебопекарные	0,23	0,23						
молоко питьевое	14	14						
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2						
Чай с лимоном			180	0,1	0,0	10,5	42	№686-2004
чай - заварка	0,5	0,5						
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)										
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39			
ИТОГО:			50	57	242	1685				
15 день										
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры		
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал			
Завтрак			440	13,8	12,6	52,7	379,4			
Суп молочный с рисом			200	6,2	7,4	21,2	176	№165-2013, Пермь		
	молоко питьевое	205	205							
	крупа рисовая	12	12							
	сахар	1,6	1,6							
	масло сливочное	1,6	1,6							
Бутерброд с джемом или вареньем			20/20	1,8	0,2	22,1	97	№2-2004		
	батон или хлеб пшеничный	20	20							
	джем или варенье промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	20,2	20							
Молоко питьевое кипяченое			210	200	200	5,8	5,0	9,4	106	№260-2001, Пермь
Второй завтрак				0,5	0,2	21,8	91,0			
Сок в ассортименте			120	120	120	0,5	0,2	21,8	91	№518-2013, Пермь

Обед			660	18,9	23,5	94,4	664,3	
Салат из капусты белокочанной с морковью			50	0,8	4,0	4,8	58	№4-2013, Пермь
капуста белокочанная свежая	79	63						
масса капусты стертой с солью		40						
лимон (для сока)	6	2,5						
сахар	0,6	0,6						
морковь до 01.01 - 20%	7,5	6						
с 01.01 - 25%	8	6						
(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	4	4						
ИЛИ								
Салат "Любительский"			60	2,2	4,1	3,5	60	№4-2006, Екатеринбург
морковь до 01.01 - 20%	25	20						
с 01.01 - 25%	27	20						
масса отварной моркови		17						
кукуруза консервированная (после термической обработки)	25	15						
огурцы консервированные без уксуса	45,5	25						

или огурцы свежие парниковые	25,5	25						
или огурцы свежие грунтовые	26,3	25						
масло растительное	4	4						
Суп лапша домашняя с курицей			180/10	5,5	5,8	9,7	113	№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			180/10	3,9	5,4	9,7	103	№148-2004
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
<i>лапша домашняя</i>		15						№549-2004
мука пшеничная	13	13						
мука пшеничная (на подпыл)	0,9	0,9						
яйцо куриное	3,6	3,6						
вода питьевая	2,5	2,5						
соль йодированная	0,3	0,3						
или лапша промышленного производства	15	15						

морковь до 01.01 - 20%	10,0	8						
с 01.01 - 25%	10,6	8						
лук репчатый	8	7						
масло сливочное	4	4						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Биточки из мяса (свинина мясная и говядина)			70	9,2	8,8	8,3	149	№451-2004
свинина мясная	25	21						
говядина 1 категории	44	32						
или говядина полуфабрикат	38	32						
хлеб пшеничный	12	12						
молоко питьевое	6	6						
лук репчатый	7,1	6						
яйцо куриное	6	6						
мука пшеничная	7	7						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
Пюре картофельное			150	3,0	4,1	23,5	143	№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	3,5	3,5						
Сок с содержанием витаминов и минералов в ассортименте	200	200	200	0,3	0,2	16,0	67	№518-2013, Пермь
ИЛИ								
Компот из ягод и яблок			200	0,20	0,10	15,2	62,5	№513-2013, Пермь
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	23	20						
вишня или смородина или облепиха или клубника свежемороженые	17	16						
сахар	12	12						
Хлеб пшеничный			30	0,6	0,3	13,2	58	
Хлеб ржаной			50	1,1	0,7	18,9	86	
Уплотненный полдник			575	18,8	15,3	75,2	513,7	
Колобки мясо-картофельные			70/30	9,1	8,7	5,2	135,5	№316-2006, Москва
свинина мясная	28	24						
говядина 1 категории	48	35						

или говядина полуфабрикат	41	35						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	9	7						
01.11.-31.12. -30%	10,0	7						
01.01-29.02 - 35%	10,8	7						
01.03 - 40%	12	7						
яйцо куриное	6	6						
лук репчатый	10	8						
сухари пшеничные	7	7						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Соус сметанный с томатом		30						№601-2004
сметана	8	8						
мука пшеничная	2,3	2,3						
вода питьевая	22	22						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	3	3						
Булгур припущенный			130	4,9	2,8	24,0	141	№54-22г-2020-2021, Новосибирск
крупа булгур	40	40						
вода питьевая	100	100						

масло сливочное	3,5	3,5						
Чай со смородиной и сахаром			200	0,2	0,0	10,5	42,8	№54-6гн-2020, 2021, Новосибирск
чай-заварка	0,5	0,5						
смородина черная или красная	10,7	10						
сахар	10	10						
Йогурт молочный для детского питания в ассортименте	125	125	125	3,5	3,3	14,8	103	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,2	7,5	34	
Хлеб пшеничный			30	0,6	0,3	13,2	58	
ИТОГО:				52	52	244	1648	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА 3 НЕДЕЛЮ:				53	55	235	1645	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ и ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (90%):				49	54	235	1620	При 11-12 часовом пребывании детей
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (100%)*:				54	60	261	1800	

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

яблоки в салате

в капусте туш

