Меню приготавливаемых блюд для питания детей в детских общеобразовательных организациях завтрак, обед

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

18 - ти дневное меню № 2561 от 28 июля 2023 г

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

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г		Хим	ический со	став		. № рецептуры		итамины (м	г)	М	инеральные	вещества (м	ır)
паименование олюда	врупо, г	Herro, i	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	из рецептуры	С	B1	А, мкг рет.экв.	Ca	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК			520	19,5	16,5	83,1	558		1,6	0,1	228,5	451,4	235,9	56,4	2,8
Каша рисовая жидкая			200	6,4	7,2	27,0	198	№311-2004	0,4	0,1	108,0	258,0	138,0	33,6	0,1
крупа рисовая	30	30													
молоко питьевое	190	190													
сахар	3	3													
соль йодированная	1	1													
масло сливочное	5	5													
Запеканка из творога с молоком сгущенным			100/20	12,4	8,7	26,7	235	№313-2013, Пермь	0,5	0,0	122,0	184,0	57,2	12,1	1,3
творог	95	94													
крупа манная	7	7													

			_		_			1	$\overline{}$				4	$\overline{}$	•
молоко для каши	24	24													
сахар	7	7													
ванилин	0,02	0,02													
яйцо куриное	3	3													
сметана	4	4													
сухари	4	4													
масло сливочное для смазки листа	3	3													
масса готовой запеканки		100													
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20													
			-				-	•	•	-	•	•	-	-	
															,
Сырники из творога с молоком сгущенным			100/20	12,1	8,8	26,2	232	№321-2013, Пермь	0,4	0,0	120,5	181,0	58,0	11,9	1,3
Сырники из творога с молоком сгущенным творог	91	90	100/20	12,1	8,8	26,2	232	№321-2013, Пермь	0,4	0,0	120,5	181,0	58,0	11,9	1,3
		90	100/20	12,1	8,8	26,2	232	№321-2013, Пермь	0,4	0,0	120,5	181,0	58,0	11,9	1,3
творог	7		100/20	12,1	8,8	26,2	232	№321-2013, Пермь	0,4	0,0	120,5	181,0	58,0	11,9	1,3
творог крупа манная	7	7	100/20	12,1	8,8	26,2	232	№321-2013, Пермь	0,4	0,0	120,5	181,0	58,0	11,9	1,3
творог крупа манная яйцо куриное	7 3 10	7	100/20	12,1	8,8	26,2	232	№321-2013, Пермь	0,4	0,0	120,5	181,0	58,0	11,9	1,3
творог крупа манная яйцо куриное сахар	7 3 10 0,01	7 3 10	100/20	12,1	8,8	26,2	232	№321-2013, Пермь	0,4	0,0	120,5	181,0	58,0	11,9	1,3
творог крупа манная яйцо куриное сахар ванилин	7 3 10 0,01 7	7 3 10 0,01	100/20	12,1	8,8	26,2	232	№321-2013, Пермь	0,4	0,0	120,5	181,0	58,0	11,9	1,3
творог крупа манная яйцо куриное сахар ванилин мука пшеничная	7 3 10 0,01 7 3	7 3 10 0,01 7	100/20	12,1	8,8	26,2	232	№321-2013, Пермь	0,4	0,0	120,5	181,0	58,0	11,9	1,3

	т	т			1						1				
масса готовых сырников 2 шт. по 50 г		100													
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20													
Чай с лимоном	•		200	0,1	0,0	13,5	54	№686-2004	0,8	0,0	0,0	2,2	0,1	0,5	0,1
чай - заварка	0,8	0,8													
сахар	12	12													
лимон	6	5													
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39		0,0	0,0	0,0	6,6	24,4	6,6	0,8
или хлеб витаминизированный			20												
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34		0,0	0,0	0,0	3,6	15,4	3,8	0,6
ОБЕД			785	21,8	23,4	107,9	730		34,6	0,5	189,2	162,5	314,3	63,9	3,1
Салат из свеклы отварной с чесноком			80	1,1	4,0	5,5	62	№22-2004, Пермь	1,5	0,1	0,0	25,8	30,0	7,3	1,0
свекла до 01.01 -20%	100	80													
c 01.01 - 25%	106	80													
чеснок свежий	0,5	0,4													
масло растительное на полив при подаче	4	4													
					ИЈ	ТИ									
Помидор консервированный или свежий			80	0,5	0,2	3,4	17	№101-2004, №71-2006, Москва	5,9	0,0	0,0	3,3	6,1	0,7	0,0
помидор консервированный без уксуса	146	80													
или помидоры в собственном соку	84	80													

или помидоры свежие парниковые	82	80													
или помидоры свежие грунтовые	94	80													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2	1,5													
Рассольник Ленинградский с мясом и сметан	юй		250/10/5	5,0	6,3	14,4	134	№129-1996	11,2	0,0	55,0	21,8	40,0	10,9	0,2
говядина 1 категории (мясо на кости)	22	16													
или говядина полуфабрикат (бескостный)	19	16													
картофель - 01.0931.10 25%	93	70													
01.1131.1230%	100	70													
01.01-29.02 - 35%	108	70													
01.03 - 40%	117	70													
крупа перловая или рисовая	5	5													
морковь до 01.0120%	12,5	10													
c 01.01 - 25%	13,3	10													
лук репчатый	10	8													
огурцы солёные (без уксуса)	31	17													
масло сливочное	6	6													
сметана	5	5													
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1													
Биточки из курицы запеченные			90	11,4	13,2	11,2	209	№498-2004	0,5	0,4	100,0	77,0	189,0	28,0	0,3

		I					I				I	1			
курица потрошеная 1 категории	139	60													
или филе куриное промышленного производства	63	60													
или грудка куриная на кости	64	60													
или фарш куриный промышленного производства	60	60													
хлеб пшеничный	17	17													
молоко питьевое	18	18													
лук репчатый	5	4													
яйцо куриное	4	4													
мука пшеничная	5	5													
масло растительное для смазки листа	2	2													
Макароны изделия отварные			150	3,4	3,1	36,8	189	№516-2004	0,1	0,0	34,2	19,6	15,0	7,3	0,4
макаронные изделия	52	52													
масло сливочное	4	4													
Сок в ассортименте	200	200	200	0,3	0,0	17,0	69	№518-2013, Пермь	16,9	0,0	0,0	24,0	0,0	0,0	0,0
					NI	и					-	-			
Напиток с витаминами			200	0,0	0,0	19,4	78	№621-2013, Пермь	18,8	0,4	17,0	0,0	0,0	0,0	5,0
смесь сухая с витаминами промышленного производства	20	20													
вода питьевая	200	200													
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77		0,0	0,1	0,0	13,2	48,8	13,2	1,7

или хлеб витаминизированный	40												
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34		0,0	0,0	0,0	3,6	15,4	3,8	0,6
итого:		41	40	191	1288		36	0,6	418	614	550	120	6,0
ОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО ЮРМАТИВУ (100%)*:		77	79	335	2350	При 2-х разовом питании	60	1,2	700	1100	1100	250	12,0
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕ (50-60%):	39-46	40-47	168-201	1175-1410	детей (завтрак, обед)	30-36	0,6-0,72	350-420	550-660	550-660	125-150	6-7,2	

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г		Хим	ический со	став		No november		итамины (м	г)	М	инеральные	вещества (м	ıг)
паименование олюда	Брутто, т	Herro, r	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	№ рецептуры	С	B1	А, мкг рет.экв.	Ca	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК			515	25,5	23,4	67,7	583,4		3,4	0,3	225,8	338,3	392,7	75,1	1,6
Бутерброд с сыром			30/15	6,3	4,1	14,9	122	№3-2004	0,1	0,0	42,0	190,0	98,0	9,5	0,1
хлеб пшеничный	30	30													
сыр	16	15													
Фрикадельки из кур, запеченные (2 шт. по 60	г)		120	15,4	15,5	9,1	238	№410-2013, Пермь	1,1	0,2	148,0	109,0	215,0	35,0	0,3
курица потрошеная 1 категории	237	102													
или филе куриное промышленного производства	108	102													
или грудка куриная на кости	108	102													
или фарш куриный промышленного производства	102	102													
хлеб пшеничный	9	9													
молоко питьевое	12	12													

лук репчатый	10	8													
яйцо куриное	10	10													
мука пшеничная	10	10													
масло растительное для смазки листа	2	2													
Пюре картофельное			150	3,3	3,6	22,3	135	№520-2004	2,2	0,1	35,8	32,5	55,3	24,0	0,3
картофель - 01.0931.10 25%	170	128													
01.1131.1230%	183	128													
01.01-29.02 - 35%	197	128													
01.03 - 40%	214	128													
молоко питьевое	24	24													
масло сливочное	5	5													
Чай с сахаром			200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0	0,0	0,0
чай - заварка	0,8	0,8													
сахар	12	12													
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39		0,0	0,0	0,0	6,6	24,4	6,6	0,8
или хлеб витаминизированный			20												
ОБЕД			795	20,2	23,9	102,2	705		29,3	0,4	194,0	223,9	203,1	70,3	5,6
Икра кабачковая промышленного производства	84	80	80	1,5	3,7	6,2	64	№115-2013, Пермь	5,6	0,02	0,0	39,0	0,0	12,0	0,0

Салат из огурцов с маслом			80	0,7	4,1	1,0	44	№14/1-2011, Екатеринбург	4,0	0,0	0,0	14,4	26,4	10,4	0,4
огурцы свежие парниковые	79	77													
или огурцы свежие грунтовые	81	77													
масло растительное	4	4													
Борщ из свежей капусты с картофелем, со см мясом	иетаной (С	250/5/10	4,3	5,1	15,5	125	№110-2004	13,5	0,1	54,0	53,9	64,3	24,8	0,3
говядина 1 категории (мясо на кости)	22	16													
или говядина полуфабрикат (бескостный)	19	16													
свекла до 01.01 -20%	50	40													
c 01.01 - 25%	53	40													
капуста белокочанная свежая	25	20													
картофель - 01.0931.10 25%	27	20													
01.1131.1230%	29	20													
01.01-29.02 - 35%	31	20													
01.03 - 40%	33	20													
морковь до 01.0120%	12,5	10													
c 01.01 - 25%	13,3	10													
лук репчатый	12	10													
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	2,9	2,9													
масло сливочное	6	6													

сахар	0,5	0,5													
сметана	5	5													
зелень сушеная	0,1	0,1													
Печень, тушеная с овощами			100	9,1	10,4	4,9	150	№439-2004	10,0	0,2	110,0	65,3	32,0	1,2	2,3
печень говяжья	115	95													
лук репчатый	18	15													
масло растительное	5	5													
масса готовой печени с луком		60													
мука пшеничная	2	2													
морковь до 01.0120%	19	15													
c 01.01 - 25%	20	15													
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	3	3													
вода питьевая	40	40													
Рис припущенный			150	3,1	3,8	25,4	148	№512-2004	0,0	0,0	30,0	32,8	14,0	0,7	0,0
крупа рисовая	53	53													
вода питьевая	110	110													
масло сливочное	5	5													
Компот из смеси сухофруктов			200	0,5	0,0	17,5	72	№508-2013, Пермь	0,1	0,0	0,0	12,5	13,2	10,8	0,2
сухофрукты	18	18													
		•	-	•	•	•		-		•	•	•			

сахар	caxap 15 15														
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77		0,0	0,1	0,0	13,2	48,8	13,2	1,7
хлеб витаминизированный			40												
еб ржаной				0,9	0,5	15,1	69		0,0	0,0	0,0	7,2	30,8	7,6	1,1
итого:	итого:				47	170	1288		33	0,7	420	562	596	145	7,2
ОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО ОРМАТИВУ (100%)*:				77	79	335	2350	При 2-х разовом питании	60	1,2	700	1100	1100	250	12,0
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕР (50-60%):	ЛЮ	39-46	40-47	168-201	1175-1410	детей (завтрак, обед)	30-36	0,6-0,72	350-420	550-660	550-660	125-150	6-7,2		

Наименование блюда	Enverse s	Нетто, г		Хим	ический со	став		No nouoppynu		итамины (м	г)	M	инеральные	вещества (м	иг)
паименование олюда	Брутто, г	Herro, r	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	№ рецептуры	С	B1	А, мкг рет.экв.	Ca	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК			500	18,6	26,7	65,8	577,1		0,3	0,3	259,0	376,8	368,2	98,1	3,2
Масло сливочное (порциями)	10	10	10	0,2	7,3	0,1	67	№96-2004	0,0	0,0	40,0	2,4	3,00	0,05	0,02
Сыр (порциями)	11	10	10	2,9	2,5	0,0	34	№97-2004	0,2	0,0	65,0	202,0	59,0	0,0	0,9
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39		0,0	0,0	0,0	6,6	24,4	6,6	0,8
или хлеб витаминизированный			20												
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34		0,0	0,0	0,0	3,6	15,4	3,8	0,6
Котлеты из мяса			90	9,9	9,5	10,5	167	№451-2004	0,1	0,2	76,0	33,7	102,0	21,5	0,2
говядина 1 категории (мясо на кости)	95	70													
или говядина полуфабрикат (бескостный)	83	70													_

или фарш промышленного производства	70	70													
хлеб пшеничный	16	16													
молоко питьевое	8	8													
лук репчатый	9,5	8													
яйцо куриное	8	8													
сухари пшеничные	8	8													
масло растительное для смазки листа	2	2													
Каша гречневая вязкая отварная			150	3,2	4,4	24,3	150	№510-2004	0,0	0,0	38,0	8,5	96,0	55,5	0,6
крупа гречневая	38	38													
вода питьевая	120	120													
масло сливочное	5	5													
Чай с молоком			200	1,5	2,5	14,5	87	№495-2013, Пермь	0,0	0,0	40,0	120,0	68,4	10,6	0,1
чай - заварка	0,8	0,8													
сахар	10	10													
молоко питьевое	100	100													
ОБЕД			830	26,5	22,8	110,6	753,4		35,7	0,3	160,2	198,7	229,7	51,8	4,0
Салат из моркови и свеклы с зеленым горош	ком		80	2,1	4,0	11,2	89	№61-2013, Пермь	5,8	0,0	0,0	17,8	16,8	0,0	0,0
морковь до 01.0120%	28	22													
c 01.01 - 25%	29	22													

масса отварной моркови		20													
свекла до 01.01 -20%	35	28													
c 01.01 - 25%	37	28													
масса отварной свеклы		25													
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	49	32													
масло растительное	4	4													
					ИЈ	ПИ									
Салат из свежих помидоров с зеленым гороц	цком		80	1,4	4,1	7,5	73	№23-2013, Пермь	8,3	0,0	0,0	12,8	17,6	0,0	0,0
помидоры свежие парниковые	41	40													
или помидоры свежие грунтовые	47	40													
горошек зеленый консервированный	55	36													
масло растительное	4	4													
Уха с крупой			250/50	9,9	5,5	14,3	146	№152-2013, Пермь	8,1	0,1	58,0	85,0	77,0	15,4	0,6
горбуша или кета потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	90	60													
или горбуша или кета неразделанная (филе без кожи и костей)	109	60													
картофель - 01.0931.10 25%	80	60													
01.1131.1230%	86	60													
01.01-29.02 - 35%	92	60													
01.03 - 40%	100	60													

крупа рисовая	5	5													
лук репчатый	24	20													
масло сливочное	6	6													
зелень сушеная	0,1	0,1													
Гуляш			100	10,2	9,4	5,5	147	№152-2004, Пермь	2,3	0,12	68,0	42,0	60,4	13,5	0,9
говядина 1 категории (мясо на кости)	87	64													
или говядина полуфабрикат (бескостный)	76	64													
масло растительное	4	4													
лук репчатый	14	12													
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	2,5	2,5													
мука пшеничная	3,8	3,8													
Макароны изделия отварные			150	3,4	3,1	36,8	189	№516-2004	0,1	0,0	34,2	19,6	15,0	7,3	0,4
макаронные изделия	52	52													
масло сливочное	4	4													
Сок в ассортименте	200	200	200	0,3	0,0	22,0	89	№518-2013, Пермь	16,9	0,0	0,0	24,0	0,0	0,0	0,0
					NI	ш		•							
Напиток с витаминами			200	0,0	0,0	19,4	78	№621-2013, Пермь	18,8	0,4	17,0	0,0	0,0	0,0	5,0
смесь сухая с витаминами промышленного производства		20													
вода питьевая	200	200													

Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	58		0,0	0,1	0,0	9,9	36,6	9,9	1,3
или хлеб витаминизированный	30												
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	51		0,0	0,0	0,0	5,4	23,1	5,7	0,8
итого:		45	49	176	1330		36	0,6	419	576	598	150	7,2
ОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО ОРМАТИВУ (100%)*:		77	79	335	2350	При 2-х разовом питании	60	1,2	700	1100	1100	250	12,0
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕ (50-60%):	ЛЮ	39-46	40-47	168-201	1175-1410	детей (завтрак, обед)	30-36	0,6-0,72	350-420	550-660	550-660	125-150	6-7,2

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г		Хим	иический со	став		№ рецептуры		витамины (м	r)	M	инеральные	вещества (м	лг)
Паименование олюда	Брутто, т	116110,1	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	на рецентуры	С	B1	А, мкг рет.экв.	Ca	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК			630	21,2	24,6	64,5	563		5,1	0,2	298,0	352,0	202,4	27,2	1,9
Бутерброд с маслом			20/10	1,8	7,1	9,9	111	№1-2004	0,0	0,0	60,0	8,2	16,0	2,8	0,05
хлеб пшеничный	20	20													
масло сливочное	10	10													
Омлет натуральный			200	18,5	17,2	2,4	238	№340-2004	0,3	0,1	238,0	255,0	171,0	20,6	1,3
яйцо куриное	152	152													
молоко питьевое	60	60													
масло растительное для смазки листа	2	2													
Чай с сахаром			200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0	0,0	0,0
чай - заварка	0,8	0,8													

сахар	12	12													
Фрукт в ассортименте		l	200	0,3	0,0	32,0	129	№458-2006, Москва	4,8	0,0	0,0	85,0	0,0	0,0	0,0
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34		0,0	0,0	0,0	3,6	15,4	3,8	0,6
ОБЕД			785	24,1	22,7	108,1	733		31,4	0,5	122,3	227,6	438,6	123,0	5,3
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	146	80	80	0,7	0,1	1,2	8,5	№101-2004	4,0	0,0	0,0	18,4	19,2	11,2	0,5
					N	и									
Икра кабачковая промышленного производства	84	80	80	1,5	3,7	6,2	64	№115-2013, Пермь	5,6	0,02	0,0	39,0	0,0	12,0	0,0
					N	п									
Салат из огурцов с маслом			80	0,7	4,1	1,0	44	№14/1-2011, Екатеринбург	4,0	0,0	0,0	14,4	26,4	10,4	0,4
огурцы свежие парниковые	79	77													
или огурцы свежие грунтовые	81	77													
масло растительное	4	4													
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом	го смет	ганой	250/10/5	4,1	4,9	9,8	100	№142-2013, Пермь	18,5	0,1	8,0	54,0	38,0	22,3	0,5
говядина 1 категории (мясо на кости)	22	16													
или говядина полуфабрикат (бескостный)	19	16													
капуста свежая белокочанная	63	50													
картофель - 01.0931.10 25%	47	35													
01.1131.1230%	50	35													
01.01-29.02 - 35%	54	35													

			1	I	ı	I	ı			I	I	I	I		
01.03 - 40%	58	35													
морковь до 01.0120%	19	15													
c 01.01 - 25%	20	15													
лук репчатый	12	10													
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	2	2													
масло растительное	6	6													
сметана	5	5													
зелень сушеная	0,1	0,1													
Курица запеченная			90	14,4	12,2	0,0	167	№494-2004	0,0	0,0	62,0	17,0	201,0	12,9	0,2
курица потрошеная 1 категории	150	134													
или грудка куриная на кости	141	134													
или бедро куриное	141	134													
сметана	5	5													
масло растительное	2	2													
Овощи припущенные			150	2,3	4,2	26,0	151	№524-2004	8,7	0,2	52,2	93,3	32,2	37,4	0,0
картофель - 01.0931.10 25%	64	48													
01.1131.1230%	69	48													
01.01-29.02 - 35%	74	48													
01.03 - 40%	80	48													

Наименование бпюла	Envito r	Нетто г		Хиг	мический со	остав		№ репептуры	E	Витамины (м	г)	М	инеральные	вещества (м	(F)
	Γ	Ι	Ι		5 д	ень			Ι			Γ			
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕР (50-60%):	ЛЮ	39-46	40-47	168-201	1175-1410	детей (завтрак, обед)	30-36	0,6-0,72	350-420	550-660	550-660	125-150	6-7,2		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕР НОРМАТИВУ (100%)*:		77	79	335	2350	При 2-х разовом питании	60	1,2	700	1100	1100	250	12,0		
итого:	<u> </u>					173	1297		36	0,6	420	580	641	150	7,2
Хлеб ржаной			50	1,1	0,6	18,9	86		0,0	0,0	0,0	9,0	38,5	9,5	1,4
или хлеб витаминизированный			60												
Хлеб пшеничный			60	1,2	0,6	26,4	116		0,0	0,1	0,0	19,8	73,2	19,8	2,5
сахар	15	15													
курага и изюм	25	25													
Компот из кураги и изюма			200	0,3	0,1	25,8	105	№639-2004	0,2	0,0	0,1	16,1	36,5	9,9	0,2
мука пшеничная	2,3	2,3													
масло сливочное	6	6													
лук репчатый	25	21													
c 01.01 - 25%	64	48													
морковь до 01.0120%	60	48													
или перец свежий	77	58													
или фасоль консервированная в собственном соку	80	48													
горошек зеленый консервированный	74	48													1

паименование олюда	Dpy 110, 1	, .						is pedeiiiypsi							
палногование олюда	 ,, .	,	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	па родошуры	С	B1	А, мкг рет.экв.	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК			665	23,3	19,1	79,1	580,7		13,5	0,2	199,3	286,1	350,6	70,3	1,5
Бутерброд с сыром			30/15	6,3	4,1	14,9	122	№3-2004	0,1	0,0	42,0	190,0	98,0	9,5	0,1
хлеб пшеничный	30	30													
сыр	16	15													
Рыба запечённая			90	12,7	10,7	2,8	158	№310-1996	0,4	0,1	121,5	33,8	169,2	22,5	0,5
горбуша или кета потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	153	107													
или горбуша или кета неразделанная (филе с кожей без костей)	184	107													
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	136	101													
или ряпушка (непластованная порционными кусками)	128	110													
сухари пшеничные	5	5													
масло растительное	3	3													
Пюре картофельное			150	3,3	3,6	22,3	135	№520-2004	2,2	0,1	35,8	32,5	55,3	24,0	0,3
картофель - 01.0931.10 25%	170	128													
01.1131.1230%	183	128													
01.01-29.02 - 35%	197	128													
01.03 - 40%	214	128													
молоко питьевое	24	24													
масло сливочное	5	5													
· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·															

Чай с лимоном			200	0,1	0,0	13,5	54	№686-2004	0,8	0,0	0,0	2,2	0,1	0,5	0,1
чай - заварка	0,8	0,8													
сахар	12	12													
лимон	6	5													
Фрукт в ассортименте			180	0,4	0,4	18,0	77	№458-2006, Москва	10,0	0,0	0,0	24,0	12,6	10,0	0,0
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34		0,0	0,0	0,0	3,6	15,4	3,8	0,6
ОБЕД			745	20,6	24,6	109,2	740,6		22,4	0,4	178,4	263,7	216,9	54,5	5,3
Нарезка из свеклы с яблоками			80	0,3	3,9	7,6	67	№24/1-2011, Екатеринбург	4,1	0,0	0,0	18,1	0,0	3,0	0,2
свекла до 01.01 -20%	63	50													
c 01.01 - 25%	67	50													
яблоки свежие (очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом)	49	34													
масло растительное на полив при подаче	4	4													
					IN	и									
Нарезка из свежих овощей с маслом растите	ПЬНЫМ		80	0,7	4,0	2,5	49	№14/1; 15/1- 2011, Екатеринбург	12,0	0,0	0,0	13,1	18,1	13,0	0,5
помидоры свежие парниковые	41	40													
или помидоры свежие грунтовые	47	40													
огурцы свежие парниковые	37	36													
или огурцы свежие грунтовые	38	36													
масло растительное на полив при подаче	4	4													

т

Суп из овощей с мясом и сметаной			250/10/5	4,3	6,4	12,5	125	№135-2004	14,1	0,2	98,0	19,0	35,0	9,8	0,9
говядина 1 категории (мясо на кости)	22	16													
или говядина полуфабрикат (бескостный)	19	16													
капуста белокочанная свежая	25	20													
картофель - 01.0931.10 25%	67	50													
01.1131.1230%	72	50													
01.01-29.02 - 35%	77	50													
01.03 - 40%	84	50													
морковь до 01.0120%	12,5	10													
c 01.01 - 25%	13,3	10													
лук репчатый	12	10													
горошек зеленый консервированный	12	8													
или фасоль стручковая замороженная	12,6	12													
масло сливочное	6	6													
сметана	5	5													
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1													
Плов по-узбекски			200	14,2	13,5	38,2	331	№444-2004	0,7	0,08	80,4	184,0	110,0	22,8	1,7
говядина 1 категории (мясо на кости)	107	79													
или говядина полуфабрикат (бескостный)	93	79													

или свинина мясная	87	74													
масса тушеного мяса		50													
крупа рисовая	50	50													
морковь до 01.0120%	50	40													
c 01.01 - 25%	53	40													
лук репчатый	15	13													
масло растительное	10	10													
Сок в ассортименте	200	200	200	0,3	0,0	22,0	89	№518-2013, Пермь	3,5	0,0	0,0	24,0	0,0	0,0	0,0
	ı	ı		•	и	пи			•						
Напиток с витаминами			200	0,0	0,0	19,4	78	№621-2013, Пермь	18,8	0,4	17,0	0,0	0,0	0,0	5,0
смесь сухая с витаминами промышленного производства		20													
вода питьевая	200	200													
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77		0,0	0,1	0,0	13,2	48,8	13,2	1,7
или хлеб витаминизированный			40												
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	51		0,0	0,0	0,0	5,4	23,1	5,7	0,8
итого:				44	44	188	1321		36	0,6	378	550	567	125	6,9
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕГ НОРМАТИВУ (100%)*:		77	79	335	2350	При 2-х разовом питании	60	1,2	700	1100	1100	250	12,0		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕГ (50-60%):	ЕЛЮ	39-46	40-47	168-201	1175-1410	детей (завтрак, обед)	30-36	0,6-0,72	350-420	550-660	550-660	125-150	6-7,2		
					6 д	ень									

				Хим	иический со	став		N		итамины (м	г)	М	инеральные	вещества (м	лг)
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	- № рецептуры	С	B1	А, мкг рет.экв.	Ca	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК			500	18,8	19,2	76,3	553,2		0,3	0,1	149,5	258,1	255,4	61,1	2,4
Кондитерское изделие промышленного прои ассортименте (пряники, печенье, вафли или		ав	50	2,5	3,2	22,0	127		0,0	0,0	3,5	84,0	21,0	0,0	0,3
Гречка по-купечески с мясом			250	12,5	13,1	30,8	291	№4/8-2011, Екатеринбург	0,3	0,0	106,0	50,5	156,4	48,0	1,5
говядина 1 категории (мясо на кости)	87	64													
или говядина полуфабрикат (бескостный)	76	64													
или свинина мясная	69	59													
масло растительное	5	5													
масса тушеного мяса		40													
крупа гречневая	48	48													
вода питьевая	150	150													
масло сливочное	6	6													
лук репчатый	14	12													
морковь до 01.0120%	31	25													
c 01.01 - 25%	33	25													
Кофейный напиток			200	3,2	2,7	15,9	101	№501-2013, Пермь	0,0	0,0	40,0	120,0	62,6	9,3	0,1
кофейный напиток	6	6													
сахар	10	10													

молоко питьевое	100	100													
Хлеб ржаной			20	0,6	0,2	7,6	35		0,0	0,0	0,0	3,6	15,4	3,8	0,6
ОБЕД			790	21,8	23,3	107,8	728		35,7	0,6	248,5	315,5	312,8	84,6	3,6
Помидор консервированный или свежий			80	0,5	0,2	3,4	17	№101-2004, №71-2006, Москва	5,9	0,0	0,0	3,3	6,1	0,7	0,0
помидор консервированный без уксуса	146	80													
или помидоры в собственном соку	84	80													
или помидоры свежие парниковые	82	80													
или помидоры свежие грунтовые	94	80													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2	1,5													
Суп-пюре из картофеля с гренками			250/20	5,5	6,8	37,0	231	№159-2013, Пермь	2,6	0,0	52,5	128,0	81,0	17,9	0,6
картофель - 01.0931.10 25%	133	100													
01.1131.1230%	143	100													
01.01-29.02 - 35%	154	100													
01.03 - 40%	167	100													
морковь до 01.0120%	6	5													
c 01.01 - 25%	7	5													
мука пшеничная	5	5													
молоко питьевое	94	94													
вода питьевая	138	138													

				1	1	ı		1							
масло сливочное	6	6													
гренки из пшеничного хлеба		20						№170-2013, Пермь							
хлеб пшеничный	38	32													
зелень сушеная	0,1	0,1													
Биточки из мяса			90	9,9	9,5	10,5	167	№451-2004	0,1	0,2	76,0	33,7	102,0	21,5	0,2
говядина 1 категории (мясо на кости)	95	70													
или говядина полуфабрикат (бескостный)	83	70													
или фарш промышленного производства	70	70													
хлеб пшеничный	16	16													
молоко питьевое	8	8													
лук репчатый	9,5	8													
яйцо куриное	8	8													
сухари пшеничные	8	8													
масло растительное для смазки листа	2	2													
Капуста тушеная			150	4,6	6,2	14,0	130	№423-2013, Пермь	17,1	0,00	0,0	85,2	64,0	28,9	0,7
капуста белокочанная свежая	198	158													
морковь до 01.0120%	30	24													
c 01.01 - 25%	32	24													
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	1,6	1,6													

лук репчатый	12	10													
масло растительное	6	6													
мука пшеничная	1,8	1,8													
сахар	0,3	0,3													
Кисель с витаминами и кальцием			200	0	0	18,4	74	№615-2013, Пермь	10,0	0,3	120,0	50,0	0,0	0,0	0,0
концентрат киселя с витаминами для детей школьного возраста	20	20													
в том числе крахмал	7	7													
Хлеб пшеничный		1	30	0,6	0,3	13,2	58		0,0	0,1	0,0	9,9	36,6	9,9	1,3
или хлеб витаминизированный	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·														
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	51		0,0	0,0	0,0	5,4	23,1	5,7	0,8		
итого:				41	43	184	1281		36	0,7	398	574	568	146	6,0
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕР НОРМАТИВУ (100%)*:	гии п	0		77	79	335	2350	При 2-х разовом питании	60	1,2	700	1100	1100	250	12,0
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕР (50-60%):	ГИИ З	А НЕДЕ	ЛЮ	39-46	40-47	168-201	1175-1410	∂етей	30-36	0,6-0,72	350-420	550-660	550-660	125-150	6-7,2
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕ НЕДЕЛЮ:	ЩЕСТІ	B <i>3A</i>		44	45	180	1301		36	0,6	409	576	587	139	6,7
					7 д	ень				•	•			•	
		Хим	иический со	став			E	Витамины (м	r)	М	инеральные	вещества (м	иг)		
Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	№ рецептуры	С	B1	А, мкг рет.экв.	Ca	Р	Mg	Fe		
ЗАВТРАК	3ABTPAK 5								4,0	0,5	237,8	409,7	416,1	67,1	2,8
Вершинки рыбные с маслом								№9/7-2011, Екатеринбург	1,2	0,2	112,0	67,0	153,0	25,2	1,0
							l .					<u> </u>	<u> </u>		

TOPE WILL WELL BOTTO WOUNG TO TO TO TO			Ī												
горбуша или кета потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	128	85													
или горбуша или кета неразделанная (филе без кожи и костей)	155	85													
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	115	85													
или хек потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	115	85													
или треска потрошенная обезглавленная (филе с кожей без костей)	112	85													
хлеб пшеничный	14	14													
молоко питьевое	10	10													
лук репчатый	6	5													
чеснок свежий	0,4	0,3													
яйцо куриное	6	6													
сухари пшеничные	7	7													
масло растительное для смазки листа	4	4													
масло сливочное	5	5													
Пюре картофельное			150	3,3	3,6	22,3	135	№520-2004	2,2	0,1	35,8	32,5	55,3	24,0	0,3
картофель - 01.0931.10 25%	170	128													
01.1131.1230%	183	128													
01.01-29.02 - 35%	197	128													
01.03 - 40%	214	128													
молоко питьевое	24	24							_						

масло сливочное	5	5													
Какао с молоком			200	3,8	3,5	15,9	110	№496-2013, Пермь	0,6	0,0	40,0	120,0	72,0	0,0	0,1
какао - порошок	5	5													
сахар	10	10													
молоко питьевое	100	100													
Йогурт промышленного производства в ассо	ртимент	е	125	4,3	1,7	5,5	55		0,0	0,1	50,0	180,0	96,0	7,5	0,0
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39		0,0	0,0	0,0	6,6	24,4	6,6	0,8
или хлеб витаминизированный			20												
Хлеб ржаной				0,5	0,3	7,6	34		0,0	0,0	0,0	3,6	15,4	3,8	0,6
ОБЕД	-			19,8	24,9	103,6	717		25,7	0,3	175,0	157,1	244,3	83,2	4,4
Салат из свеклы отварной с чесноком				1,1	4,0	5,5	62	№22-2004, Пермь	1,5	0,1	0,0	25,8	30,0	7,3	1,0
свекла до 01.01 -20%	100	80													
c 01.01 - 25%	106	80													
чеснок свежий	0,5	0,4													
масло растительное на полив при подаче	4	4													
					ИЈ	п									
Помидор консервированный или свежий		80	0,5	0,2	3,4	17	№101-2004, №71-2006, Москва	5,9	0,0	0,0	3,3	6,1	0,7	0,0	
помидор консервированный без уксуса	146	80													
или помидоры в собственном соку	помидор консервированный без уксуса 146 или помидоры в собственном соку 84														

или помидоры свежие парниковые	82	80													
или помидоры свежие грунтовые	94	80													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2	1,5													
Суп картофельный с мясом			250/10	4,1	4,8	15,5	122	№133 -2004	5,4	0,1	84,0	43,0	35,0	19,0	0,4
говядина 1 категории (мясо на кости)	22	16													
или говядина полуфабрикат (бескостный)	19	16													
картофель - 01.0931.10 25%	106	80													
01.1131.1230%	114	80													
01.01-29.02 - 35%	123	80													
01.03 - 40%	134	80													
лук репчатый	12	10													
морковь до 01.0120%	19	15													
c 01.01 - 25%	20	15													
масло сливочное	6	6													
зелень сушеная	0,1	0,1													
Тефтели (2 вариант)			90	11,1	13,2	5,6	186	№462 -2004	0,05	0,1	64,0	53,0	61,8	19,8	1,5
говядина 1 категории (мясо на кости)	94	69													
или говядина полуфабрикат (бескостный)	81	69													
или фарш промышленного производства	69	69													

	0	0													
крупа рисовая	8	8													
вода питьевая	18	18													
масса рисовой рассыпчатого вареного риса		22													
лук репчатый	26	22													
масло сливочное	3	3													
масса припущенного с маслом лука		11													
яйцо куриное	3	3													
мука пшеничная	7	7													
масло растительное для смазки листа	2	2													
Рагу из овощей			150	2,1	5,9	16,2	127	№215-1996	14,3	0,0	27,0	15,2	57,6	24,8	0,0
картофель - 01.0931.10 25%	113	85													
01.1131.1230%	122	85													
01.01-29.02 - 35%	131	85													
01.03 - 40%	142	85													
капуста белокочанная свежая	25	20													
морковь до 01.0120%	25	20													
c 01.01 - 25%	27	20													
лук репчатый	14	12													
масло растительное	5	5													

для соуса томатного		44						№587-2004							
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	2,8	2,8													
мука пшеничная	2	2													
морковь до 01.0120%	10	8													
c 01.01 - 25%	10,6	8													
лук репчатый	1,5	1,3													
масло сливочное	2	2													
Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь	0,1	0,0	0,0	24,0	12,0	0,0	0,0
Хлеб пшеничный		•	40	0,8	0,4	17,6	77		0,0	0,1	0,0	13,2	48,8	13,2	1,7
или хлеб витаминизированный			40												
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	51		0,0	0,0	0,0	5,4	23,1	5,7	0,8
итого:				46	46	174	1299		30	0,7	413	567	660	150	7,2
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕГ НОРМАТИВУ (100%)*:	РГИИ П	0		77	79	335	2350	При 2-х разовом питании	60	1,2	700	1100	1100	250	12,0
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕР (50-60%):	РГИИ ЗА	А НЕДЕ	ЛЮ	39-46	40-47	168-201	1175-1410	детей	30-36	0,6-0,72	350-420	550-660	550-660	125-150	6-7,2
					8 д	цень									
	Брутто, г			Хиі	мический со	остав			E	Зитамины (м	г)	М	Іинеральныє	е вещества (м	4F)
Наименование блюда	Нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	№ рецептуры	С	B1	А, мкг рет.экв.	Ca	Р	Mg	Fe	
ЗАВТРАК									15,4	0,0	163,0	446,5	250,2	35,9	0,8
														 	

30/15

6,3

4,1

14,9

122

№3-2004

Бутерброд с сыром

42,0 190,0

98,0

9,5

0,1

0,1

0,0

хлеб пшеничный	30	30													
сыр	16	15													
Пудинг из творога с молоком сгущенным			180	15,3	12,8	25,6	279	№362-2004	0,5	0,0	121,0	230,4	139,5	15,9	0,6
творог нежирный	125	124													
крупа манная	13	13													
или мука пшеничная	14	14													
сахар	6	6													
яйцо куриное	12	12													
изюм	19	18													
масло сливочное	4	4													
ванилин	0,02	0,02													
сметана	5	5													
масло растительное для смазки листа	1,2	1,2													
масса готового пудинга		150													
молоко сгущенное с сахаром	30,2	30													
Чай с лимоном			200	0,1	0,0	13,5	54	№686-2004	0,8	0,0	0,0	2,2	0,1	0,5	0,1
чай - заварка	0,8	0,8													
сахар	12	12													
лимон	6	5													

Фрукт в ассортименте			180	0,4	0,4	18,0	77	№458-2006, Москва	14,0	0,0	0,0	24,0	12,6	10,0	0,0
ОБЕД			800	24,3	25,8	123,3	823		20,1	0,6	256,3	208,0	300,4	96,8	6,4
Икра кабачковая промышленного производства	84	80	80	1,5	3,7	6,2	64	№115-2013, Пермь	5,6	0,02	0,0	39,0	0,0	12,0	0,0
					N	ПИ									
Салат из огурцов с маслом			80	0,7	4,1	1,0	44	№14/1-2011, Екатеринбург	4,0	0,0	0,0	14,4	26,4	10,4	0,4
огурцы свежие парниковые	79	77													
или огурцы свежие грунтовые	81	77													
масло растительное	4	4													
Борщ из свежей капусты с картофелем, со см мясом	иетаной (С	250/5/10	4,3	5,1	15,5	125	№110-2004	13,5	0,1	54,0	53,9	64,3	24,8	0,3
говядина 1 категории (мясо на кости)	22	16													
или говядина полуфабрикат (бескостный)	19	16													
свекла до 01.01 -20%	50	40													
c 01.01 - 25%	53	40													
капуста белокочанная свежая	25	20													
картофель - 01.0931.10 25%	27	20													
01.1131.1230%	29	20													
01.01-29.02 - 35%	31	20													
01.03 - 40%	33	20													
морковь до 01.0120%	12,5	10													

c 01.01 - 25%	13,3	10													
лук репчатый	12	10													
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	2,9	2,9													
масло сливочное	6	6													
сахар	0,5	0,5													
сметана	5	5													
зелень сушеная	0,1	0,1													
Биточки печеночные с маслом			100/5	13,1	12,9	6,3	194	№35/8-2011, Екатеринбург	0,7	0,4	168,0	59,0	105,0	22,0	2,7
печень говяжья	170	142													
масса отварной, протертой печени		95													
яйцо куриное	12	12													
лук репчатый	24	20													
масло сливочное	4	4													
масса прогретого с маслом лука		12													
мука пшеничная	10	10													
масло растительное	3	3													
масло сливочное	5	5													
	1	1			NI	ш					1				
Гуляш			100	10,2	9,4	5,5	147	№152-2004, Пермь	2,3	0,12	68,0	42,0	60,4	13,5	0,9

(50-60%):														<u> </u>	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (50-60%):					40-47	168-201	1175-1410	детей (завтрак, обед)	30-36	0,6-0,72	350-420	550-660	550-660	125-150	6-7,2
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:					79	335	2350	При 2-х разовом питании	60	1,2	700	1100	1100	250	12,0
итого:					43	195	1355		36	0,6	419	655	551	133	7,2
Хлеб ржаной 40					0,5	15,1	69		0,0	0,0	0,0	7,2	30,8	7,6	1,1
или хлеб витаминизированный			40												
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77		0,0	0,1	0,0	13,2	48,8	13,2	1,7
сахар	15	15													
курага и изюм	25	25													
Компот из кураги и изюма			200	0,3	0,1	25,8	105	№639-2004	0,2	0,0	0,1	16,1	36,5	9,9	0,2
масло сливочное	4	4													
макаронные изделия	52	52													
Макароны изделия отварные			150	3,4	3,1	36,8	189	№516-2004	0,1	0,0	34,2	19,6	15,0	7,3	0,4
мука пшеничная	3,8	3,8													
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	2,5	2,5													
лук репчатый	14	12													
масло растительное	4	4													
или говядина полуфабрикат (бескостный)	76	64													
говядина 1 категории (мясо на кости)	87	64													

Наименование блюда	Enume -	Horro -		Хим	иический со	став	No november	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	– № рецептуры	С	B1	А, мкг рет.экв.	Ca	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК			510	16,8	23,1	77,0	583,1		0,1	0,4	230,0	168,8	233,0	83,4	1,2
Масло сливочное (порциями)	10	10	10	0,2	7,3	0,1	67	№96-2004	0,0	0,0	40,0	2,4	3,00	0,05	0,02
Сдоба обыкновенная			60	3,4	1,9	29,5	149	№570-2013, Пермь	0,0	0,2	76,0	124,0	32,0	6,3	0,4
мука пшеничная	44	44													
мука пшеничная на подпыл	1,8	1,8													
сахар	5	5													
яйцо куриное	4	4													
масло сливочное	1,6	1,6													
соль йодированная	0,7	0,7													
масло сливочное (для разделки)	1,8	1,8													
яйцо куриное (для смазки)	1,8	1,8													
дрожжи прессованные	1	1													
или дрожжи сухие	0,25	0,25													
молоко или вода питьевая	20	20													
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2													
Шницель из мяса			90	9,9	9,5	10,5	167	№451-2004	0,1	0,2	76,0	33,7	102,0	21,5	0,2
говядина 1 категории (мясо на кости)	95	70													

или говядина полуфабрикат (бескостный)	83	70													
или фарш промышленного производства	70	70													
хлеб пшеничный	16	16													
молоко питьевое	8	8													
лук репчатый	9,5	8													
яйцо куриное	8	8													
сухари пшеничные	8	8													
масло растительное для смазки листа	2	2													
Каша гречневая вязкая отварная			150	3,2	4,4	24,3	150	№510-2004	0,0	0,0	38,0	8,5	96,0	55,5	0,6
крупа гречневая	38	38													
вода питьевая	120	120													
масло сливочное	5	5													
Чай с сахаром			200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0	0,0	0,0
чай - заварка	0,8	0,8													
сахар	12	12													
ОБЕД			780	27,4	23,7	95,5	704,7		31,4	0,2	163,4	381,0	367,9	59,8	4,8
Икра морковная			80	1,9	5,7	8,3	92	№119-2013, Пермь	1,4	0,0	0,0	32,4	28,0	1,5	0,2
морковь до 01.0120%	90	72													
c 01.01 - 25%	96	72													

масса отварной моркови		70													
лук репчатый	12	10													
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	8	8													
масло растительное	6	6													
лимонная кислота	0,4	0,4													
сахар	1	1													
					ил	П		•							
Салат из свежих помидоров с зеленым гороц	цком		80	1,4	4,1	7,5	73	№23-2013, Пермь	8,3	0,0	0,0	12,8	17,6	0,0	0,0
помидоры свежие парниковые	41	40													
или помидоры свежие грунтовые	47	40													
горошек консервированный (после термической обработки)	55	36													
масло растительное	4	4													
Уха рыбацкая			250/50	9,3	7,2	10,4	144	№181-1996	7,6	0,1	48,4	188,0	92,0	16,4	0,5
горбуша или кета потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	90	60													
или горбуша или кета неразделанная (филе без кожи и костей)	109	60													
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	84	62													
картофель - 01.0931.10 25%	100	75													
01.1131.1230%	107	75													
01.01-29.02 - 35%	116	75													

01.03 - 40%	125	75													
лук репчатый	15	13													
масло сливочное	6	6													
зелень сушеная	0,1	0,1													
Мясо, тушеное с картофелем			200	14,4	10,0	25,9	251	№54-9м-2020, 2021, Новосибирск	7,5	0,0	115,0	118,0	91,0	23,0	1,5
говядина 1 категории (мясо на кости)	86	63													
или говядина полуфабрикат (бескостный)	74	63													
масса тушеного мяса		40													
масло растительное	4	4													
картофель - 01.0931.10 25%	104	78													
01.1131.1230%	112	78													
01.01-29.02 - 35%	120	78													
01.03 - 40%	130	78													
морковь до 01.0120%	44	35													
c 01.01 - 25%	47	35													
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	0,8	0,8													
или помидоры свежие грунтовые	15,3	13													
или помидоры свежие парниковые	13,3	13													
лук репчатый	15	13													

сметана	10	10													
бульон или вода питьевая	40	40													
Сок в ассортименте	200	200	200	0,3	0,0	22,0	89	№518-2013, Пермь	14,9	0,0	0,0	24,0	85,0	0,0	0,0
					NI	пи									
Напиток с витаминами			200	0,0	0,0	19,4	78	№621-2013, Пермь	18,8	0,4	17,0	0,0	0,0	0,0	5,0
смесь сухая с витаминами промышленного производства	20	20													
вода питьевая	200	200													
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77		0,0	0,1	0,0	13,2	48,8	13,2	1,7
или хлеб витаминизированный	·														
Хлеб ржаной	·						51		0,0	0,0	0,0	5,4	23,1	5,7	0,8
итого:				44	47	173	1288		32	0,6	393	550	601	143	6,0
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕР НОРМАТИВУ (100%)*:				77	79	335	2350	При 2-х разовом питании	60	1,2	700	1100	1100	250	12,0
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕР (50-60%):	ГИИ З	4 НЕДЕ	ЛЮ	39-46	40-47	168-201	1175-1410	детей (завтрак, обед)	30-36	0,6-0,72	350-420	550-660	550-660	125-150	6-7,2
					10 д	ень									
	Брутто, г	Нетто, г		Хим	иический со	став		N	E	Витамины (м	г)	М	инеральные	вещества (м	иг)
Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	№ рецептуры	С	B1	А, мкг рет.экв.	Ca	Р	Mg	Fe		
ЗАВТРАК	610	21,7	20,7	77,9	583,9		14,8	0,1	278,0	409,0	261,1	49,6	2,3		
Бутерброд с джемом или повидлом	рброд с джемом или повидлом 20/							№2-2004	0,5	0,0	0,0	6,4	6,3	4,6	0,3
хлеб пшеничный	20. хлеб пшеничный 20 20														

джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, консервантов и красителей)	20,2	20													
Омлет натуральный			200	18,5	17,2	2,4	238	№340-2004	0,3	0,1	238,0	255,0	171,0	20,6	1,3
яйцо куриное	152	152													
молоко питьевое	60	60													
масло растительное для смазки листа	2	2													
Чай с молоком			200	1,5	2,5	14,5	87	№495-2013, Пермь	0,0	0,0	40,0	120,0	68,4	10,6	0,1
чай - заварка	0,8	0,8													
сахар	10	10													
молоко питьевое	100	100													
Фрукт в ассортименте			180	0,4	0,4	28,0	117	№458-2006, Москва	14,0	0,0	0,0	24,0	0,0	10,0	0,0
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34		0,0	0,0	0,0	3,6	15,4	3,8	0,6
ОБЕД			790	21,8	26,0	115,5	783		20,2	0,6	142,2	225,3	351,5	100,2	5,0
Салат из отварной моркови с огурцом			80	0,5	3,8	2,5	46	№21-2004	0,9	0,0	0,0	37,0	0,0	6,3	0,2
морковь до 01.0120%	73	58													
c 01.01 - 25%	77	58													
масса отварной моркови		56													
огурцы солёные (без уксуса)	38	21													
или огурцы свежие парниковые	21,4	21													
или огурцы свежие грунтовые	22	21													

масло растительное	4	4													
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом	со смет	аной	250/10/5	4,1	4,9	9,8	100	№142-2013, Пермь	18,5	0,1	8,0	54,0	38,0	22,3	0,5
говядина 1 категории (мясо на кости)	22	16													
или говядина полуфабрикат (бескостный)	19	16													
капуста свежая белокочанная	63	50													
картофель - 01.0931.10 25%	47	35													
01.1131.1230%	50	35													
01.01-29.02 - 35%	54	35													
01.03 - 40%	58	35													
морковь до 01.0120%	19	15													
c 01.01 - 25%	20	15													
лук репчатый	12	10													
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	2	2													
масло растительное	6	6													
сметана	5	5													
зелень сушеная	0,1	0,1												_	
Биточки из курицы запеченные			90	11,4	13,2	11,2	209	№498-2004	0,5	0,4	100,0	77,0	189,0	28,0	0,3
курица потрошеная 1 категории	139	60													
или филе куриное промышленного производства	63	60													

или грудка куриная на кости	64	60													
или фарш куриный промышленного производства	60	60													
хлеб пшеничный	17	17													
молоко питьевое	18	18													
лук репчатый	5	4													
яйцо куриное	4	4													
мука пшеничная	5	5													
масло растительное для смазки листа	2	2													
Макароны изделия отварные			150	3,4	3,1	36,8	189	№516-2004	0,1	0,0	34,2	19,6	15,0	7,3	0,4
макаронные изделия	52	52													
масло сливочное	4	4													
Компот из смеси сухофруктов			200	0,5	0,0	17,5	72	№508-2013, Пермь	0,1	0,0	0,0	12,5	13,2	10,8	0,2
сухофрукты	18	18													
сахар	15	15													
Хлеб пшеничный			60	1,2	0,6	26,4	116		0,0	0,1	0,0	19,8	73,2	19,8	2,5
или хлеб витаминизированный			60												
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	51		0,0	0,0	0,0	5,4	23,1	5,7	0,8
итого:				43	47	193	1367		35	0,7	420	634	613	150	7,2
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕР НОРМАТИВУ (100%)*:	ГИИ ПО	0		77	79	335	2350	При 2-х разовом питании	60	1,2	700	1100	1100	250	12,0

НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕР (50-60%):	РГИИ ЗА	4 НЕДЕ	ЛЮ	39-46	40-47	168-201	1175-1410	детей (завтрак, обед)	30-36	0,6-0,72	350-420	550-660	550-660	125-150	6-7,2
					11 д	ень									
Hannana Sana				Хим	иический со	став		No management	E	Витамины (м	г)	М	инеральные	вещества (м	иг)
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	№ рецептуры	С	B1	А, мкг рет.экв.	Ca	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК			625	18,3	13,9	96,0	580,9		11,0	0,1	182,5	544,2	351,0	59,0	1,6
Бутерброд с сыром			30/15	6,3	4,1	14,9	122	№3-2004	0,1	0,0	42,0	190,0	98,0	9,5	0,1
хлеб пшеничный	30	30													
сыр	16	15													
Каша пшеничная жидкая			200	7,5	6,2	20,8	169	№264-2013, Пермь	0,9	0,04	100,5	224,0	138,0	19,8	0,1
крупа пшеничная	24	24													
молоко питьевое	192	192													
сахар	3	3													
соль йодированная	1	1													
масло сливочное	5	5													
Кофейный напиток			200	3,2	2,7	15,9	101	№501-2013, Пермь	0,0	0,0	40,0	120,0	62,6	9,3	0,1
кофейный напиток	6	6													
сахар	10	10													
молоко питьевое	100	100													
Фрукт в ассортименте	ассортименте					28,0	117	№458-2006, Москва	10,0	0,0	0,0	0,0	12,6	10,0	0,0

Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	38		0,0	0,0	0,0	6,6	24,4	6,6	0,8
или хлеб витаминизированный			20												
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34		0,0	0,0	0,0	3,6	15,4	3,8	0,6
ОБЕД			795	24,3	28,4	104,6	770		24,9	0,4	220,8	116,0	289,1	79,0	4,5
Салат "Любительский"			80	1,2	4,1	9,7	81	№4-2006, Екатеринбург	7,6	0,0	21,0	1,0	0,0	3,0	0,4
морковь до 01.0120%	39	31													
c 01.01 - 25%	41	31													
масса отварной моркови		28													
огурцы солёные (без уксуса)	51	28													
или огурцы свежие парниковые	29	28													
или огурцы свежие грунтовые	29	28													
кукуруза консервированная (после термической обработки)	35	21													
масло растительное на полив при подаче	4	4													
					IN	ПИ									
Нарезка из свежих овощей с маслом растител	пьным		80	0,7	4,0	2,5	49	№14/1; 15/1- 2011, Екатеринбург	12,0	0,0	0,0	13,1	18,1	13,0	0,5
помидоры свежие парниковые	41	40													
или помидоры свежие грунтовые	47	40													
огурцы свежие парниковые	огурцы свежие парниковые 37 3														
или огурцы свежие грунтовые															

масло растительное на полив при подаче	4	4													
Суп-пюре из разных овощей с гренками			250/20	5,2	6,7	30,9	205	№168-2004	9,8	0,2	73,0	21,0	49,0	18,2	0,9
капуста белокочанная свежая	44	35													
картофель - 01.0931.10 25%	31	23													
01.1131.1230%	33	23													
01.01-29.02 - 35%	35	23													
01.03 - 40%	38	23													
морковь до 01.0120%	19	15													
c 01.01 - 25%	20	15													
лук репчатый	12	10													
мука пшеничная	5	5													
масло сливочное	6	6													
молоко питьевое	38	38													
вода питьевая	190	190													
гренки из пшеничного хлеба		20						№170-2013, Пермь							
хлеб пшеничный	38	32													
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1													
Суфле "Рыбка" с маслом			90/5	13,4	13,5	7,3	204	№43-2003, Екатеринбург	0,4	0,1	91,0	51,3	145,0	23,4	1,5
горбуша или кета потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	81	54													

или горбуша или кета неразделанная (филе без кожи и костей)	98	54													
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	73	54													
лук репчатый	11	9													
крупа рисовая	10	10													
вода питьевая	22	22													
масса рассыпчатого вареного риса		27													
яйцо куриное	9	9													
масло сливочное	9	9													
молоко питьевое	9	9													
масло растительное для смазки листа	2	2													
масло сливочное	5	5													
Пюре картофельное			150	3,3	3,6	22,3	135	№520-2004	2,2	0,1	35,8	32,5	55,3	24,0	0,3
картофель - 01.0931.10 25%	170	128													
01.1131.1230%	183	128													
01.01-29.02 - 35%	197	128													
01.03 - 40%	214	128													
молоко питьевое	24	24													
масло сливочное	5	5													
Сок в ассортименте	200	200	200	0,3	0,0	18,0	73	№518-2013, Пермь	4,9	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0

					N	ПИ									
Напиток с витаминами			200	0,0	0,0	19,4	78	№621-2013, Пермь	18,8	0,4	17,0	0,0	0,0	0,0	5,0
смесь сухая с витаминами промышленного производства	20	20													
вода питьевая	200	200													
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39		0,0	0,0	0,0	6,6	24,4	6,6	0,8
или хлеб витаминизированный			20												
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34		0,0	0,0	0,0	3,6	15,4	3,8	0,6
итого:		43	42	201	1351		36	0,6	403	660	640	138	6,1		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕГ НОРМАТИВУ (100%)*:				77	79	335	2350	При 2-х разовом питании	60	1,2	700	1100	1100	250	12,0
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕГ (50-60%):	РГИИ З	А НЕДЕ	ЛЮ	39-46	40-47	168-201	1175-1410	детей (завтрак, обед)	30-36	0,6-0,72	350-420	550-660	550-660	125-150	6-7,2
					12 д	цень									
				Хим	иический со	остав			E	Витамины (м	г)	М	инеральные	вещества (г	иг)
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	№ рецептуры	С	B1	А, мкг рет.экв.	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК	555	20,6	13,8	77,8	517,8		1,4	0,0	172,1	364,6	283,3	47,0	2,4		
Кондитерское изделие промышленного прои ассортименте (пряники, печенье, вафли или	30	1,5	1,9	15,2	84		0,0	0,0	2,1	51,0	12,6	0,0	0,2		
Паста "Карбонара" с птицей			200	14,1	10,0	36,0	290	№54-3гк- 2020,2021, Новосибирск	0,6	0,0	120,0	127,8	159,2	35,2	1,6
						Ī									

74

67

70

64

50

грудка куриная на кости

или филе куриное промышленного производства

масса тушеной мякоти птицы

чеснок	0,4	0,3													
макаронные изделия	40	40													
вода питьевая	240	240													
масло сливочное	8	8													
сметана	12	12													
сыр	9	8													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
					NI	ш									
Биточки из курицы запеченные			90	11,4	13,2	11,2	209	№498-2004	0,5	0,4	100,0	77,0	189,0	28,0	0,3
курица потрошеная 1 категории	139	60													
или филе куриное промышленного производства	63	60													
или грудка куриная на кости	64	60													
или фарш куриный промышленного производства	60	60													
хлеб пшеничный	17	17													
молоко питьевое	18	18													
лук репчатый	5	4													
яйцо куриное	4	4													
мука пшеничная	5	5													
масло растительное для смазки листа	2	2													

Макароны изделия отварные			150	3,4	3,1	36,8	189	№516-2004	0,1	0,0	34,2	19,6	15,0	7,3	0,4
макаронные изделия	52	52													
масло сливочное	4	4													
Чай с лимоном			200	0,1	0,0	13,5	54	№686-2004	0,8	0,0	0,0	2,2	0,1	0,5	0,1
чай - заварка	0,8	0,8													
сахар	12	12													
номил	6	5													
Йогурт промышленного производства в ассо	ртимент	е	125	4,3	1,7	5,5	55		0,0	0,0	50,0	180,0	96,0	7,5	0,0
Хлеб ржаной			20	0,6	0,2	7,6	35		0,0	0,0	0,0	3,6	15,4	3,8	0,6
ОБЕД			785	21,0	26,9	101,4	731,8		31,4	0,6	248,0	193,9	348,4	86,3	3,8
Помидор консервированный или свежий			80	0,5	0,2	3,4	17	№101-2004, №71-2006, Москва	5,9	0,0	0,0	3,3	6,1	0,7	0,0
помидор консервированный без уксуса	146	80													
или помидоры в собственном соку	84	80													
или помидоры свежие парниковые	82	80													
или помидоры свежие грунтовые	94	80													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2	1,5													
Суп картофельный с крупой, с курицей			250/15	5,7	8,5	16,3	165	№138-2004	2,7	0,0	52,0	23,5	84,4	11,2	0,5
курица потрошеная 1 категории (мякоть без кожи)	44	39													
картофель - 01.0931.10 25%	100	75													

						1	r			1					
01.1131.1230%	107	75													
01.01-29.02 - 35%	116	75													
01.03 - 40%	125	75													
крупа (рисовая или пшено, хлопья овсяные "Геркулес")	5	5													
или крупа (перловая, или пшеничная, или овсяная)	10	10													
морковь до 01.0120%	12,5	10													
c 01.01 - 25%	13,3	10													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное	6	6													
зелень сушеная	0,1	0,1													
Котлета "Детская"			90	10,1	13,1	10,1	199	№50-2003, Екатеринбург	0,8	0,2	38,0	90,0	90,0	0,0	0,2
говядина 1 категории (мясо на кости)	79	58													
или говядина полуфабрикат (бескостный)	68	58													
или фарш промышленного производства	58	58													
хлеб пшеничный	11	11													
молоко питьевое	11	11													
лук репчатый	11	9													
яйцо куриное (вареное, измельченное)	18	18													
сухари пшеничные	7	7													

масло растительное для смазки листа	2	2													
Каша гречневая вязкая отварная		•	150	3,2	4,4	24,3	150	№510-2004	0,0	0,0	38,0	8,5	96,0	55,5	0,6
крупа гречневая	38	38													
вода питьевая	120	120													
масло сливочное	6	6													
Кисель с витаминами и кальцием			200	0	0	18,4	74	№615-2013, Пермь	22,0	0,3	120,0	50,0	0,0	0,0	0,0
концентрат киселя с витаминами для детей школьного возраста	- 70	20													
в том числе крахмал	7	7													
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77		0,0	0,1	0,0	13,2	48,8	13,2	1,7
или хлеб витаминизированный			40												
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	51		0,0	0,0	0,0	5,4	23,1	5,7	0,8
итого:				42	41	179	1250		33	0,6	420	558	632	133	6,3
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕГ НОРМАТИВУ (100%)*:				77	79	335	2350	При 2-х разовом питании	60	1,2	700	1100	1100	250	12,0
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕГ (50-60%):			ЛЮ	39-46	40-47	168-201	1175-1410	детей (завтрак, обед)	30-36	0,6-0,72	350-420	550-660	550-660	125-150	6-7,2
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕ НЕДЕЛЮ:	НИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА ————————————————————————————————————						1318		33	0,7	412	604	616	141	6,7
					13 д	цень									
				Хим	иический со	став		No.	E	Зитамины (м	г)	М	инеральные	е вещества (м	ar)
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	№ рецептуры	С	B1	А, мкг рет.экв.	Ca	Р	Mg	Fe

19,5

0,2

192,0 | 298,6 | 212,4

610

15,2

17,9

89,5

578,5

3ABTPAK

2,4

52,2

Бутерброд с маслом			20/10	1,8	7,1	9,9	111	№1-2004	0,0	0,0	60,0	8,2	16,0	2,8	0,05
хлеб пшеничный	20	20													
масло сливочное	10	10													
Каша молочная гречневая с маслом			200	12,1	10,3	23,6	236	№1/4-2011, Екатеринбург	0,5	0,1	132,0	235,0	144,0	29,0	0,9
крупа гречневая	40	40													
молоко питьевое	170	170													
сахар	3	3													
соль йодированная	1	1													
масло сливочное	5	5													
Чай с сахаром			200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0	0,0	0,0
чай - заварка	0,8	0,8													
сахар	12	12													
Фрукт в ассортименте			180	0,3	0,0	27,0	109	№458-2006, Москва	19,0	0,0	0,0	45,0	12,6	10,0	0,0
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	38		0,0	0,0	0,0	6,6	24,4	6,6	0,8
или хлеб витаминизированный			20												
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34		0,0	0,0	0,0	3,6	15,4	3,8	0,6
ОБЕД			795	27,6	26,0	109,8	782,8		13,0	0,5	227,8	260,5	365,0	98,1	4,2
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	146	80	80	0,7	0,1	1,2	8,5	№101-2004	4,0	0,0	0,0	18,4	19,2	11,2	0,5

или

Икра кабачковая промышленного производства	84	80	80	1,5	3,7	6,2	64	№115-2013, Пермь	5,6	0,02	0,0	39,0	0,0	12,0	0,0
					IN	пи									
Салат из огурцов с маслом			80	0,7	4,1	1,0	44	№14/1-2011, Екатеринбург	4,0	0,0	0,0	14,4	26,4	10,4	0,4
огурцы свежие парниковые	79	77													
или огурцы свежие грунтовые	81	77													
масло растительное	4	4													
Суп гороховый с гренками и мясом			250/20/10	6,5	6,8	31,8	214	№139-2004	4,2	0,2	55,0	65,0	75,0	16,2	0,7
говядина 1 категории (мясо на кости)	22	16													
или говядина полуфабрикат (бескостный)	19	16													
картофель - 01.0931.10 25%	73	55													
01.1131.1230%	79	55													
01.01-29.02 - 35%	85	55													
01.03 - 40%	92	55													
горох	21	21													
лук репчатый	14	12													
морковь до 01.0120%	18	14													
c 01.01 - 25%	19	14													
масло сливочное	6	6													
гренки из пшеничного хлеба		20						№170-2013, Пермь							

хлеб пшеничный	38	32													
зелень сушеная	0,1	0,1													
Биточки рыбные с маслом			100/5	14,7	11,3	11,2	205	№345-2013, Пермь	0,9	0,2	137,0	98,0	169,5	21,4	1,2
горбуша или кета потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	99	66													
или горбуша или кета неразделанная (филе без кожи и костей)	120	66													
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	89	66													
хлеб пшеничный	18	18													
молоко питьевое	16	16													
яйцо куриное	6	6													
лук репчатый	5	4													
сухари пшеничные	10	10													
масло растительное	2	2													
масло сливочное	5	5													
Пюре картофельное			150	3,3	3,6	22,3	135	№520-2004	2,2	0,1	35,8	32,5	55,3	24,0	0,3
картофель - 01.0931.10 25%	170	128													
01.1131.1230%	183	128													
01.01-29.02 - 35%	197	128													
01.03 - 40%	214	128													
молоко питьевое	24	24													

масло сливочное	5	5													
Компот из смеси сухофруктов			200	0,5	0,0	17,5	72	№508-2013, Пермь	0,1	0,0	0,0	12,5	13,2	10,8	0,2
сухофрукты	18	18													
сахар	15	15													
Хлеб пшеничный			30	0,6	0,3	13,2	58		0,0	0,1	0,0	9,9	36,6	9,9	1,3
или хлеб витаминизированный			30												
Хлеб ржаной		20		0,5	0,3	7,6	34		0,0	0,0	0,0	3,6	15,4	3,8	0,6
итого:				43	44	199	1361		33	0,7	420	559	577	150	6,6
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕГ НОРМАТИВУ (100%)*:				77	79	335	2350	При 2-х разовом питании	60	1,2	700	1100	1100	250	12,0
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕГ (50-60%):	РГИИ 3/	4 НЕДЕ	ЛЮ	39-46	40-47	168-201	1175-1410	детей (завтрак, обед)	30-36	0,6-0,72	350-420	550-660	550-660	125-150	6-7,2
					14 д	цень									
				Хим	иический со	став			В	Витамины (м	г)	M	инеральные	вещества (м	лг)
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	№ рецептуры	С	B1	А, мкг рет.экв.	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК			515	22,7	21,5	75,7	586,5		4,4	0,2	240,2	417,4	264,5	35,9	2,3
Бутерброд с сыром			30/15	6,3	4,1	14,9	122	№3-2004	0,1	0,0	42,0	190,0	98,0	9,5	0,1
хлеб пшеничный	30	30													
					<u> </u>	<u> </u>									

146,2

0,2

0,7

№452-2004

65,7

4,2

1,2

88,2

16

сыр

говядина 1 категории (мясо на кости)

Котлета особая

15

61

90

10,9

11,0

11,2

187

или говядина полуфабрикат (бескостный)	72	61													
хлеб пшеничный	14	14													
молоко питьевое	15	15													
лук репчатый	32	27													
масло сливочное	3	3													
масса припущенного с маслом лука		15													
яйцо куриное	4	4													
сухари пшеничные	5	5													
масло растительное для смазки листа	2	2													
Макароны отварные с овощами			180	3,6	3,7	26,3	153	№294-2013, Пермь	3,6	0,0	12,0	12,6	8,0	5,0	0,1
макаронные изделия	44	44													
масса отварных макарон		125													
морковь до 01.01 - 20%	34	27													
c 01.01 - 25%	36	27													
масло сливочное	5	5													
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	4	4													
горошек зеленый консервированный	35	23													
Чай с молоком			200	1,5	2,5	14,5	87	№495-2013, Пермь	0,0	0,0	40,0	120,0	68,4	10,6	0,1
чай - заварка	0,8	0,8													

сахар	10	10													
молоко питьевое	100	100													
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	38		0,0	0,0	0,0	6,6	24,4	6,6	0,8
или хлеб витаминизированный			20												
ОБЕД			830	21,5	22,7	111,2	734,9		27,5	0,4	178,5	148,1	300,3	113,9	4,8
Салат из свеклы с черносливом			80	0,4	4,0	9,9	77	№52-2013, Пермь	5,1	0,0	0,0	32,0	40,0	7,0	0,3
свекла до 01.01 -20%	90	72													
c 01.01 - 25%	96	72													
масса отварной свеклы		68													
чернослив	11	10													
масса отварного чернослива		12													
масло растительное	4	4													
					NI	ш									
Нарезка из свежих овощей с маслом растите	ПЬНЫМ		80	0,7	4,0	2,5	49	№14/1; 15/1- 2011, Екатеринбург	12,0	0,0	0,0	13,1	18,1	13,0	0,5
помидоры свежие парниковые	41	40													
или помидоры свежие грунтовые	47	40													
огурцы свежие парниковые	37	36													
или огурцы свежие грунтовые	38	36													
масло растительное на полив при подаче	4	4													

Суп с рыбными фрикадельками			250/50	5,9	4,1	20,6	143	№149-2013, Пермь	1,2	0,1	72,5	23,0	32,0	19,0	0,5
картофель - 01.0931.10 25%	133	100													
01.1131.1230%	143	100													
01.01-29.02 - 35%	154	100													
01.03 - 40%	167	100													
морковь до 01.01 - 20%	12,5	10													
c 01.01 - 25%	13,3	10													
лук репчатый	12	10													
масло растительное	6	6													
зелень сушеная	0,1	0,1													
фрикадельки:								№179-2004							
горбуша или кета потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	72	50													
или горбуша или кета неразделанная (филе с кожей без костей)	86	50													
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	68	50													
лук репчатый	12	10													
яйцо куриное	3	3													
вода питьевая	4	4													
Гуляш			100	10,2	9,4	5,5	147	№152-2004, Пермь	2,3	0,12	68,0	42,0	60,4	13,5	0,9
говядина 1 категории (мясо на кости)	87	64													

или говядина полуфабрикат (бескостный)	76	64													
масло растительное	4	4													
лук репчатый	14	12													
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	2,5	2,5													
мука пшеничная	3,8	3,8													
Каша гречневая вязкая отварная			150	3,2	4,4	24,3	150	№510-2004	0,0	0,0	38,0	8,5	96,0	55,5	0,6
крупа гречневая	38	38													
вода питьевая	120	120													
масло сливочное	6	6													
Сок в ассортименте	200	200	200	0,3	0,0	22,0	89	№518-2013, Пермь	18,9	0,0	0,0	24,0	0,0	0,0	0,0
					NI	и									
Напиток с витаминами			200	0,0	0,0	19,4	78	№621-2013, Пермь	18,8	0,4	17,0	0,0	0,0	0,0	5,0
смесь сухая с витаминами промышленного производства	20	20													
вода питьевая	200	200													
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77		0,0	0,1	0,0	13,2	48,8	13,2	1,7
или хлеб витаминизированный			40												
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	51		0,0	0,0	0,0	5,4	23,1	5,7	0,8
итого:	итого:					187	1321		32	0,6	419	566	565	150	7,2
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕР НОРМАТИВУ (100%)*:	ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО					335	2350	При 2-х разовом питании	60	1,2	700	1100	1100	250	12,0

НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕР (50-60%):	ГИИ 37	4 НЕДЕ	ЛЮ	39-46	40-47	168-201	1175-1410	детей (завтрак, обед)	30-36	0,6-0,72	350-420	550-660	550-660	125-150	6-7,2
					ם 15	цень									
Hamana anna 6-12-2				Хим	иический со	став		No	E	Витамины (м	r)	М	инеральные	вещества (м	иг)
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	№ рецептуры	С	B1	А, мкг рет.экв.	Ca	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК			605	24,2	18,8	78,2	578,8		3,4	0,1	225,0	364,3	368,4	49,4	1,5
Бутерброд с джемом или повидлом			20/20	0,8	0,3	25,4	108	№2-2004	0,5	0,0	0,0	6,4	6,3	4,6	0,3
хлеб пшеничный	20	20													
джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, консервантов и красителей)	20,2	20													
Рыба запечённая			90	12,7	10,7	2,8	158	№310-1996	0,4	0,1	121,5	33,8	169,2	22,5	0,5
горбуша или кета потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	153	107													
или горбуша или кета неразделанная (филе с кожей без костей)	184	107													
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	136	101													
или ряпушка (непластованная порционными кусками)	128	110													
сухари пшеничные	5	5													
масло растительное	3	3													
Картофель припущенный с зеленью		•	150	2,6	3,2	21,0	123	№173-2013, Пермь	2,6	0,0	13,5	20,4	18,9	1,7	0,1
картофель - 01.0931.10 25%	200	150													
01.1131.1230%	257	180													
01.01-29.02 - 35%	277	180													

01.03 - 40%	301	180													
масло сливочное	4	4													
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1													
или зелень свежая (петрушка, укроп)	2	1,5													
Кофейный напиток			200	3,2	2,7	15,9	101	№501-2013, Пермь	0,0	0,0	40,0	120,0	62,6	9,3	0,1
кофейный напиток	6	6													
сахар	10	10													
молоко питьевое	100	100													
Йогурт промышленного производства в ассо	рт промышленного производства в ассортименте			4,3	1,7	5,5	55		0,0	0,0	50,0	180,0	96,0	7,5	0,0
Хлеб ржаной				0,6	0,2	7,6	35		0,0	0,0	0,0	3,6	15,4	3,8	0,6
ОБЕД			795	21,1	27,6	102,7	743,4		31,1	0,4	187,0	194,0	261,4	84,4	5,3
Салат "Пестрый"			80	0,8	4,0	5,1	60	№54-10з- 2020,2021, Новосибирск	13,70	0,0	0,0	96,0	12,5	16,5	0,5
кукуруза консервированная (после термической обработки)	33	20													
помидоры свежие парниковые	56,1	55													
или помидоры свежие грунтовые	65	55													
лук репчатый	5	4													
масло растительное	4	4													
				NI	пи										
Салат из соленых огурцов с луком	из соленых огурцов с луком					3,3	54	№17-2004	33,4	0,0	0,0	33,7	21,3	2,9	0,4

огурцы солёные (без уксуса)	118	65													
лук репчатый	14	12													
или лук зеленый	15	12													
масло растительное	4	4													
Суп-лапша домашняя с курицей			250/15	4,1	4,4	17,1	124	№148-2004	1,5	0,0	18,0	25,4	43,0	8,0	0,9
курица потрошеная 1 категории (мякоть без кожи)	44	39													
лапша домашняя								№549-2004							
мука пшеничная	18	18													
мука пшеничная на подпыл	1,2	1,2													
яйцо куриное	5	5													
вода питьевая	4	4													
соль йодированная	0,5	0,5													
или лапша промышленного производства	20	20													
морковь до 01.0120%	12,5	10													
c 01.01 - 25%	13,3	10													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное	6	6													
зелень сушеная	0,1	0,1												_	
Зразы "Верх-Исетские"			100	11,8	14,9	9,8	221	№49-2003, Екатеринбург	0,1	0,0	29,0	54,0	86,0	39,0	1,4

															1
говядина 1 категории (мясо на кости)	128	94													
или говядина полуфабрикат (бескостный)	111	94													
или фарш промышленного производства	94	94													
лук репчатый	17	14													
масло растительное	5	5													
масса припущенного с маслом лука		7													
яйцо куриное	12	12													
молоко питьевое	10	10													
сухари пшеничные	7	7													
масло растительное для смазки листа	2	2													
Рис припущенный с овощами "Мозаика"			150	2,9	3,5	23,4	137	№416-2013, Пермь	1,8	0,0	20,0	0,0	48,0	2,0	0,0
крупа рисовая	40	40													
вода питьевая	85	85													
горошек зеленый консервированный	31	20													
морковь до 01.0120%	25	20													
c 01.01 - 25%	27	20													
масло сливочное	4	4													
Кисель с витаминами			200	0	0	18,4	74	№614-2013, Пермь	14,0	0,3	120,0	0,0	0,0	0,0	0,0
концентрат киселя с витаминами для детей школьного возраста	20	20													

в том числе крахмал	7	7													
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77		0,0	0,1	0,0	13,2	48,8	13,2	1,7
или хлеб витаминизированный	·														
б ржаной			30	0,7	0,4	11,3	51		0,0	0,0	0,0	5,4	23,1	5,7	0,8
итого:				45	46	181	1322		35	0,6	412	558	630	134	6,8
ОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО ОРМАТИВУ (100%)*:				77	79	335	2350	При 2-х разовом питании	60	1,2	700	1100	1100	250	12,0
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕР (50-60%):	РМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ				40-47	168-201	1175-1410	детей (завтрак, обед)	30-36	0,6-0,72	350-420	550-660	550-660	125-150	6-7,2

16 день

Наименование блюда	Envers -	Ua==a -		Хим	ический со	став		№ рецептуры		итамины (м	г)	М	инеральные	вещества (м	ır)
паименование олюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	из рецептуры	С	B1	А, мкг рет.экв.	Ca	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК			625	15,8	14,7	92,0	562,7		11,3	0,3	154,0	379,8	255,1	49,0	1,2
Бутерброд с сыром			30/15	6,3	4,1	14,9	122	№3-2004	0,1	0,0	42,0	190,0	98,0	9,5	0,1
хлеб пшеничный	30	30													
сыр	16	15													
Каша манная жидкая			200	8,5	9,9	28,0	235	№311-2004	0,4	0,30	112,0	160,0	129,0	25,2	0,5
крупа манная	20	20													
молоко питьевое	190	190													
сахар	3	3													
соль йодированная	1,2	1,2													

				r	ı	ı	1			ı	1				
масло сливочное	5	5													
Чай с лимоном			200	0,1	0,0	13,5	54	№686-2004	0,8	0,0	0,0	2,2	0,1	0,5	0,1
чай - заварка	0,8	0,8													
сахар	12	12													
лимон	6	5													
Фрукт в ассортименте			180	0,4	0,4	28,0	117	№458-2006, Москва	10,0	0,0	0,0	24,0	12,6	10,0	0,0
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34		0,0	0,0	0,0	3,6	15,4	3,8	0,6
ОБЕД			835	26,0	27,2	94,7	726,8		25,0	0,3	237,8	170,3	337,6	87,4	4,8
Салат из моркови и яблок			80	1,0	4,1	9,0	77	№9-2013, Пермь	4,1	0,0	0,0	23,2	24,4	20,0	0,2
морковь до 01.0120%	75	60													
c 01.01 - 25%	80	60													
морковь в сыром виде использовать только до 1 марта в отварном или морков															
яблоки свежие (очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом)	25,7	18													
масло растительное на полив при подаче	4	4													
				-	IN	ПИ	-	-		-					
Салат из свежих помидоров			80	1,0	4,1	3,3	54	№22-2013, Пермь	20,0	0,0	0,0	11,2	6,8	15,5	0,2
помидоры свежие парниковые	80	78													
или помидоры свежие грунтовые	92	78													
масло растительное	4	4		_											

Рассольник с мясом со сметаной			250/10/5	4,1	5,4	11,2	110	№130-2004	6,2	0,1	74,0	21,8	42,7	12,2	0,0
говядина 1 категории (мясо на кости)	22	16													
или говядина полуфабрикат (бескостный)	19	16													
картофель - 01.0931.10 25%	100	75													
01.1131.1230%	107	75													
01.01-29.02 - 35%	116	75													
01.03 - 40%	125	75													
огурцы солёные (без уксуса)	27	15													
морковь до 01.0120%	12,5	10													
c 01.01 - 25%	13,3	10													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное	6	6													
сметана	5	5													
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1													
Печень, тушеная в соусе			100	16,0	13,4	5,0	205	№401-2013, Пермь	9,0	0,0	128,0	52,0	151,0	14,2	2,1
печень говяжья	115	95													
мука пшеничная	4	4													
масло растительное	4	4													
масса тушеной печени		60		_											

соус сметанный		50						№442-2013, Пермь							
сметана	12,5	12,5													
мука пшеничная	1,3	1,3													
вода питьевая	40	40													
масло сливочное	1,3	1,3													
Пюре картофельное			150	3,3	3,6	22,3	135	№520-2004	2,2	0,1	35,8	32,5	55,3	24,0	0,3
картофель - 01.0931.10 25%	170	128													
01.1131.1230%	183	128													
01.01-29.02 - 35%	197	128													
01.03 - 40%	214	128													
молоко питьевое	24	24													
масло сливочное	5	5													
Сок в ассортименте	200	200	200	0,3	0,0	22,0	89	№518-2013, Пермь	3,5	0,0	0,0	24,0	0,0	0,0	0,0
					ИГ	ш									
Напиток с витаминами			200	0,0	0,0	19,4	78	№621-2013, Пермь	18,8	0,4	17,0	0,0	0,0	0,0	5,0
смесь сухая с витаминами промышленного производства	20	20													
вода питьевая	200	200													
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77		0,0	0,1	0,0	13,2	48,8	13,2	1,7
или хлеб витаминизированный	еб витаминизированный 														

Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34		0,0	0,0	0,0	3,6	15,4	3,8	0,6
итого:		42	42	187	1289		36	0,6	392	550	593	136	6,1
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:		77	79	335	2350	При 2-х разовом питании	60	1,2	700	1100	1100	250	12,0
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕ (50-60%):	ЛЮ	39-46	40-47	168-201	1175-1410	детей (завтрак, обед)	30-36	0,6-0,72	350-420	550-660	550-660	125-150	6-7,2

17 день

Наименование блюда	F	Нетто, г		Хим	ический со	став		No		витамины (м	г)	М	инеральные	вещества (м	лг)
паименование олюда	Брутто, г	нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	№ рецептуры	С	В1	А, мкг рет.экв.	Ca	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК			500	19,0	17,7	67,2	503,3		2,7	0,1	109,0	238,4	209,3	53,4	2,4
Жаркое из птицы			250	16,5	11,5	16,2	234	№443-1996	2,7	0,0	72,0	148,0	135,5	12,0	1,0
курица потрошеная 1 категории	82	73													
масса тушеной курицы (порционные кусочки)		50													
масло растительное	4	4													
картофель - 01.0931.10 25%	173	130													
01.1131.1230%	186	130													
01.01-29.02 - 35%	200	130													
01.03 - 40%	217	130													
морковь до 01.0120%	50	40													
c 01.01 - 25%	53	40													
лук репчатый	26	22													

томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5	5													
масло растительное	8	8													
Чай с сахаром			200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0	0,0	0,0
чай - заварка	0,8	0,8													
сахар	12	12													
Кондитерское изделие промышленного прои ассортименте	зводств	ав	50	1,5	5,7	22,0	145		0,0	0,0	37,0	80,0	34,0	31,0	0,0
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39		0,0	0,0	0,0	6,6	24,4	6,6	8,0
или хлеб витаминизированный			20												
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34		0,0	0,0	0,0	3,6	15,4	3,8	0,6
ОБЕД			965	27,3	28,3	104,5	781,5		31,1	0,5	242,0	313,2	340,5	78,4	4,8
Салат из капусты белокочанной			80	1,6	4,1	6,8	71	№1-2013, Пермь	20,5	0,0	0,0	44,8	34,4	26,7	0,6
капуста белокочанная (стертая с солью)	129	65													
морковь до 01.0120%	10	8													
c 01.01 - 25%	10,6	8													
капуста и морковь старого урожая исполь виде до 1 марта, с 1 марта только капус нового урожая из	ста или і	иорковь													
лук репчатый (бланшированный)	9,5	8													
лук репчатый использовать только до 1 мар	марта, ота лук з														
или лук зелёный	10	8													

лимон (для сока)	10	4													
сахар	0,8	0,8													
масло растительное	4	4													
					ИЈ	пи									
Салат из квашеной капусты			80	1,6	4,0	5,7	65	№48-2013, Пермь	15,1	0,0	0,0	34,4	25,6	12,0	0,4
капуста квашеная промышленного производства	110	77													
сахар	0,2	0,2													
масло растительное	4	4													
Свекольник с мясом, со сметаной			250/10/5	4,1	5,3	10,5	106	№34-2004, Пермь	5,4	0,3	76,0	58,0	59,3	19,5	0,6
говядина 1 категории (мясо на кости)	22	16													
или говядина полуфабрикат (бескостный)	19	16													
свекла до 01.01 -20%	80	64													
c 01.01 - 25%	85	64													
картофель - 01.0931.10 25%	57	43													
01.1131.1230%	61	43													
01.01-29.02 - 35%	66	43													
01.03 - 40%	72	43													
морковь до 01.0120%	12,5	10													
c 01.01 - 25%	13,3	10													

лук репчатый	13	11													
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	2	2													
масло сливочное	6	6													
сметана	5	5													
зелень сушеная	0,1	0,1													
Рыба запечённая со сметаной и сыром			90	16,5	14,2	2,7	205	№341-2013, Пермь	0,4	0,1	136,0	138,0	163,8	11,7	1,8
горбуша или кета потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	153	107													
или горбуша или кета неразделанная (филе с кожей без костей)	184	107													
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	138	102													
мука пшеничная	4	4													
сметана	4	4													
сыр	6	5													
масло растительное для смазки листа	2	2													
Рис припущенный			150	3,1	3,8	25,4	148	№512-2004	0,0	0,0	30,0	32,8	14,0	0,7	0,0
крупа рисовая	53	53													
вода питьевая	110	110													
масло сливочное	5	5													
Компот из смеси сухофруктов			200	0,5	0,0	17,5	72	№508-2013, Пермь	0,1	0,0	0,0	12,5	13,2	10,8	0,2
сухофрукты	18	18													

15	15													
Фрукт в ассортименте			0,4	0,4	22,0	93	№458-2006, Москва	10,0	0,0	0,0	24,0	12,6	10,0	0,0
Хлеб пшеничный 30				0,3	13,2	58		0,0	0,1	0,0	9,9	36,6	9,9	1,3
или хлеб витаминизированный 3														
		20	0,5	0,3	7,6	34		0,0	0,0	0,0	3,6	15,4	3,8	0,6
			46	46	172	1285		34	0,6	351	552	550	132	7,2
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:					335	2350	При 2-х разовом питании	60	1,2	700	1100	1100	250	12,0
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (50-60%):					168-201	1175-1410	детей (завтрак, обед)	30-36	0,6-0,72	350-420	550-660	550-660	125-150	6-7,2
	РГИИ П	РГИИ ПО	180 30 30 20	180 0,4 30 0,6 30 20 0,5 46 РГИИ ПО 77	180 0,4 0,4 30 0,6 0,3 30 20 0,5 0,3 46 46 РГИИ ПО 77 79	180 0,4 0,4 22,0 30 0,6 0,3 13,2 30 30 30 20 0,5 0,3 7,6 46 46 172 РГИИ ПО 77 79 335 РГИИ ЗА НЕЛЕЛЮ	180 0,4 0,4 22,0 93 30 0,6 0,3 13,2 58 30 30 20 0,5 0,3 7,6 34 20 46 46 172 1285 РГИИ ПО 77 79 335 2350 РГИИ ЗА НЕЛЕЛЮ	180 0,4 0,4 22,0 93 Ne458-2006, MockBa 30 0,6 0,3 13,2 58 30 20 0,5 0,3 7,6 34 20 0,5 0,3 7,6 34 20 77 79 335 2350 При 2-х разовом питании детей (завтрак, от питании детей (завтрак, от питании детей (завтрак, от питания)	180 0,4 0,4 22,0 93 №458-2006, Москва 10,0 30 0,6 0,3 13,2 58 0,0 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30	180 0,4 0,4 22,0 93 N≥458-2006, Mocква 10,0 0,0 0,0 30 0,6 0,3 13,2 58 0,0 0,0 0,1 30 20 0,5 0,3 7,6 34 0,0 0,0 0,0 20 46 46 172 1285 34 0,6 РГИИ ПО 77 79 335 2350 При 2-х разовом питании детей (завтрак, 30-36 0,6-0,72 39-46 40-47 168-201 1175-1410 (завтрак, 30-36 0,6-0,72 30-36 0,6-0,72 30-36 0,6-0,72 30-36 0,6-0,72 30-36 0,6-0,72 30-36 0,6-0,72	180 0,4 0,4 22,0 93 N8458-2006, MOCKBA 10,0 0,0	180 0,4 0,4 22,0 93 Ne458-2006, MOCKBA 10,0 0,0 0,0 24,0 30 0,6 0,3 13,2 58 0,0 0,1 0,0 9,9 30 20 0,5 0,3 7,6 34 0,0 0,0 0,0 3,6 20 0,5 0,3 7,6 34 0,0 0,0 0,0 3,6 20 0,5 0,3 7,6 34 0,0 0,0 0,0 3,6 20 0,5 0,3 7,6 34 0,0 0,0 0,0 3,6 20 0,5 0,3 7,6 34 0,0 0,0 0,0 3,6 20 0,5 0,3 7,6 34 34 0,6 351 552 20 77 79 335 2350 2350 2350 2350 2350 2350 2350 2350 2350 2350 2350 2350 2350 2350 2350 2350 2350 2350 2350 2	180 0,4 0,4 22,0 93 №458-2006, Москва 10,0 0,0 0,0 24,0 12,6 30 0,6 0,3 13,2 58 0,0 0,1 0,0 9,9 36,6 30 20 0,5 0,3 7,6 34 0,0 0,0 0,0 3,6 15,4 46 46 172 1285 34 0,6 351 552 550 РГИИ ПО 77 79 335 2350 При 2-х разовом питании фетей (завтрак, 30-36 0,6-0,72 350-420 550-660 550-660 550-660 1,2 70 1100 1100 1100	180 0,4 0,4 22,0 93 Ne458-2006, MockBa 10,0 0,0 0,0 24,0 12,6 10,0 30 0,6 0,3 13,2 58 0,0 0,1 0,0 9,9 36,6 9,9 30

18 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г		Хим	иический со	став		No pougravou		итамины (м	г)	Минеральные вещества (мг)					
налионование олюда	Брутто, т	непо, г	Выход, г	Белки, г	Белки, г Жиры, г Угл. г ЭЦ, ккал С	B1	А, мкг рет.экв.	Ca	Р	Mg	Fe						
ЗАВТРАК			795	18,3	19,8	76,8	558,6		14,9	0,1	253,0	372,2	223,9	33,2	1,4		
Бутерброд с маслом			20/10	1,8	7,1	9,9	111	№1-2004	0,0	0,0	60,0	8,2	16,0	2,8	0,05		
хлеб пшеничный	20	20															
масло сливочное	10	10															
Запеканка "Царская" из творога с молоком с	ущенны	М	170	12,3	8,8	33,0	260	№10/5-2011, Екатеринбург	0,3	0,0	153,0	220,0	123,3	20,4	1,3		
творог	106	103															
крупа манная	6	6															
яйцо куриное	18	18															

сахар	10	10													
крошка		25													
масло сливочное	10	10													
мука пшеничная	10	10													
сахар	5	5													
масло сливочное для смазки листа	2	2													
масса готовой запеканки		150													
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20													
Какао с молоком			200	3,8	3,5	15,9	110	№496-2013, Пермь	0,6	0,0	40,0	120,0	72,0	0,0	0,1
какао - порошок	5	5													
сахар	10	10													
молоко питьевое	100	100													
Фрукт в ассортименте			180	0,4	0,4	18,0	77	№458-2006, Москва	14,0	0,0	0,0	24,0	12,6	10,0	0,0
ОБЕД			780	23,7	25,3	101,7	729,1		20,4	0,6	165,0	197,2	326,1	92,2	4,6
Салат "Степной" из разных овощей			80	1,4	4,0	6	66	№25-2004	0,9	0,1	0,0	15,2	35,2	3,8	0,5
картофель - 01.0931.10 25%	41	31													
01.1131.1230%	44	31													
01.01-29.02 - 35%	48	31													
01.03 - 40%	52	31													

масса отварного картофеля		28													
морковь до 01.0120%	28	22													
c 01.01 - 25%	29	22													
масса отварной моркови		20													
огурцы соленые без уксуса	29	16													
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	18	12													
масло растительное	4	4													
					IN	חר									
Салат из огурцов с маслом			80	0,7	4,1	1,0	44	№14/1-2011, Екатеринбург	4,0	0,0	0,0	14,4	26,4	10,4	0,4
огурцы свежие парниковые	79	77													
или огурцы свежие грунтовые	81	77													
масло растительное	4	4													
Суп с картофелем и крупой, с мясом			250/10	5,8	4,8	8,3	100	№16/2-2011, Екатеринбург	2,2	0,2	89,0	20,5	41,0	19,1	0,7
говядина 1 категории (мясо на кости)	22	16													
или говядина полуфабрикат (бескостный)	19	16													
картофель - 01.0931.10 25%	60	45													
01.1131.1230%	64	45													
01.01-29.02 - 35%	69	45													
01.03 - 40%	75	45													

крупа пшено	4	4													
лук репчатый	12	10													
морковь до 01.0120%	15	12													
c 01.01 - 25%	16,0	12													
яйцо куриное	20	20													
масло сливочное	6	6													
зелень сушеная	0,1	0,1													
Биточки из мяса			90	9,9	9,5	10,5	167	№451-2004	0,1	0,2	76,0	33,7	102,0	21,5	0,2
говядина 1 категории (мясо на кости)	95	70													
или говядина полуфабрикат (бескостный)	83	70													
или фарш промышленного производства	70	70													
хлеб пшеничный	16	16													
молоко питьевое	8	8													
лук репчатый	9,5	8													
яйцо куриное	8	8													
сухари пшеничные	8	8													
масло растительное для смазки листа	2	2													
Капуста тушеная			150	4,6	6,2	14,0	130	№423-2013, Пермь	17,1	0,00	0,0	85,2	64,0	28,9	0,7
капуста белокочанная свежая	198	158													

морковь до 01.0120%	30	24													
c 01.01 - 25%	32	24													
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	1,6	1,6													
лук репчатый	12	10													
масло растительное	6	6													
мука пшеничная	1,8	1,8													
сахар	0,3	0,3													
Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь	0,1	0,0	0,0	24,0	12,0	0,0	0,0
					IN	пи									
Напиток с витаминами			200	0,0	0,0	19,4	78	№621-2013, Пермь	18,8	0,4	17,0	0,0	0,0	0,0	5,0
смесь сухая с витаминами промышленного производства	20	20													
вода питьевая	200	200													
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77		0,0	0,1	0,0	13,2	48,8	13,2	1,7
или хлеб витаминизированный			40												
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	51		0,0	0,0	0,0	5,4	23,1	5,7	0,8
итого:				42	45	179	1288		35	0,7	418	569	550	125	6,0
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕР НОРМАТИВУ (100%)*:				77	79	335	2350	При 2-х разовом питании	60	1,2	700	1100	1100	250	12
(50-60%):	НОРМА ПИЩЁВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ					168-201	1175-1410	детей (завтрак, обед)	30-36	0,6-0,72	350-420	550-660	550-660	125-150	6-7,2
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕ НЕДЕЛЮ:		44	45	184	1311		34	0,6	402	559	577	138	7		