|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД | | | | | | | | |
| завтрак, второй завтрак, обед, уплотненный полдник | | | | | | | | |
| Возрастная категория: от 1 года до 3 лет  (11-12 часов пребывания детей) | | | | | | | | |
| 15 дневное меню №2429 от 05.10.2022 | | | | | | | | |
| для питания детей с аллергией на рыбу и рыбные продукты на основе основного 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, 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*** | | | ***525*** | ***16,5*** | ***19,6*** | ***67,5*** | ***512,4*** |  |
| **Салат из свеклы с чесноком** | | | **40** | **0,6** | **3,0** | **3,4** | **43** | **№59-2013, Пермь** |
| свекла до 01.01 -20% | 51 | 41 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 55 | 41 |  |  |  |  |  |  |
| масса отварной свеклы |  | 38 |  |  |  |  |  |  |
| чеснок | 0,3 | 0,2 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 3 | 3 |  |  |  |  |  |  |
| ***ИЛИ*** | | | | | | | | |
| **Салат 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 потрошеная 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** | | | | |  |
| **Выход, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Угл. г** | **ЭЦ, ккал** | **Номер рецептуры** |
| ***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** |
| крупа пшеничная | 11 | 11 |  |  |  |  |  |  |
| крупа 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** | | | **450** | **10,8** | **14,5** | **66,4** | **439,3** |  |
| **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 |  |  |  |  |  |  |
| **Котлеты из мяса (свинина мясная и говядина)** | | | **50** | **6,0** | **6,5** | **5,9** | **106** | **№451-2004** |
| свинина мясная | 16 | 14 |  |  |  |  |  |  |
| говядина 1 категории | 31 | 23 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина полуфабрикат | 27 | 23 |  |  |  |  |  |  |
| хлеб пшеничный | 9 | 9 |  |  |  |  |  |  |
| 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 |  |  |  |  |  |  |
| **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:*** | | | | ***35*** | ***39*** | ***200*** | ***1296*** |  |
| 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** |
| крупа 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*** | | | ***540*** | ***16,8*** | ***19,6*** | ***66,7*** | ***510,1*** |  |
| **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 мясом** | | | **150/10** | **4,2** | **5,1** | **9,1** | **99** | **№133-2004** |
| говядина 1 категории | 22 | 16 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина полуфабрикат | 19 | 16 |  |  |  |  |  |  |
| 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:*** | | | | ***40*** | ***49*** | ***175*** | ***1302*** |  |
| 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*** | | | ***535*** | ***14,8*** | ***15,1*** | ***71,0*** | ***479*** |  |
| **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 |  |  |  |  |  |  |
| **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 |  |  |  |  |  |  |
| **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 подгарнировку** | | | **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:*** | | | | ***41*** | ***36*** | ***199*** | ***1285*** |  |
| ***ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА 1 НЕДЕЛЮ*** | | | | ***40*** | ***43*** | ***185*** | ***1286*** |  |
| ***Норма в пищевых веществах и энергии (90%)*** | | | | ***38*** | ***42*** | ***183*** | ***1260*** | ***При 11-12 часовом пребывании детей*** |
| ***Норма в пищевых веществах и энергии (100%) \**** | | | | ***42*** | ***47*** | ***203*** | ***1400*** |
| 2 НЕДЕЛЯ | | | | | | | | |
| 6 день | | | | | | | | |
| **Наименование блюда** | **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Химический состав** | | | | | **Номер рецептуры** |
| **Выход, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Угл. г** | **ЭЦ, ккал** |
| ***Завтрак*** | | | ***355*** | ***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 |  |  |  |  |  |  |
| крупа 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 |  |  |  |  |  |  |
| крупа 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** | | | **440** | **10,7** | **13,8** | **65,1** | **427** |  |
| **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 |  |  |  |  |  |  |
| **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** | | | **50** | **0,1** | **0,2** | **8,2** | **35** | **№458-2006, Москва** |
| **Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)** | | |  |  |  |  |  |  |
| ***ИТОГО:*** | | | | ***35*** | ***40*** | ***192*** | ***1272*** |  |
| 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*** | | | ***550*** | ***17,1*** | ***16,8*** | ***72,0*** | ***507,6*** |  |
| **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 |  |  |  |  |  |  |
| крупа 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 из говядины, тушеные в соусе сметанным с томатом** | | | **50/30** | **8,6** | **6,4** | **8,5** | **126** | **№392-2013, Пермь** |
| говядина 1 категории | 50 | 37 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина полуфабрикат | 44 | 37 |  |  |  |  |  |  |
| хлеб пшеничный | 8 | 8 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 9 | 9 |  |  |  |  |  |  |
| 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 |  |  |  |  |  |  |
| **ИЛИ** | | | | | | | | |
| **Плов из птицы** | | | **150** | **10,7** | **9,7** | **19,3** | **207** | **№406-2013, Пермь** |
| курица потрошеная 1 категории (разделка на мякоть без кожи) | 147 | 131 |  |  |  |  |  |  |
| или грудка куриная (разделка на мякоть без кожи) | 103 | 70 |  |  |  |  |  |  |
| или филе куриное промышленного производства | 73 | 70 |  |  |  |  |  |  |
| **масса отварной птицы (мякоть)** |  | **50** |  |  |  |  |  |  |
| крупа рисовая | 34 | 34 |  |  |  |  |  |  |
| морковь - до 01.01 - 20% | 30 | 24 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 32 | 24 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 6 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 6 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| **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:*** | | | | ***41*** | ***38*** | ***192*** | ***1274*** |  |
| 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 потрошеная 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*** | ***185*** | ***1279*** |  |
| ***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** |
| крупа 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*** | | | ***530*** | ***17,3*** | ***16,5*** | ***66,6*** | ***484,1*** |  |
| **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 картофельный с крупой и мясом** | | | **150/10** | **3,5** | **3,2** | **10,8** | **86** | **№138-2004** |
| 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 рисовая или крупа пшено | 3 | 3 |  |  |  |  |  |  |
| морковь - до 01.01 - 20% | 7,5 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 8 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| 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** |
| **тесто** |  | **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 |  |  |  |  |  |  |
| **фарш** |  | **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:*** | | | | ***44*** | ***42*** | ***185*** | ***1290*** |  |
| 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** | 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*** | | | ***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, Пермь** |
| 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*** | | | ***525*** | ***15,0*** | ***16,7*** | ***71,1*** | ***495*** |  |
| **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 |  |  |  |  |  |  |
| **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 |  |  |  |  |  |  |
| **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:*** | | | | ***37*** | ***40*** | ***192*** | ***1278*** |  |
| 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 потрошеная 1 категории (разделка на мякоть без кожи) | 147 | 131 |  |  |  |  |  |  |
| или грудка куриная (разделка на мякоть без кожи) | 103 | 70 |  |  |  |  |  |  |
| или филе куриное промышленного производства | 73 | 70 |  |  |  |  |  |  |
| **масса отварной птицы (мякоть)** |  | **50** |  |  |  |  |  |  |
| крупа рисовая | 34 | 34 |  |  |  |  |  |  |
| морковь - до 01.01 - 20% | 30 | 24 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 32 | 24 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 6 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 6 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| ***ИЛИ*** | | | | | | | | |
| **Плов из говядины** | | | **150** | **9,0** | **9,3** | **18,5** | **194** | **№443-2004** |
| мясо говядина полуфабрикат | 76 | 64 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина 1 категории | 87 | 64 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 6 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| **масса тушеного мяса** |  | **40** |  |  |  |  |  |  |
| крупа рисовая | 30 | 30 |  |  |  |  |  |  |
| морковь - до 01.01 - 20% | 40 | 32 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 43 | 32 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 12 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| **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*** | | | ***520*** | ***15,5*** | ***18,1*** | ***72,6*** | ***515*** |  |
| **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 потрошеная 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 |  |  |  |  |  |  |
| **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 |  |  |  |  |  |  |
| **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** | **0,2** | **0,1** | **11,5** | **48** | **№518-2013, Пермь** |
| ***ИЛИ*** | | | | | | | | |
| **Компот из ягод и яблок** | | | **150** | **0,15** | **0,08** | **12,3** | **51** | **№513-2013, Пермь** |
| яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом) | 21 | 18 |  |  |  |  |  |  |
| вишня или смородина или облепиха или клубника свежемороженые | 15 | 14 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 8 | 8 |  |  |  |  |  |  |
| **Хлеб пшеничный** | | | **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*** | ***41*** | ***191*** | ***1296*** |  |
| ***ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА 3 НЕДЕЛЮ*** | | | | ***41*** | ***44*** | ***183*** | ***1290*** |  |
| ***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*** |