

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)

1 день	
---------------	--

[illegible]

[illegible]

или

[illegible]

[illegible]

или помидоры свежие парниковые	82	80													
или помидоры свежие грунтовые	94	80													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2	1,5													
Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной			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 - 01.09.-31.10. - 25%	93	70													
01.11.-31.12. -30%	100	70													
01.01-29.02 - 35%	108	70													
01.03 - 40%	117	70													
крупа перловая или рисовая	5	5													
морковь до 01.01.-20%	12,5	10													
с 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

курица потрошенная 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
ИЛИ															
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
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:		77	79	335	2350	При 2-х разовом питании детей (завтрак, обед)	60	1,2	700	1100	1100	250	12,0
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (50-60%):		39-46	40-47	168-201	1175-1410		30-36	0,6-0,72	350-420	550-660	550-660	125-150	6-7,2

2 день

[illegible]

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 - 01.09.-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	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
ИЛИ															

[illegible]

[illegible]

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

3 день

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

горошек зеленый консервированный	74	48													
или фасоль консервированная в собственном соку	80	48													
или перец свежий	77	58													
морковь до 01.01.-20%	60	48													
с 01.01 - 25%	64	48													
лук репчатый	25	21													
масло сливочное	6	6													
мука пшеничная	2,3	2,3													
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
курага и изюм	25	25													
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			50	1,1	0,6	18,9	86		0,0	0,0	0,0	9,0	38,5	9,5	1,4
ИТОГО:				45	47	173	1297		36	0,6	420	580	641	150	7,2
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				77	79	335	2350	При 2-х разовом питании детей (завтрак, обед)	60	1,2	700	1100	1100	250	12,0
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (50-60%):				39-46	40-47	168-201	1175-1410		30-36	0,6-0,72	350-420	550-660	550-660	125-150	6-7,2
5 день															
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			

[illegible]

[illegible]

[illegible]

или свинина мясная			87	74													
масса тушеного мяса				50													
крупа рисовая			50	50													
морковь до 01.01.-20%			50	40													
с 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
или																	
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:						44	44	188	1321		36	0,6	378	550	567	125	6,9
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:						77	79	335	2350	При 2-х разовом питании детей (завтрак, обед)	60	1,2	700	1100	1100	250	12,0
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (50-60%):						39-46	40-47	168-201	1175-1410		30-36	0,6-0,72	350-420	550-660	550-660	125-150	6-7,2
6 день																	

[illegible]

[illegible]

[illegible]

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			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:				41	43	184	1281		36	0,7	398	574	568	146	6,0
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				77	79	335	2350	При 2-х разовом питании детей (завтрак, обед)	60	1,2	700	1100	1100	250	12,0
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (50-60%):				39-46	40-47	168-201	1175-1410		30-36	0,6-0,72	350-420	550-660	550-660	125-150	6-7,2
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ:				44	45	180	1301		36	0,6	409	576	587	139	6,7
7 день															
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		С	В1	А, мкг рет.экв.	Ca	P	Mg	Fe
ЗАВТРАК			580	26,7	21,5	70,6	581,9		4,0	0,5	237,8	409,7	416,1	67,1	2,8
Вершинки рыбные с маслом			100/5	14,4	12,2	10,5	209	№9/7-2011, Екатеринбург	1,2	0,2	112,0	67,0	153,0	25,2	1,0

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

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 01.01.-20%	10	8													
с 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 ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				77	79	335	2350	При 2-х разовом питании детей (завтрак, обед)	60	1,2	700	1100	1100	250	12,0
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (50-60%):				39-46	40-47	168-201	1175-1410		30-36	0,6-0,72	350-420	550-660	550-660	125-150	6-7,2
8 день															
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		С	В1	А, мкг рет.экв.	Ca	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК			605	22,1	17,3	72,0	532,1		15,4	0,0	163,0	446,5	250,2	35,9	0,8
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

[illegible]

[illegible]

с 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													
или															
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

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

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 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 НЕДЕЛЮ (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
11 день															
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		С	В1	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			180	0,4	0,4	28,0	117	№458-2006, Москва	10,0	0,0	0,0	0,0	12,6	10,0	0,0

[illegible]

[illegible]

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 - 01.09.-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	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

ИЛИ															
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 ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				77	79	335	2350	При 2-х разовом питании детей (завтрак, обед)	60	1,2	700	1100	1100	250	12,0
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (50-60%):				39-46	40-47	168-201	1175-1410		30-36	0,6-0,72	350-420	550-660	550-660	125-150	6-7,2

12 день

[illegible]

[illegible]

[illegible]

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
крупa 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	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			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 ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				77	79	335	2350	При 2-х разовом питании детей (завтрак, обед)	60	1,2	700	1100	1100	250	12,0
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (50-60%):				39-46	40-47	168-201	1175-1410		30-36	0,6-0,72	350-420	550-660	550-660	125-150	6-7,2
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ:				44	44	186	1318		33	0,7	412	604	616	141	6,7
13 день															
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		С	В1	А, мкг рет.экв.	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК			610	15,2	17,9	89,5	578,5		19,5	0,2	192,0	298,6	212,4	52,2	2,4

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													
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
ИЛИ															
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 - 01.09.-31.10.- 25%	73	55													
01.11.-31.12. -30%	79	55													
01.01-29.02 - 35%	85	55													
01.03 - 40%	92	55													
горох	21	21													
лук репчатый	14	12													
морковь до 01.01.-20%	18	14													
с 01.01 - 25%	19	14													
масло сливочное	6	6													
гренки из пшеничного хлеба		20						№170-2013, Пермь							

[illegible]

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 ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				77	79	335	2350	При 2-х разовом питании детей (завтрак, обед)	60	1,2	700	1100	1100	250	12,0
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (50-60%):				39-46	40-47	168-201	1175-1410		30-36	0,6-0,72	350-420	550-660	550-660	125-150	6-7,2

14 день

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

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
крупa 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
ИЛИ															
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:				44	44	187	1321		32	0,6	419	566	565	150	7,2
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

[illegible]

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 ассортименте			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			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													
ИЛИ															
Салат из соленых огурцов с луком			80	1,2	4,0	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 потрошенная 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 01.01.-20%	12,5	10													
с 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

[illegible]

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:				45	46	181	1322		35	0,6	412	558	630	134	6,8
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				77	79	335	2350	При 2-х разовом питании детей (завтрак, обед)	60	1,2	700	1100	1100	250	12,0
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (50-60%):				39-46	40-47	168-201	1175-1410		30-36	0,6-0,72	350-420	550-660	550-660	125-150	6-7,2

16 день

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

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 детей (завтрак, обед)	60	1,2	700	1100	1100	250	12,0
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (50-60%):		39-46	40-47	168-201	1175-1410		30-36	0,6-0,72	350-420	550-660	550-660	125-150	6-7,2

17 день

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

сахар	15	15													
Фрукт в ассортименте			180	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	0,6	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:				46	46	172	1285		34	0,6	351	552	550	132	7,2
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				77	79	335	2350	При 2-х разовом питании детей (завтрак, обед)	60	1,2	700	1100	1100	250	12,0
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (50-60%):				39-46	40-47	168-201	1175-1410		30-36	0,6-0,72	350-420	550-660	550-660	125-150	6-7,2

18 день

[illegible]

[illegible]

[illegible]

морковь до 01.01.-20%	30	24													
с 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
ИЛИ															
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 ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				77	79	335	2350	При 2-х разовом питании детей (завтрак, обед)	60	1,2	700	1100	1100	250	12
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (50-60%):				39-46	40-47	168-201	1175-1410		30-36	0,6-0,72	350-420	550-660	550-660	125-150	6-7,2
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ:				44	45	184	1311		34	0,6	402	559	577	138	7