|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Меню приготавливаемых блюд  завтрак, 2 завтрак, обед, уплотненный полдник | | | | | | | | |
| Возрастная категория: с 3 до 7 лет (11-12 часов пребывания детей) | | | | | | | | |
| 15 - ти дневное меню № 2428 от 05 октября 2022 г | | | | | | | | |
| Меню для питания детей с аллергией на рыбу и рыбные продукты на основе основного меню № 2236 от 11 ноября 2021 г | | | | | | | | |
| Меню содержит обязательные вложения - титульный лист, аннотацию, ведомость контроля за рационом питания, таблицу распределения энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи, таблицу суммарных объемов блюд по приемам пищи (в граммах - не менее) | | | | | | | | |
| 1 неделя | | | | | | | | |
| 1 день | | | | | | | | |
| **Наименование блюда** | **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Химический состав** | | | | | **№ рецептуры** |
| **Выход, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Угл. г** | **ЭЦ, ккал** |
| ***Завтрак*** | | | ***420*** | ***11,0*** | ***14,7*** | ***44,5*** | ***354*** |  |
| **Каша манная жидкая** | | | **200** | **6,1** | **6,7** | **21,2** | **170** | **№311-2004** |
| крупа манная | 20 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 190 | 190 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 3 | 3 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| **Бутерброд с маслом** | | | **15/5** | **1,6** | **3,8** | **7,4** | **70** | **№1-2004** |
| батон или хлеб пшеничный | 15 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| **Какао с молоком** | | | **200** | **3,3** | **4,2** | **15,9** | **115** | **№497-2013, Пермь** |
| какао - порошок | 2,5 | 2,5 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 130 | 130 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| **Хлеб пшеничный** | | | **10** | **0,2** | **0,1** | **4,4** | **19** |  |
| ***Второй завтрак*** | | | | ***0,5*** | ***0,2*** | ***21,8*** | ***91*** |  |
| **Сок в ассортименте** | **120** | **120** | **120** | **0,5** | **0,2** | **21,8** | **91** | **№518-2013, Пермь** |
| ***Обед*** | | | ***660*** | ***20,4*** | ***24,2*** | ***83,3*** | ***632*** |  |
| **Салат из свеклы с чесноком** | | | **60** | **0,8** | **4,0** | **4,3** | **56** | **№59-2013, Пермь** |
| свекла до 01.01 -20% | 74 | 59 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 78 | 59 |  |  |  |  |  |  |
| масса отварной свеклы |  | 56 |  |  |  |  |  |  |
| чеснок | 0,5 | 0,4 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| ***ИЛИ*** | | | | | | | | |
| **Салат из огурцов с маслом** | | | **60** | **0,6** | **4,1** | **1,9** | **47** | **№14/1-2011г., Екатеринбург** |
| огурцы свежие парниковые | 58 | 57 |  |  |  |  |  |  |
| или огурцы свежие грунтовые | 60 | 57 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| **Рассольник "Домашний" с курицей со сметаной** | | | **180/15/5** | **4,7** | **3,8** | **8,7** | **88** | **№131-2004** |
| курица потрошеная 1 категории (разделка на мякоть без кожи) | 45 | 39 |  |  |  |  |  |  |
| или грудка куриная (разделка на мякоть без кожи) | 25 | 24 |  |  |  |  |  |  |
| или филе куриное промышленного производства | 25 | 24 |  |  |  |  |  |  |
| капуста белокочанная свежая | 19 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 73 | 55 |  |  |  |  |  |  |
| 01.11.-31.12. -30% | 79 | 55 |  |  |  |  |  |  |
| 01.01-29.02 - 35% | 85 | 55 |  |  |  |  |  |  |
| 01.03 - 40% | 92 | 55 |  |  |  |  |  |  |
| морковь до 01.01 - 20% | 7,5 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 8 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 8 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| огурцы соленые без уксуса | 18 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| сметана | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| зелень сушеная | 0,1 | 0,1 |  |  |  |  |  |  |
| **или на случай отсутствия возможности использования курицы в учреждении** | | | | | | | | |
| **Рассольник "Домашний" с мясом со сметаной** | | | **180/10/5** | **4,1** | **3,5** | **8,7** | **83** | **№131-2004** |
| говядина 1 категории | 22 | 16 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина полуфабрикат | 19 | 16 |  |  |  |  |  |  |
| капуста белокочанная свежая | 19 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 73 | 55 |  |  |  |  |  |  |
| 01.11.-31.12. -30% | 79 | 55 |  |  |  |  |  |  |
| 01.01-29.02 - 35% | 85 | 55 |  |  |  |  |  |  |
| 01.03 - 40% | 92 | 55 |  |  |  |  |  |  |
| морковь до 01.01 - 20% | 7,5 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 8 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 8 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| огурцы соленые без уксуса | 18 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| сметана | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| зелень сушеная | 0,1 | 0,1 |  |  |  |  |  |  |
| **Тефтели из мяса (свинина мясная и говядина)** | | | **70** | **8,9** | **9,5** | **8,4** | **155** | **№461-2004** |
| свинина мясная | 28 | 24 |  |  |  |  |  |  |
| говядина 1 категории | 33 | 24 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина полуфабрикат | 28 | 24 |  |  |  |  |  |  |
| хлеб пшеничный | 11 | 11 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 14 | 14 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 19 | 16 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 7 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| **масса припущенного с маслом лука** |  | **10** |  |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное для смазки листа | 2 | 2 |  |  |  |  |  |  |
| **Каша гречневая вязкая отварная, с соусом молочным** | | | **150** | **4,2** | **6,1** | **18,9** | **147** | **№510-2004** |
| крупа гречневая | 30 | 30 |  |  |  |  |  |  |
| вода питьевая | 96 | 96 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 3 | 3 |  |  |  |  |  |  |
| соус молочный |  | 30 |  |  |  |  |  | **№435-2013, Пермь** |
| молоко питьевое | 30 | 30 |  |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная | 1,2 | 1,2 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 1,2 | 1,2 |  |  |  |  |  |  |
| **Компот из изюма** | | | **180** | **0,3** | **0,0** | **14,1** | **58** | **№638-2004** |
| изюм | 15 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| ***ИЛИ*** | | | | | | | | |
| **Компот из свежих плодов** | | | **180** | **0,2** | **0,0** | **15,5** | **62,7** | **№585-1996** |
| яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом) | 45,6 | 40 |  |  |  |  |  |  |
| или груши свежие | 44 | 40 |  |  |  |  |  |  |
| или апельсины свежие | 60 | 40 |  |  |  |  |  |  |
| лимонная кислота | 0,18 | 0,18 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| **Хлеб пшеничный** | | | **40** | **0,8** | **0,4** | **17,6** | **77** |  |
| **Хлеб ржаной** | | | **30** | **0,7** | **0,4** | **11,3** | **51** |  |
| **Уплотненный полдник** | | | **560** | **19** | **24** | **69** | **568** |  |
| **Салат картофельный с кукурузой и морковью** | | | **130** | **2,2** | **5,2** | **7,4** | **85** | **№73-2013, Пермь** |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 84 | 63 |  |  |  |  |  |  |
| 01.11.-31.12. -30% | 90 | 63 |  |  |  |  |  |  |
| 01.01-29.02 - 35% | 97 | 63 |  |  |  |  |  |  |
| 01.03 - 40% | 105 | 63 |  |  |  |  |  |  |
| **масса отварного картофеля** |  | **60** |  |  |  |  |  |  |
| кукуруза консервированная (после термической обработки) | 47 | 28 |  |  |  |  |  |  |
| морковь до 01.01 - 20% | 54 | 43 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 57 | 43 |  |  |  |  |  |  |
| **масса отварной моркови** |  | **40** |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| **Пудинг из мяса** | | | **70** | **10,2** | **11,7** | **1,2** | **151** | **№472-2004** |
| говядина 1 категории | 53 | 39 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина полуфабрикат | 46 | 39 |  |  |  |  |  |  |
| и свинина мясная | 46 | 39 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 3 | 3 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное | 12 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 17 | 17 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное для смазки листа | 2 | 2 |  |  |  |  |  |  |
| **Чай с молоком** | | | **180** | **2,5** | **2,2** | **10,2** | **71** | **№495-2013, Пермь** |
| чай - заварка | 0,5 | 0,5 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 100 | 100 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 8 | 8 |  |  |  |  |  |  |
| **Булочка с джемом** | | | **50** | **3,2** | **4,5** | **23,0** | **145** | **№572-2013, Пермь** |
| мука пшеничная | 29 | 29 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 12 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 6 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное | 2 | 2 |  |  |  |  |  |  |
| дрожжи прессованные | 1,1 | 1,1 |  |  |  |  |  |  |
| или дрожжи сухие хлебопекарные | 0,28 | 0,28 |  |  |  |  |  |  |
| соль йодированная | 0,2 | 0,2 |  |  |  |  |  |  |
| ванилин | 0,006 | 0,006 |  |  |  |  |  |  |
| джем промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов) | 12,4 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное для смазки изделия | 1,4 | 1,4 |  |  |  |  |  |  |
| сахарная пудра | 0,7 | 0,7 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное для смазки | 0,7 | 0,7 |  |  |  |  |  |  |
| **Фрукт в ассортименте** | | | **130** | **0,3** | **0,3** | **21,5** | **90** | **№458-2006, Москва** |
| **Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)** | | |  |  |  |  |  |  |
| **Хлеб ржаной** | | | **15** | **0,5** | **0,2** | **5,7** | **26** |  |
| ***ИТОГО:*** | | | | ***51*** | ***63*** | ***219*** | ***1646*** |  |
| 2 день | | | | | | | | |
| **Наименование блюда** | **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Химический состав** | | | | | **№ рецептуры** |
| **Выход, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Угл. г** | **ЭЦ, ккал** |
| ***Завтрак*** | | | ***435*** | ***13,3*** | ***11,8*** | ***48,9*** | ***355,0*** |  |
| **Каша молочная ассорти (пшенично - ячневая)** | | | **200** | **5,5** | **5,5** | **22,5** | **162** | **№18/4-2011, Екатеринбург** |
| крупа пшеничная | 15 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| крупа ячневая | 15 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 190 | 190 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 3 | 3 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| **Бутерброд с сыром** | | | **20/15** | **5,3** | **3,7** | **7,2** | **83,3** | **№3-2004** |
| батон или хлеб пшеничный | 20 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| сыр | 16 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| **Кофейный напиток** | | | **200** | **2,3** | **2,5** | **14,8** | **90,9** | **№501-2013, Пермь** |
| кофейный напиток | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 100 | 100 |  |  |  |  |  |  |
| **Хлеб пшеничный** | | | **10** | **0,2** | **0,1** | **4,4** | **19** |  |
| ***Второй завтрак*** | | | | ***0,5*** | ***0,2*** | ***21,8*** | ***91*** |  |
| **Сок в ассортименте** | **120** | **120** | **120** | **0,5** | **0,2** | **21,8** | **91** | **№518-2013, Пермь** |
| ***Обед*** | | | ***640*** | ***18,3*** | ***20,9*** | ***95,0*** | ***641*** |  |
| **Салат из моркови и яблок** | | | **60** | **0,8** | **4,1** | **5,9** | **64** | **№9-2013, Пермь** |
| морковь до 01.01 - 20% | 56 | 45 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 60 | 45 |  |  |  |  |  |  |
| **(в свежем виде морковь старого урожая использовать до 1 марта, после 1 марта свежего урожая или в отварном виде)** | | |  |  |  |  |  |  |
| яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом, очищенные от кожицы) | 21,5 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| ***ИЛИ*** | | | | | | | | |
| **Салат "Любительский"** | | | **60** | **2,2** | **4,1** | **3,5** | **60** | **№4-2006, Екатеринбург** |
| морковь до 01.01 - 20% | 25 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 27 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| масса отварной моркови |  | 17 |  |  |  |  |  |  |
| кукуруза консервированная (после термической обработки) | 25 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| огурцы консервированные без уксуса | 45,5 | 25 |  |  |  |  |  |  |
| или огурцы свежие парниковые | 25,5 | 25 |  |  |  |  |  |  |
| или огурцы свежие грунтовые | 26,3 | 25 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| **Суп гороховый с гренками** | | | **180/20** | **4,4** | **3,1** | **22,9** | **137** | **№139-2004** |
| горох | 15 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 53 | 40 |  |  |  |  |  |  |
| 01.11.-31.12. -30% | 57 | 40 |  |  |  |  |  |  |
| 01.01-29.02 - 35% | 62 | 40 |  |  |  |  |  |  |
| 01.03 - 40% | 67 | 40 |  |  |  |  |  |  |
| морковь до 01.01 - 20% | 12,5 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 13,3 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 10 | 8 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| **гренки из пшеничного хлеба** |  | **20** |  |  |  |  |  | **№170-2013, Пермь** |
| хлеб пшеничный | 38 | 32 |  |  |  |  |  |  |
| зелень сушеная | 0,1 | 0,1 |  |  |  |  |  |  |
| **Жаркое по - домашнему** | | | **200** | **11,3** | **12,9** | **22,7** | **252** | **№436-2004** |
| говядина 1 категории | 87 | 64 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина полуфабрикат | 76 | 64 |  |  |  |  |  |  |
| масса отварного мяса |  | 40 |  |  |  |  |  |  |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 206 | 155 |  |  |  |  |  |  |
| 01.11.-31.12. -30% | 222 | 155 |  |  |  |  |  |  |
| 01.01-29.02 - 35% | 239 | 155 |  |  |  |  |  |  |
| 01.03 - 40% | 259 | 155 |  |  |  |  |  |  |
| морковь до 01.01 - 20% | 28 | 22 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 29 | 22 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 12 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 6 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| **Компот из смеси сухофруктов** | | | **180** | **0,3** | **0,0** | **15,2** | **62** | **№508-2013, Пермь** |
| сухофрукты | 15 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 8 | 8 |  |  |  |  |  |  |
| **Хлеб пшеничный** | | | **30** | **0,6** | **0,3** | **13,2** | **58** |  |
| **Хлеб ржаной** | | | **40** | **0,9** | **0,5** | **15,1** | **69** |  |
| **Уплотненный полдник** | | | **540** | **14,9** | **18,2** | **79,5** | **541,3** |  |
| **Винегрет овощной** | | | **130** | **2,1** | **5,2** | **13,5** | **109** | **№71-2004** |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 44 | 33 |  |  |  |  |  |  |
| 01.11.-31.12. -30% | 47 | 33 |  |  |  |  |  |  |
| 01.01-29.02 - 35% | 51 | 33 |  |  |  |  |  |  |
| 01.03 - 40% | 55 | 33 |  |  |  |  |  |  |
| масса отварного картофеля |  | 30 |  |  |  |  |  |  |
| свекла до 01.01 -20% | 40 | 32 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 43 | 32 |  |  |  |  |  |  |
| масса отварной свеклы |  | 30 |  |  |  |  |  |  |
| морковь до 01.01 - 20% | 40 | 32 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 43 | 32 |  |  |  |  |  |  |
| масса отварной моркови |  | 30 |  |  |  |  |  |  |
| огурцы соленые без уксуса | 36 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| горошек зеленый консервированный (после термической обработки) | 23 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| **Котлеты из мяса (свинина мясная и говядина)** | | | **70** | **9,2** | **8,8** | **8,3** | **149** | **№451-2004** |
| свинина мясная | 25 | 21 |  |  |  |  |  |  |
| говядина 1 категории | 44 | 32 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина полуфабрикат | 38 | 32 |  |  |  |  |  |  |
| хлеб пшеничный | 12 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 6 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 7,1 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное | 6 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная | 7 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное для смазки листа | 1,5 | 1,5 |  |  |  |  |  |  |
| **Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте** | | | **30** | **2,7** | **3,7** | **17,5** | **114** |  |
| **Чай со смородиной и сахаром** | | | **180** | **0,2** | **0,0** | **10,5** | **42,8** | **№54-6гн-2020, 2021, Новосибирск** |
| чай-заварка | 0,5 | 0,5 |  |  |  |  |  |  |
| смородина черная или красная | 10,7 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| ***ИЛИ*** | | | | | | | | |
| **Чай с лимоном** | | | **180** | **0,1** | **0,0** | **10,5** | **42** | **№686-2004** |
| чай - заварка | 0,5 | 0,5 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| лимон | 6 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| **Фрукт в ассортименте** | | | **130** | **0,3** | **0,3** | **21,5** | **90** | **№458-2006, Москва** |
| **Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)** | | |  |  |  |  |  |  |
| **Хлеб пшеничный** | | | **10** | **0,2** | **0,1** | **4,4** | **19** |  |
| **Хлеб ржаной** | | | **10** | **0,2** | **0,1** | **3,8** | **17** |  |
| ***ИТОГО:*** | | | | ***47*** | ***51*** | ***245*** | ***1629*** |  |
| 3 день | | | | | | | | |
| **Наименование блюда** | **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Химический состав** | | | | | **№ рецептуры** |
|  | **Выход, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Угл. г** | **ЭЦ, ккал** |
| ***Завтрак*** | | | ***420*** | ***10,9*** | ***9,7*** | ***62,2*** | ***379,7*** |  |
| **Каша рисовая жидкая** | | | **200** | **6,4** | **7,2** | **25,5** | **192** | **№311-2004** |
| крупа рисовая | 30 | 30 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 190 | 190 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 3 | 3 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| **Бутерброд с джемом или вареньем** | | | **20/20** | **1,8** | **0,2** | **22,1** | **97** | **№2-2004** |
| батон или хлеб пшеничный | 20 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| джем или варенье промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов) | 20,2 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| **Чай с молоком** | | | **180** | **2,5** | **2,2** | **10,2** | **71** | **№495-2013, Пермь** |
| чай - заварка | 0,5 | 0,5 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 100 | 100 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 8 | 8 |  |  |  |  |  |  |
| **Хлеб пшеничный** | | | **10** | **0,2** | **0,1** | **4,4** | **19** |  |
| ***Второй завтрак*** | | | | ***0,5*** | ***0,2*** | ***21,8*** | ***91*** |  |
| **Сок с содержанием витаминов и минералов в ассортименте** | **120** | **120** | **120** | **0,5** | **0,2** | **21,8** | **91** | **№518-2013, Пермь** |
| ***Обед*** | | | ***665*** | ***21*** | ***23*** | ***91*** | ***655*** |  |
| **Салат картофельный с огурцами и зеленым горошком** | | | **60** | **1,1** | **4,1** | **5,3** | **63** | **№75-2013, Пермь** |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 43 | 32 |  |  |  |  |  |  |
| 01.11.-31.12. -30% | 46 | 32 |  |  |  |  |  |  |
| 01.01-29.02 - 35% | 49 | 32 |  |  |  |  |  |  |
| 01.03 - 40% | 53 | 32 |  |  |  |  |  |  |
| масса отварного картофеля |  | 30 |  |  |  |  |  |  |
| огурцы свежие парниковые | 15,3 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| или огурцы свежие грунтовые | 15,8 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| или огурцы соленые без уксуса | 27,3 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| горошек зеленый консервированный (после термической обработки) | 18 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| **Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной** | | | **180/10/5** | **4,1** | **4,9** | **5,6** | **83** | **№142-2013, Пермь** |
| говядина 1 категории | 22 | 16 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина полуфабрикат | 19 | 16 |  |  |  |  |  |  |
| капуста белокочанная свежая | 45 | 36 |  |  |  |  |  |  |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 29 | 22 |  |  |  |  |  |  |
| 01.11.-31.12. -30% | 31 | 22 |  |  |  |  |  |  |
| 01.01-29.02 - 35% | 34 | 22 |  |  |  |  |  |  |
| 01.03 - 40% | 37 | 22 |  |  |  |  |  |  |
| морковь до 01.01 - 20% | 12,5 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 13,3 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 8 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли) | 2 | 2 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| сметана | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| зелень сушеная | 0,1 | 0,1 |  |  |  |  |  |  |
| **Печень говяжья по - строгановски** | | | **80** | **11,2** | **10,4** | **2,9** | **150** | **№431-2004** |
| печень говяжья | 90 | 75 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 3 | 3 |  |  |  |  |  |  |
| масса готовой печени |  | 50 |  |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная | 2 | 2 |  |  |  |  |  |  |
| сметана | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| вода питьевая | 20 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| ***ИЛИ*** | | | | | | | | |
| **Бефстроганов из отварной говядины** | | | **70** | **11,9** | **9,7** | **4,1** | **151,3** | **№54-1м-2020-2021, Новосибирск** |
| говядина 1 категории | 88 | 65 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина полуфабрикат | 77 | 65 |  |  |  |  |  |  |
| масса отварного мяса |  | 40 |  |  |  |  |  |  |
| масса соуса |  | 30 |  |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| сметана | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| бульон | 20 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 12 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 3 | 3 |  |  |  |  |  |  |
| **Макаронные изделия отварные** | | | **150** | **3,5** | **2,8** | **36,8** | **186** | **№516-2004** |
| макаронные изделия группы А | 53 | 53 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 3,5 | 3,5 |  |  |  |  |  |  |
| **Напиток из шиповника** | | | **180** | **0,2** | **0,0** | **21,2** | **86** | **№705-2004** |
| шиповник | 20 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| **Хлеб пшеничный** | | | **10** | **0,2** | **0,1** | **4,4** | **19** |  |
| **Хлеб ржаной** | | | **40** | **0,9** | **0,5** | **15,1** | **69** |  |
| **Уплотненный полдник** | | | **505** | **29,8** | **20,4** | **61,9** | **550** |  |
| **Запеканка из творога с молоком сгущенным** | | | **180** | **25,8** | **16,9** | **25,7** | **358** | **№313-2013, Пермь** |
| творог | 144 | 143 |  |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная | 12 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| или крупа манная | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое для каши | 36 | 36 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное | 12 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 6 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| ванилин | 0,01 | 0,01 |  |  |  |  |  |  |
| сметана | 6 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| сухари пшеничные | 6 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное для смазки листа | 3 | 3 |  |  |  |  |  |  |
| масса готовой запеканки |  | 150 |  |  |  |  |  |  |
| молоко сгущенное с сахаром | 30,2 | 30 |  |  |  |  |  |  |
| ***ИЛИ*** | | | | | | | | |
| **Сырники из творога запечённые, с молоком сгущенным** | | | **180** | **25,2** | **16,7** | **25,4** | **353** | **№321-2013, Пермь** |
| творог | 140 | 138 |  |  |  |  |  |  |
| крупа манная | 18 | 18 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное | 7 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 7 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| ванилин | 0,01 | 0,01 |  |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| сметана | 7 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное для смазки листа | 3 | 3 |  |  |  |  |  |  |
| масса готовых сырников (3 шт. по 50 г) |  | 150 |  |  |  |  |  |  |
| молоко сгущенное с сахаром | 30,2 | 30 |  |  |  |  |  |  |
| **Йогурт молочный для детского питания в ассортименте** | 125 | 125 | **125** | **3,5** | **3,3** | **14,8** | **103** |  |
| **Чай с сахаром** | | | **200** | **0,1** | **0,0** | **12,6** | **51** | **№685-2004** |
| чай - заварка | 0,5 | 0,5 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 12 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| **Хлеб пшеничный** | | | **20** | **0,4** | **0,2** | **8,8** | **38** |  |
| ***ИТОГО:*** | | | | ***62*** | ***53*** | ***237*** | ***1676*** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 день | | | | | | | | |
| **Наименование блюда** | **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Химический состав** | | | | | **№ рецептуры** |
| **Выход, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Угл. г** | **ЭЦ, ккал** |
| ***Завтрак*** | | | ***460*** | ***14,0*** | ***15,7*** | ***39,4*** | ***354,9*** |  |
| **Суп молочный с макаронными изделиями** | | | **200** | **5,5** | **6,1** | **19,5** | **155** | **№165-2013, Пермь** |
| молоко питьевое | 205 | 205 |  |  |  |  |  |  |
| макаронные изделия группы А | 16 | 16 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 1,6 | 1,6 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 2 | 2 |  |  |  |  |  |  |
| **Яйца вареные** | | | **40** | **5,1** | **4,6** | **0,3** | **63** | **№300-2013, Пермь** |
| **Бутерброд с маслом** | | | **15/5** | **1,6** | **3,8** | **7,4** | **70** | **№1-2004** |
| батон или хлеб пшеничный | 15 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| **Чай с молоком сгущенным** | | | **200** | **1,8** | **1,2** | **12,2** | **67** | **№493-2013, Пермь** |
| чай - заварка | 0,5 | 0,5 |  |  |  |  |  |  |
| молоко сгущенное с сахаром | 40 | 40 |  |  |  |  |  |  |
| ***Второй завтрак*** | | | | ***0,5*** | ***0,2*** | ***21,8*** | ***91*** |  |
| **Сок с содержанием витаминов и минералов в ассортименте** | **120** | **120** | **120** | **0,5** | **0,2** | **21,8** | **91** | **№518-2013, Пермь** |
| ***Обед*** | | | ***660*** | ***23,1*** | ***22,4*** | ***83,9*** | ***628,8*** |  |
| **Салат из свеклы с сыром и чесноком** | | | **60** | **3,1** | **4,4** | **5,8** | **75** | **№56-2013, Пермь** |
| свекла до 01.01 -20% | 73 | 58 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 77 | 58 |  |  |  |  |  |  |
| масса отварной свеклы |  | 55 |  |  |  |  |  |  |
| чеснок | 0,4 | 0,3 |  |  |  |  |  |  |
| сыр | 7 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| ***ИЛИ*** | | | | | | | | |
| **Салат зеленый с огурцами и помидорами** | | | **60** | **0,6** | **4,0** | **2,0** | **46** | **№35-2006, Москва** |
| помидоры свежие парниковые | 20,4 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| или помидоры свежие грунтовые | 23,6 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| огурцы свежие парниковые | 35,7 | 35 |  |  |  |  |  |  |
| или огурцы свежие грунтовые | 36,8 | 35 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 6,0 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| или лук зелёный | 6,3 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| **Суп картофельный с мясом** | | | **180/10** | **4,8** | **5,8** | **15,1** | **132** | **№133-2004** |
| говядина 1 категории | 22 | 16 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина полуфабрикат | 19 | 16 |  |  |  |  |  |  |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 106 | 80 |  |  |  |  |  |  |
| 01.11.-31.12. -30% | 114 | 80 |  |  |  |  |  |  |
| 01.01-29.02 - 35% | 123 | 80 |  |  |  |  |  |  |
| 01.03 - 40% | 134 | 80 |  |  |  |  |  |  |
| морковь до 01.01 - 20% | 10,0 | 8 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 10,6 | 8 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 10 | 8 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| зелень сушеная | 0,1 | 0,1 |  |  |  |  |  |  |
| **Котлета домашняя из говядины и свинины, запеченная с соусом сметанным с томатом** | | | **70/30** | **9,1** | **8,9** | **7,4** | **146** | **№452-2004** |
| свинина мясная | 30 | 26 |  |  |  |  |  |  |
| говядина 1 категории | 35 | 26 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина полуфабрикат | 31 | 26 |  |  |  |  |  |  |
| хлеб пшеничный | 13 | 13 |  |  |  |  |  |  |
| молоко или вода питьевая | 8 | 8 |  |  |  |  |  |  |
| чеснок | 0,4 | 0,3 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 6 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное | 3 | 3 |  |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная или сухари | 7 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное для смазки листа | 2 | 2 |  |  |  |  |  |  |
| **Соус сметанный с томатом** |  | **30** |  |  |  |  |  | **№601-2004** |
| сметана | 8 | 8 |  |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная | 2,3 | 2,3 |  |  |  |  |  |  |
| вода питьевая | 22 | 22 |  |  |  |  |  |  |
| томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли) | 3 | 3 |  |  |  |  |  |  |
| **Булгур припущенный** | | | **130** | **4,9** | **2,8** | **24,0** | **141** | **№54-22г-2020-2021, Новосибирск** |
| крупа булгур | 40 | 40 |  |  |  |  |  |  |
| вода питьевая | 100 | 100 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 3,5 | 3,5 |  |  |  |  |  |  |
| ***ИЛИ*** | | | | | | | | |
| **Рис припущенный** | | | **130** | **3,1** | **2,7** | **21,9** | **124** | **№512-2004** |
| крупа рисовая | 45 | 45 |  |  |  |  |  |  |
| вода питьевая | 110 | 110 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 3,5 | 3,5 |  |  |  |  |  |  |
| **Компот из смеси сухофруктов** | | | **180** | **0,3** | **0,0** | **15,2** | **62** | **№508-2013, Пермь** |
| сухофрукты | 15 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 8 | 8 |  |  |  |  |  |  |
| **Хлеб пшеничный** | | | **20** | **0,4** | **0,2** | **8,8** | **39** |  |
| **Хлеб ржаной** | | | **20** | **0,5** | **0,3** | **7,6** | **34** |  |
| **Уплотненный полдник** | | | **570** | **15,4** | **18,5** | **75,4** | **529** |  |
| **Биточки из мяса (свинина мясная и говядина)** | | | **70** | **9,2** | **8,8** | **8,3** | **149** | **№451-2004** |
| свинина мясная | 25 | 21 |  |  |  |  |  |  |
| говядина 1 категории | 44 | 32 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина полуфабрикат | 38 | 32 |  |  |  |  |  |  |
| хлеб пшеничный | 12 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 6 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 7,1 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное | 6 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная | 7 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное для смазки листа | 1,5 | 1,5 |  |  |  |  |  |  |
| **ИЛИ** | | | | | | | | |
| **Котлета особая (из свинины мясной и филе индейки)** | | | **70** | **10,9** | **8,1** | **6,2** | **141** | **№452-2004** |
| свинина мясная | 21 | 18 |  |  |  |  |  |  |
| филе индейки | 34 | 32 |  |  |  |  |  |  |
| хлеб пшеничный | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 12 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 25 | 21 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 3 | 3 |  |  |  |  |  |  |
| масса припущенного с маслом лука |  | 11 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| сухари пшеничные | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное для смазки листа | 1,5 | 1,5 |  |  |  |  |  |  |
| **Рагу овощное** | | | **150** | **2,7** | **4,7** | **17,0** | **121** | **№541-2004** |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 33 | 25 |  |  |  |  |  |  |
| 01.11.-31.12. -30% | 36 | 25 |  |  |  |  |  |  |
| 01.01-29.02 - 35% | 39 | 25 |  |  |  |  |  |  |
| 01.03 - 40% | 42 | 25 |  |  |  |  |  |  |
| морковь до 01.01 - 20% | 44 | 35 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 47 | 35 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 14 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| капуста белокочанная свежая | 81 | 65 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| соус томатный |  | 45 |  |  |  |  |  | **№587-2004** |
| вода питьевая | 42 | 42 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 3 | 3 |  |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная | 2 | 2 |  |  |  |  |  |  |
| морковь до 01.01 - 20% | 5 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 5,3 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 1,4 | 1,2 |  |  |  |  |  |  |
| томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли) | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 0,5 | 0,5 |  |  |  |  |  |  |
| **Пирог "Вечерний"** | | | **50** | **2,8** | **4,5** | **26,3** | **157** | **№120-1999** |
| мука пшеничная | 25 | 25 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное | 8 | 8 |  |  |  |  |  |  |
| сметана | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| молоко сгущенное с сахаром | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| двууглекислый натрий | 0,3 | 0,3 |  |  |  |  |  |  |
| какао - порошок | 1,8 | 1,8 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное для смазки листа | 0,5 | 0,5 |  |  |  |  |  |  |
| **Чай с лимоном** | | | **180** | **0,1** | **0,0** | **10,5** | **42** | **№686-2004** |
| чай - заварка | 0,5 | 0,5 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| лимон | 6 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| **Фрукт в ассортименте** | | | **100** | **0,1** | **0,2** | **5,7** | **25** | **№458-2006, Москва** |
| **Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)** | | |  |  |  |  |  |  |
| **Хлеб ржаной** | | | **20** | **0,5** | **0,3** | **7,6** | **34** |  |
| ***ИТОГО:*** | | | | ***53*** | ***57*** | ***220*** | ***1604*** |  |
| 5 день | | | | | | | | |
| **Наименование блюда** | **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Химический состав** | | | | | **№ рецептуры** |
| **Выход, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Угл. г** | **ЭЦ, ккал** |
| ***Завтрак*** | | | ***435*** | ***12,9*** | ***12,4*** | ***51,8*** | ***370,6*** |  |
| **Каша молочная Попурри (крупа рисовая, гречневая, пшено)** | | | **200** | **5,1** | **6,1** | **26,0** | **179** | **№16/4-2011, Екатеринбург** |
| крупа рисовая | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| крупа гречневая | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| крупа пшено | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 187 | 187 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 3 | 3 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| **Бутерброд с сыром** | | | **20/15** | **5,3** | **3,7** | **7,2** | **83,3** | **№3-2004** |
| батон или хлеб пшеничный | 20 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| сыр | 16 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| **Кофейный напиток** | | | **200** | **2,3** | **2,5** | **14,8** | **90,9** | **№501-2013, Пермь** |
| кофейный напиток | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 100 | 100 |  |  |  |  |  |  |
| **Хлеб ржаной** | | | **10** | **0,2** | **0,1** | **3,8** | **17** |  |
| ***Второй завтрак*** | | | | ***0,5*** | ***0,2*** | ***21,8*** | ***91,0*** |  |
| **Сок в ассортименте** | **120** | **120** | **120** | **0,5** | **0,2** | **21,8** | **91** | **№518-2013, Пермь** |
| ***Обед*** | | | ***665*** | ***19,5*** | ***20,2*** | ***90,4*** | ***621,1*** |  |
| **Икра морковная** | | | **60** | **1,2** | **3,9** | **5,3** | **61** | **№119-2013, Пермь** |
| морковь до 01.01 - 20% | 75 | 60 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 80 | 60 |  |  |  |  |  |  |
| масса отварной моркови |  | 57 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 14,3 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли) | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| лимонная кислота | 0,3 | 0,3 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 0,8 | 0,8 |  |  |  |  |  |  |
| ***ИЛИ*** | | | | | | | | |
| **Салат из свежих помидоров** | | | **60** | **0,9** | **4,1** | **3,9** | **56** | **№22-2013, Пермь** |
| помидоры свежие парниковые | 58 | 57 |  |  |  |  |  |  |
| или помидоры свежие грунтовые | 67 | 57 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| ***ИЛИ*** | | | | | | | | |
| **Борщ "Сибирский" с мясом со сметаной** | | | **180/10/5** | **4,5** | **3,8** | **14,7** | **111** | **№111-2004** |
| говядина 1 категории | 22 | 16 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина полуфабрикат | 19 | 16 |  |  |  |  |  |  |
| свекла до 01.01 -20% | 38 | 30 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 40 | 30 |  |  |  |  |  |  |
| капуста белокочанная свежая | 19 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 9 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| 01.11.-31.12. -30% | 10 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| 01.01-29.02 - 35% | 11 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| 01.03 - 40% | 12 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| фасоль консервированная в собственном соку | 25 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| морковь до 01.01 - 20% | 12,5 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 13,3 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 8 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли) | 2 | 2 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 0,3 | 0,3 |  |  |  |  |  |  |
| сметана | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| зелень сушеная | 0,1 | 0,1 |  |  |  |  |  |  |
| **Гуляш из отварной говядины** | | | **80** | **9,0** | **7,4** | **3,2** | **115,4** | **№54-2м-2020-2021, Новосибирск** |
| говядина 1 категории | 88 | 65 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина полуфабрикат | 77 | 65 |  |  |  |  |  |  |
| масса отварного мяса |  | 40 |  |  |  |  |  |  |
| масса соуса |  | 40 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 12 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли) | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная | 2,7 | 2,7 |  |  |  |  |  |  |
| **Пюре картофельное** | | | **150** | **3,0** | **4,1** | **23,5** | **143** | **№520-2004** |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 170 | 128 |  |  |  |  |  |  |
| 01.11.-31.12. -30% | 183 | 128 |  |  |  |  |  |  |
| 01.01-29.02 - 35% | 197 | 128 |  |  |  |  |  |  |
| 01.03 - 40% | 214 | 128 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 24 | 24 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 3,5 | 3,5 |  |  |  |  |  |  |
| **Кисель из свежих ягод** |  |  | **180** | **0,27** | **0,18** | **15,4** | **64,3** | **№505-2013, Пермь** |
| вишня свежемороженая | 23 | 22 |  |  |  |  |  |  |
| или смородина свежемороженая | 23,1 | 22 |  |  |  |  |  |  |
| или клюква свежемороженая | 23,1 | 22 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| крахмал | 6 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| **Хлеб пшеничный** | | | **30** | **0,6** | **0,3** | **13,2** | **58** |  |
| **Хлеб ржаной** | | | **40** | **0,9** | **0,5** | **15,1** | **69** |  |
| **Уплотненный полдник** | | | **500** | **18,5** | **14,0** | **91,6** | **565,7** |  |
| **Суфле из птицы** | | | **70** | **10,1** | **6,8** | **8,1** | **134** | **№193-2001, Пермь** |
| филе куриное промышленного производства | 73 | 69 |  |  |  |  |  |  |
| или филе грудки индейки | 73 | 69 |  |  |  |  |  |  |
| масса отварного филе |  | *50* |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное | 12 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| соус молочный: |  | 20 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 20 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная | 1,5 | 1,5 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 2 | 2 |  |  |  |  |  |  |
| сметана для смазки изделия | 3 | 3 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное для смазки листа | 2 | 2 |  |  |  |  |  |  |
| **или на случай отсутствия возможности использования курицы в учреждении** | | | | | | | | |
| **Пудинг из мяса** | | | **70** | **10,2** | **11,7** | **1,2** | **151** | **№472-2004** |
| говядина 1 категории | 53 | 39 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина полуфабрикат | 46 | 39 |  |  |  |  |  |  |
| и свинина мясная | 46 | 39 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 3 | 3 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное | 12 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 17 | 17 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное для смазки листа | 2 | 2 |  |  |  |  |  |  |
| **Макаронные изделия отварные с овощами на подгарнировку** | | | **150** | **3,9** | **2,9** | **27,9** | **153** | **№516-2004** |
| макаронные изделия группы А | 38 | 38 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 3,5 | 3,5 |  |  |  |  |  |  |
| масса отварных макарон |  | 100 |  |  |  |  |  |  |
| **Горошек зеленый консервированный (после термической обработки)** | 77 | 50 |  |  |  |  |  | **№101-2004** |
| **Шанежка наливная** | | | **80** | **4,0** | **4,1** | **34,2** | **190** | **№550-2013, Пермь** |
| мука пшеничная | 48 | 48 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 3 | 3 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 3 | 3 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное | 2 | 2 |  |  |  |  |  |  |
| соль йодированная | 0,5 | 0,5 |  |  |  |  |  |  |
| дрожжи хлебопекарные | 1,3 | 1,3 |  |  |  |  |  |  |
| или дрожжи сухие хлебопекарные | 0,33 | 0,33 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 20 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| сметана | 16 | 16 |  |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная | 2,4 | 2,4 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 0,8 | 0,8 |  |  |  |  |  |  |
| масса фарша: |  | 19 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное для смазки изделия | 1,3 | 1,3 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное для смазки листа | 0,2 | 0,2 |  |  |  |  |  |  |
| **Чай с сахаром** | | | **200** | **0,1** | **0,0** | **12,6** | **51** | **№685-2004** |
| чай - заварка | 0,5 | 0,5 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 12 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| **Хлеб пшеничный** | | | **20** | **0,4** | **0,2** | **8,8** | **38** |  |
| ***ИТОГО:*** | | | | ***51*** | ***47*** | ***256*** | ***1648*** |  |
| ***ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА 1 НЕДЕЛЮ:*** | | | | ***53*** | ***54*** | ***235*** | ***1640*** |  |
| ***НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ и ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (90%):*** | | | | ***49*** | ***54*** | ***235*** | ***1620*** | ***При 11-12 часовом пребывании детей*** |
| ***НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (100%)\*:*** | | | | ***54*** | ***60*** | ***261*** | ***1800*** |
| 2 неделя | | | | | | | | |
| 6 день | | | | | | | | |
| **Наименование блюда** | **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Химический состав** | | | | | **№ рецептуры** |
| **Выход, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Угл. г** | **ЭЦ, ккал** |
| ***Завтрак*** | | | ***440*** | ***11,0*** | ***10,3*** | ***59,5*** | ***374,7*** |  |
| **Каша пшеничная жидкая** | | | **200** | **6,7** | **7,9** | **25,2** | **199** | **№311-2004** |
| крупа пшеничная | 25 | 25 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 187 | 187 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 3 | 3 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| **Бутерброд с джемом или вареньем** | | | **20/20** | **1,8** | **0,2** | **22,1** | **97** | **№2-2004** |
| батон или хлеб пшеничный | 20 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| джем или варенье промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов) | 20,2 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| **Чай с молоком** | | | **200** | **2,5** | **2,2** | **12,2** | **79** | **№495-2013, Пермь** |
| чай - заварка | 0,5 | 0,5 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 100 | 100 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| ***Второй завтрак*** | | | | ***0,5*** | ***0,2*** | ***21,8*** | ***91*** |  |
| **Сок в ассортименте** | **120** | **120** | **120** | **0,5** | **0,2** | **21,8** | **91** | **№518-2013, Пермь** |
| ***Обед*** | | | ***675*** | ***20,8*** | ***22,6*** | ***88,8*** | ***642*** |  |
| **Салат "Степной" из разных овощей** | | | **60** | **1,0** | **3,0** | **4,5** | **49** | **№25-2004** |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 31 | 23 |  |  |  |  |  |  |
| 01.11.-31.12. -30% | 33 | 23 |  |  |  |  |  |  |
| 01.01-29.02 - 35% | 35 | 23 |  |  |  |  |  |  |
| 01.03 - 40% | 38 | 23 |  |  |  |  |  |  |
| масса отварного картофеля |  | 20 |  |  |  |  |  |  |
| морковь до 01.01 - 20% | 21 | 17 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 23 | 17 |  |  |  |  |  |  |
| масса отварной моркови |  | 15 |  |  |  |  |  |  |
| огурцы консервированные без уксуса | 22 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| горошек зеленый консервированный (после термической обработки) | 15 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| **Суп картофельный с крупой с мясными фрикадельками** | | | **180/15** | **4,1** | **3,6** | **14,1** | **105** | **№138-2004** |
| **фрикадельки мясные (говядина и свинина)** |  | **15** |  |  |  |  |  | **№112-2004** |
| говядина 1 категории | 14 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина полуфабрикат | 12 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| свинина мясная | 8 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 1,8 | 1,5 |  |  |  |  |  |  |
| вода питьевая | 1,5 | 1,5 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное | 1,2 | 1,2 |  |  |  |  |  |  |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 73 | 55 |  |  |  |  |  |  |
| 01.11.-31.12. -30% | 79 | 55 |  |  |  |  |  |  |
| 01.01-29.02 - 35% | 85 | 55 |  |  |  |  |  |  |
| 01.03 - 40% | 92 | 55 |  |  |  |  |  |  |
| крупа рисовая | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| морковь до 01.01 - 20% | 10 | 8 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 10,6 | 8 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 10 | 8 |  |  |  |  |  |  |
| томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли) | 2 | 2 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| зелень сушеная | 0,1 | 0,1 |  |  |  |  |  |  |
| **Шницель из мяса (свинина мясная и говядина)** | | | **70** | **9,2** | **8,8** | **8,3** | **149** | **№451-2004** |
| свинина мясная | 25 | 21 |  |  |  |  |  |  |
| говядина 1 категории | 44 | 32 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина полуфабрикат | 38 | 32 |  |  |  |  |  |  |
| хлеб пшеничный | 12 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 6 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 7,1 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное | 6 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная | 7 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное для смазки листа | 1,5 | 1,5 |  |  |  |  |  |  |
| **Капуста тушеная** | | | **150** | **4,6** | **6,2** | **14,0** | **130** | **№423-2013, Пермь** |
| капуста белокочанная свежая | 198 | 158 |  |  |  |  |  |  |
| морковь до 01.01 - 20% | 30 | 24 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 32 | 24 |  |  |  |  |  |  |
| томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли) | 3 | 3 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 11,9 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 6 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная | 1,8 | 1,8 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 2 | 2 |  |  |  |  |  |  |
| **Компот из ягод и яблок** | | | **200** | **0,20** | **0,10** | **15,2** | **62,5** | **№513-2013, Пермь** |
| яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом) | 23 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| вишня или смородина или облепиха или клубника свежемороженые | 17 | 16 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 12 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| **Хлеб пшеничный** | | | **40** | **0,8** | **0,4** | **17,6** | **77** |  |
| **Хлеб ржаной** | | | **40** | **0,9** | **0,5** | **15,1** | **69** |  |
| **Уплотненный полдник** | | | **500** | **21,6** | **18,4** | **66,8** | **518,8** |  |
| **Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным** | | | **200** | **15,5** | **12,9** | **31,7** | **304,8** | **№10/5-2011, Екатеринбург** |
| творог | 123 | 120 |  |  |  |  |  |  |
| крупа манная | 6 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное | 24 | 24 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 12 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| **крошка:** |  | **30** |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 6 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная | 12 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 12 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное для смазки листа | 3 | 3 |  |  |  |  |  |  |
| масса готовой запеканки |  | 180 |  |  |  |  |  |  |
| молоко сгущенное с сахаром | 20,2 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| **Молоко питьевое кипяченое** | 210 | 200 | **200** | **5,8** | **5,0** | **9,4** | **106** | **№260-2001, Пермь** |
| **Фрукт в ассортименте** | | | **100** | **0,1** | **0,4** | **21,3** | **89** | **№458-2006, Москва** |
| **Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)** | | |  |  |  |  |  |  |
| **Хлеб пшеничный** | | | **10** | **0,2** | **0,1** | **4,4** | **19** |  |
| ***ИТОГО:*** | | | | ***54*** | ***52*** | ***237*** | ***1626*** |  |
| 7 день | | | | | | | | |
| **Наименование блюда** | **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Химический состав** | | | | | **№ рецептуры** |
| **Выход, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Угл. г** | **ЭЦ, ккал** |
| ***Завтрак*** | | | ***430*** | ***9,8*** | ***15,4*** | ***49,8*** | ***377,0*** |  |
| **Каша "Дружба"** | | | **200** | **5,4** | **5,7** | **21,2** | **158** | **№260-2013, Пермь** |
| крупа рисовая | 17 | 17 |  |  |  |  |  |  |
| крупа пшено | 12 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 182 | 182 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 3 | 3 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| **Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте** | | | **30** | **0,9** | **5,4** | **8,3** | **85** |  |
| **Какао с молоком** | | | **200** | **3,3** | **4,2** | **15,9** | **115** | **№497-2013, Пермь** |
| какао - порошок | 2,5 | 2,5 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 130 | 130 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| **Хлеб пшеничный** | | | **10** | **0,2** | **0,1** | **4,4** | **19** |  |
| ***Второй завтрак*** | | | | ***0,5*** | ***0,2*** | ***21,8*** | ***91*** |  |
| **Сок в ассортименте** | **120** | **120** | **120** | **0,5** | **0,2** | **21,8** | **91** | **№518-2013, Пермь** |
| ***Обед*** | | | ***645*** | ***21,4*** | ***22,2*** | ***90,0*** | ***645*** |  |
| **Салат картофельный с кукурузой и морковью ("Мозаика")** | | | **60** | **1,3** | **4,0** | **7,5** | **71** | **№73-2013, Пермь** |
| кукуруза консервированная (после термической обработки) | 17 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| огурцы свежие грунтовые | 21 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| или огурцы свежие парниковые | 20,4 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| или огурцы соленые без уксуса | 36,4 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 23 | 17 |  |  |  |  |  |  |
| 01.11.-31.12. -30% | 24 | 17 |  |  |  |  |  |  |
| 01.01-29.02 - 35% | 26 | 17 |  |  |  |  |  |  |
| 01.03 - 40% | 28 | 17 |  |  |  |  |  |  |
| масса отварного картофеля |  | 15 |  |  |  |  |  |  |
| морковь до 01.01 - 20% | 18 | 14 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 19 | 14 |  |  |  |  |  |  |
| масса отварной моркови |  | 12 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| ***ИЛИ*** | | | | | | | | |
| **Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами** | | | **60** | **1,3** | **4,6** | **2,2** | **55** | **№54-6з-2020-2021, Новосибирск** |
| капуста белокочанная свежая | 59 | 48 |  |  |  |  |  |  |
| масса капусты, стертой с солью |  | 30 |  |  |  |  |  |  |
| **(в свежем виде морковь и капусту старого урожая использовать до 1 марта, после 1 марта свежего урожая или другой салат из вареных овощей)** | | |  |  |  |  |  |  |
| помидоры свежие парниковые | 12,2 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| или помидоры свежие грунтовые | 14,2 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| огурцы свежие парниковые | 12,2 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| или огурцы свежие грунтовые | 12,6 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| **Свекольник с мясом, со сметаной** | | | **180/10/5** | **4,1** | **4,2** | **15,1** | **115** | **№34-2004, Пермь** |
| говядина 1 категории | 22 | 16 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина полуфабрикат | 19 | 16 |  |  |  |  |  |  |
| свекла до 01.01 -20% | 56 | 45 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 60 | 45 |  |  |  |  |  |  |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 43 | 32 |  |  |  |  |  |  |
| 01.11.-31.12. -30% | 46 | 32 |  |  |  |  |  |  |
| 01.01-29.02 - 35% | 49 | 32 |  |  |  |  |  |  |
| 01.03 - 40% | 53 | 32 |  |  |  |  |  |  |
| томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли) | 2 | 2 |  |  |  |  |  |  |
| морковь до 01.01 - 20% | 8,8 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 9,3 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 10 | 8 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 0,4 | 0,4 |  |  |  |  |  |  |
| сметана | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| зелень сушеная | 0,1 | 0,1 |  |  |  |  |  |  |
| **Суфле из печени** |  |  | **80** | **10,1** | **8,8** | **2,2** | **128** | **№35/8-2011, Екатеринбург** |
| печень говяжья | 106 | 88 |  |  |  |  |  |  |
| масса отварной печени |  | 60 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное | 16 | 16 |  |  |  |  |  |  |
| соль йодированная | 0,2 | 0,2 |  |  |  |  |  |  |
| Соус молочный |  | 24 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 24 | 24 |  |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная | 2 | 2 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 2 | 2 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное для смазки емкости | 2 | 2 |  |  |  |  |  |  |
| ***ИЛИ*** | | | | | | | | |
| **Гуляш из отварной говядины** | | | **80** | **9,0** | **7,4** | **3,2** | **115,4** | **№54-2м-2020-2021, Новосибирск** |
| говядина 1 категории | 88 | 65 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина полуфабрикат | 77 | 65 |  |  |  |  |  |  |
| масса отварного мяса |  | 40 |  |  |  |  |  |  |
| масса соуса |  | 40 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 12 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли) | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная | 2,7 | 2,7 |  |  |  |  |  |  |
| **Каша гречневая вязкая** | | | **130** | **4,1** | **4,4** | **21,7** | **143** | **№510-2004** |
| крупа гречневая | 33 | 33 |  |  |  |  |  |  |
| вода питьевая | 104 | 104 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| **Компот из смеси сухофруктов** | | | **180** | **0,3** | **0,0** | **15,2** | **62** | **№508-2013, Пермь** |
| сухофрукты | 15 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 8 | 8 |  |  |  |  |  |  |
| **Хлеб пшеничный** | | | **30** | **0,6** | **0,3** | **13,2** | **57** |  |
| **Хлеб ржаной** | | | **40** | **0,9** | **0,5** | **15,1** | **69** |  |
| **Уплотненный полдник** | | | **530** | **15** | **17** | **84** | **548** |  |
| **Котлеты из мяса (свинина мясная и говядина)** | | | **70** | **9,2** | **8,8** | **8,3** | **149** | **№451-2004** |
| свинина мясная | 25 | 21 |  |  |  |  |  |  |
| говядина 1 категории | 44 | 32 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина полуфабрикат | 38 | 32 |  |  |  |  |  |  |
| хлеб пшеничный | 12 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 6 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 7,1 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное | 6 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная | 7 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное для смазки листа | 1,5 | 1,5 |  |  |  |  |  |  |
| **Картофель тушеный** | | | **130** | **2,4** | **3,3** | **14,7** | **98** | **№216-2004** |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 149 | 112 |  |  |  |  |  |  |
| 01.11.-31.12. -30% | 160 | 112 |  |  |  |  |  |  |
| 01.01-29.02 - 35% | 172 | 112 |  |  |  |  |  |  |
| 01.03 - 40% | 187 | 112 |  |  |  |  |  |  |
| морковь до 01.01 - 20% | 38 | 30 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 40 | 30 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 18 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 4,5 | 4,5 |  |  |  |  |  |  |
| **Булочка "Пермская"** | | | **50** | **2,3** | **4,3** | **25,5** | **150** | **№554-2013, Пермь** |
| мука пшеничная | 28 | 28 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 7 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| соль йодированная | 0,5 | 0,5 |  |  |  |  |  |  |
| дрожжи хлебопекарные | 1 | 1 |  |  |  |  |  |  |
| или дрожжи сухие хлебопекарные | 0,25 | 0,25 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 11 | 11 |  |  |  |  |  |  |
| джем промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов) | 7 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| сахарная пудра | 0,5 | 0,5 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное для смазки листа | 0,2 | 0,2 |  |  |  |  |  |  |
| **Чай с сахаром** | | | **180** | **0,1** | **0,0** | **10,6** | **43** | **№685-2004** |
| чай - заварка | 0,5 | 0,5 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| **Хлеб пшеничный** | | | **20** | **0,4** | **0,2** | **8,8** | **38** |  |
| **Фрукт в ассортименте** | | | **100** | **0,1** | **0,4** | **16,4** | **70** | **№458-2006, Москва** |
| **Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)** | | |  |  |  |  |  |  |
| ***ИТОГО:*** | | | | ***46*** | ***55*** | ***246*** | ***1660*** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8 день | | | | | | | | |
| **Наименование блюда** | **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Химический состав** | | | | | **№ рецептуры** |
| **Выход, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Угл. г** | **ЭЦ, ккал** |
| ***Завтрак*** | | | ***435*** | ***13,8*** | ***13,6*** | ***43,2*** | ***350*** |  |
| **Суп молочный с рисом** | | | **200** | **6,2** | **7,4** | **21,2** | **176** | **№164-2013, Пермь** |
| молоко питьевое | 205 | 205 |  |  |  |  |  |  |
| крупа рисовая | 12 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 1,6 | 1,6 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 1,6 | 1,6 |  |  |  |  |  |  |
| **Бутерброд с сыром** | | | **20/15** | **5,3** | **3,7** | **7,2** | **83,3** | **№3-2004** |
| батон или хлеб пшеничный | 20 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| сыр | 16 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| **Кофейный напиток** | | | **200** | **2,3** | **2,5** | **14,8** | **90,9** | **№501-2013, Пермь** |
| кофейный напиток | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 100 | 100 |  |  |  |  |  |  |
| ***Второй завтрак*** | | | | ***0,5*** | ***0,2*** | ***21,8*** | ***91,0*** |  |
| **Сок в ассортименте** | **120** | **120** | **120** | **0,5** | **0,2** | **21,8** | **91** | **№518-2013, Пермь** |
| ***Обед*** | | | ***700*** | ***22,0*** | ***21,6*** | ***88,7*** | ***637*** |  |
| **Салат из свежих помидоров** | | | **60** | **0,9** | **4,1** | **3,9** | **56** | **№22-2013, Пермь** |
| помидоры свежие парниковые | 58 | 57 |  |  |  |  |  |  |
| или помидоры свежие грунтовые | 67 | 57 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| ***ИЛИ*** | | | | | | | | |
| **Салат из свеклы с огурцами** | | | **50** | **0,6** | **4,0** | **3,3** | **52** | **№53-2013, Пермь** |
| свекла до 01.01 -20% | 53 | 42 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 56 | 42 |  |  |  |  |  |  |
| масса отварной свеклы |  | 40 |  |  |  |  |  |  |
| огурцы соленые без уксуса | 18 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| или огурцы свежие парниковые | 10,2 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| или огурцы свежие грунтовые | 10,5 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| **Суп с картофелем и крупой, с мясом** | | | **180/10** | **4,2** | **3,5** | **6,0** | **72** | **№16/2-2011, Екатеринбург** |
| говядина 1 категории | 22 | 16 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина полуфабрикат | 19 | 16 |  |  |  |  |  |  |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 40 | 30 |  |  |  |  |  |  |
| 01.11.-31.12. -30% | 43 | 30 |  |  |  |  |  |  |
| 01.01-29.02 - 35% | 46 | 30 |  |  |  |  |  |  |
| 01.03 - 40% | 50 | 30 |  |  |  |  |  |  |
| крупа пшено | 3 | 3 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 9,5 | 8 |  |  |  |  |  |  |
| морковь до 01.01 - 20% | 10 | 8 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 10,6 | 8 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное | 12 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| зелень сушеная | 0,1 | 0,1 |  |  |  |  |  |  |
| **Фрикадельки из говядины, тушеные в соусе сметанным с томатом** | | | **70/30** | **12,1** | **8,9** | **11,9** | **176** | **№392-2013, Пермь** |
| говядина 1 категории | 71 | 52 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина полуфабрикат | 61 | 52 |  |  |  |  |  |  |
| хлеб пшеничный | 11 | 11 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 13 | 13 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная | 7 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное для смазки листа | 2 | 2 |  |  |  |  |  |  |
| масса готовых фрикаделек |  | 70 |  |  |  |  |  |  |
| **Соус сметанный с томатом** |  | **30** |  |  |  |  |  | **№601-2004** |
| сметана | 8 | 8 |  |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная | 2,3 | 2,3 |  |  |  |  |  |  |
| вода питьевая | 22 | 22 |  |  |  |  |  |  |
| томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли) | 3 | 3 |  |  |  |  |  |  |
| **Пюре картофельное** | | | **150** | **3,0** | **4,1** | **23,5** | **143** | **№520-2004** |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 170 | 128 |  |  |  |  |  |  |
| 01.11.-31.12. -30% | 183 | 128 |  |  |  |  |  |  |
| 01.01-29.02 - 35% | 197 | 128 |  |  |  |  |  |  |
| 01.03 - 40% | 214 | 128 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 24 | 24 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 3,5 | 3,5 |  |  |  |  |  |  |
| **Компот из яблок с ягодами** | | | **200** | **0,3** | **0,2** | **15,1** | **63** | **№509-2013, Пермь** |
| яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом) | 34 | 30 |  |  |  |  |  |  |
| клюква или смородина свежемороженая | 11 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| **Хлеб пшеничный** | | | **30** | **0,6** | **0,3** | **13,2** | **58** |  |
| **Хлеб ржаной** | | | **40** | **0,9** | **0,5** | **15,1** | **69** |  |
| **Уплотненный полдник** | | | **530** | **16** | **16** | **90** | **567** |  |
| **Горошек зеленый консервированный (после термической обработки)** | 77 | 50 | **50** | **2,4** | **0,1** | **3,9** | **26** | **№244 - 2006,Москва** |
| **Плов из птицы** | | | **200** | **12,9** | **12,2** | **33,4** | **295** | **№406-2013, Пермь** |
| 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 | 51 | 51 |  |  |  |  |  |  |
| морковь до 01.01 - 20% | 44 | 35 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 47 | 35 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 10 | 8 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| **ИЛИ** | | | | | | | | |
| **Плов из говядины** | | | **170** | **10,4** | **11,9** | **27,0** | **257** | **№443-2004** |
| говядина полуфабрикат | 76 | 64 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина 1 категории | 87 | 64 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| **масса тушенного мяса** |  | **40** |  |  |  |  |  |  |
| крупа рисовая | 34 | 34 |  |  |  |  |  |  |
| морковь до 01.01 - 20% | 50 | 40 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 53 | 40 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 14 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| **Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте** | | | **30** | **1,5** | **3,4** | **16,0** | **101** |  |
| **Напиток из шиповника** | | | **180** | **0,2** | **0,0** | **21,2** | **86** | **№705-2004** |
| шиповник | 20 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| **Фрукт в ассортименте** | | | **100** | **0,1** | **0,2** | **5,7** | **25** | **№458-2006, Москва** |
| **Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)** | | |  |  |  |  |  |  |
| **Хлеб пшеничный** | | | **20** | **0,4** | **0,2** | **8,8** | **38** |  |
| **Хлеб ржаной** | | | **20** | **0,6** | **0,2** | **7,6** | **35** |  |
| ***ИТОГО:*** | | | | ***52*** | ***51*** | ***244*** | ***1645*** |  |
| 9 день | | | | | | | | |
| **Наименование блюда** | **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Химический состав** | | | | | **№ рецептуры** |
| **Выход, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Угл. г** | **ЭЦ, ккал** |
| ***Завтрак*** | | | ***440*** | ***10,6*** | ***9,2*** | ***59,9*** | ***364,8*** |  |
| **Каша манная жидкая** | | | **200** | **6,1** | **6,7** | **21,2** | **170** | **№311-2004** |
| крупа манная | 20 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 190 | 190 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 3 | 3 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| **Бутерброд с джемом или вареньем** | | | **20/20** | **1,8** | **0,2** | **22,1** | **97** | **№2-2004** |
| батон или хлеб пшеничный | 20 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| джем или варенье промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов) | 20,2 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| **Чай с молоком** | | | **200** | **2,5** | **2,2** | **12,2** | **79** | **№495-2013, Пермь** |
| чай - заварка | 0,5 | 0,5 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 100 | 100 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| **Хлеб пшеничный** | | | **10** | **0,2** | **0,1** | **4,4** | **19** |  |
| ***Второй завтрак*** | | | | ***0,5*** | ***0,2*** | ***21,8*** | ***91,0*** |  |
| **Сок в ассортименте** | **120** | **120** | **120** | **0,5** | **0,2** | **21,8** | **91** | **№518-2013, Пермь** |
| ***Обед*** | | | ***640*** | ***23,1*** | ***19,5*** | ***95,1*** | ***648,0*** |  |
| **Салат из капусты белокочанной с морковью** | | | **50** | **0,8** | **4,0** | **4,8** | **58** | **№4-2013, Пермь** |
| капуста белокочанная свежая | 79 | 63 |  |  |  |  |  |  |
| масса капусты, стертой с солью |  | 40 |  |  |  |  |  |  |
| лимон (для сока) | 6 | 2,5 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 0,6 | 0,6 |  |  |  |  |  |  |
| морковь до 01.01 - 20% | 7,5 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 8 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| **(в свежем виде морковь и капусту старого урожая использовать до 1 марта, после 1 марта свежего урожая или другой салат из вареных овощей)** | | |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| ***ИЛИ*** | | | | | | | | |
| **Винегрет овощной** | | | **50** | **0,8** | **4,0** | **5,2** | **60** | **№71-2004** |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 19 | 14 |  |  |  |  |  |  |
| 01.11.-31.12. -30% | 20 | 14 |  |  |  |  |  |  |
| 01.01-29.02 - 35% | 22 | 14 |  |  |  |  |  |  |
| 01.03 - 40% | 23 | 14 |  |  |  |  |  |  |
| масса отварного картофеля |  | 12 |  |  |  |  |  |  |
| свекла до 01.01 -20% | 18 | 14 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 19 | 14 |  |  |  |  |  |  |
| масса отварной свеклы |  | 12 |  |  |  |  |  |  |
| морковь до 01.01 - 20% | 18 | 14 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 19 | 14 |  |  |  |  |  |  |
| масса отварной моркови |  | 12 |  |  |  |  |  |  |
| огурцы соленые без уксуса | 15 | 8 |  |  |  |  |  |  |
| горошек зеленый консервированный (после термической обработки) | 9 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| **Суп картофельный с фасолью с мясом** | | | **180/10** | **5,5** | **4,4** | **14,5** | **120** | **№145-2013, Пермь** |
| говядина 1 категории | 22 | 16 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина полуфабрикат | 19 | 16 |  |  |  |  |  |  |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 48 | 36 |  |  |  |  |  |  |
| 01.11.-31.12. -30% | 51 | 36 |  |  |  |  |  |  |
| 01.01-29.02 - 35% | 54 | 36 |  |  |  |  |  |  |
| 01.03 - 40% | 60 | 36 |  |  |  |  |  |  |
| морковь до 01.01 - 20% | 10,0 | 8 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 10,6 | 8 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 8,3 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| фасоль | 15 | 14 |  |  |  |  |  |  |
| или фасоль консервированная в собственном соку | 50 | 30 |  |  |  |  |  |  |
| зелень сушеная | 0,1 | 0,1 |  |  |  |  |  |  |
| **Мясной сырок (из говядины и свинины)** | | | **70** | **12,2** | **7,9** | **9,9** | **160** | **№2.7-1995, Екатеринбург** |
| свинина мясная | 34 | 29 |  |  |  |  |  |  |
| говядина 1 категории | 39 | 29 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина полуфабрикат | 34 | 29 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 7 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| хлеб пшеничный | 6 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 8 | 8 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| сыр | 8,2 | 8 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное для смазки листа | 1,5 | 1,5 |  |  |  |  |  |  |
| **Соус молочный** | | | **30** | **1,0** | **2,1** | **2,6** | **34** | **№435-2013, Пермь** |
| молоко питьевое | 30 | 30 |  |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная | 1,5 | 1,5 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 1,5 | 1,5 |  |  |  |  |  |  |
| **Макаронные изделия отварные** | | | **150** | **3,5** | **2,8** | **36,8** | **186** | **№516-2004** |
| макаронные изделия группы А | 53 | 53 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 3,5 | 3,5 |  |  |  |  |  |  |
| **Макаронные изделия отварные** | | | **150** | **3,5** | **2,8** | **36,8** | **186** | **№516-2004** |
| макаронные изделия группы А | 53 | 53 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 3,5 | 3,5 |  |  |  |  |  |  |
| **Компот из кураги** | | | **180** | **0,5** | **0,0** | **17,1** | **70** | **№638-2004** |
| курага | 18 | 18 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| **Хлеб пшеничный** | | | **10** | **0,2** | **0,1** | **4,4** | **19** |  |
| **Хлеб ржаной** | | | **20** | **0,5** | **0,3** | **7,5** | **34** |  |
| **Уплотненный полдник** | | | **520** | **18** | **23** | **73** | **566** |  |
| **Котлеты по - хлыновски (свинина мясная и говядина)** | | | **80** | **8,7** | **9,2** | **10,1** | **158** | **№454-2004** |
| свинина мясная | 32 | 27 |  |  |  |  |  |  |
| говядина 1 категории | 56 | 41 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина полуфабрикат | 48 | 41 |  |  |  |  |  |  |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 21 | 16 |  |  |  |  |  |  |
| 01.11.-31.12. -30% | 23 | 16 |  |  |  |  |  |  |
| 01.01-29.02 - 35% | 25 | 16 |  |  |  |  |  |  |
| 01.03 - 40% | 27 | 16 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 12 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное | 6 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная | 7 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное для смазки листа | 1,5 | 1,5 |  |  |  |  |  |  |
| **Овощи, припущенные в сметане** | | | **180** | **4,7** | **6,5** | **13,4** | **131** | **№210-2004** |
| морковь до 01.01 - 20% | 31 | 25 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 33 | 25 |  |  |  |  |  |  |
| горошек зелёный консервированный | 39 | 25 |  |  |  |  |  |  |
| капуста свежая белокочанная | 144 | 115 |  |  |  |  |  |  |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 80 | 60 |  |  |  |  |  |  |
| 01.11.-31.12. -30% | 86 | 60 |  |  |  |  |  |  |
| 01.01-29.02 - 35% | 92 | 60 |  |  |  |  |  |  |
| 01.03 - 40% | 100 | 60 |  |  |  |  |  |  |
| сметана | 15 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| **Чай со смородиной и сахаром** | | | **200** | **0,2** | **0,0** | **10,5** | **42,8** | **№54-6гн-2020, 2021, Новосибирск** |
| чай-заварка | 0,5 | 0,5 |  |  |  |  |  |  |
| смородина черная или красная | 10,7 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| **Булочка "Нежная"** | | | **60** | **3,8** | **6,4** | **27,5** | **183** | **560-2013, Пермь** |
| **масса теста** |  | **67** |  |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная | 38 | 38 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 7 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 8 | 8 |  |  |  |  |  |  |
| соль йодированная | 0,4 | 0,4 |  |  |  |  |  |  |
| дрожжи хлебопекарные | 1,4 | 1,4 |  |  |  |  |  |  |
| или дрожжи сухие хлебопекарные | 0,4 | 0,4 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое или кефир | 14 | 14 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| **крошка** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная | 1,3 | 1,3 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 1,3 | 1,3 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное для смазки изделия | 1,3 | 1,3 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное для смазки листа | 0,2 | 0,2 |  |  |  |  |  |  |
| **Хлеб ржаной** | | | **30** | **0,7** | **0,4** | **11,3** | **52** |  |
| ***ИТОГО:*** | | | | ***52*** | ***51*** | ***250*** | ***1670*** |  |
| 10 день | | | | | | | | |
| **Наименование блюда** | **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Химический состав** | | | | | **№ рецептуры** |
| **Выход, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Угл. г** | **ЭЦ, ккал** |
| ***Завтрак*** | | | ***410*** | ***9,4*** | ***16,3*** | ***46,4*** | ***369,9*** |  |
| **Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая** | | | **200** | **7,5** | **9,2** | **26,0** | **217** | **№311-2004** |
| хлопья овсяные "Геркулес" | 25 | 25 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 182 | 182 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 3 | 3 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| **Бутерброд с маслом** | | | **20/10** | **1,8** | **7,1** | **9,9** | **111** | **№1-2004** |
| батон или хлеб пшеничный | 20 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| **Чай с лимоном** | | | **180** | **0,1** | **0,0** | **10,5** | **42** | **№686-2004** |
| чай - заварка | 0,5 | 0,5 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| лимон | 6 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| ***Второй завтрак*** | | | | ***0,5*** | ***0,2*** | ***21,8*** | ***91*** |  |
| **Сок в ассортименте** | **120** | **120** | **120** | **0,5** | **0,2** | **21,8** | **91** | **№518-2013, Пермь** |
| ***Обед*** | | | ***655*** | ***18,8*** | ***24,4*** | ***88,0*** | ***647,0*** |  |
| **Салат "Любительский"** | | | **60** | **2,2** | **4,1** | **3,5** | **60** | **№4-2006, Екатеринбург** |
| морковь до 01.01 - 20% | 25 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 27 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| масса отварной моркови |  | 17 |  |  |  |  |  |  |
| кукуруза консервированная (после термической обработки) | 25 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| огурцы консервированные без уксуса | 45,5 | 25 |  |  |  |  |  |  |
| или огурцы свежие парниковые | 25,5 | 25 |  |  |  |  |  |  |
| или огурцы свежие грунтовые | 26,3 | 25 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| ***ИЛИ*** | | | | | | | | |
| **Салат из огурцов с маслом** | | | **60** | **0,6** | **4,1** | **1,9** | **47** | **№14/1-2011г., Екатеринбург** |
| огурцы свежие парниковые | 58 | 57 |  |  |  |  |  |  |
| или огурцы свежие грунтовые | 60 | 57 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| **Борщ с капустой и картофелем, с курицей со сметаной** | | | **180/10/5** | **5,2** | **5,5** | **12,0** | **118** | **№110-2004** |
| курица 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% | 38 | 30 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 53 | 40 |  |  |  |  |  |  |
| капуста свежая белокочанная | 19 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 20 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| 01.11.-31.12. -30% | 21 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| 01.01-29.02 - 35% | 23 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| 01.03 - 40% | 25 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| морковь до 01.01 - 20% | 12,5 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 13,3 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 8 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли) | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 0,3 | 0,3 |  |  |  |  |  |  |
| сметана | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| зелень сушеная | 0,1 | 0,1 |  |  |  |  |  |  |
| **или на случай отсутствия возможности использования курицы в учреждении** | | | | | | | | |
| **Борщ с капустой и картофелем, с мясом со сметаной** | | | **180/10/5** | **3,9** | **4,9** | **12,0** | **108** | **№110-2004** |
| говядина 1 категории | 22 | 16 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина полуфабрикат | 19 | 16 |  |  |  |  |  |  |
| свекла до 01.01 -20% | 38 | 30 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 53 | 40 |  |  |  |  |  |  |
| капуста свежая белокочанная | 19 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 20 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| 01.11.-31.12. -30% | 21 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| 01.01-29.02 - 35% | 23 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| 01.03 - 40% | 25 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| морковь до 01.01 - 20% | 12,5 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 13,3 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 8 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли) | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 0,3 | 0,3 |  |  |  |  |  |  |
| сметана | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| зелень сушеная | 0,1 | 0,1 |  |  |  |  |  |  |
| **Биточки рубленные из птицы запеченные** | | | **70** | **8,7** | **8,9** | **10,3** | **156** | **№498-2004** |
| филе куриное промышленного производства | 50 | 47 |  |  |  |  |  |  |
| или филе грудки индейки | 50 | 47 |  |  |  |  |  |  |
| или грудка куриная (разделка на мякоть без кожи) | 69 | 47 |  |  |  |  |  |  |
| хлеб пшеничный | 14 | 14 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 12 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 12 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная | 7 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное для смазки листа | 1,5 | 1,5 |  |  |  |  |  |  |
| **или на случай отсутствия возможности использования курицы в учреждении** | | | | | | | | |
| **"Ежики" из мяса с рисом (свинина мясная и говядина)** | | | **70** | **6,7** | **11,2** | **7,7** | **158** | **№390-2013, Пермь** |
| свинина мясная | 21 | 18 |  |  |  |  |  |  |
| говядина 1 категории | 37 | 27 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина полуфабрикат | 32 | 27 |  |  |  |  |  |  |
| крупа рисовая | 9 | 9 |  |  |  |  |  |  |
| вода питьевая | 17 | 17 |  |  |  |  |  |  |
| масса готового рассыпчатого риса |  | 24 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 26 | 22 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 3 | 3 |  |  |  |  |  |  |
| масса прогретого с маслом лука |  | 11 |  |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная | 7 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное для смазки листа | 1,5 | 1,5 |  |  |  |  |  |  |
| **Картофель толченый, по-деревенски** | | | **150** | **1,2** | **5,1** | **21,6** | **137** | **№208-2013, Пермь** |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 200 | 150 |  |  |  |  |  |  |
| 01.11.-31.12. -30% | 215 | 150 |  |  |  |  |  |  |
| 01.01-29.02 - 35% | 231 | 150 |  |  |  |  |  |  |
| 01.03 - 40% | 251 | 150 |  |  |  |  |  |  |
| отвар картофельный | 25 | 25 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 19 | 16 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| масса припущенного с маслом лука |  | 8 |  |  |  |  |  |  |
| **Кисель из свежих ягод** |  |  | **180** | **0,27** | **0,18** | **15,4** | **64,3** | **№505-2013, Пермь** |
| вишня свежемороженая | 23 | 22 |  |  |  |  |  |  |
| или смородина свежемороженая | 23,1 | 22 |  |  |  |  |  |  |
| или клюква свежемороженая | 23,1 | 22 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| крахмал | 6 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| **Хлеб пшеничный** | | | **40** | **0,8** | **0,4** | **17,6** | **77** |  |
| **Хлеб ржаной** | | | **20** | **0,5** | **0,3** | **7,6** | **34** |  |
| **Уплотненный полдник** | | | **500** | **23** | **23** | **61** | **541** |  |
| **Пудинг из творога с яблоками с молоком сгущенным** | | | **200** | **17,5** | **15,7** | **30,6** | **333,7** | **№54-4т-2020-2021, Новосибирск** |
| творог | 123 | 122 |  |  |  |  |  |  |
| яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом, очищенные от кожицы) | 60 | 42 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное | 18 | 18 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 7 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 7 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| сметана | 7 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| крупа манная | 7 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| ванилин | 0,01 | 0,01 |  |  |  |  |  |  |
| сухари пшеничные | 7 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное для смазки листа | 3 | 3 |  |  |  |  |  |  |
| масса готового пудинга |  | 180 |  |  |  |  |  |  |
| молоко сгущенное с сахаром | 20,2 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| ***ИЛИ*** | | | | | | | | |
| **Пудинг из творога с молоком сгущенным** | | | **200** | **18,9** | **16,2** | **33,2** | **354,2** | **№362-2004** |
| творог | 148 | 146 |  |  |  |  |  |  |
| крупа манная | 16 | 16 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 15 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| изюм | 6,2 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 6 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| ванилин | 0,020 | 0,020 |  |  |  |  |  |  |
| сухари пшеничные | 6 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| сметана | 6 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное для смазки листа | 3 | 3 |  |  |  |  |  |  |
| масса готового пудинга |  | 180 |  |  |  |  |  |  |
| молоко сгущенное с сахаром | 20,2 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| **Молоко питьевое кипяченое** | 210 | 200 | **200** | **5,8** | **6,4** | **9,4** | **118** | **№260-2001, Пермь** |
| **Фрукт в ассортименте** | | | **100** | **0,1** | **0,4** | **21,3** | **89** | **№458-2006, Москва** |
| **Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)** | | |  |  |  |  |  |  |
| ***ИТОГО:*** | | | | ***52*** | ***63*** | ***217*** | ***1649*** |  |
| ***ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА 2 НЕДЕЛЮ:*** | | | | ***51*** | ***54*** | ***239*** | ***1650*** |  |
| ***НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ и ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (90%):*** | | | | ***49*** | ***54*** | ***235*** | ***1620*** | ***При 11-12 часовом пребывании детей*** |
| ***НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (100%):*** | | | | ***54*** | ***60*** | ***261*** | ***1800*** |
| 3 неделя | | | | | | | | |
| 11 день | | | | | | | | |
| **Наименование блюда** | **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Химический состав** | | | | | **№ рецептуры** |
| **Выход, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Угл. г** | **ЭЦ, ккал** |
| ***Завтрак*** | | | ***435*** | ***14,0*** | ***13,4*** | ***47,5*** | ***367*** |  |
| **Каша рисовая жидкая** | | | **200** | **6,4** | **7,2** | **25,5** | **192** | **№311-2004** |
| крупа рисовая | 30 | 30 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 190 | 190 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 3 | 3 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| **Бутерброд с сыром** | | | **20/15** | **5,3** | **3,7** | **7,2** | **83,3** | **№3-2004** |
| батон или хлеб пшеничный | 20 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| сыр | 16 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| **Кофейный напиток** | | | **200** | **2,3** | **2,5** | **14,8** | **90,9** | **№501-2013, Пермь** |
| кофейный напиток | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 100 | 100 |  |  |  |  |  |  |
| ***Второй завтрак*** | | | | ***0,1*** | ***0,4*** | ***21,3*** | ***89*** |  |
| **Фрукт в ассортименте** | | | **100** | **0,1** | **0,4** | **21,3** | **89** | **№458-2006, Москва** |
| ***Обед*** | | | ***650*** | ***21,6*** | ***19,5*** | ***84,1*** | ***598,3*** |  |
| **Икра свекольная** | | | **60** | **1,4** | **3,9** | **6,3** | **66** | **№119-2013, Пермь** |
| свекла до 01.01 -20% | 75 | 60 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 80 | 60 |  |  |  |  |  |  |
| масса отварной свеклы |  | 57 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 14,3 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли) | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| лимонная кислота | 0,3 | 0,3 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 0,8 | 0,8 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| ***ИЛИ*** | | | | | | | | |
| **Салат зеленый с огурцами и помидорами** | | | **60** | **0,6** | **4,0** | **2,0** | **46** | **№35-2006, Москва** |
| помидоры свежие парниковые | 20,4 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| или помидоры свежие грунтовые | 23,6 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| огурцы свежие парниковые | 35,7 | 35 |  |  |  |  |  |  |
| или огурцы свежие грунтовые | 36,8 | 35 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 6,0 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| или лук зелёный | 6,3 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| **Суп картофельный с крупой с мясом** | | | **180/10** | **3,9** | **3,4** | **14,1** | **103** | **№138-2004** |
| говядина 1 категории | 22 | 16 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина полуфабрикат | 19 | 16 |  |  |  |  |  |  |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 73 | 55 |  |  |  |  |  |  |
| 01.11.-31.12. -30% | 79 | 55 |  |  |  |  |  |  |
| 01.01-29.02 - 35% | 85 | 55 |  |  |  |  |  |  |
| 01.03 - 40% | 92 | 55 |  |  |  |  |  |  |
| крупа рисовая или крупа пшено | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 10 | 8 |  |  |  |  |  |  |
| морковь до 01.01 - 20% | 10 | 8 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 10,6 | 8 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| зелень сушеная | 0,1 | 0,1 |  |  |  |  |  |  |
| **Шницель из курицы припущенные, с маслом** | | | **70** | **12,0** | **6,8** | **8,1** | **142** | **№54-24м-2020-2021, Новосибирск** |
| филе куриное промышленного производства | 59 | 56 |  |  |  |  |  |  |
| или филе грудки индейки | 59 | 56 |  |  |  |  |  |  |
| или грудка куриная (разделка на мякоть без кожи) | 82 | 56 |  |  |  |  |  |  |
| хлеб пшеничный | 12 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная | 7 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное для смазки листа | 1,5 | 1,5 |  |  |  |  |  |  |
| **или на случай отсутствия возможности использования курицы в учреждении** | | | | | | | | |
| **Шницель из мяса (свинина мясная и говядина), с маслом** | | | **70** | **9,2** | **8,8** | **8,3** | **149** | **№451-2004** |
| свинина мясная | 25 | 21 |  |  |  |  |  |  |
| говядина 1 категории | 44 | 32 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина полуфабрикат | 38 | 32 |  |  |  |  |  |  |
| хлеб пшеничный | 12 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 6 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 7,1 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное | 6 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная | 7 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное для смазки листа | 1,5 | 1,5 |  |  |  |  |  |  |
| **Рагу овощное** | | | **150** | **2,7** | **4,7** | **17,0** | **121** | **№541-2004** |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 33 | 25 |  |  |  |  |  |  |
| 01.11.-31.12. -30% | 36 | 25 |  |  |  |  |  |  |
| 01.01-29.02 - 35% | 39 | 25 |  |  |  |  |  |  |
| 01.03 - 40% | 42 | 25 |  |  |  |  |  |  |
| морковь до 01.01 - 20% | 44 | 35 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 47 | 35 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 14 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| капуста белокочанная свежая | 81 | 65 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| соус томатный |  | 45 |  |  |  |  |  | **№587-2004** |
| вода питьевая | 42 | 42 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 3 | 3 |  |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная | 2 | 2 |  |  |  |  |  |  |
| морковь до 01.01 - 20% | 5 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 5,3 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 1,4 | 1,2 |  |  |  |  |  |  |
| томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли) | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 0,5 | 0,5 |  |  |  |  |  |  |
| **Компот из изюма** | | | **180** | **0,3** | **0,0** | **14,1** | **58** | **№638-2004** |
| изюм | 15 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| ***ИЛИ*** | | | | | | | | |
| **Компот из смеси сухофруктов** | | | **180** | **0,3** | **0,0** | **15,2** | **62** | **№508-2013, Пермь** |
| сухофрукты | 15 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 8 | 8 |  |  |  |  |  |  |
| **Хлеб пшеничный** | | | **30** | **0,6** | **0,3** | **13,2** | **58** |  |
| **Хлеб ржаной** | | | **30** | **0,7** | **0,4** | **11,3** | **52** |  |
| **Уплотненный полдник** | | | **500** | **21,6** | **18,9** | **75,6** | **558,8** |  |
| **Пирожок с капустой** | | | **90** | **6,1** | **7,2** | **26,8** | **196** | **№687; 724-1996** |
| **тесто** |  | **58** |  |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная | 42 | 42 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 2,6 | 2,6 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| дрожжи хлебопекарные | 1,4 | 1,4 |  |  |  |  |  |  |
| или дрожжи сухие хлебопекарные | 0,4 | 0,4 |  |  |  |  |  |  |
| соль йодированная | 0,5 | 0,5 |  |  |  |  |  |  |
| **фарш** |  | **40** |  |  |  |  |  |  |
| капуста белокочанная свежая | 63 | 50 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 3 | 3 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| соль йодированная | 0,4 | 0,4 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное для смазки | 1,8 | 1,8 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное для смазки листа | 0,2 | 0,2 |  |  |  |  |  |  |
| **Зразы рубленые из мяса (говядина и свинина), запеченные** | | | **80** | **11,8** | **7,4** | **7,1** | **142** | **№457-2004** |
| свинина мясная | 30 | 26 |  |  |  |  |  |  |
| говядина 1 категории | 35 | 26 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина полуфабрикат | 31 | 26 |  |  |  |  |  |  |
| хлеб пшеничный | 11 | 11 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 16 | 16 |  |  |  |  |  |  |
| котлетная масса |  | 75 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное отварное для фарша | 27 | 27 |  |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная | 6 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное для смазки листа | 1,5 | 1,5 |  |  |  |  |  |  |
| **Пюре картофельное** | | | **150** | **3,0** | **4,1** | **23,5** | **143** | **№520-2004** |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 170 | 128 |  |  |  |  |  |  |
| 01.11.-31.12. -30% | 183 | 128 |  |  |  |  |  |  |
| 01.01-29.02 - 35% | 197 | 128 |  |  |  |  |  |  |
| 01.03 - 40% | 214 | 128 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 24 | 24 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 3,5 | 3,5 |  |  |  |  |  |  |
| **Чай с сахаром** | | | **180** | **0,1** | **0,0** | **10,6** | **43** | **№685-2004** |
| чай - заварка | 0,5 | 0,5 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| **Хлеб ржаной** | | | **20** | **0,6** | **0,2** | **7,6** | **35** |  |
| ***ИТОГО:*** | | | | ***57*** | ***52*** | ***228*** | ***1613*** |  |
| 12 день | | | | | | | | |
| **Наименование блюда** | **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Химический состав** | | | | | **№ рецептуры** |
| **Выход, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Угл. г** | **ЭЦ, ккал** |
| ***Завтрак*** | | | ***440*** | ***13,2*** | ***11,9*** | ***53,6*** | ***374,3*** |  |
| **Каша пшенная жидкая** | | | **200** | **5,6** | **6,7** | **22,1** | **171** | **№311-2004** |
| крупа пшено | 25 | 25 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 185 | 185 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 3 | 3 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| **Бутерброд с джемом или вареньем** | | | **20/20** | **1,8** | **0,2** | **22,1** | **97** | **№2-2004** |
| батон или хлеб пшеничный | 20 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| джем или варенье промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов) | 20,2 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| **Молоко питьевое кипяченое** | 210 | 200 | **200** | **5,8** | **5,0** | **9,4** | **106** | **№260-2001, Пермь** |
| ***Второй завтрак*** | | | | ***0,5*** | ***0,2*** | ***21,8*** | ***91*** |  |
| **Сок в ассортименте** | **120** | **120** | **120** | **0,5** | **0,2** | **21,8** | **91** | **№518-2013, Пермь** |
| ***Обед*** | | | ***620*** | ***22,2*** | ***26,0*** | ***72,8*** | ***613,2*** |  |
| **Салат из отварной моркови с сыром** | | | **60** | **2,2** | **4,6** | **2,9** | **61,8** | **№89-1997** |
| морковь до 01.01 - 20% | 65 | 52 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 69 | 52 |  |  |  |  |  |  |
| масса отварной моркови |  | 50 |  |  |  |  |  |  |
| сыр | 7 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| чеснок | 0,4 | 0,3 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| ***ИЛИ*** | | | | | | | | |
| **Салат из огурцов с маслом** | | | **60** | **0,6** | **4,1** | **1,9** | **47** | **№14/1-2011г., Екатеринбург** |
| огурцы свежие парниковые | 58 | 57 |  |  |  |  |  |  |
| или огурцы свежие грунтовые | 60 | 57 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| **Суп гороховый на с гренками** | | | **180/20** | **4,4** | **3,1** | **22,9** | **137** | **№139-2004** |
| горох | 15 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 53 | 40 |  |  |  |  |  |  |
| 01.11.-31.12. -30% | 57 | 40 |  |  |  |  |  |  |
| 01.01-29.02 - 35% | 62 | 40 |  |  |  |  |  |  |
| 01.03 - 40% | 67 | 40 |  |  |  |  |  |  |
| морковь до 01.01 - 20% | 12,5 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 13,3 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 10 | 8 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| **гренки из пшеничного хлеба** |  | **20** |  |  |  |  |  | **№170-2013, Пермь** |
| хлеб пшеничный | 38 | 32 |  |  |  |  |  |  |
| зелень сушеная | 0,1 | 0,1 |  |  |  |  |  |  |
| **Запеканка картофельная с мясом отварным, с маслом** | | | **180** | **16,2** | **18,3** | **18,7** | **304,3** | **№157-2004, Пермь** |
| говядина 1 категории | 110 | 81 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина полуфабрикат | 96 | 81 |  |  |  |  |  |  |
| масса отварного мяса |  | 50 |  |  |  |  |  |  |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 226 | 170 |  |  |  |  |  |  |
| 01.11.-31.12. -30% | 243 | 170 |  |  |  |  |  |  |
| 01.01-29.02 - 35% | 262 | 170 |  |  |  |  |  |  |
| 01.03 - 40% | 284 | 170 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное | 3,6 | 3,6 |  |  |  |  |  |  |
| сухари пшеничные | 3 | 3 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное для смазки листа | 2 | 2 |  |  |  |  |  |  |
| **Напиток клюквенный** | | | **180** | **0,1** | **0,0** | **12,9** | **52** | **№520-2013, Пермь** |
| клюква | 22 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 12 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| **Хлеб пшеничный** | | | **20** | **0,4** | **0,2** | **8,8** | **39** |  |
| **Хлеб ржаной** | | | **20** | **0,5** | **0,3** | **7,6** | **34** |  |
| **Уплотненный полдник** | | | **500** | **20,0** | **21,3** | **66,1** | **536,0** |  |
| **Суфле творожное с молоком сгущенным** | | | **170** | **17,2** | **18,8** | **32,4** | **368** | **№365-2004** |
| творог | 132 | 130 |  |  |  |  |  |  |
| сметана | 15 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная | 12 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное на смазку | 3 | 3 |  |  |  |  |  |  |
| масса готового суфле |  | 150 |  |  |  |  |  |  |
| молоко сгущенное с сахаром | 20,2 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| ***ИЛИ*** | | | | | | | | |
| **Вареники ленивые с молоком сгущенным** | | | **170** | **16,9** | **17,5** | **32,1** | **354** | **№325-2013, Пермь** |
| творог | 123 | 122 |  |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная | 18 | 18 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| соль йодированная | 0,6 | 0,6 |  |  |  |  |  |  |
| масса готовых вареников |  | 150 |  |  |  |  |  |  |
| молоко сгущенное с сахаром | 20,2 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| **Чай с молоком** | | | **200** | **2,5** | **2,2** | **12,2** | **79** | **№495-2013, Пермь** |
| чай - заварка | 0,5 | 0,5 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 100 | 100 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| **Фрукт в ассортименте** | | | **130** | **0,3** | **0,3** | **21,5** | **90** | **№458-2006, Москва** |
| **Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)** | | |  |  |  |  |  |  |
| ***ИТОГО:*** | | | | ***56*** | ***59*** | ***214*** | ***1614*** |  |
| 13 день | | | | | | | | |
| **Наименование блюда** | **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Химический состав** | | | | | **№ рецептуры** |
| **Выход, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Угл. г** | **ЭЦ, ккал** |
| ***Завтрак*** | | | ***430*** | ***11,4*** | ***12,5*** | ***55,4*** | ***379,7*** |  |
| **Каша гречневая жидкая** | | | **200** | **7,2** | **6,1** | **25,5** | **186** | **№54-20к-2020-2021, Новосибирск** |
| крупа гречневая | 40 | 40 |  |  |  |  |  |  |
| вода питьевая | 70 | 70 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 105 | 105 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 3 | 3 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| **Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте** | | | **30** | **0,9** | **2,2** | **14,0** | **79** |  |
| **Какао с молоком** | | | **200** | **3,3** | **4,2** | **15,9** | **115** | **№497-2013, Пермь** |
| какао - порошок | 2,5 | 2,5 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 130 | 130 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| ***Второй завтрак*** | | | | ***0,5*** | ***0,2*** | ***21,8*** | ***91*** |  |
| **Сок в ассортименте** | **120** | **120** | **120** | **0,5** | **0,2** | **21,8** | **91** | **№518-2013, Пермь** |
| ***Обед*** | | | ***655*** | ***22,4*** | ***23,3*** | ***92,5*** | ***669,2*** |  |
| **Салат из свежих помидоров** | | | **60** | **0,9** | **4,1** | **3,9** | **56** | **№22-2013, Пермь** |
| помидоры свежие парниковые | 58 | 57 |  |  |  |  |  |  |
| или помидоры свежие грунтовые | 67 | 57 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| ***ИЛИ*** | | | | | | | | |
| **Икра морковная** | | | **60** | **1,2** | **3,9** | **5,3** | **61** | **№119-2013, Пермь** |
| морковь до 01.01 - 20% | 75 | 60 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 80 | 60 |  |  |  |  |  |  |
| масса отварной моркови |  | 57 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 14,3 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли) | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| лимонная кислота | 0,3 | 0,3 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 0,8 | 0,8 |  |  |  |  |  |  |
| **Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной** | | | **180/10/5** | **4,4** | **4,5** | **11,2** | **103** | **№129-1996** |
| говядина 1 категории | 22 | 16 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина полуфабрикат | 19 | 16 |  |  |  |  |  |  |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 73 | 55 |  |  |  |  |  |  |
| 01.11.-31.12. -30% | 79 | 55 |  |  |  |  |  |  |
| 01.01-29.02 - 35% | 85 | 55 |  |  |  |  |  |  |
| 01.03 - 40% | 92 | 55 |  |  |  |  |  |  |
| крупа перловая | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 5 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| морковь до 01.01 - 20% | 8,75 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 9,3 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| огурцы консервированные без уксуса | 18 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| сметана | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| зелень сушеная | 0,1 | 0,1 |  |  |  |  |  |  |
| **Бефстроганов из отварной говядины** | | | **70** | **11,9** | **9,7** | **4,1** | **151,3** | **№54-1м-2020-2021, Новосибирск** |
| говядина 1 категории | 88 | 65 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина полуфабрикат | 77 | 65 |  |  |  |  |  |  |
| масса отварного мяса |  | 40 |  |  |  |  |  |  |
| масса соуса |  | 30 |  |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| сметана | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| бульон | 20 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 12 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 3 | 3 |  |  |  |  |  |  |
| **Пюре картофельное** | | | **150** | **3,0** | **4,1** | **23,5** | **143** | **№520-2004** |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 170 | 128 |  |  |  |  |  |  |
| 01.11.-31.12. -30% | 183 | 128 |  |  |  |  |  |  |
| 01.01-29.02 - 35% | 197 | 128 |  |  |  |  |  |  |
| 01.03 - 40% | 214 | 128 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 24 | 24 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 3,5 | 3,5 |  |  |  |  |  |  |
| **Компот из кураги** | | | **180** | **0,5** | **0,0** | **17,1** | **70** | **№638-2004** |
| курага | 18 | 18 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| **Хлеб пшеничный** | | | **40** | **0,8** | **0,4** | **17,6** | **77** |  |
| **Хлеб ржаной** | | | **40** | **0,9** | **0,5** | **15,1** | **69** |  |
| **Уплотненный полдник** | | | ***515*** | **17** | **18** | **74** | **526** |  |
| **Винегрет овощной** | | | **130** | **2,1** | **5,2** | **13,5** | **109** | **№71-2004** |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 44 | 33 |  |  |  |  |  |  |
| 01.11.-31.12. -30% | 47 | 33 |  |  |  |  |  |  |
| 01.01-29.02 - 35% | 51 | 33 |  |  |  |  |  |  |
| 01.03 - 40% | 55 | 33 |  |  |  |  |  |  |
| масса отварного картофеля |  | 30 |  |  |  |  |  |  |
| свекла до 01.01 -20% | 40 | 32 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 43 | 32 |  |  |  |  |  |  |
| масса отварной свеклы |  | 30 |  |  |  |  |  |  |
| морковь до 01.01 - 20% | 40 | 32 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 43 | 32 |  |  |  |  |  |  |
| масса отварной моркови |  | 30 |  |  |  |  |  |  |
| огурцы соленые без уксуса | 36 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| горошек зеленый консервированный (после термической обработки) | 23 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| **Запеканка из печени с рисом** | | | **80** | **10,4** | **8,8** | **14,5** | **179** | **№482-2004** |
| печень говяжья | 72 | 60 |  |  |  |  |  |  |
| крупа рисовая | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| вода питьевая | 21 | 21 |  |  |  |  |  |  |
| масса рассыпчатого риса |  | 28 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 24 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| масса прогретого с маслом лука |  | 10 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное для смазки изделия | 2 | 2 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное для смазки листа | 2 | 2 |  |  |  |  |  |  |
| ***ИЛИ*** | | | | | | | | |
| **Рулет мясной (из говядины и свинины) с луком и яйцом** | | | **80** | **10,5** | **10,2** | **4,8** | **153** | **№458-2004** |
| говядина 1 категории | 30 | 22 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина полуфабрикат | 26 | 22 |  |  |  |  |  |  |
| свинина мясная | 26 | 22 |  |  |  |  |  |  |
| хлеб пшеничный | 9 | 9 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 14 | 14 |  |  |  |  |  |  |
| **фарш** |  | **21** |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 33 | 28 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 3,5 | 3,5 |  |  |  |  |  |  |
| масса припущенного с маслом лука |  | 14 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное | 8 | 8 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное для смазки изделия | 4,5 | 4,5 |  |  |  |  |  |  |
| сухари пшеничные | 2,4 | 2,4 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное для смазки листа | 0,6 | 0,6 |  |  |  |  |  |  |
| **Чай с сахаром** | | | **180** | **0,1** | **0,0** | **10,6** | **43** | **№685-2004** |
| чай - заварка | 0,5 | 0,5 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| **Йогурт молочный для детского питания в ассортименте** | 125 | 125 | **125** | **3,5** | **3,3** | **14,8** | **103** |  |
| **Хлеб пшеничный** | | | **30** | **0,6** | **0,3** | **13,2** | **58** |  |
| **Хлеб ржаной** | | | **20** | **0,6** | **0,2** | **7,6** | **35** |  |
| ***ИТОГО:*** | | | | ***52*** | ***54*** | ***244*** | ***1666*** |  |
| 14 день | | | | | | | | |
| **Наименование блюда** | **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Химический состав** | | | | | **№ рецептуры** |
| **Выход, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Угл. г** | **ЭЦ, ккал** |
| ***Завтрак*** | | | ***435*** | ***14,5*** | ***13,8*** | ***44,6*** | ***360,6*** |  |
| **Каша пшеничная жидкая** | | | **200** | **6,7** | **7,9** | **25,2** | **199** | **№311-2004** |
| крупа пшеничная | 25 | 25 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 187 | 187 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 3 | 3 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| **Бутерброд с сыром** | | | **20/15** | **5,3** | **3,7** | **7,2** | **83,3** | **№3-2004** |
| батон или хлеб пшеничный | 20 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| сыр | 16 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| **Чай с молоком** | | | **200** | **2,5** | **2,2** | **12,2** | **79** | **№495-2013, Пермь** |
| чай - заварка | 0,5 | 0,5 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 100 | 100 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| ***Второй завтрак*** | | | | ***0,5*** | ***0,2*** | ***21,8*** | ***91*** |  |
| **Сок в ассортименте** | **120** | **120** | **120** | **0,5** | **0,2** | **21,8** | **91** | **№518-2013, Пермь** |
| ***Обед*** | | | ***660*** | ***18,5*** | ***26,2*** | ***88,7*** | ***664,3*** |  |
| **Салат из огурцов с маслом** | | | **60** | **0,6** | **4,1** | **1,9** | **47** | **№14/1-2011г., Екатеринбург** |
| огурцы свежие парниковые | 58 | 57 |  |  |  |  |  |  |
| или огурцы свежие грунтовые | 60 | 57 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| ***ИЛИ*** | | | | | | | | |
| **Салат "Степной" из разных овощей** | | | **60** | **1,0** | **3,0** | **4,5** | **49** | **№25-2004** |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 31 | 23 |  |  |  |  |  |  |
| 01.11.-31.12. -30% | 33 | 23 |  |  |  |  |  |  |
| 01.01-29.02 - 35% | 35 | 23 |  |  |  |  |  |  |
| 01.03 - 40% | 38 | 23 |  |  |  |  |  |  |
| масса отварного картофеля |  | 20 |  |  |  |  |  |  |
| морковь до 01.01 - 20% | 21 | 17 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 23 | 17 |  |  |  |  |  |  |
| масса отварной моркови |  | 15 |  |  |  |  |  |  |
| огурцы консервированные без уксуса | 22 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| горошек зеленый консервированный (после термической обработки) | 15 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| **Борщ с капустой и картофелем, с мясом со сметаной** | | | **180/10/5** | **3,9** | **4,9** | **12,0** | **108** | **№110-2004** |
| говядина 1 категории | 22 | 16 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина полуфабрикат | 19 | 16 |  |  |  |  |  |  |
| свекла до 01.01 -20% | 38 | 30 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 53 | 40 |  |  |  |  |  |  |
| капуста свежая белокочанная | 19 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 20 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| 01.11.-31.12. -30% | 21 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| 01.01-29.02 - 35% | 23 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| 01.03 - 40% | 25 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| морковь до 01.01 - 20% | 12,5 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 13,3 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 8 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли) | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 0,3 | 0,3 |  |  |  |  |  |  |
| сметана | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| зелень сушеная | 0,1 | 0,1 |  |  |  |  |  |  |
| **Тефтели из мяса (свинина мясная и говядина)** | | | **70** | **8,9** | **9,5** | **8,4** | **155** | **№461-2004** |
| свинина мясная | 28 | 24 |  |  |  |  |  |  |
| говядина 1 категории | 33 | 24 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина полуфабрикат | 28 | 24 |  |  |  |  |  |  |
| хлеб пшеничный | 11 | 11 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 14 | 14 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 19 | 16 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 7 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| **масса припущенного с маслом лука** |  | **10** |  |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное для смазки листа | 2 | 2 |  |  |  |  |  |  |
| **ИЛИ** | | | | | | | | |
| **Котлета особая (из свинины мясной и филе индейки)** | | | **70** | **10,9** | **8,1** | **6,2** | **141** | **№452-2004** |
| свинина мясная | 21 | 18 |  |  |  |  |  |  |
| филе индейки | 34 | 32 |  |  |  |  |  |  |
| хлеб пшеничный | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 12 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 25 | 21 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 3 | 3 |  |  |  |  |  |  |
| масса припущенного с маслом лука |  | 11 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| сухари пшеничные | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное для смазки листа | 1,5 | 1,5 |  |  |  |  |  |  |
| **Овощи тушеные в соусе** |  |  | **150** | **3,1** | **6,5** | **18,9** | **147** | **№18/3-2011, Екатеринбург** |
| горошек зелёный консервированный | 39 | 25 |  |  |  |  |  |  |
| морковь до 01.01 - 20% | 31 | 25 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 33,3 | 25 |  |  |  |  |  |  |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 146 | 110 |  |  |  |  |  |  |
| 01.11.-31.12. -30% | 157 | 110 |  |  |  |  |  |  |
| 01.01-29.02 - 35% | 169 | 110 |  |  |  |  |  |  |
| 01.03 - 40% | 184 | 110 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 24 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| сметана | 12 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли) | 5 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная | 1,5 | 1,5 |  |  |  |  |  |  |
| **Кисель из свежих ягод** |  |  | **180** | **0,27** | **0,18** | **15,4** | **64,3** | **№505-2013, Пермь** |
| вишня свежемороженая | 23 | 22 |  |  |  |  |  |  |
| или смородина свежемороженая | 23,1 | 22 |  |  |  |  |  |  |
| или клюква свежемороженая | 23,1 | 22 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| крахмал | 6 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| **Хлеб пшеничный** | | | **30** | **0,6** | **0,3** | **13,2** | **58** |  |
| **Хлеб ржаной** | | | **50** | **1,1** | **0,7** | **18,9** | **86** |  |
| **Уплотненный полдник** | | | **530** | **17** | **17** | **87** | **569** |  |
| **Плов из птицы** | | | **200** | **12,9** | **12,2** | **33,4** | **295** | **№406-2013, Пермь** |
| курица 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 | 51 | 51 |  |  |  |  |  |  |
| морковь до 01.01 - 20% | 44 | 35 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 47 | 35 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 10 | 8 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| ***ИЛИ*** | | | | | | | | |
| **Плов из говядины** | | | **170** | **10,4** | **11,9** | **27,0** | **257** | **№443-2004** |
| говядина полуфабрикат | 76 | 64 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина 1 категории | 87 | 64 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| **масса тушенного мяса** |  | **40** |  |  |  |  |  |  |
| крупа рисовая | 34 | 34 |  |  |  |  |  |  |
| морковь до 01.01 - 20% | 50 | 40 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 53 | 40 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 14 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| **Булочка домашняя** | | | **50** | **3,4** | **4,5** | **28,5** | **168** | **№564-2013, Пермь** |
| мука пшеничная | 34 | 34 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 5,5 | 5,5 |  |  |  |  |  |  |
| сахар (для отделки) | 1,6 | 1,6 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 5,5 | 5,5 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное для смазки изделия | 0,8 | 0,8 |  |  |  |  |  |  |
| соль йодированная | 0,3 | 0,3 |  |  |  |  |  |  |
| дрожжи хлебопекарные | 0,9 | 0,9 |  |  |  |  |  |  |
| или дрожжи сухие хлебопекарные | 0,23 | 0,23 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 14 | 14 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное для смазки листа | 0,2 | 0,2 |  |  |  |  |  |  |
| **Чай с лимоном** | | | **180** | **0,1** | **0,0** | **10,5** | **42** | **№686-2004** |
| чай - заварка | 0,5 | 0,5 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| лимон | 6 | 5 |  |  |  |  |  |  |
| **Фрукт в ассортименте** | | | **100** | **0,1** | **0,2** | **5,7** | **25** | **№458-2006, Москва** |
| **Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)** | | |  |  |  |  |  |  |
| **Хлеб пшеничный** | | | **20** | **0,4** | **0,2** | **8,8** | **39** |  |
| ***ИТОГО:*** | | | | ***50*** | ***57*** | ***242*** | ***1685*** |  |
| 15 день | | | | | | | | |
| **Наименование блюда** | **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Химический состав** | | | | | **№ рецептуры** |
| **Выход, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Угл. г** | **ЭЦ, ккал** |
| ***Завтрак*** | | | ***440*** | ***13,8*** | ***12,6*** | ***52,7*** | ***379,4*** |  |
| **Суп молочный с рисом** | | | **200** | **6,2** | **7,4** | **21,2** | **176** | **№165-2013, Пермь** |
| молоко питьевое | 205 | 205 |  |  |  |  |  |  |
| крупа рисовая | 12 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 1,6 | 1,6 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 1,6 | 1,6 |  |  |  |  |  |  |
| **Бутерброд с джемом или вареньем** | | | **20/20** | **1,8** | **0,2** | **22,1** | **97** | **№2-2004** |
| батон или хлеб пшеничный | 20 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| джем или варенье промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов) | 20,2 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| **Молоко питьевое кипяченое** | 210 | 200 | **200** | **5,8** | **5,0** | **9,4** | **106** | **№260-2001, Пермь** |
| ***Второй завтрак*** | | | | ***0,5*** | ***0,2*** | ***21,8*** | ***91,0*** |  |
| **Сок в ассортименте** | **120** | **120** | **120** | **0,5** | **0,2** | **21,8** | **91** | **№518-2013, Пермь** |
| ***Обед*** | | | ***660*** | ***18,9*** | ***23,5*** | ***94,4*** | ***664,3*** |  |
| **Салат из капусты белокочанной с морковью** | | | **50** | **0,8** | **4,0** | **4,8** | **58** | **№4-2013, Пермь** |
| капуста белокочанная свежая | 79 | 63 |  |  |  |  |  |  |
| масса капусты стертой с солью |  | 40 |  |  |  |  |  |  |
| лимон (для сока) | 6 | 2,5 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 0,6 | 0,6 |  |  |  |  |  |  |
| морковь до 01.01 - 20% | 7,5 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 8 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| **(в свежем виде морковь и капусту старого урожая использовать до 1 марта, после 1 марта свежего урожая или другой салат из вареных овощей)** | | |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| ***ИЛИ*** | | | | | | | | |
| **Салат "Любительский"** | | | **60** | **2,2** | **4,1** | **3,5** | **60** | **№4-2006, Екатеринбург** |
| морковь до 01.01 - 20% | 25 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 27 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| масса отварной моркови |  | 17 |  |  |  |  |  |  |
| кукуруза консервированная (после термической обработки) | 25 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| огурцы консервированные без уксуса | 45,5 | 25 |  |  |  |  |  |  |
| или огурцы свежие парниковые | 25,5 | 25 |  |  |  |  |  |  |
| или огурцы свежие грунтовые | 26,3 | 25 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| **Суп лапша домашняя с курицей** | | | **180/10** | **5,5** | **5,8** | **9,7** | **113** | **№148-2004** |
| курица 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** | | | **180/10** | **3,9** | **5,4** | **9,7** | **103** | **№148-2004** |
| говядина 1 категории | 22 | 16 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина полуфабрикат | 19 | 16 |  |  |  |  |  |  |
| *лапша домашняя* |  | *15* |  |  |  |  |  | **№549-2004** |
| мука пшеничная | 13 | 13 |  |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная (на подпыл) | 0,9 | 0,9 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное | 3,6 | 3,6 |  |  |  |  |  |  |
| вода питьевая | 2,5 | 2,5 |  |  |  |  |  |  |
| соль йодированная | 0,3 | 0,3 |  |  |  |  |  |  |
| или лапша промышленного производства | 15 | 15 |  |  |  |  |  |  |
| морковь до 01.01 - 20% | 10,0 | 8 |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25% | 10,6 | 8 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 8 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |
| зелень сушеная | 0,1 | 0,1 |  |  |  |  |  |  |
| **Биточки из мяса (свинина мясная и говядина)** | | | **70** | **9,2** | **8,8** | **8,3** | **149** | **№451-2004** |
| свинина мясная | 25 | 21 |  |  |  |  |  |  |
| говядина 1 категории | 44 | 32 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина полуфабрикат | 38 | 32 |  |  |  |  |  |  |
| хлеб пшеничный | 12 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 6 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 7,1 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное | 6 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная | 7 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное для смазки листа | 1,5 | 1,5 |  |  |  |  |  |  |
| **Пюре картофельное** | | | **150** | **3,0** | **4,1** | **23,5** | **143** | **№520-2004** |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 170 | 128 |  |  |  |  |  |  |
| 01.11.-31.12. -30% | 183 | 128 |  |  |  |  |  |  |
| 01.01-29.02 - 35% | 197 | 128 |  |  |  |  |  |  |
| 01.03 - 40% | 214 | 128 |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое | 24 | 24 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 3,5 | 3,5 |  |  |  |  |  |  |
| **Сок с содержанием витаминов и минералов в ассортименте** | **200** | **200** | **200** | **0,3** | **0,2** | **16,0** | **67** | **№518-2013, Пермь** |
| ***ИЛИ*** | | | | | | | | |
| **Компот из ягод и яблок** | | | **200** | **0,20** | **0,10** | **15,2** | **62,5** | **№513-2013, Пермь** |
| яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом) | 23 | 20 |  |  |  |  |  |  |
| вишня или смородина или облепиха или клубника свежемороженые | 17 | 16 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 12 | 12 |  |  |  |  |  |  |
| **Хлеб пшеничный** | | | **30** | **0,6** | **0,3** | **13,2** | **58** |  |
| **Хлеб ржаной** | | | **50** | **1,1** | **0,7** | **18,9** | **86** |  |
| **Уплотненный полдник** | | | **575** | **18,8** | **15,3** | **75,2** | **513,7** |  |
| **Колобки мясо-картофельные** | | | **70/30** | **9,1** | **8,7** | **5,2** | **135,5** | **№316-2006, Москва** |
| свинина мясная | 28 | 24 |  |  |  |  |  |  |
| говядина 1 категории | 48 | 35 |  |  |  |  |  |  |
| или говядина полуфабрикат | 41 | 35 |  |  |  |  |  |  |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 9 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| 01.11.-31.12. -30% | 10,0 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| 01.01-29.02 - 35% | 10,8 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| 01.03 - 40% | 12 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное | 6 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый | 10 | 8 |  |  |  |  |  |  |
| сухари пшеничные | 7 | 7 |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное для смазки листа | 2 | 2 |  |  |  |  |  |  |
| **Соус сметанный с томатом** |  | **30** |  |  |  |  |  | **№601-2004** |
| сметана | 8 | 8 |  |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная | 2,3 | 2,3 |  |  |  |  |  |  |
| вода питьевая | 22 | 22 |  |  |  |  |  |  |
| томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли) | 3 | 3 |  |  |  |  |  |  |
| **Булгур припущенный** | | | **130** | **4,9** | **2,8** | **24,0** | **141** | **№54-22г-2020-2021, Новосибирск** |
| крупа булгур | 40 | 40 |  |  |  |  |  |  |
| вода питьевая | 100 | 100 |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное | 3,5 | 3,5 |  |  |  |  |  |  |
| **Чай со смородиной и сахаром** | | | **200** | **0,2** | **0,0** | **10,5** | **42,8** | **№54-6гн-2020, 2021, Новосибирск** |
| чай-заварка | 0,5 | 0,5 |  |  |  |  |  |  |
| смородина черная или красная | 10,7 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| сахар | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| **Йогурт молочный для детского питания в ассортименте** | 125 | 125 | **125** | **3,5** | **3,3** | **14,8** | **103** |  |
| **Хлеб ржаной** | | | **20** | **0,5** | **0,2** | **7,5** | **34** |  |
| **Хлеб пшеничный** | | | **30** | **0,6** | **0,3** | **13,2** | **58** |  |
| ***ИТОГО:*** | | | | ***52*** | ***52*** | ***244*** | ***1648*** |  |
| ***ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА 3 НЕДЕЛЮ:*** | | | | ***53*** | ***55*** | ***235*** | ***1645*** |  |
| ***НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ и ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (90%):*** | | | | ***49*** | ***54*** | ***235*** | ***1620*** | ***При 11-12 часовом пребывании детей*** |
| ***НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (100%)\*:*** | | | | ***54*** | ***60*** | ***261*** | ***1800*** |
| *\*СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно- эпидемиологические требования к организации общественного питания населения" Таблица 1, Приложение 10* | | | | | | | | |