

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 11:10:23
	20 г.

ПРИМЕРНОЕ 15 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ №2237 от 11 ноября 2021 года

для питания детей 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.

г. Тюмень, 2021г.

МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

завтрак, второй завтрак, обед, уплотненный полдник

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

15-ти дневное меню №2237 от 11 ноября 2021 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	8,4	11,2	39,0	290,4	
Каша манная жидкая			150	4,1	4,5	18,9	133	№311-2004
крупа манная	15	15						
молоко питьевое	140	140						
сахар	2	2						
масло сливочное	3	3						
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			180	2,7	2,9	12,7	88	№497-2013, Перь
какао - порошок	2	2						
молоко питьевое	130	130						
сахар	8	8						
Второй завтрак				0,2	0,0	17,3	70	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Перь
Обед			525	16,5	19,6	67,5	512,4	
Салат из свеклы с чесноком			40	0,6	3,0	3,4	43	№59-2013, Перь
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 со сметаной			150/10/5	3,0	2,8	7,1	66	№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 сливочное	3	3						
сметана	5	5						
зелень сушеная	0,1	0,1						
или на случай отсутствия возможности использования курицы в учреждении								
Рассольник "Домашний" с мясом со сметаной			150/10/5	3,3	2,6	7,1	65	№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						
масло сливочное	3	3						
сметана	5	5						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Тефтели из мяса (свинина мясная и говядина)			60	7,6	7,7	7,2	129	№461-2004
свинина мясная	23	20						
говядина 1 категории	27	20						
или говядина полуфабрикат	24	20						
хлеб пшеничный	9	9						

молоко питьевое	12	12						
лук репчатый	17	14						
масло сливочное	6	6						
масса припущенного с маслом лука		9						
мука пшеничная	3,5	3,5						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
Каша гречневая вязкая отварная, с соусом молочным			110	4,0	5,5	16,9	133	№510-2004
крупа гречневая	23	23						
вода питьевая	74	74						
масло сливочное	2	2						
Соус молочный		17						№435-2013, Пермь
молоко питьевое	17	17						
мука пшеничная	1,1	1,1						
масло сливочное	1,1	1,1						
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	15,1	21,2	45,4	432,8	
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						

Пудинг из мяса			50	7,4	10,3	0,9	126	№472-2004
говядина 1 категории	38	28						
или говядина полуфабрикат	33	28						
и свинина мясная	33	28						
масло сливочное	2,5	2,5						
яйцо куриное	10	10						
молоко питьевое	10	10						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
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						
Чай с молоком			150	2,5	2,2	9,5	68	№495-2013, Пермь
чай - заварка	0,4	0,4						
молоко питьевое	100	100						
сахар	5	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:				40	52	169	1305	

2 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			360	10,6	9,2	41,8	292,4	
Каша молочная ассорти (пшенично-ячневая)			150	4,3	4,3	18,6	130	№18/4-2011, Екатеринбург
крупка пшеничная	11	11						
крупка ячневая	11	11						
молоко питьевое	145	145						
сахар	2	2						

масло сливочное	3	3						
Бутерброд с сыром			20/10	4,2	2,6	9,9	80	№3-2004
батон или хлеб пшеничный	20	20						
сыр	10,5	10						
Кофейный напиток			180	2,1	2,3	13,3	82	№501-2013, Пермь
кофейный напиток	3,5	3,5						
сахар	8	8						
молоко питьевое	75	75						
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	13,8	15,7	74,5	494,5	
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	2,9	2,2	10,4	73	№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						
масло сливочное	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			30	0,6	0,3	13,2	58	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	

Уплотненный полдник			460	12,9	13,9	65,9	440,3	
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						
Котлета рыбная "Лада"			60	8,1	5,9	5,4	107	№9/7-2011, Екатеринбург
горбуша (кета) потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	75	50						
или горбуша (кета) потрошенная без головы (филе без кожи и костей)	86	50						

или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	91	50						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	68	50						
или треска потрошенная обезглавленная (филе с кожей без костей)	66	50						
хлеб пшеничный	4	4						
молоко питьевое	4	4						
лук репчатый	6	5						
чеснок свежий	0,8	0,6						
масло сливочное	6	6						
яйцо куриное	3	3						
мука пшеничная	5	5						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте	30	30	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:			37	39	200	1297			
3 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			355	7,8	6,9	44,2	270		
Каша рисовая жидкая			150	4,1	4,5	18,7	132		№311-2004
крупa рисовая	23	23							
молоко питьевое	143	143							
сахар	2	2							
масло сливочное	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 молоком			180	2,5	2,2	10,2	71		№495-2013, Пермь

чай - заварка	0,4	0,4						
молоко питьевое	100	100						
сахар	8	8						
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			515	13,8	16,1	73,9	495,9	
Салат картофельный с огурцами и зеленым горошком			40	0,7	3,1	3,6	45	№75-2013, Пермь
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 со сметаной			150/10/5	3,7	3,9	4,7	69	№142-2013, Пермь
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						
сметана	5	5						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Печень говяжья по - строгановски			50	5,6	6,4	1,6	86	№431-2004
печень говяжья	71	44						
масло растительное	2	2						
масса готовой печени		30						
мука пшеничная	1,4	1,4						
сметана	7	7						

вода питьевая	14	14							
ИЛИ									
Бефстроганов из отварной говядины			50	6,3	5,5	2,8	86	№54-1м-2020-2021, Новосибирск	
говядина 1 категории	67	49							
или говядина полуфабрикат	58	49							
масса отварного мяса		30							
масса соуса		20							
мука пшеничная	2	2							
сметана	7	7							
бульон	14	14							
лук репчатый	6	5							
масло растительное	2	2							
Макаронные изделия отварные			110	2,5	2,1	27,0	137	№516-2004	
макаронные изделия группы А	39	39							
масло сливочное	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			435	22,3	15,5	44,1	405,1	
Запеканка из творога с молоком сгущенным			130	18,7	12,2	18,7	259	№313-2013, Пермь
творог	97	96						
мука пшеничная	8	8						
или крупа манная	7	7						
молоко питьевое для каши	24	24						
яйцо куриное	8	8						
сахар	4	4						
ванилин	0,01	0,01						
сметана	4	4						
сухари пшеничные	4	4						
масло сливочное для смазки листа	2,5	2,5						
масса готовой запеканки		100						
молоко сгущенное с сахаром	30,2	30						
ИЛИ								
Сырники из творога запечённые с молоком сгущенным			130	18,2	12,0	18,4	254	№321-2013, Пермь
творог	94	92						
крупа манная	12	12						

яйцо куриное	5	5							
сахар	5	5							
ванилин	0,01	0,01							
мука пшеничная	7	7							
сметана	5	5							
масло сливочное для смазки листа	2,5	2,5							
масса готовых сырников (2 шт. по 50 г)		100							
молоко сгущенное с сахаром	30,2	30							
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004	
чай - заварка	0,4	0,4							
сахар	10	10							
Йогурт молочный для детского питания в ассортименте	125	125	125	3,5	3,3	14,8	103		
ИТОГО:				44	39	180	1241		
4 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			360	12,0	13,6	29,9	290,0		
Суп молочный с макаронными изделиями			150	4,1	4,3	13,0	107	№165-2013, Пермь	
молоко питьевое	154	154							

макаронные изделия группы А	12	12						
сахар	1,2	1,2						
масло сливочное	1,5	1,5						
Бутерброд с маслом			15/5	1,6	3,8	7,4	70	№1-2004
батон или хлеб пшеничный	15	15						
масло сливочное	5	5						
Яйца вареные			40	5,1	4,6	0,3	63	№300-2013, Пермь
Чай с молоком сгущенным			150	1,2	0,9	9,2	50	№493-2013, Пермь
чай - заварка	0,4	0,4						
молоко сгущенное с сахаром	30	30						
Второй завтрак				0,1	0,4	16,4	70	
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,4	16,4	70	№458-2006, Москва
Обед			580	17,8	19,8	66,7	515,9	
Салат из свеклы с сыром и чесноком			40	1,9	4,1	2,8	56	№56-2013, Пермь
свекла до 01.01 -20%	48	38						
с 01.01 - 25%	51	38						
масса отварной свеклы		35						
чеснок	0,3	0,2						
сыр	5,2	5						

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	5,2	5,3	9,1	105	№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 сливочное	3	3						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Котлета домашняя из говядины и свинины, запеченная с соусом сметанным с томатом			50/30	5,4	7,5	5,9	113	№452-2004
свинина мясная	22	19						
говядина 1 категории	26	19						
или говядина полуфабрикат	22	19						
хлеб пшеничный	9	9						
молоко или 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						
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			110	4,1	2,4	20,3	119	№54-22г-2020-2021, Новосибирск
крупа булгур	34	34						
вода питьевая	85	85						
масло сливочное	3	3						
ИЛИ								
Рис припущенный			110	2,6	2,3	18,6	106	№512-2004
крупа рисовая	39	39						
вода питьевая	81	81						
масло сливочное	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	11,4	15,3	62,2	432,4	
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						
молоко питьевое	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	7,8	5,1	4,9	97	№452-2004
свинина мясная	14	12						
филе индейки	23	22						
хлеб пшеничный	7	7						
молоко питьевое	9	9						
лук репчатый	18	15						
масло сливочное	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 сливочное	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						
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			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:			41	49	175	1308		
5 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			360	10,8	10,4	39,4	294,4	
Каша молочная "Попурри" (крупа рисовая, гречневая, пшено)			150	4,5	5,5	16,2	132	№16/4-2011, Екатеринбург
крупа рисовая	6	6						
крупа гречневая	6	6						
крупа пшено	6	6						
молоко питьевое	140	140						
сахар	2	2						
масло сливочное	3	3						
Бутерброд с сыром			20/10	4,2	2,6	9,9	80	№3-2004
батон или хлеб пшеничный	20	20						
сыр	10,5	10						
Кофейный напиток			180	2,1	2,3	13,3	82	№501-2013, Пермь
кофейный напиток	3,5	3,5						
сахар	8	8						
молоко питьевое	75	75						

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	14,2	16,1	74,2	497,9	
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 со сметаной				150/10/5	3,5	3,4	13,5	99	№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 сливочное	3	3						
сахар	0,2	0,2						
сметана	5	5						
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						
Пюре картофельное			120	2,6	3,5	18,8	117	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	136	102						
01.11.-31.12. -30%	146	102						
01.01-29.02 - 35%	157	102						
01.03 - 40%	170	102						
молоко питьевое	19	19						
масло сливочное	3	3						
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				420	14,9	10,6	71,7	441,8	
Суфле из птицы				50	7,7	5,0	5,4	97	№193-2001, Пермь
филе куриное промышленного производства		48	46						
или филе грудки индейки		48	46						
масса отварного филе			33						
яйцо куриное		9	9						
Соус молочный для запекания			16						
молоко питьевое		17	17						
мука пшеничная		1,3	1,3						
масло сливочное		1,7	1,7						
сметана для смазки изделий		1,7	1,7						
масло растительное для смазки листа		1,5	1,5						
или на случай отсутствия возможности использования курицы в учреждении									
Пудинг из мяса				50	7,4	10,3	0,9	126	№472-2004
говядина 1 категории		38	28						

или говядина полуфабрикат	33	28						
и свинина мясная	33	28						
масло сливочное	2,5	2,5						
яйцо куриное	10	10						
молоко питьевое	10	10						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
Макаронные изделия отварные с овощами на поджаривание			110	3,1	1,5	21,5	112	№516-2004
макаронные изделия группы А	24	24						
масло сливочное	3	3						
масса отварных макарон		70						
Горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	62	40						№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			180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004	
чай - заварка	0,4	0,4							
сахар	10	10							
ИТОГО:			40	37	203	1304			
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА 1 НЕДЕЛЮ			41	43	185	1291			
Норма в пищевых веществах и энергии (90%)			38	42	183	1260	<i>При 11-12 часовом пребывании детей</i>		
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	8,4	9,2	43,0	288,4		

Каша пшеничная жидкая			150	4,7	6,8	17,5	150	№311-2004
крупа пшеничная	18	18						
молоко питьевое	140	140						
сахар	2	2						
масло сливочное	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 молоком			180	2,5	2,2	10,2	71	№495-2013, Пермь
чай - заварка	0,4	0,4						
молоко питьевое	100	100						
сахар	8	8						
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	15,2	18,3	64,3	482,3	
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	3,7	3,3	10,8	88	№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 сливочное	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						
молоко питьевое	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			430	16,7	15,6	57,1	435,6	
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным			150	11,2	9,3	22,9	220,1	№10/5-2011, Екатеринбург
творог	90	87						
крупа манная	4	4						
яйцо куриное	17	17						

сахар	9	9							
крошка:		22							
сахар	4	4							
мука пшеничная	9	9							
масло сливочное	9	9							
масло сливочное для смазки листа	2	2							
масса готовой запеканки		130							
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20							
Молоко питьевое кипяченое	189	180	180	5,2	5,8	8,5	107		№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:			40	43	182	1276			
7 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			350	7,6	9,3	43,1	286,5		
Каша "Дружба"			150	4,2	4,5	18,5	131		№260-2013, Пермь
крупа рисовая	12	12							

крупa пшено	9	9						
молоко питьевое	135	135						
сахар	2	2						
масло сливочное	3	3						
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте	20	20	20	0,5	1,8	7,5	48	
Какао с молоком			180	2,7	2,9	12,7	88	№497-2013, Пермь
какао - порошок	2	2						
молоко питьевое	130	130						
сахар	8	8						
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			525	16,7	17,2	66,8	488,5	
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, со сметаной			150/10/5	3,6	3,9	12,6	100	№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%	8,0	6						
лук репчатый	8	7						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	2	2						
масло сливочное	3	3						
сахар	0,3	0,3						
сметана	5	5						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Суфле из печени			60	7,6	6,6	1,7	97	№35/8-2011, Екатеринбург
печень говяжья	79	66						

масса отварной печени		45						
яйцо куриное	15	15						
соль йодированная	0,2	0,2						
Соус молочный		15						
молоко питьевое	15	15						
мука пшеничная	1,3	1,3						
масло сливочное	1,3	1,3						
масло растительное для смазки емкости	1,5	1,5						
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			110	3,3	3,1	14,6	100	№510-2004

крупа гречневая	28	28						
вода питьевая	88	88						
масло сливочное	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			30	0,6	0,3	13,2	58	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,5	34	
Уплотненный полдник			470	10,6	12,9	69,0	434,5	
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			110	2,0	2,7	10,5	74	№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 сливочное	3,5	3,5						
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	0,4	0,4						
сахар	10	10						
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Фрукт в ассортименте			80	0,1	0,3	13,1	56	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)								
ИТОГО:				35	39	196	1279	

8 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			360	10,4	9,8	38,6	284,2	
Суп молочный с рисом			150	4,1	4,9	15,4	122	№164-2013, Пермь
молоко питьевое	154	154						
крупа рисовая	9	9						
сахар	1,2	1,2						
масло сливочное	1,5	1,5						
Бутерброд с сыром			20/10	4,2	2,6	9,9	80	№3-2004

батон или хлеб пшеничный	20	20						
сыр	10,5	10						
Кофейный напиток			180	2,1	2,3	13,3	82	№501-2013, Пермь
кофейный напиток	3,5	3,5						
сахар	8	8						
молоко питьевое	75	75						
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			530	16,3	15,4	72,6	494,2	
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	3,7	3,0	5,0	62	№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						
крупка 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						
масло сливочное	3	3						
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Фрикадельки рыбные, запеченные с соусом сметанным с томатом			60	7,8	5,0	9,1	113	№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						
молоко питьевое	11	11						
яйцо куриное	4	4						
мука пшеничная	5	5						
масса готовых фрикаделек		50						
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						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
Пюре картофельное			120	2,6	3,5	18,8	117	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	136	102						
01.11.-31.12. -30%	146	102						
01.01-29.02 - 35%	157	102						

01.03 - 40%	170	102						
молоко питьевое	19	19						
масло сливочное	3	3						
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	13,0	11,7	63,7	412,3	
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							
Напиток из шиповника			150	0,2	0,0	17,5	71	№705-2004	
шиповник	15	15							
сахар	5	5							
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте			20	20	20	1,3	1,9	10,7	65
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:				40	37	192	1260		

9 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			355	7,8	6,9	44,4	270,9	
Каша манная жидкая			150	4,1	4,5	18,9	133	№311-2004
крупа манная	15	15						
молоко питьевое	140	140						
сахар	2	2						
масло сливочное	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 молоком			180	2,5	2,2	10,2	71	№495-2013, Пермь
чай - заварка	0,4	0,4						
молоко питьевое	100	100						
сахар	8	8						
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			540	18,2	16,4	73,1	512,9	
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	5,1	4,0	12,1	105	№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						
масло сливочное	3	3						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Мясной сырок (из говядины и свинины)			50	8,2	5,0	5,1	98	№2.7-1995, Екатеринбург
свинина мясная	25	21						
говядина 1 категории	29	21						
или говядина полуфабрикат	25	21						
лук репчатый	5	4						
хлеб пшеничный	4	4						
молоко питьевое	6	6						
яйцо куриное	3	3						

сыр	7,2	7						
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			110	2,5	2,1	27,0	137	№516-2004
макаронные изделия группы А	39	39						
масло сливочное	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			450	14,3	18,0	56,3	444,7	
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 в сметане			150	3,8	4,7	10,7	100	№210-2004
морковь - до 01.01 - 20%	25	20						
с 01.01 - 25%	27	20						
горошек зелёный консервированный	31	20						
капуста свежая белокочанная	125	100						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	67	50						
01.11.-31.12. -30%	72	50						
01.01-29.02 - 35%	77	50						
01.03 - 40%	84	50						
сметана	12	12						
масло сливочное	4	4						

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						
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:			40	41	191	1298		
10 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			350	8,0	10,0	38,4	275,6	
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая			150	6,3	6,2	20,5	163	№311-2004
хлопья овсяные "Геркулес"	18	18						
молоко питьевое	138	138						
сахар	2	2						
масло сливочное	3	3						
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 лимоном			180	0,1	0,0	10,5	42	№686-2004
чай - заварка	0,4	0,4						
сахар	10	10						
лимон	6	5						
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			535	15,1	19,7	62,5	487,6	
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 со сметаной			150/10/5	4,9	5,0	10,0	105	№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						
масло сливочное	3	3						
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			150/10/5	3,5	4,6	10,0	95	№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						
масло сливочное	3	3						
сахар	0,3	0,3						
сметана	5	5						
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						
молоко питьевое	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 сливочное	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	1,0	4,1	17,3	110	№208-2013, Пермь
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	160	120						
01.11.-31.12. -30%	172	120						
01.01-29.02 - 35%	185	120						
01.03 - 40%	200	120						
отвар картофельный	20	20						
лук репчатый	14	12						
масло сливочное	4	4						
масса припущенного с маслом лука		6						
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			20	0,5	0,3	7,6	34	
Уплотненный полдник			430	18,9	17,4	51,9	439,8	
Пудинг из творога с яблоками с молоком сгущенным			150	13,6	11,2	22,1	243,6	№54-4т-2020-2021, Новосибирск

творог	89	88						
яблоки свежие (очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом)	43	30						
яйцо куриное	13	13						
сахар	5	5						
сметана	5	5						
масло сливочное	5	5						
крупа манная	5	5						
ванилин	0,01	0,01						
сухари пшеничные	5	5						
масло сливочное для смазки листа	2	2						
масса готового пудинга		130						
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20						
ИЛИ								
Пудинг из творога с молоком сгущенным			150	14,2	12,2	24,9	266,2	№362-2004
творог	107	106						
крупа манная	11	11						
сахар	11	11						
яйцо куриное	7	7						
изюм	4,2	4						

масло сливочное	4	4							
ванилин	0,017	0,017							
сухари пшеничные	4	4							
сметана	4	4							
масло сливочное для смазки листа	2	2							
масса готового пудинга		130							
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20							
Молоко питьевое кипяченое	189	180	180	5,2	5,8	8,5	107		№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:				42	47	170	1273		
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА 2 НЕДЕЛЮ				40	42	186	1277		
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		
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	10,4	9,4	41,9	293,8		

Каша рисовая жидкая			150	4,1	4,5	18,7	132	№311-2004
крупя рисовая	23	23						
молоко питьевое	143	143						
сахар	2	2						
масло сливочное	3	3						
Бутерброд с сыром			20/10	4,2	2,6	9,9	80	№3-2004
батон или хлеб пшеничный	20	20						
сыр	10,5	10						
Кофейный напиток			180	2,1	2,3	13,3	82	№501-2013, Пермь
кофейный напиток	3,5	3,5						
сахар	8	8						
молоко питьевое	75	75						
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	19,6	19,2	66,3	516,4	
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	5,8	5,9	10,5	118	№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						
крупа рисовая или крупа пшено	3	3						
лук репчатый	7	6						
масло сливочное	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						
молоко питьевое	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						
молоко питьевое	5	5						
лук репчатый	6,0	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						
масло сливочное	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			20	0,4	0,2	8,8	39	

Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	52	
Уплотненный полдник			435	16,0	15,2	60,3	442,0	
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 хлебопекарные	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 рубленые из мяса (говядина и свинина), запеченные			60	8,2	5,6	4,8	102	№457-2004
свинина мясная	22	19						
говядина 1 категории	26	19						
или говядина полуфабрикат	22	19						
хлеб пшеничный	8	8						
молоко питьевое	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						
Пюре картофельное			120	2,6	3,5	18,8	117	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	136	102						
01.11.-31.12. -30%	146	102						
01.01-29.02 - 35%	157	102						
01.03 - 40%	170	102						
молоко питьевое	19	19						
масло сливочное	3	3						
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:				46	44	185	1322		
12 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак				355	9,7	9,7	39,0	282,1	
Каша пшенная жидкая				150	4,2	5,0	16,6	128	№311-2004
	крупа пшено	18	18						
	молоко питьевое	140	140						
	сахар	2	2						
	масло сливочное	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						
Молоко питьевое кипяченое				180	4,3	4,5	7,1	86	№260-2001, Пермь
Второй завтрак					0,2	0,0	17,3	70	
Сок в ассортименте				100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Пермь
Обед				500	16,5	22,4	55,8	490,0	

Салат из моркови с сыром			40	1,5	3,6	1,9	46	№89-1997
морковь - до 01.01 - 20%	46	37						
с 01.01 - 25%	49	37						
масса отварной моркови		35						
сыр	5	4						
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			150/10	2,9	2,2	10,4	73	№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						
масло сливочное	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	11,1	16,1	16,2	254,1	№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						
масло сливочное	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				20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной				20	0,5	0,3	7,6	34	
Уплотненный полдник				430	16,9	17,9	51,1	433,1	
Суфле творожное с молоком сгущенным				150	14,2	15,5	25,1	297	№365-2004
	творог	116	115						
	сметана	13	13						
	яйцо куриное	9	9						
	сахар	6	6						
	мука пшеничная	10	10						
	масло сливочное на смазку	2,5	2,5						
	масса готового суфле		130						
	молоко сгущенное с сахаром	20,2	20						
ИЛИ									
Вареники ленивые с молоком сгущенным				150	13,5	14,4	24,8	283	№325-2013, Пермь
	творог	107	106						
	мука пшеничная	16	16						
	яйцо куриное	9	9						

сахар	3,5	3,5						
соль йодированная	0,5	0,5						
масса готовых вареников		130						
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20						
Чай с молоком			180	2,5	2,2	10,2	71	№495-2013, Перьмь
чай - заварка	0,4	0,4						
молоко питьевое	100	100						
сахар	8	8						
Фрукт в ассортименте			100	0,2	0,2	15,8	66	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)								
ИТОГО:				43	50	163	1275	

13 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			350	8,6	9,3	44,3	295,3	
Каша гречневая жидкая			150	5,4	4,6	19,1	139	№54-20к-2020-2021, Новосибирск
крупа гречневая	20	20						
вода питьевая	50	50						
молоко питьевое	100	100						

сахар	2	2						
масло сливочное	3	3						
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте	20	20	20	0,5	1,8	12,5	68	
Какао с молоком			180	2,7	2,9	12,7	88	№497-2013, Пермь
какао - порошок	2	2						
молоко питьевое	130	130						
сахар	8	8						
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			535	18,6	17,3	69,8	509,3	
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								
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 и сметаной			150/10/5	3,8	4,0	8,6	86	№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						
масло сливочное	3	3						
сметана	5	5						

зелень сушеная	0,1	0,1						
Рыба припущенная в сметане			60	9,9	6,1	1,5	101	№338-2013, 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						
масса припущенной рыбы		50						
сметана	15	15						
мука пшеничная	1,5	1,5						
масло сливочное	1,5	1,5						
Пюре картофельное			120	2,6	3,5	18,8	117	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	136	102						
01.11.-31.12. -30%	146	102						
01.01-29.02 - 35%	157	102						
01.03 - 40%	170	102						
молоко питьевое	19	19						
масло сливочное	3	3						
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				455	13,6	14,0	59,5	418	
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	7,8	6,4	11,1	133	№482-2004
печень говяжья	54	45						
крупа рисовая	7	7						
вода питьевая	16	16						
масса рассыпчатого риса		21						
лук репчатый	18	15						
масло сливочное	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	7,9	7,7	3,6	115	№458-2004
говядина 1 категории	23	17						
или говядина полуфабрикат	20	17						
свинина мясная	20	17						
хлеб пшеничный	7	7						
молоко питьевое	11	11						

фарш		16						
лук репчатый	25	21						
масло сливочное	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						
Йогурт молочный для детского питания в ассортименте	125	125	125	3,5	3,3	14,8	103	
Чай с сахаром			150	0,1	0,0	8,5	34	№685-2004
чай - заварка	0,4	0,4						
сахар	8	8						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			10	0,3	0,1	3,8	17	
ИТОГО:				41	41	191	1293	

14 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			350	8,8	12,8	35,1	290,8	

Каша пшеничная жидкая			150	4,7	6,8	17,5	150	№311-2004
крупа пшеничная	18	18						
молоко питьевое	140	140						
сахар	2	2						
масло сливочное	3	3						
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			180	2,5	2,2	10,2	71	№495-2013, Пермь
чай - заварка	0,4	0,4						
молоко питьевое	100	100						
сахар	8	8						
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			535	15,4	20,3	66,5	509,7	
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 со сметаной			150/10/5	3,5	4,6	10,0	95	№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						
масло сливочное	3	3						
сахар	0,3	0,3						
сметана	5	5						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Тефтели из мяса (свинина мясная и говядина)			60	7,6	7,7	7,2	129	№461-2004
свинина мясная	23	20						
говядина 1 категории	27	20						
или говядина полуфабрикат	24	20						
хлеб пшеничный	9	9						
молоко питьевое	12	12						
лук репчатый	17	14						

масло сливочное	6	6						
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	7,8	5,1	4,9	97	№452-2004
свинина мясная	14	12						
филе индейки	23	22						
хлеб пшеничный	7	7						
молоко питьевое	9	9						
лук репчатый	18	15						
масло сливочное	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			120	2,5	4,2	15,1	108	№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	3	3						
сметана	8	8						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	4	4						
мука пшеничная	1,2	1,2						
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			40	0,9	0,5	15,1	69	
Уплотненный полдник			480	14,3	14,4	64,0	442,8	

Плов из птицы			150	10,7	9,7	19,3	207	№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	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						
крупя рисовая	30	30						
морковь - до 01.01 - 20%	40	32						
с 01.01 - 25%	43	32						

лук репчатый	12	10						
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						
соль йодированная	0,3	0,3						
дрожжи хлебопекарные	0,9	0,9						
или дрожжи сухие хлебопекарные	0,23	0,23						
молоко питьевое	14	14						
яйцо куриное для смазки изделия	0,8	0,8						
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2						
Чай с лимоном			180	0,1	0,0	10,5	42	№686-2004
чай - заварка	0,4	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:				39	47	183	1313	

15 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК			355	9,6	9,6	37,8	276,0	
Суп молочный с рисом			150	4,1	4,9	15,4	122	№164-2013, Пермь
молоко питьевое	154	154						
крупа рисовая	9	9						
сахар	1,2	1,2						
масло сливочное	1,5	1,5						
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						
Молоко питьевое кипяченое	189	180	180	4,3	4,5	7,1	86	№260-2001, Пермь
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	15,7	13,4	80,7	506,2	
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	4,8	4,3	8,1	90	№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	3,5	3,9	8,1	82	№148-2004
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
лапша домашняя		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						
масло сливочное	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						
молоко питьевое	6	6						
мука пшеничная	5	5						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
Пюре картофельное			120	2,6	3,5	18,8	117	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	136	102						
01.11.-31.12. -30%	146	102						
01.01-29.02 - 35%	157	102						
01.03 - 40%	170	102						
молоко питьевое	19	19						
масло сливочное	3	3						

Сок в ассортименте	150	150	150	0,4	0,1	18,8	78	№518-2013, Пермь
<i>ИЛИ</i>								
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			30	0,6	0,3	13,2	58	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	52	
Уплотненный полдник			475	16,0	13,3	63,0	435,3	
Колобки мясо-картофельные с соусом			60/30	7,4	7,2	4,2	111,2	№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 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			110	4,1	2,4	20,3	119	№54-22г-2020-2021, Новосибирск
крупа булгур	34	34						
вода питьевая	85	85						
масло сливочное	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						
Йогурт молочный для детского питания в ассортименте	125	125	125	3,5	3,3	14,8	103	
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			15	0,4	0,2	5,6	25	
ИТОГО:				41	36	199	1287	

ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА 3 НЕДЕЛЮ	42	44	184	1298	
Норма в пищевых веществах и энергии (90%)	38	42	183	1260	<i>При 11-12 часовом пребывании детей</i>
Норма в пищевых веществах и энергии (100%) *	42	47	203	1400	

Суп с мясными фрикаделькам			150/20
картофель - 01.09.-31.10.-	93	70	
31.12. - 01.01.-	100	70	
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	
фрикадельки:			
говядина 1 категории	27	20	
говядина полуфабри	24	20	
лук репчатый	3,2	2,7	
яйцо куриное	1,7	1,7	
зелень сушеная	0,1	0,1	

в капусте туш

