

Аннотация

Меню приготовляемых блюд для питания **детей в детских дошкольных учреждениях, оказывающих услуги по воспитанию и обучению, уходу и присмотру за детьми, разработано в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» (далее – СанПин 2.3/2.4.3590-20), раздел VIII «Особенности организации общественного питания детей».**

Возрастная категория детей: 1-3 лет.

Часы пребывания: 10-12 часов.

В соответствие с Приложением 10, Таблица 3 «Распределение в процентном отношении потребления пищевых веществ и энергии по приемам пищи в зависимости от времени пребывания в организации» СанПиН 2.3/2.4.3590-20, предусмотрены следующие приемы пищи – **завтрак, 2 завтрак, обед, уплотненный полдник.**

Суточная потребность 1400 ккал в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Приложение 10 Таблица 1 «Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах (суточная)»

Соблюдено требование п.8.1.2.3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20, « допускается в течение дня отступление от норм калорийности по отдельным приемам пищи в пределах +/- 5% при условии, что средний % пищевой ценности за неделю будет соответствовать нормам, приведенным в таблице 3 Приложения № 10 к настоящим правилам, по каждому приему пищи».

Масса порций для детей в меню соответствует требованиям Приложения № 9, Таблица 1 «Масса порций для детей в зависимости от возраста (в граммах)».

Суммарные объемы блюда по приемам пищи соответствуют требованиям Приложения № 9, Таблица 3 «Суммарные объемы блюда по приемам пищи (в граммах не менее)».

Нормы питания в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20, Приложение 7, Таблица 1 «Среднесуточные наборы пищевой продукции (минимальные) для детей до 7-ми лет (нетто г., мл. на одного ребенка в сутки)».

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).

Форма меню в соответствии с требованиями п.8.1.4 СанПиН 2.3/2.4.3590-20, Приложение 8 (рекомендуемый образец).

Меню содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической ценности. Расчеты проведены на программном комплексе: «Система расчетов для общественного питания», одобренный Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (свидетельство № 32 от 11.06.2009г.)

Технологическая документация разработана на основании нормативных сборников рецептур:

- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, I часть – М.: Хлебпродинформ, 1996 г (**№рец.-1996**).
- Сборник рецептур по производству мучных кондитерских и булочных изделий для предприятий общественного питания, 3 часть – М.: Хлебпродинформ, 1999 г (**№рец.-1999**).
- Картотека блюд лечебного и рационального питания, I,II,III,IV часть – Екатеринбург, Средне-Уральское книжное издательство, 1995г. (**№рец.-1995, Картотека блюд лечебного и рационального питания, Екатеринбург**).
- Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции общественного питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, Том 1,2 – Москва.:2006г; (**№рец.-2006, Москва**).
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах – М.: Хлебпродинформ, 2004г (**№рец.-2004**).
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для диетического питания – М.: Хлебпродинформ, 2002г (**№рец.-2002**).
- Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений

профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации – Пермь, ООО «Уральский региональный центр питания» ГБОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е.А.Вагнера», 2013г. (**№рец.-2013, Пермь**).

- Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, I часть, II часть – Пермь: Пермская государственная медицинская академия, Уральский институт питания, 2001г. (**№рец.-2001, Пермь**).
- Сборник технологических нормативов для питания детей в дошкольных организациях I часть, II часть – Екатеринбург, Уральский государственный экономический университет, ФГУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области», 2011г. (**№рец.-2011, Екатеринбург**).

Меню укомплектовано технологическими документами (технологическими картами) в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20. Приготовление блюд должен соблюдаться принцип «щадящего питания»: для тепловой обработки применяется варка, запекание, припускание, тушение, приготовление на пару, приготовление в конвектомате.

Для овощей приняты нормы отходов в соответствии с **Приложением №24**, Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий 1996г. Необходимо строго следить за пересчетом процента отходов для расчета сырья по овощам, в соответствии с сезонностью. Закладка продуктов в блюда соответствует нормативным таблицам Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий 1996г.

В целях профилактики гиповитаминозов в соответствии с п.8.1.6 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 для дополнительного обогащения рациона питания детей микронутриентами использованы: хлеб и хлебобулочные изделия с содержанием витаминов и минералов, витаминизированные напитки. Для дополнительного обогащения рациона микронутриентами рекомендуется использовать в меню специализированные продукты питания, обогащенные микронутриентами, а также инстантные витаминизированные напитки промышленного выпуска. В целях профилактики йододефицитных состояний у детей должна использоваться **соль поваренная пищевая йодированная** при приготовлении блюд и кулинарных изделий. Соль в меню включена в состав рецептур блюд (каш, выпечные изделия), в другие блюда закладка соли осуществляется с учетом приготовления качественных по органолептическим показателям **в меру соленых блюд**.

Для предотвращения размножения патогенных микроорганизмов готовые блюда должны быть реализованы не позднее 2-х часов с момента приготовления, п.8.1.2.8 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Следует учитывать, что **выход фруктов, кондитерских изделий дан в меню ориентировочно**. При формировании ежедневного меню необходимо определять **фактический выход фруктов и кондитерских изделий**.

Разработчик АУ ТО «Центр технологического контроля»
г. Тюмень ул. Рижская 47а, электронный адрес: tehkontrol2014@yandex.ru

ТАБЛИЦА ЗАМЕНЫ ПИЩЕВОЙ ПРОДУКЦИИ В ГРАММАХ (НЕТТО) С УЧЕТОМ ИХ
ПИЩЕВОЙ ЦЕННОСТИ

Вид пищевой продукции	Масса, г	Вид пищевой продукции – заменитель	Масса, г
Говядина	100	Мясо кролика	96
		Печень говяжья	116
		Мясо птицы	97
		Рыба (треска)	125
		Творог с массовой долей жира 9%	120
		Баранина 2 кат.	97
		Конина 1 кат.	104
		Мясо лося (мясо с ферм)	95
		Оленина (мясо с ферм)	104
		Консервы мясные	120
Молоко питьевое с массовой долей жира 3,2%	100	Молоко питьевое с массовой долей жира 2,5%	100
		Молоко сгущенное (цельное и с сахаром)	40
		Сгущено-вареное молоко	40
		Творог с массовой долей жира 9%	17
		Мясо (говядина 1 кат.)	14
		Мясо (говядина 2 кат.)	17
		Рыба (треска)	17,5
		Сыр	12,5
Творог с массовой долей жира 9%	100	Мясо говядина	83
		Рыба (треска)	105
Яйцо куриное	41	Творог с массовой долей жира 9%	31
		Мясо (говядина)	26
		Рыба (треска)	30
		Молоко цельное	186
		Сыр	20
Рыба (треска)	100	Мясо (говядина)	87
		Творог с массовой долей жира 9%	105
Картофель	100	Капуста белокочанная	111
		Капуста цветная	80
		Морковь	154
		Свекла	118
		Бобы (фасоль), в том числе консервированные	33
		Горошек зеленый	40
		Горошек зеленый консервированный	64
Кабачки	300		
Фрукты свежие	100	Фрукты консервированные	200
		Соки фруктовые	133
		Соки фруктовые - ягодные	133
		Сухофрукты:	
		Яблоки	12
		Чернослив	17
		Курага	8
Изюм	22		

Суммарные объемы блюд по приемам пищи для детей с 1 до 3 лет (не менее)

Приложение №9, таблица 3 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20	Завтрак, грамм	2 завтрак, грамм	Обед, грамм	Уплотненный полдник, грамм
	350	100	450	420
1 день	350	100	515	490
2 день	350	100	500	470
3 день	360	100	535	525
4 день	360	100	540	450
5 день	360	100	565	420
6 день	360	100	500	420
7 день	350	100	515	490
8 день	360	100	535	450
9 день	360	100	525	420
10 день	350	100	530	450
11 день	360	100	565	420
12 день	360	100	500	420
13 день	350	100	530	495
14 день	360	100	525	450
15 день	360	100	525	565
16 день	350	100	520	480
17 день	360	100	520	450
18 день	360	100	530	460
19 день	350	100	550	420
20 день	360	100	570	430

**Расход соли и специй
при приготовлении блюд и изделий**

Блюда	Наименование специй	
	Соль, г	Лавровый лист, г
1	2	5
1. Холодные блюда (на порцию)	2-3	0,01
2. Супы (на 1000г)¹	6-10	0,04
3. Блюда из овощей (варка) на 1 л воды	10	–
4. Блюда из круп (на 1 кг крупы)		
гречневая каша:		
рассыпчатая из ядрицы	21	–
вязкая	40	–
пшенная каша:		
рассыпчатая	25	–
вязкая	40	–
рисовая каша:		
рассыпчатая	28	–
вязкая	45	–
перловая каша:		
рассыпчатая	30	–
вязкая	45	–
овсяная каша вязкая	40	–
манная каша вязкая	45	–
кукурузная каша:		
рассыпчатая	30	–
вязкая	35	–
5. Блюда из бобовых (на 1 порцию отварных бобов)	3-4	–
6. Блюда из макаронных изделий (варка) на 1 кг изделий	30	
7. Блюда из яиц (на 1 шт.)	0,25	
8. Блюда из творога (на 1 кг)	10	
9. Блюда из рыбы и морепродуктов (на 1 порцию)	3	0,01
10. Блюда из мяса (на 1 порцию)	4	0,02
11. Блюда из сельскохозяйственной птицы (на 1 порцию)	3-5	0,02

¹Норма закладки соли в молочных супах – 6 г на 1000 г.

НАКОПИТЕЛЬНАЯ ВЕДОМОСТЬ к меню № 20-ДС/3590-20/89 от 14.01.2021 г. для питания детей с 1 до 3 лет

№	Продукты	Количество продуктов в день, г, мл, нетто*	Норма продуктов при 10-12ч. пребывании детей (90-100%), г, мл, в день, нетто	Фактически получено г, мл,**																				за 20 дней, г, мл	Факт в день г, мл	% выполнения	
				Дни																							
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20				
1	Хлеб ржаной	40	36	25	40	20	30	30	40	30	40	40	40	40	40	50	40	40	40	30	30	30	30	705	35	98	
2	Хлеб пшеничный	60	48	54	71	43	35	37	45	41	47	40	58	54	40	35	49	56	55	45	29	42	43	920	46	96	
3	Мука пшеничная	25	23	30	3	26	29	53	8	36	6	1	1	0	15	4	32	5	21	38	33	62	52	455	23	101	
4	Крупы, бобовые	30	30	38	12	8	47	24	20	21	38	103	34	32	39	48	32	18	28	18	46	22	9	637	32	105	
5	Макаронные изделия	8	8	0	0	39	0	24	0	39	12	0	7	0	0	0	0	0	12	0	32	0	0	165	8	103	
6	Картофель	120	108	116	178	147	96	143	40	125	118	76	45	229	48	212	73	128	10	155	24	102	209	2274	114	105	
7	Овощи (свежие, замороженные, консервированные), включая соленые и квашеные (не более 10% от общего кол-ва овощей) в т.ч. томат-пюре, зелень	180	162	161	215	154	187	115	347	133	116	104	218	153	121	139	152	110	106	144	70	184	181	3110	156	96	
8	Фрукты свежие	95	95	125	144	0	205	30	120	105	130	2	155	100	125	5	100	122	125	130	220	11	0	1955	98	103	
9	Сухофрукты	9	8	0	12	15	12	0	0	12	15	12	0	0	0	12	25	0	12	0	4	12	12	155	7,7	95	
10	Соки фруктовые и овощные	100	100	100	100	150	0	100	250	100	0	100	100	150	100	100	250	100	100	100	0	100	100	2100	105	105	
11	Сахар (в т.ч. для приготовления блюд и напитков, в случае использования пищевой продукции промышленного выпуска, содержащих сахар, выдача сахара должна быть уменьшена в зависимости от его содержания в используемом готовой пищевой продукции)	25	25	27	21	29	26	32	16	31	20	26	25	20	23	25	21	26	25	25	31	31	40	521	26	104	
12	Кондитерские изделия	12	11	31	20	15	0	0	15	7	20	45	0	20	15	0	20	15	0	0	15	0	0	238	11,9	104	
13	Какао-порошок	0,5	0,5	2,0	0,0	0,0	2,0	0,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	2,0	0,0	0,0	2,0	0,0	0,0	10	0,5	100	
14	Кофейный напиток	1	1,0	0,0	3,0	0,0	0,0	3,0	0,0	0,0	3,0	0,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,0	0,0	3,0	0,0	18	0,9	95	
15	Чай	0,5	0,5	0,4	0,4	0,8	0,7	0,4	0,4	0,4	0,0	0,8	0,4	0,4	0,4	0,8	0,4	0,4	0,4	0,0	0,4	0,4	0,8	9	0,5	101	
16	Мясо 1-й категории	50	45	93	49	95	32	16	88	32	63	52	0	38	48	61	36	37	65	0	41	63	0	909	45	101	
17	Птица (куры, цыплята-бройлеры, индейка-потрошенная, 1кат.)	20	19	26	0	0	0	46	26	0	0	0	76	38	26	0	26	0	0	26	0	24	50	364	18	96	
18	Субпродукты (печень, язык, сердце)	20	10	0	0	0	44	0	0	0	0	66	0	0	0	45	0	0	0	0	0	0	44	199	10	100	
19	Рыба (филе), в т.ч. филе слабосоленое	32	29	0	52	0	40	52	0	53	40	0	0	62	0	62	0	46	0	53	0	52	63	575	29	100	
20	Молоко, молочная и кисломолочная продукция	390	347	408	116	308	244	301	164	314	439	255	345	256	440	239	293	518	435	403	458	371	303	6610	331	95	
21	Второг (5%-9% м.д.ж.)	30	27	0	0	106	0	0	0	0	0	0	83	0	110	0	106	0	103	0	0	0	0	508	25	95	
22	Сметана	9	8,1	5	0	32	12	23	0	5	18	5	4	4	18	15	9	5	0	0	0	0	7	161	8,0	99	
23	Сыр	4	3,8	0	0	0	5	10	0	0	10	0	0	10	0	0	10	0	0	10	6	7	10	78	3,9	103	
24	Масло сливочное	18	16,2	21	14	14	16	19	5	29	9	16	19	15	11	27	15	10	15	15	22	26	15	329	16	101	
25	Масло растительное	9	9,0	11	12	10	14	7	16	4	8	5	7	15	8	5	6	11	6	6	5	8	14	176	8,8	98	
26	Яйцо	40	36	19	79	29	50	16	108	16	4	22	13	29	10	45	62	28	11	79	38	31	9	699	35	97	
27	Дрожжи хлебопекарные	0,4	0,4	1,0	0,0	1,0	0,0	1,3	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,9	1,3	0,0	1,3	8	0,4	103
28	Крахмал	2	1,8	0	0	0	0	0	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5	0	0	5	0	20	1,0	56	
29	Соль пищевая поваренная йодированная	3	2,7	2,7	2,7	2,7	2,7	2,7	2,7	2,7	2,7	2,7	2,7	2,7	2,7	2,7	2,7	2,7	2,7	2,7	2,7	2,7	2,7	54	3	100	

*Нормы питания в соответствии СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», Приложение 7, Таблица 1 «Среднесуточные наборы пищевой продукции (минимальные) для детей до 7-ми лет (в нетто г., мл. на одного ребенка в сутки)»

**Количество потребленных продуктов округлено до целого числа

Распределение энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи для детей дошкольного возраста с 1 до 3 лет*

Суточная потребность СанПин 2.3/2.4.3590-20 (1400 ккал)**	Завтрак, ккал	% выполнения	2 завтрак, ккал	% выполнения	Обед, ккал	% выполнения	Уплотненный полдник, ккал	% выполнения	Итого, ккал	% выполнения
	20% от суточного рациона		5% от суточного рациона		35% от суточного рациона		30% от суточного рациона		90-100% от суточного рациона	
	280		70		490		420		1260/1400	
1 день	281	20	70	5	502	36	439	31	1292	92
2 день	276	20	70	5	496	35	419	30	1260	90
3 день	272	19	69	5	486	35	433	31	1260	90
4 день	287	21	70	5	495	35	421	30	1273	91
5 день	293	21	70	5	490	35	420	30	1273	91
ИТОГО в среднем за неделю	282	20	70	5	494	35	426	30	1272	91
6 день	285	20	70	5	495	35	428	31	1278	91
7 день	281	20	70	5	491	35	430	31	1272	91
8 день	295	21	69	5	491	35	420	30	1274	91
9 день	298	21	70	5	483	35	425	30	1276	91
10 день	269	19	70	5	511	37	421	30	1271	91
ИТОГО в среднем за неделю	286	20	70	5	494	35	425	30	1274	91
11 день	292	21	70	5	495	35	405	29	1262	90
12 день	284	20	70	5	495	35	422	30	1271	91
13 день	278	20	70	5	503	36	422	30	1273	91
14 день	279	20	70	5	497	35	436	31	1282	92
15 день	284	20	70	5	489	35	441	31	1284	92
ИТОГО в среднем за неделю	283	20	70	5	496	35	425	30	1274	91
16 день	288	21	70	5	494	35	420	30	1272	91
17 день	290	21	70	5	489	35	420	30	1269	91
18 день	280	20	70	5	488	35	435	31	1272	91
19 день	273	20	70	5	499	36	419	30	1261	90
20 день	273	19	70	5	512	37	438	31	1292	92
ИТОГО в среднем за неделю	281	20	70	5	496	35	426	30	1273	91
ИТОГО в среднем за день:	283	20	70	5	495	35	426	30	1273	91

Приложение 10, * Таблица 3 СанПин 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»

Приложение 10, ** Таблица 1 СанПин 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»

МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

завтрак, второй завтрак, обед, уплотненный полдник

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет
(10-12 часов пребывания детей)

20-ти дневное меню №20-ДС/3590-20/89 от 14 января 2021 года

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

Наименование блюда	Брутто,г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			350	8,4	10,2	39,0	281,4	
Каша манная жидкая с вареньем			150	4,1	3,8	18,9	126	№6.2.-1995, Екатеринбург
крупa манная	15	15						
молоко питьевое	141	141						
сахар	2	2						
соль йодированная	0,6	0,6						
варенье (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	10,2	10						
масло сливочное	3	3						
Бутерброд с маслом			15/5	1,6	3,5	7,4	68	№1-2004
батон	15	15						
масло сливочное	5	5						
Какао с молоком			180	2,7	2,9	12,7	88	№497-2013, Пермь

какао-порошок	2	2						
молоко питьевое	130	130						
сахар	8	8						
Второй завтрак				0,2	0,0	17,3	70	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Пермь
Обед			515	15,1	18,7	68,3	502,2	
Свекла отварная с маслом растительным			40	0,6	3,2	2,5	41	№56-2006, Москва
свекла - до 01.01 - 20%	51	41						
с 01.01 – 25%	55	41						
масса отварной свеклы		38						
масло растительное	3	3						
Рассольник «Домашний» с курицей со сметаной			150/10/5	3,0	2,8	7,1	66	№131-2004
курица потрошёная 1 категории (разделка мякоть без кожи)	30	26						
или филе куриное промышленного производства	17	16						
или филе из грудки индейки	17	16						
капуста свежая белокочанная	15	12						
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	61	46						
01.11 - 31.12 - 30%	66	46						
01.01 - 29.02 - 35%	71	46						
01.03 - 40%	77	46						
морковь - до 01.01 - 20%	6,3	5						
с 01.01 - 25%	7	5						

лук репчатый	7	6						
огурцы соленые без уксуса	15	8						
масло сливочное	3	3						
сметана	5	5						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Котлеты, биточки из говядины			50	6,0	6,5	5,9	106	№451-2004
говядина 1 категории	50	37						
или мясо говядина жилованное, замороженное в блоках	44	37						
хлеб пшеничный	9	9						
молоко питьевое	4	4						
лук репчатый	4,8	4						
яйцо куриное	5	5						
мука пшеничная	5	5						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Каша гречневая вязкая отварная, с соусом молочным			110	4,0	5,5	16,9	133	№510-2004
крупа гречневая	23	23						
вода питьевая	74	74						
масло сливочное	3	3						
Соус молочный		17						№435-2013, Пермь
молоко питьевое	17	17						
мука пшеничная	1,1	1,1						
масло сливочное	1,1	1,1						

Компот из свежих плодов			150	0,3	0,1	13,3	55	№507-2013, Пермь
яблоки свежие с удаленным семенным гнездом	28,5	25						
или вишня	26,5	25						
или слива	27,8	25						
или абрикосы	29,3	25						
сахар	8	8						
Хлеб пшеничный			30	0,6	0,3	13,2	58	
Хлеб ржаной			25	0,6	0,3	9,4	43	
Уплотненный ужин			490	13,7	19,0	53,3	439,0	
Салат картофельный с кукурузой и морковью			110	1,9	4,0	6,3	69	№73-2013, Пермь
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						
масса отварного картофеля			68					
кукуруза консервированная (после термической обработки)	35	21						
морковь - до 01.01 - 20%	24	19						
с 01.01 - 25%	25	19						
масса отварной моркови			17					
масло растительное	4	4						
Пудинг из говядины			50	7,4	10,3	0,9	126	№472-2004
говядина 1 категории	76	56						

или мясо говядина жилованное, замороженное в блоках	66	56						
масло сливочное	2,5	2,5						
яйцо куриное	10	10						
молоко питьевое	10	10						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Пирожок печеный из сдобного теста с повидлом			50	1,8	2,1	24,4	124	№294-2004, Пермь
тесто дрожжевое		36						
мука пшеничная	23	23						
мука пшеничная на подпыл	1	1						
молоко питьевое	6	6						
сахар	1	1						
масло сливочное	3	3						
яйцо куриное	3	3						
дрожжи прессованные	1	1						
или дрожжи сухие	0,3	0,3						
соль йодированная	0,3	0,3						
фарш		21						
повидло (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	22	21						
яйцо куриное для смазки изделия	1	1						
масло растительное для смазки	0,2	0,2						
Чай с молоком			180	2,5	2,2	10,2	71	№495-2013, Пермь
чай-заварка	0,4	0,4						

молоко питьевое	100	100								
сахар	8	8								
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,4	11,5	50	№458-2006, Москва		
Или детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)										
ИТОГО:			37	48	178	1292				
2 день										
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры		
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал			
Завтрак			350	13,1	13,9	24,5	275,5			
Омлет натуральный			90	8,2	8,2	1,1	111	№340-2004		
яйцо куриное	68	68								
молоко питьевое	26	26								
масло растительное для смазки листа	1	1								
или										
Яичная кашка натуральная			90	8,3	8,4	1,2	114	№279-1996		
яйцо куриное	69	69								
молоко питьевое	36	36								
масло сливочное	3,5	3,5								
Овощи на поджаривание										
Кукуруза консервированная (после термической обработки)			100	60	60	0,9	0,2	4,1	22	№101-2004
Бутерброд с маслом			15/5	1,6	3,5	7,4	68	№1-2004		
батон	15	15								

масло сливочное	5	5						
Кофейный напиток			180	2,4	2,0	11,9	75	№501-2013, Пермь
кофейный напиток	3	3						
сахар	8	8						
молоко питьевое	75	75						
Второй завтрак				0,2	0,0	17,3	70	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Пермь
Обед			500	13,7	15,7	75,0	496,1	
Салат из моркови и яблок			40	0,6	3,1	4,6	49	№9-2013, Пермь
морковь - до 01.01 - 20%	40	32						
с 01.01 - 25%	43	32						
(в свежем виде морковь старого урожая использовать до 1 марта, после 1 марта свежего урожая или в отварном виде)								
яблоки свежие (очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом)	14,3	10						
масло растительное на полив при подаче	3	3						
Суп гороховый на мясном бульоне с гренками			150/10	2,9	2,2	10,4	73	№139-2004
горох	12	12						
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	45	34						
01.11 - 31.12 - 30%	49	34						
01.01 - 29.02 - 35%	52	34						
01.03 - 40%	57	34						
морковь - до 01.01 - 20%	9	7						
с 01.01 - 25%	9,3	7						

лук репчатый	7	6						
масло сливочное	3	3						
гренки из пшеничного хлеба		10						(№170-2013, Пермь)
хлеб пшеничный	19	16						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Жаркое по-домашнему			150	8,5	9,6	19,0	196	№436-2004
говядина 1 категории	67	49						
или мясо говядина жилованное, замороженное в блоках	58	49						
или гуляш-полуфабрикат промышленного производства	49	49						
масса отварного мяса		30						
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	154	116						
01.11 - 31.12 - 30%	166	116						
01.01 - 29.02 - 35%	179	116						
01.03 - 40%	194	116						
морковь - до 01.01 - 20%	20	16						
с 01.01 - 25%	21	16						
лук репчатый	10	8						
масло растительное	4	4						
Компот из смеси сухофруктов			150	0,2	0,0	12,7	52	№508-2013, Пермь
сухофрукты	12	12						
сахар	5	5						
Хлеб пшеничный			30	0,6	0,3	13,2	58	

Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
Уплотненный ужин			470	10,4	12,6	65,9	418,6	
Винегрет овощной			110	1,5	4,0	12,5	92	№71-2004
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	37	28						
01.11 - 31.12 - 30%	40	28						
01.01 - 29.02 - 35%	43	28						
01.03 - 40%	47	28						
масса отварного картофеля		25						
свекла - до 01.01 - 20%	34	27						
с 01.01 - 25%	36	27						
масса отварной свеклы		25						
морковь - до 01.01 - 20%	28	22						
с 01.01 - 25%	29	22						
масса отварной моркови		20						
огурцы соленые без уксуса	33	18						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	20	13						
лук репчатый (бланшированный)	6,0	5						
лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый или зелень свежую								
или лук зеленый	6,3	5						
масло растительное	4	4						
Суфле рыбное			60	6,5	5,7	5,5	99	№400-2004
горбуша (кета) потрошённая с головой (филе без кожи и	78	52						

костей)									
или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	95	52							
или минтай потрошённый обезглавленный (филе с кожей без костей)	72	53							
масса отварной рыбы		44							
Соус молочный густой		16							(№598-2004)
молоко питьевое	15	15							
масло сливочное	2,6	2,6							
мука пшеничная	2,6	2,6							
яйцо куриное	11	11							
масло сливочное для смазки листа	3	3							
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте			20	1,8	2,5	13,5	84		
Чай с сахаром			150	0,1	0,0	8,5	34		№685-2004
чай-заварка	0,4	0,4							
сахар	8	8							
Фрукт в ассортименте			130	0,3	0,3	21,5	90		№458-2006, Москва
Или детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)									
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19		
ИТОГО:				37	42	183	1260		
3 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			360	10,6	7,8	39,9	272,2		

Запеканка из творога			110	8,2	5,5	8,5	116	№313-2013, Пермь
творог	107	106						
мука пшеничная	9	9						
или крупа манная	8	8						
молоко питьевое для каши	27	27						
яйцо куриное	10	10						
сахар	3,3	3,3						
ванилин	0,010	0,010						
сметана	4,4	4,4						
сухари пшеничные	4,4	4,4						
масло сливочное для смазки листа	3,3	3,3						
Соус молочный сладкий			40	0,9	2,1	4,5	41	№440-2013, Пермь
молоко питьевое	40	40						
мука пшеничная	1,6	1,6						
масло сливочное	1,6	1,6						
сахар	4	4						
ванилин	0,02	0,02						
Бутерброд с джемом или повидлом			15/15	1,4	0,2	16,3	73	№2-2004
батон	15	15						
джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	15,2	15						
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004
чай-заварка	0,4	0,4						

сахар	10	10						
Второй завтрак				0,2	0,0	16,9	69	
Отвар шиповника			100	0,2	0,0	16,9	69	№705-2004
шиповник	15	15						
сахар	3	3						
Обед			535	13,2	17,0	70,1	486,2	
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком			40	1,3	3,2	4,5	52	№74-2013, Пермь
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	27	20						
01.11 - 31.12 - 30%	29	20						
01.01 - 29.02 - 35%	31	20						
01.03 - 40%	33	20						
масса отварного картофеля		18						
морковь - до 01.01 - 20%	11	9						
с 01.01 - 25%	12	9						
масса отварной моркови		7						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	9	6						
яйцо куриное	8	8						
масло растительное	3	3						
или								
Салат из огурцов с маслом			40	0,4	3,0	1,3	34	№14/1-2011г, Екатеринбург
огурцы свежие парниковые	40	39						
или огурцы свежие грунтовые	41	39						

масло растительное	3	3						
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной			150/5	1,3	3,9	4,7	59	№142-2013, Пермь
капуста свежая белокочанная	38	30						
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	24	18						
01.11 - 31.12 - 30%	26	18						
01.01 - 29.02 - 35%	28	18						
01.03 - 40%	30	18						
морковь - до 01.01 - 20%	10	8						
с 01.01 - 25%	11	8						
лук репчатый	7	6						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	1,5	1,5						
масло растительное	3	3						
сметана	5	5						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Котлета полтавская из говядины, запеченная с соусом сметанным с томатом			50/30	6,6	7,4	5,7	116	№427-1996
говядина 1 категории	79	58						
или мясо говядина жилованное, замороженное в блоках	68	58						
вода питьевая	5	5						
чеснок	0,4	0,3						
яйцо куриное	3	3						
сухари пшеничные	5	5						
масло растительное для смазки листа	2	2						

Соус сметанный с томатом		30						№601-2004
сметана	12,5	12,5						
мука пшеничная	2,3	2,3						
вода питьевая	17,5	17,5						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	3	3						
Макаронные изделия отварные			110	3,0	2,2	31,1	156	№516-2004
макаронные изделия	39	39						
масло сливочное	3	3						
Сок в ассортименте	150	150	150	0,3	0,0	12,2	50	№518-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,2	7,5	34	
Уплотненный ужин			525	15,5	15,4	58,1	433,0	
Шницель из говядины			50	6,0	6,5	5,9	106	№451-2004
говядина 1 категории	50	37						
или мясо говядина жилованное, замороженное в блоках	44	37						
хлеб пшеничный	9	9						
молоко питьевое	4	4						
лук репчатый	4,8	4						
яйцо куриное	5	5						
мука пшеничная	5	5						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Овощи, припущенные в сметане			120	2,2	3,8	11,8	90	№210-2004

морковь - до 01.01 - 20%	100	80						
с 01.01 - 25%	106	80						
лук репчатый	10	8						
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	106	80						
01.11 - 31.12 - 30%	114	80						
01.01 - 29.02 - 35%	123	80						
01.03 - 40%	134	80						
сметана	8	8						
масло сливочное	3	3						
Шанежка с картофелем			50	2,3	2,4	16,2	96	№296-2004, Пермь
Масса дрожжевого теста:		26						
мука пшеничная	17	17						
сахар	0,9	0,9						
масло сливочное	0,8	0,8						
яйцо куриное	1	1						
соль йодированная	0,2	0,2						
дрожжи хлебопекарные	1,0	1,0						
или дрожжи сухие хлебопекарные	0,25	0,25						
молоко питьевое	7	7						
Масса картофельного фарша:		36						
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	39	29						
01.11 - 31.12 - 30%	41	29						

01.01 - 29.02 - 35%	45	29							
01.03 - 40%	48	29							
молоко питьевое	5	5							
яйцо куриное	1,6	1,6							
масло сливочное	1,0	1,0							
яйцо куриное для смазки изделия	0,6	0,6							
сметана для смазки изделия	1,6	1,6							
масло сливочное для смазки готовых изделий	0,8	0,8							
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2							
Чай с молоком			180	2,5	2,2	10,2	71		№495-2013, Пермь
чай-заварка	0,4	0,4							
молоко питьевое	100	100							
сахар	8	8							
Йогурт молочный для детского питания в ассортименте	125	125	125	2,5	0,5	14,0	71		
ИТОГО:				40	40	185	1260		
4 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			360	10,9	13,0	31,6	287,0		
Суп молочный с крупой			150	4,1	4,9	15,4	122		№164-2013, Пермь
молоко питьевое	154	154							
крупы: манная или кукурузная, или хлопья овсяные «Геркулес»	9	9							

или ячневая, или гречневая, перловая, пшено	12	12						
сахар	1,2	1,2						
соль йодированная	0,6	0,6						
масло сливочное	1,5	1,5						
Бутерброд с маслом			15/5	1,6	3,5	7,4	68	№1-2004
батон	15	15						
масло сливочное	5	5						
Яйца вареные			40	5,1	4,6	0,3	63	№300-2013, Пермь
Чай с лимоном			150	0,1	0,0	8,5	34	№686-2004
чай-заварка	0,4	0,4						
сахар	8	8						
лимон	6	5						
Второй завтрак				0,1	0,4	16,4	70	
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,4	16,4	70	№458-2006, Москва
Обед			540	16,1	16,9	69,6	495,3	
Салат из свеклы с сыром			40	1,9	4,1	2,8	56	№55-2013, Пермь
свекла – до 01.01 - 20%	45	36						
с 01.01 - 25%	48	36						
масса отварной свеклы		33						
сыр	6	5						
масло растительное	3	3						
Суп картофельный с рыбными фрикадельками			150/40	4,9	3,8	12,2	103	№142-2004

картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	112	84						
01.11 - 31.12 - 30%	120	84						
01.01 - 29.02 - 35%	129	84						
01.03 - 40%	140	84						
морковь - до 01.01 - 20%	10	8						
с 01.01 - 25%	11	8						
лук репчатый	7	6						
масло растительное	3	3						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	2	2						
зелень сушеная	0,1	0,1						
<u>фрикадельки:</u>								
горбуша (кета) потрошённая с головой (филе без кожи и костей)	57	40						
или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	69	40						
или минтай потрошённый обезглавленный (филе с кожей без костей)	54	40						
лук репчатый	10	8						
яйцо куриное	2	2						
вода питьевая	3,0	3,0						
Печень говяжья по-строгановски			50	5,6	6,4	1,6	86	№431-2004
печень говяжья	71	44						
масло растительное	3	3						
масса готовой печени		30						

мука пшеничная	1,4	1,4						
сметана	7	7						
вода питьевая	14	14						
Рис припущенный			110	2,3	2,0	18,6	102	№512-2004
крупа рисовая	38	38						
вода питьевая	81	81						
масло сливочное	3	3						
Компот из кураги			150	0,3	0,0	14,3	58	№638-2004
курага	12	12						
сахар	5	5						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	52	
Уплотненный ужин			450	9,4	13,8	64,7	420,6	
Овощи тушеные с мясом отварным			150	4,5	6,3	24,2	172	(№301-2006, Москва)
говядина 1 категории	44	32						
или говядина полуфабрикат	38	32						
масса отварного мяса		20						
горошек зеленый консервированный	26	17						
или перец свежий	23	17						
капуста свежая белокочанная	71	57						
или кабачки свежие	85	57						
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	16	12						

01.11 - 31.12 - 30%	17	12						
01.01 - 29.02 - 35%	18	12						
01.03 - 40%	20	12						
морковь - до 01.01 - 20%	41	33						
с 01.01 - 25%	47	33						
лук репчатый	14	12						
масло растительное	4	4						
<u>соус:</u>		28						
мука пшеничная	2,8	2,8						
масло сливочное	2,4	2,4						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	2,4	2,4						
морковь - до 01.01 - 20%	3,8	3						
с 01.01 - 25%	4,3	3						
лук репчатый	3,6	3						
сахар	0,5	0,5						
бульон мясной	19	19						
Пирог «Вечерний»			50	2,8	5,5	26,3	166	№120-1999
мука пшеничная	25	25						
сахар	5	5						
яйцо куриное	8	8						
сметана	5	5						
молоко сгущенное с сахаром	10	10						

двууглекислый натрий	0,3	0,3						
какао-порошок	2	2						
масло сливочное	4	4						
масло растительное для смазки листа	0,5	0,5						
Чай с молоком			150	2,0	1,8	8,5	58	№495-2013, Пермь
чай-заварка	0,3	0,3						
молоко питьевое	80	80						
сахар	6	6						
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,2	5,7	25	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)								
ИТОГО:				37	44	182	1273	
5 день								
Наименование блюда	Брутто,г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			360	11,1	10,4	38,7	292,8	
Каша 5 злаков жидкая			150	4,5	5,8	16,9	138	№311-2004
крупы (овсяная, кукурузная, пшеничная, ячневая, гречневая)	18	18						
молоко питьевое	140	140						
сахар	2	2						
соль йодированная	0,8	0,8						
масло сливочное	3	3						
Бутерброд с сыром			20/10	4,2	2,6	9,9	80	№3-2004

	батон	20	20						
	сыр	10,5	10						
Кофейный напиток				180	2,4	2,0	11,9	75	№501-2013, Пермь
	кофейный напиток	3	3						
	сахар	8	8						
	молоко питьевое	75	75						
Второй завтрак					0,2	0,0	17,3	70	
Сок в ассортименте		100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Пермь
Обед				565	14,8	17,2	69,0	490,2	
Салат картофельный с огурцами				40	0,7	3,0	5,9	53	№75-2013, Пермь
	картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	47	35						
	01.11 - 31.12 - 30%	50	35						
	01.01 - 29.02 - 35%	54	35						
	01.03 - 40%	58	35						
	огурцы соленые без уксуса	13	7						
	или огурцы свежие парниковые	7,1	7						
	или огурцы свежие грунтовые	7,4	7						
	масло растительное	3	3						
Борщ «Сибирский» с мясом со сметаной				150/10/5	3,5	3,4	7,2	73	№111-2004
	говядина 1 категории	22	16						
	или мясо говядина жилованное, замороженное в блоках	19	16						
	или гуляш-полуфабрикат промышленного производства	16	16						

свекла – до 01.01 - 20%	30	24						
с 01.01 - 25%	32	24						
капуста свежая белокочанная	15	12						
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	8	6						
01.11 - 31.12 - 30%	9	6						
01.01 - 29.02 - 35%	9	6						
01.03 - 40%	10	6						
фасоль	6	6						
морковь - до 01.01 - 20%	11,3	9						
с 01.01 - 25%	12	9						
лук репчатый	7	6						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	1,5	1,5						
масло сливочное	3	3						
сахар	0,2	0,2						
сметана	5	5						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Шницель рыбный натуральный			60	6,2	4,6	7,5	96	№391-2004
горбуша (кета) потрошённая с головой (филе без кожи и костей)	78	52						
или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	95	52						
или минтай потрошённый обезглавленный (филе с кожей без костей)	70	52						
лук репчатый	15	13						

яйцо куриное	4	4						
сухари пшеничные	7	7						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Соус молочный			30	1,0	2,1	2,6	34	№435-2013, Пермь
молоко питьевое	30	30						
мука пшеничная	1,5	1,5						
масло сливочное	1,5	1,5						
Пюре картофельное			120	2,4	3,5	15,1	102	№520-2004
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	136	102						
01.11 - 31.12 - 30%	146	102						
01.01 - 29.02 - 35%	157	102						
01.03 - 40%	170	102						
молоко питьевое	19	19						
масло сливочное	4	4						
Компот из свежих яблок			150	0,1	0,1	15,0	61	№631-2004
яблоки свежие с удаленным семенным гнездом	34	30						
сахар	8	8						
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	52	
Уплотненный ужин			420	13,8	11,2	66,0	420,0	
Суфле из птицы			50	7,7	5,0	5,4	97	№193-2001, Пермь
филе куриное промышленного производства	48	46						

или филе из грудки индейки	48	46						
масса отварного филе		33						
яйцо куриное	9	9						
Соус молочный для запекания		16						
молоко питьевое	17	17						
мука пшеничная	1,3	1,3						
масло сливочное	1,7	1,7						
сметана для смазки изделий	1,7	1,7						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
Макароны отварные с овощами			110	2,0	2,1	15,8	90	№294-2013, Пермь
макаронные изделия	24	24						
масса отварных макарон		70						
морковь - до 01.01 - 20%	31	25						
с 01.01 - 25%	33	25						
масло сливочное	3	3						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	6	6						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	18	12						
масса готовых овощей		40						
Шанежка наливная			80	4,0	4,1	34,2	190	№550-2013, Пермь
мука пшеничная	48	48						
сахар	3	3						
масло сливочное	3	3						

яйцо куриное	2	2							
соль йодированная	0,5	0,5							
дрожжи хлебопекарные	1,3	1,3							
или дрожжи сухие хлебопекарные	0,33	0,33							
молоко питьевое	20	20							
сметана	16	16							
мука пшеничная	2,4	2,4							
сахар	0,8	0,8							
масса фарша:		19							
яйцо куриное для смазки изделия	1,3	1,3							
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2							
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,6	43		№685-2004
чай-заварка	0,4	0,4							
сахар	10	10							
ИТОГО:				40	39	191	1273		
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ				38	43	184	1272		
Норма в пищевых веществах и энергии (90%)				38	42	183	1260	При 12 часовом пребывании детей	
Норма в пищевых веществах и энергии (100%)				42	47	203	1400		
6 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			360	15,0	10,7	32,3	285,3		

Омлет натуральный			90	8,2	8,2	1,1	111	№340-2004		
яйцо куриное	68	68								
молоко питьевое	26	26								
масло растительное для смазки листа	1	1								
или										
Яичная кашка натуральная			90	8,3	8,4	1,2	114	№279-1996		
яйцо куриное	69	69								
молоко питьевое	36	36								
масло сливочное	3,5	3,5								
Овощи на подгарнировку										
Горошек зеленый консервированный (после термической обработки)			92	60	60	2,9	0,1	4,7	№101-2004	
Бутерброд с джемом или повидлом			15/15	1,4	0,2	16,3	73	№2-2004		
батон	15	15								
джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	15,2	15								
Чай с молоком			180	2,5	2,2	10,2	71	№495-2013, Пермь		
чай-заварка	0,4	0,4								
молоко питьевое	100	100								
сахар	8	8								
Второй завтрак				0,2	0,0	17,3	70			
Сок в ассортименте			100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Пермь
Обед			500	13,7	20,7	63,5	495,1			
Салат из моркови с кукурузой			40	0,7	3,0	3,5	44	№11-2001, Пермь		

морковь - до 01.01 - 20%	33	26						
с 01.01 - 25%	35	26						
масса припущенной моркови		24						
кукуруза консервированная (после термической обработки)	25	15						
масло растительное	3	3						
Суп пюре из крупы перловой с курицей			150/10	3,1	3,5	13,5	98	№160-2013, Пермь
курица потрошённая 1 категории (разделка мякоть без кожи)	30	26						
филе куриное промышленного производства	17	16						
или филе из грудки индейки	17	16						
крупка перловая	12	12						
морковь - до 01.01 - 20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	6	5						
мука пшеничная	3	3						
масло сливочное	3	3						
молоко питьевое	38	38						
бульон куриный	105	105						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Говядина, тушенная с капустой			150	8,6	13,5	14,2	213	№440-2004
говядина 1 категории	67	49						
или мясо говядина жилованное, замороженное в блоках	58	49						
или гуляш-полуфабрикат промышленного производства	49	49						

масса отварного мяса		30						
лук репчатый	10	8						
масло растительное	6	6						
капуста свежая белокочанная	188	150						
морковь - до 01.01 - 20%	25	20						
с 01.01 - 25%	27	20						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	2	2						
мука пшеничная	1,7	1,7						
Кисель из свежих ягод			150	0,2	0,1	12,2	51	№505-2013, Пермь
брусника или клюква свежемороженая	21	20						
сахар	8	8						
крахмал	5	5						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	52	
Уплотненный ужин			420	11,8	16,0	59,2	428,0	
Салат овощной			110	5,1	8,2	4,6	113	№69-2013, Пермь
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	53	40						
01.11 - 31.12 - 30%	57	40						
01.01 - 29.02 - 35%	62	40						
01.03 - 40%	67	40						
масса отварного картофеля		38						
морковь - до 01.01 - 20%	15	12						

с 01.01 - 25%	16	12						
масса отварной моркови		10						
огурцы соленые без уксуса	18,2	10						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	15,4	10						
яйцо куриное	40	40						
масло растительное	4	4						
«Ежики» из мяса с рисом			60	5,7	7,0	6,6	112	№390-2013, Пермь
говядина 1 категории	53	39						
или мясо говядина жилованное, замороженное в блоках	46	39						
крупа рисовая	8	8						
вода питьевая	15	15						
масса готового рассыпчатого риса		20						
лук репчатый	23	19						
масло сливочное	2	2						
масса прогретого с маслом лука		9						
мука пшеничная	3,5	3,5						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Сок в ассортименте	150	150	150	0,4	0,2	18,5	77	№518-2013, Пермь
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,4	21,3	89	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)								
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Хлеб ржаной			10	0,3	0,1	3,8	17	

ИТОГО:			41	47	172	1278		
7 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			350	6,6	8,5	44,5	280,9	
Каша «Дружба»			150	4,7	4,9	22,2	152	№260-2013, Пермь
крупa рисовая	12	12						
крупa пшено	9	9						
молоко питьевое	135	135						
сахар	2	2						
соль йодированная	0,6	0,6						
масло сливочное	3	3						
Бутерброд с маслом			15/5	1,6	3,5	7,4	68	№1-2004
батон	15	15						
масло сливочное	5	5						
Чай с лимоном			180	0,1	0,0	10,5	42	№686-2004
чай-заварка	0,4	0,4						
сахар	10	10						
лимон	6	6						
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Второй завтрак				0,2	0,0	17,3	70	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Пермь

Обед			515	12,2	15,5	75,7	491,2	
Овощное детское пюре промышленного производства в ассортименте			40	0,0	0,0	2,2	9	№101-2004
овощное детское пюре промышленного производства в ассортименте («Тыква», «Брокколи», «Кабачок» и др.)	42	40						
или								
Нарезка из свеклы отварной			40	0,6	0,0	2,5	12	№50-2013, Пермь
свекла - до 01.01 - 20%	54	43						
с 01.01 - 25%	57	43						
Суп из овощей со сметаной			150/5	1,2	3,2	7,5	64	№135-2004
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	40	30						
01.11 - 31.12 - 30%	43	30						
01.01 - 29.02 - 35%	46	30						
01.03 - 40%	50	30						
морковь - до 01.01 - 20%	7,5	6						
с 01.01 - 25%	8	6						
лук репчатый	7	6						
горошек зеленый консервированный	8	5						
овощи свежемороженые (капуста цветная или капуста брокколи)	19	18						
или капуста свежая белокочанная	23	18						
масло сливочное	3	3						
сметана	5	5						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Тефтели, запеченные в молочном соусе			60	6,9	9,6	6,5	140	№388-2013, Пермь

свинина мясная	37	32						
или говядина 1 категории	44	32						
или мясо говядина жилованное, замороженное в блоках	38	32						
хлеб пшеничный	6	6						
яйцо куриное	2	2						
молоко питьевое	8	8						
масло сливочное	1,7	1,7						
лук репчатый	20	17						
масса прогретого с маслом лука		8						
мука пшеничная	4	4						
масса готовых тефтелей		50						
Соус молочный для запекания		30						№434-2013, Пермь
молоко питьевое	30	30						
мука пшеничная	2,5	2,5						
масло сливочное	2,5	2,5						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Макаронные изделия отварные			110	3,0	2,2	31,1	156	№516-2004
макаронные изделия	39	39						
масло сливочное	3	3						
Компот из смеси сухофруктов			150	0,2	0,0	12,7	52	№508-2013, Пермь
сухофрукты	12	12						
сахар	5	5						

Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	52	
Уплотненный ужин			490	13,0	15,6	59,3	429,6	
Котлета рыбная натуральная запеченная			50	5,9	5,5	4,9	93	№9/7-2011, Екатеринбург
минтай потрошённый обезглавленный (филе с кожей без костей)	72	53						
или горбуша потрошённая с головой (филе без кожи и костей)	80	53						
или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	96	53						
лук репчатый	5	4						
яйцо куриное	10	10						
мука пшеничная	4	4						
масло растительное	2	2						
Картофель тушеный			110	2,0	2,7	10,5	74	№216-2004
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	126	95						
01.11 - 31.12 - 30%	136	95						
01.01 - 29.02 - 35%	146	95						
01.03 - 40%	159	95						
морковь - до 01.01 - 20%	31	25						
с 01.01 - 25%	33	25						
лук репчатый	14	12						
масло сливочное	3,5	3,5						
Булочка «Пермская»			50	2,3	4,3	25,5	150	№554-2013, Пермь

мука пшеничная	25	25							
масло сливочное	7	7							
яйцо куриное	4	4							
сахар	4	4							
соль йодированная	0,5	0,5							
дрожжи хлебопекарные	1	1							
или дрожжи сухие хлебопекарные	0,25	0,25							
молоко питьевое	11	11							
повидло или джем (без искусственных ароматизаторов и красителей)	7	7							
сахарная пудра	1,5	1,5							
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2							
Какао с молоком			180	2,7	2,9	12,7	88		№497-2013, Пермь
какао-порошок	2	2							
молоко питьевое	130	130							
сахар	8	8							
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,2	5,7	25		№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)									
ИТОГО:				32	40	197	1272		
8 день									
Наименование блюда	Брутто,г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			360	11,6	9,9	39,8	294,7		

Суп молочный с макаронными изделиями			150	5,0	5,3	18,0	140	№165-2013, Пермь
молоко питьевое	154	154						
макаронные изделия	12	12						
соль йодированная	0,4	0,4						
сахар	1,2	1,2						
масло сливочное	1,5	1,5						
Бутерброд с сыром			20/10	4,2	2,6	9,9	80	№3-2004
батон	20	20						
сыр	10,5	10						
Кофейный напиток			180	2,4	2,0	11,9	75	№501-2013, Пермь
кофейный напиток	3	3						
сахар	8	8						
молоко питьевое	75	75						
Второй завтрак				0,2	0,0	16,9	69	
Отвар шиповника			100	0,2	0,0	16,9	69	№705-2004
шиповник	15	15						
сахар	3	3						
Обед			535	16,0	15,8	71,1	490,6	
Салат из свежих помидоров			40	0,7	3,0	2,7	41	№22-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	39	38						
или помидоры свежие грунтовые	45	38						
масло растительное	3	3						

или								
Салат из соленых огурцов с луком			40	0,4	3,0	2,1	37	№17-2004
огурцы соленые без уксуса	64	35						
лук репчатый	3,6	3						
лук репчатый (использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый)								
или лук зеленый	3,8	3						
масло растительное	3	3						
Суп крестьянский с крупой с мясом и сметаной			150/10/5	3,9	3,5	7,7	78	№154-2013, Пермь
говядина 1 категории	22	16						
или мясо говядина жилованное, замороженное в блоках	19	16						
или гуляш-полуфабрикат промышленного производства	16	16						
капуста свежая белокочанная	23	18						
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	21	16						
01.11 - 31.12 - 30%	23	16						
01.01 - 29.02 - 35%	25	16						
01.03 - 40%	27	16						
крупка перловая	6	6						
морковь - до 01.01 - 20%	7,5	6						
с 01.01 - 25%	8,0	6						
лук репчатый	7	6						
масло сливочное	3	3						
сметана	5	5						

зелень сушеная	0,1	0,1						
Фрикадельки рыбные, запеченные с соусом сметанным с томатом			60	7,8	5,1	10,5	119	№157-2001, Пермь
горбуша (кета) потрошённая с головой (филе без кожи и костей)	60	40						
или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	73	40						
или минтай потрошённый обезглавленный (филе с кожей без костей)	54	40						
хлеб пшеничный	7	7						
молоко питьевое	11	11						
яйцо куриное	4	4						
мука пшеничная	4	4						
масса готовых фрикаделек		50						
Соус сметанный с томатом		30						№601-2004
сметана	12,5	12,5						
мука пшеничная	2,3	2,3						
вода питьевая	17,5	17,5						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	3	3						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Пюре картофельное			120	2,4	3,5	15,1	102	№520-2004
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	136	102						
01.11 - 31.12 - 30%	146	102						
01.01 - 29.02 - 35%	157	102						
01.03 - 40%	170	102						

Хлеб ржаной			10	0,3	0,1	3,8	17	
ИТОГО:				41	40	188	1274	
9 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			360	7,8	7,7	49,3	297,7	
Каша манная жидкая			150	3,9	5,3	22,8	155	№311-2004
крупa манная	15	15						
молоко питьевое	140	140						
сахар	2	2						
соль йодированная	0,6	0,6						
масло сливочное	3	3						
Бутерброд с джемом или повидлом			15/15	1,4	0,2	16,3	73	№2-2004
батон	15	15						
повидло или джем (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	15,2	15						
Чай с молоком			180	2,5	2,2	10,2	71	№495-2013, Пермь
чай-заварка	0,4	0,4						
молоко питьевое	100	100						
сахар	8	8						
Второй завтрак				0,2	0,0	17,3	70	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Пермь
Обед			525	16,4	17,2	65,7	483,2	

Салат из капусты белокочанной с морковью			40	0,6	3,0	3,8	45	№4-2013, Пермь
капуста белокочанная	43	34						
лимон (для сока)	5	2						
сахар	0,4	0,4						
морковь - до 01.01 - 20%	6,3	5						
с 01.01 - 25%	7	5						
(в свежем виде морковь и капусту старого урожая использовать до 1 марта, после 1 марта свежего урожая или другой салат из вареных овощей)								
масло растительное	3	3						
Суп картофельный с мелкошинкованными овощами с мясом со сметаной			150/10/5	3,5	3,9	11,2	94	№1.72-1995, Екатеринбург
говядина 1 категории	22	16						
или мясо говядина жилованное, замороженное в блоках	19	16						
или гуляш-полуфабрикат промышленного производства	16	16						
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	86	65						
01.11 - 31.12 - 30%	93	65						
01.01 - 29.02 - 35%	98	65						
01.03 - 40%	109	65						
морковь - до 01.01 - 20%	8,8	7						
с 01.01 - 25%	9	7						
лук репчатый	4,8	4						
масло сливочное	3	3						
помидоры свежие парниковые	6,1	6						
или помидоры свежие грунтовые	7	6						

сметана	5	5						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Суфле из печени			60	7,6	6,6	1,7	97	№35/8-2011, Екатеринбург
печень говяжья	79	66						
масса отварной печени		45						
яйцо куриное	15	15						
соль йодированная	0,2	0,2						
Соус молочный		15						
молоко питьевое	15	15						
мука пшеничная	1,3	1,3						
масло сливочное	1,3	1,3						
масло сливочное для смазки емкости	2	2						
Каша гречневая вязкая отварная			110	3,3	3,1	14,6	100	№510-2004
крупа гречневая	28	28						
вода питьевая	88	88						
масло сливочное	3	3						
Компот из кураги			150	0,3	0,0	14,3	58	№638-2004
курага	12	12						
сахар	5	5						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	52	
Уплотненный ужин			420	13,7	14,1	60,9	425,3	

Салат из моркови			40	0,4	0,0	4,0	18	№7-2013, Пермь
морковь - до 01.01 - 20%	51	41						
с 01.01 - 25%	55	41						
масса отварной моркови		39						
сахар	1	1						
Котлеты по-хлыновски			50	5,2	7,3	7,0	115	№454-2004
говядина 1 категории	49	36						
или мясо говядина жилованное, замороженное в блоках	42	36						
или гуляш-полуфабрикат промышленного производства	36	36						
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	15	11						
01.11 - 31.12 - 30%	16	11						
01.01 - 29.02 - 35%	17	11						
01.03 - 40%	18	11						
лук репчатый	8	7						
яйцо куриное	7	7						
сухари пшеничные	5	5						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Пюре из гороха с маслом			120	0,5	3,0	18,5	121	№417,418-2013, Пермь
горох	60	60						
вода питьевая	122	122						
масса пюре из гороха		116						
масло сливочное	4	4						

Чай с сахаром				180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004
	чай-заварка	0,4	0,4						
	сахар	10	10						
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте				30	2,7	3,7	17,0	112	
Хлеб ржаной				10	0,3	0,1	3,8	17	
ИТОГО:				38	39	193	1276		
10 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал		
Завтрак				350	8,0	9,7	37,4	268,9	
Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая				150	6,3	6,2	19,5	159	№311-2004
	хлопья овсяные «Геркулес»	18	18						
	молоко питьевое	138	138						
	сахар	2	2						
	соль йодированная	0,8	0,8						
	масло сливочное	3	3						
Бутерброд с маслом				15/5	1,6	3,5	7,4	68	№1-2004
	батон	15	15						
	масло сливочное	5	5						
Чай с лимоном				180	0,1	0,0	10,5	42	№686-2004
	чай-заварка	0,4	0,4						
	сахар	10	10						

лимон	6	5						
Второй завтрак				0,2	0,0	17,3	70	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Пермь
Обед			530	16,0	16,7	74,2	511,1	
Кукуруза консервированная (после термической обработки)	67	40	40	0,8	0,1	3,5	18	№101-2004
Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей			150/10	3,2	3,5	13,5	98	№140-2004
курица потрошённая 1 категории (разделка мякоть без кожи)	30	26						
филе куриное промышленного производства	1	16						
или филе из грудки индейки	17	16						
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	60	45						
01.11 - 31.12 - 30%	64	45						
01.01 - 29.02 - 35%	69	45						
01.03 - 40%	75	45						
макаронные изделия	7	7						
морковь - до 01.01 - 20%	8,8	7						
с 01.01 - 25%	9,3	7						
лук репчатый	8	7						
масло сливочное	3	3						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Биточки рубленые из птицы припущенные			60	6,8	7,3	4,5	111	№498-2004
филе куриное промышленного производства	53	50						
или филе из грудки индейки	53	50						

хлеб пшеничный	13	13						
лук репчатый	10	8						
яйцо куриное	5	5						
молоко питьевое	7	7						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Капуста тушеная			120	3,5	4,9	12,2	107	№423-2004
капуста свежая белокочанная	158	126						
морковь - до 01.01 - 20%	25	20						
с 01.01 - 25%	26,6	20						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	2,5	2,5						
лук репчатый	8	7						
мука пшеничная	1,4	1,4						
масло растительное	5	5						
сахар	0,2	0,2						
Кисель из свежих ягод			150	0,2	0,1	12,2	51	№505-2013, Пермь
брусника или клюква свежемороженная	21	20						
сахар	8	8						
крахмал	5	5						
Хлеб пшеничный			30	0,6	0,3	13,2	58	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
Уплотненный ужин			450	14,7	17,0	52,4	421,4	
Пудинг из творога с рисом с молоком сгущенным			140	9,2	10,9	22,4	225	№318-2013, Пермь

творог	84	83							
яйцо куриное	8	8							
сахар	5	5							
крупа рисовая	16	16							
вода питьевая	29	29							
масса рисовой каши		40							
масло сливочное	4	4							
сметана	4	4							
масло сливочное для смазки листа	4	4							
масса готового пудинга		120							
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20							
Молоко питьевое кипяченое	189	180	180	5,2	5,8	8,5	107		№260-2001, Пермь
Фрукт в ассортименте			130	0,3	0,3	21,5	90		№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)									
ИТОГО:				39	43	181	1271		
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ				38	42	186	1274		
Норма в пищевых веществах и энергии (90%)				38	42	183	1260		При 12 часовом пребывании детей
Норма в пищевых веществах и энергии (100%)*				42	47	203	1400		
11 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			360	10,7	9,0	42,1	292,2		

Каша кукурузная жидкая				150	4,1	4,4	20,3	137	№311-2004
	крупa кукурузная	18	18						
	молоко питьевое	140	140						
	сахар	2	2						
	соль йодированная	0,7	0,7						
	масло сливочное	3	3						
Бутерброд с сыром				20/10	4,2	2,6	9,9	80	№3-2004
	батон	20	20						
	сыр	10,5	10						
Кофейный напиток				180	2,4	2,0	11,9	75	№501-2013, Пермь
	кофейный напиток	3	3						
	сахар	8	8						
	молоко питьевое	75	75						
Второй завтрак					0,1	0,4	16,4	70	
Фрукт в ассортименте				100	0,1	0,4	16,4	70	№458-2006, Москва
Обед				565	19,6	19,8	59,6	495,0	
Салат из свеклы с огурцами				40	0,5	3,0	2,6	39	№53-2013, Пермь
	свекла - до 01.01 - 20%	44	35						
	с 01.01 - 25%	47	35						
	масса отварной свеклы		32						
	огурцы соленые без уксуса	15	8						
	или огурцы свежие парниковые	8,2	8						

или огурцы свежие грунтовые	8,4	8						
масло растительное	3	3						
Уха с крупой			150/50	8,9	5,9	8,9	124	№152-2013, Пермь
горбуша (кета) потрошённая с головой (филе с кожей без костей)	86	60						
или горбуша (кета) неразделанная (филе с кожей без костей)	103	60						
или минтай потрошённый обезглавленный (филе с кожей без костей)	84	62						
или лосось неразделанный (филе с кожей без костей)	108	63						
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	60	45						
01.11 - 31.12 - 30%	64	45						
01.01 - 29.02 - 35%	69	45						
01.03 - 40%	75	45						
крупя рисовая или крупя пшено	5	5						
лук репчатый	7	6						
масло сливочное	3	3						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Фрикадельки из кур припущенные, с маслом			50/5	6,6	6,9	5,1	109	№410-2013, Пермь
филе куриное промышленного производства	40	38						
или филе из грудки индейки	40	38						
хлеб пшеничный	8	8						
яйцо куриное	5	5						
молоко питьевое	10	10						

масло сливочное	5	5						
Пюре картофельное			120	2,4	3,5	15,1	102	№520-2004
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	136	102						
01.11 - 31.12 - 30%	146	102						
01.01 - 29.02 - 35%	157	102						
01.03 - 40%	170	102						
молоко питьевое	19	19						
масло сливочное	4	4						
Сок в ассортименте	150	150	150	0,3	0,0	12,2	50	№518-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	52	
Уплотненный ужин			420	12,5	14,3	56,6	405,1	
Запеканка овощная			160	4,1	7,8	25,5	189	№234-2013, Пермь
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	109	82						
01.11 - 31.12 - 30%	117	82						
01.01 - 29.02 - 35%	126	82						
01.03 - 40%	137	82						
капуста белокочанная	44	35						
морковь - до 01.01 - 20%	66	53						
с 01.01 - 25%	70	53						
лук репчатый	19	16						
масло растительное	8	8						

крупа манная	9	9							
яйцо куриное	7	7							
сметана	4	4							
сухари пшеничные	8	8							
масло растительное для смазки листа	2	2							
Зразы рубленые из говядины, паровые			60	6,7	5,3	3,2	87	№457-2004	
говядина 1 категории	52	38							
или мясо говядина жилованное, замороженное в блоках	45	38							
хлеб пшеничный	8	8							
молоко питьевое	12	12							
котлетная масса		56							
яйцо куриное отварное для фарша	17	17							
масло растительное для смазки емкости	1,5	1,5							
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004	
чай-заварка	0,4	0,4							
сахар	10	10							
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте			20	1,3	1,1	13,5	69		
Хлеб ржаной			10	0,3	0,1	3,8	17		
ИТОГО:				43	44	175	1262		
12 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал		

Завтрак				360	7,4	7,8	46,0	283,8	
Каша пшенная жидкая				150	3,5	5,4	19,5	141	№311-2004
	крупa пшено	18	18						
	молоко питьевое	140	140						
	сахар	2	2						
	соль йодированная	0,6	0,6						
	масло сливочное	3	3						
Бутерброд с джемом или повидлом				15/15	1,4	0,2	16,3	73	№2-2004
	батон	15	15						
	повидло или джем (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	15,2	15						
Чай с молоком				180	2,5	2,2	10,2	71	№495-2013, Пермь
	чай-заварка	0,4	0,4						
	молоко питьевое	100	100						
	сахар	8	8						
Второй завтрак						0,2	0,0	17,3	70
Сок в ассортименте		100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Пермь
Обед				500	16,2	18,4	66,3	495,2	
Салат из отварных овощей с маслом растительным				40	1,0	3,0	5,5	53	№29/1-2011, Екатеринбург
	свекла - до 01.01 - 20%	34	27						
	с 01.01 - 25%	36	27						
	масса отварной свеклы		24						
	картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	24	18						

01.11 - 31.12 - 30%	26	18						
01.01 - 29.02 - 35%	28	18						
01.03 - 40%	30	18						
масса отварного картофеля		15						
масло растительное	3	3						
Суп картофельный с клецками с курицей			150/10	3,2	3,5	8,7	79	№155-2004
курица потрошенная 1 категории (разделка мякоть без кожи)	30	26						
или филе куриное промышленного производства	17	16						
или филе из грудки индейки	17	16						
мука пшеничная	5	5						
масло сливочное	0,5	0,5						
яйцо куриное	1,3	1,3						
вода питьевая	8	8						
соль йодированная	0,1	0,1						
масса готовых клецек:		15						№548-2004
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	40	30						
01.11 - 31.12 - 30%	43	30						
01.01 - 29.02 - 35%	46	30						
01.03 - 40%	50	30						
морковь - до 01.01 - 20%	7,5	6						
с 01.01 - 25%	8,0	6						
лук репчатый	7	6						

масло растительное	3	3						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Голубцы ленивые, запеченные с соусом сметанным с томатом			150	10,5	11,1	13,5	196	№372-2013, Пермь
говядина 1 категории	65	48						
или мясо говядина жилованное, замороженное в блоках	57	48						
крупа рисовая	6	6						
масса отварного риса		17						
лук репчатый	8	7						
масло сливочное	4	4						
яйцо куриное	4	4						
капуста свежая белокочанная	90	72						
масса отварной капусты		67						
масло растительное для смазки листа	2	2						
выход готовых голубцов 120 г	2шт/60г							
Соус сметанный с томатом:		30						№601-2004
сметана	12,5	12,5						
мука пшеничная	2,3	2,3						
вода питьевая	17,5	17,5						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	3	3						
Компот из свежих ягод			150	0,1	0,0	12,5	50	№634-2004
брусника или клюква свежемороженая	26	25						
сахар	8	8						

Хлеб пшеничный			25	0,5	0,3	11,0	48		
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69		
Уплотненный ужин			420	15,8	17,9	49,5	422,3		
Сырники из творога запеченные с молоком сгущенным			140	12,5	11,5	25,7	256	№321-2013, Пермь	
	творог	112	110						
	крупа манная	15	15						
	яйцо куриное	5	5						
	сахар	5	5						
	ванилин	0,01	0,01						
	мука пшеничная	8	8						
	сметана	5	5						
	масло сливочное для смазки листа	3	3						
	масса готовых сырников (2 шт. по 60 г)		120						
	молоко сгущенное с сахаром	20,2	20						
Кисломолочный напиток для детского питания в ассортименте		186	180	180	3,2	6,0	12,3	116	№698-2004
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,4	11,5	50	№458-2006, Москва	
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)									
ИТОГО:				40	44	179	1271		
13 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			350	6,2	9,4	42,2	278,2		

Каша гречневая вязкая				150	4,5	5,9	24,3	168	№248-2013, Пермь
	крупa гречневая	38	38						
	вода питьевая	38	38						
	молоко питьеvое	95	95						
	сахар	2	2						
	соль йодированная	0,6	0,6						
	масло сливочное	3	3						
Бутерброд с маслом				15/5	1,6	3,5	7,4	68	№1-2004
	батон	15	15						
	масло сливочное	5	5						
Чай с лимоном				180	0,1	0,0	10,5	42	№686-2004
	чай-заварка	0,4	0,4						
	сахар	10	10						
	лимон	6	5						
Второй завтрак					0,2	0,0	17,3	70	
Сок в ассортименте		100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Пермь
Обед				530	18,0	16,2	71,4	503,4	
Салат из свежих помидоров				40	0,7	3,0	2,7	41	№22-2013, Пермь
	помидоры свежие парниковые	39	38						
	или помидоры свежие грунтовые	45	38						
	масло растительное	3	3						
или									

Салат из свеклы с горошком			40	0,7	3,0	2,9	41	№58-2013, Пермь
свекла - до 01.01 - 20%	34	27						
с 01.01 - 25%	36	27						
масса отварной свеклы		24						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	23	15						
масло растительное	3	3						
Суп картофельный с крупой с мясом			150/10	3,9	3,5	12,5	97	№138-2004
говядина 1 категории	22	16						
или мясо говядина жилованное, замороженное в блоках	19	16						
или гуляш-полуфабрикат промышленного производства	16	16						
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	60	45						
01.11 - 31.12 - 30%	64	45						
01.01 - 29.02 - 35%	69	45						
01.03 - 40%	75	45						
крупы: перловая, овсяная, пшеничная, пшено	3	3						
морковь - до 01.01 - 20%	6,3	5						
с 01.01 - 25%	6,7	5						
лук репчатый	7	6						
масло сливочное	3	3						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Рыба припущенная, в сметане			60	9,9	6,1	1,5	101	№338-2013, Пермь
горбуша (кета) потрошённая с головой (филе без кожи и костей)	90	60						

или горбуша (кета) неразделанная ((филе без кожи и костей)	109	60						
или минтай потрошённый обезглавленный (филе с кожей без костей)	84	62						
масса припущенной рыбы		50						
сметана	15	15						
мука пшеничная	1,5	1,5						
масло сливочное	1,5	1,5						
Овощи припущенные			120	1,9	2,9	16,5	100	№524-2004
морковь - до 01.01 - 20%	63	50						
с 01.01 - 25%	67	50						
или морковь свежемороженная	57	50						
или кабачки	89	60						
лук репчатый	14	12						
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	86	65						
01.11 - 31.12 - 30%	93	65						
01.01 - 29.02 - 35%	100	65						
01.03 - 40%	109	65						
мука пшеничная	2	2						
масло сливочное	4	4						
Компот из кураги			150	0,3	0,0	14,3	58	№638-2004
курага	12	12						
сахар	5	5						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	

Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
Уплотненный ужин			495	17,5	14,7	54,8	421,5	
Яйца вареные			40	5,1	4,6	0,3	63	№300-2013, Пермь
Запеканка из печени с рисом			60	7,8	6,4	11,1	133	№482-2004
	печень говяжья	54	45					
	крупа рисовая	7	7					
	вода питьевая	16	16					
	масса рассыпчатого риса		21					
	лук репчатый	18	15					
	масло сливочное	6	6					
	масса прогретого с маслом лука		7					
	яйцо куриное	3	3					
	яйцо куриное для смазки изделия	1,5	1,5					
	масло растительное для смазки листа	2	2					
Пюре картофельное			120	2,4	3,5	15,1	102	№520-2004
	картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	136	102					
	01.11 - 31.12 - 30%	146	102					
	01.01 - 29.02 - 35%	157	102					
	01.03 - 40%	170	102					
	молоко питьевое	19	19					
	масло сливочное	4	4					
Йогурт молочный для детского питания в ассортименте			125	1,8	0,1	16,0	72	

Чай с сахаром				150	0,1	0,0	8,5	34	№685-2004
	чай-заварка	0,4	0,4						
	сахар	8	8						
Хлеб ржаной				10	0,3	0,1	3,8	17	
ИТОГО:				42	40	186	1273		
14 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал		
Завтрак				360	13,4	10,2	33,5	279,4	
Запеканка из творога				110	8,2	5,5	8,5	116	№313-2013, Пермь
	творог	107	106						
	мука пшеничная	9	9						
	или крупа манная	8	8						
	молоко питьевое для каши	27	27						
	яйцо куриное	10	10						
	сахар	3,3	3,3						
	ванилин	0,010	0,010						
	сметана	4	4						
	сухари пшеничные	4,4	4,4						
	масло сливочное для смазки листа	3,3	3,3						
Соус молочный сладкий				40	0,9	2,1	4,5	41	№440-2013, Пермь
	молоко питьевое	40	40						

мука пшеничная	1,6	1,6							
масло сливочное	1,6	1,6							
сахар	4	4							
ванилин	0,02	0,02							
Бутерброд с сыром			20/10	4,2	2,6	9,9	80	№3-2004	
батон	20	20							
сыр	10,5	10							
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004	
чай-заварка	0,4	0,4							
сахар	10	10							
Второй завтрак				0,2	0,0	17,3	70		
Сок в ассортименте		100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Пермь
Обед				525	15,4	19,5	64,9	496,7	
Пюре из цветной капусты или капусты брокколи			40	0,3	2,5	2,1	32	№679-2002	
капуста цветная	79	38							
или капуста цветная свежемороженная	44	42							
или капуста брокколи свежемороженная	44	42							
молоко питьевое	7	7							
масло сливочное	3	3							
или									
Салат из огурцов с маслом			40	0,4	3,0	1,3	34	№14/1-2011, Екатеринбург	
огурцы свежие парниковые	40	39							

или огурцы свежие грунтовые	41	39						
масло растительное	3	3						
Борщ с мелкошинкованными овощами с курицей и сметаной			150/10/5	3,1	4,5	7,2	82	№1.78-1995, Екатеринбург
курица потрошенная 1 категории (разделка мякоть без кожи)	30	26						
или филе куриное промышленного производства	17	16						
или филе из грудки индейки	17	16						
свекла - до 01.01 - 20%	30	24						
с 01.01 - 25%	32	24						
капуста свежая белокочанная	18	14						
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	19	14						
01.11 - 31.12 - 30%	20	14						
01.01 - 29.02 - 35%	22	14						
01.03 - 40%	23	14						
морковь - до 01.01 - 20%	10	8						
с 01.01 - 25%	11	8						
лук репчатый	7	6						
масло сливочное	3	3						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	4	4						
сметана	5	5						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Котлеты по-хлыновски			50	5,2	7,3	7,0	115	№454-2004
говядина 1 категории	49	36						

или мясо говядина жилованное, замороженное в блоках	42	36						
или гуляш-полуфабрикат промышленного производства	36	36						
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	15	11						
01.11 - 31.12 - 30%	16	11						
01.01 - 29.02 - 35%	17	11						
01.03 - 40%	18	11						
лук репчатый	8	7						
яйцо куриное	7	7						
сухари пшеничные	5	5						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Овощи, запеченные с яйцом			120	5,2	4,5	12,5	111	№7.55-1995, Екатеринбург
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	64	48						
01.11 - 31.12 - 30%	69	48						
01.01 - 29.02 - 35%	74	48						
01.03 - 40%	80	48						
масса отварного картофеля		45						
морковь - до 01.01 - 20%	59	47						
с 01.01 - 25%	63	47						
масса отварной моркови		45						
молоко питьевое	17	17						
яйцо куриное	40	40						
масло растительное	2	2						

Сок в ассортименте	150	150	150	0,3	0,0	12,2	50	№518-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
Уплотненный ужин			450	9,2	10,1	77,1	436,1	
Плов вегетарианский с сухофруктами			130	3,0	3,3	35,3	183	№271-2013, Пермь
крупa рисовая	32	32						
вода питьевая	192	192						
масса вареного риса		87						
изюм	13	12						
масса вареного изюма		19						
курага	12,5	12						
масса вареной кураги		22						
сахар	2,5	2,5						
масло сливочное	4	4						
Блинчики с джемом или повидлом			50/20	2,1	3,1	31,0	160	№531-2013, Пермь
мука пшеничная	21	21						
молоко питьевое	52	52						
яйцо куриное	5	5						
сахар	1,5	1,5						
соль йодированная	0,4	0,4						
масса теста:		75						
масло растительное	2	2						

масса запеченных блинчиков		50							
джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	20,2	20							
Молоко питьевое кипяченое	158	150	150	0,4	3,5	5,1	68		№260-2001, Пермь
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,2	5,7	25		№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)									
ИТОГО:			38	40	193	1282			
15 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			360	7,4	7,8	46,0	283,8		
Каша пшенная жидкая			150	3,5	5,4	19,5	141		№311-2004
крупa пшено	18	18							
молоко питьевое	140	140							
сахар	2	2							
соль йодированная	0,6	0,6							
масло сливочное	3	3							
Бутерброд с джемом или повидлом			15/15	1,4	0,2	16,3	73		№2-2004
батон	15	15							
повидло или джем (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	15,2	15							
Чай с молоком			180	2,5	2,2	10,2	71		№495-2013, Пермь
чай-заварка	0,4	0,4							
молоко питьевое	100	100							

сахар	8	8						
Второй завтрак				0,2	0,0	17,3	70	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Пермь
Обед			525	13,6	16,9	70,7	489,3	
Салат из капусты белокочанной			40	0,6	3,0	2,8	41	№1-2013, Пермь
капуста белокочанная (стертая с солью)	63	32						
морковь - до 01.01 - 20%	5,0	4						
с 01.01 - 25%	5,3	4						
лук репчатый (бланшированный)	4,8	4						
или лук зеленый	5,0	4						
(в свежем виде лук репчатый, морковь и капусту старого урожая использовать до 1 марта, после 1 марта овощи свежего урожая или другой салат)								
лимон (для сока)	5	2						
сахар	0,4	0,4						
масло растительное	3	3						
или								
Салат из квашеной капусты с луком			40	0,7	3,0	1,7	37	№48-2013, Пермь
капуста белокочанная квашенная промышленного производства	48	34						
лук репчатый	4,8	4						
лук репчатый (использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый)								
или лук зеленый	5	4						
сахар	0,4	0,4						
масло растительное	3	3						

Суп картофельный с мелкошинкованными овощами со сметаной			150/5	1,7	3,6	11,2	84	№1.72-1995, Екатеринбург
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	86	65						
01.11 - 31.12 - 30%	93	65						
01.01 - 29.02 - 35%	98	65						
01.03 - 40%	109	65						
морковь - до 01.01 - 20%	9	7						
с 01.01 - 25%	9,3	7						
лук репчатый	4,8	4						
масло сливочное	3	3						
помидоры свежие парниковые	6,1	6						
или помидоры свежие грунтовые	7,1	6						
сметана	5	5						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Зразы рыбные рубленые, запеченные			60	7,6	6,1	9,3	123	№344-2013, Пермь
горбуша (кета) потрошённая с головой (филе без кожи и костей)	69	46						
или горбуша (кета) неразделанная ((филе без кожи и костей)	84	46						
или минтай потрошённый обезглавленный (филе с кожей без костей)	62	46						
хлеб пшеничный	5	5						
яйцо куриное	3	3						
вода питьевая	5	5						
лук репчатый	3	2,5						

рубленая котлетная масса		56						
масса фарша		12						
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,6	1,2						
морковь - до 01.01 - 20%	19	15						
с 01.01 - 25%	20	15						
масса отварной натертой на мелкой терке моркови		12						
сухари пшеничные	7	7						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Пюре картофельное			120	2,4	3,5	15,1	102	№520-2004
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	136	102						
01.11 - 31.12 - 30%	146	102						
01.01 - 29.02 - 35%	157	102						
01.03 - 40%	170	102						
молоко питьевое	19	19						
масло сливочное	4	4						
Кисель из свежих ягод			150	0,2	0,1	12,2	51	№505-2013, Пермь
брусника или клюква свежемороженая	21	20						
сахар	8	8						
крахмал	5	5						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	52	
Уплотненный ужин			565	12,9	15,6	62,3	440,8	

Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и маслом растительным			110	2,0	5,6	7,5	88	№32/1-2011, Екатеринбург
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	84	63						
01.11 - 31.12 - 30%	90	63						
01.01 - 29.02 - 35%	97	63						
01.03 - 40%	105	63						
масса отварного картофеля		60						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	23	15						
огурцы соленые (без уксуса)	27	15						
яйцо куриное	20	20						
масло растительное	4	4						
Котлеты, биточки из говядины			50	6,0	6,5	5,9	106	№451-2004
говядина 1 категории	50	37						
или мясо говядина жилованное, замороженное в блоках	44	37						
хлеб пшеничный	9	9						
молоко питьевое	4	4						
лук репчатый	4,8	4						
яйцо куриное	5	5						
мука пшеничная	5	5						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Какао с молоком			180	2,7	2,9	12,7	88	№497-2013, Пермь
какао-порошок	2	2						
молоко питьевое	130	130						

сахар	8	8						
Йогурт молочный для детского питания в ассортименте	125	125	125	1,8	0,1	16,0	72	
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,4	16,4	70	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)								
Хлеб ржаной			10	0,3	0,1	3,8	17	
ИТОГО:				34	40	196	1284	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ				39	42	186	1274	
Норма в пищевых веществах и энергии (90%)				38	42	183	1260	При 12 часовом пребывании детей
Норма в пищевых веществах и энергии (100%)*				42	47	203	1400	

16 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			350	7,1	9,0	44,7	288,2	
Суп молочный с макаронными изделиями			150	5,0	5,3	18,0	140	№165-2013, Пермь
молоко питьевое	154	154						
макаронные изделия	12	12						
соль йодированная	0,4	0,4						
сахар	1,2	1,2						
масло сливочное	1,5	1,5						
Бутерброд с маслом			15/5	1,6	3,5	7,4	68	№1-2004
батон	15	15						
масло сливочное	5	5						

Чай с лимоном				180	0,1	0,0	10,5	42	№686-2004
чай-заварка	0,4	0,4							
сахар	10	10							
лимон	6	5							
Хлеб пшеничный				20	0,4	0,2	8,8	39	
Второй завтрак					0,2	0,0	17,3	70	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,2	0,0	17,3	70		№518-2013, Пермь
Обед				520	16,3	19,3	63,6	493,5	
Винегрет овощной				40	0,6	3,0	4,5	47	№71-2004
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	13	10							
01.11 - 31.12 - 30%	14	10							
01.01 - 29.02 - 35%	15	10							
01.03 - 40%	17	10							
масса отварного картофеля		7							
свекла - до 01.01 - 20%	15	12							
с 01.01 - 25%	16	12							
масса отварной свеклы		10							
морковь - до 01.01 - 20%	12,5	10							
с 01.01 - 25%	13,3	10							
масса отварной моркови		8							
огурцы соленые без уксуса	13	7							
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	8	5							

лук репчатый (бланшированный)	2,4	2						
лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый или зелень свежую								
или лук зеленый	2,5	2						
масло растительное	3	3						
Суп-пюре из капусты с мясом			150/10	4,2	5,5	6,0	90	№1.35-1995, Екатеринбург
говядина 1 категории	22	16						
или мясо говядина жилованное, замороженное в блоках	19	16						
или гуляш-полуфабрикат промышленного производства	16	16						
капуста цветная свежемороженая	58	55						
или капуста свежая белокочанная	69	55						
морковь - до 01.01 - 20%	3,8	3						
с 01.01 - 25%	4	3						
мука пшеничная	2,5	2,5						
молоко питьевое	45	45						
яйцо куриное	3	3						
сливки или сметана 10 %	6	6						
масло сливочное	3	3						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Гуляш			60	6,7	7,0	1,9	97	№437-2004
говядина 1 категории	67	49						
или мясо говядина жилованное, замороженное в блоках	58	49						
или гуляш-полуфабрикат	49	49						

масса отварного мяса		30						
масло растительное	3	3						
лук репчатый	10	8						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	4	4						
мука пшеничная	1,5	1,5						
Каша гречневая вязкая отварная			110	3,3	3,1	14,6	100	№510-2004
крупка гречневая	28	28						
вода питьевая	88	88						
масло сливочное	3	3						
Компот из смеси сухофруктов			150	0,2	0,0	12,7	52	№508-2013, Пермь
сухофрукты	12	12						
сахар	5	5						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
Уплотненный ужин			480	21,7	13,6	52,7	420,0	
Вареники ленивые			130	17,1	4,8	19,3	189	№325-2013, Пермь
творог	105	103						
мука пшеничная	15	15						
яйцо куриное	8	8						
сахар	4	4						
Соус молочный сладкий			50	1,3	2,7	6,9	57	№440-2013, Пермь
молоко питьевое	50	50						

мука пшеничная	2	2							
масло сливочное	2	2							
сахар	5	5							
ванилин	0,02	0,02							
Кисломолочный напиток для детского питания в ассортименте	186	180	180	3,2	6,0	12,3	116	№698-2004	
Фрукт в ассортименте			120	0,1	0,1	14,2	58	№458-2006, Москва	
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)									
ИТОГО:			45	42	178	1272			
17 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			360	15,8	13,2	27,1	290,4		
Омлет натуральный			90	8,2	8,2	1,1	111	№340-2004	
яйцо куриное	68	68							
молоко питьевое	26	26							
масло растительное для смазки листа	1	1							
или									
Яичная кашка натуральная			90	8,3	8,4	1,2	114	№279-1996	
яйцо куриное	69	69							
молоко питьевое	36	36							
масло сливочное	3,5	3,5							
Овощи на подгарнировку									

Кукуруза консервированная (после термической обработки)	100	60	60	0,9	0,2	4,1	22	№101-2004
Бутерброд с сыром			20/10	4,2	2,6	9,9	80	№3-2004
батон	20	20						
сыр	10,5	10						
Кофейный напиток			180	2,4	2,0	11,9	75	№501-2013, Пермь
кофейный напиток	3	3						
сахар	8	8						
молоко питьевое	75	75						
Второй завтрак				0,2	0,0	17,3	70	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Пермь
Обед			520	14,7	15,9	71,8	488,7	
Салат из огурцов с маслом			40	0,4	3,0	1,3	34	№14/1-2011, Екатеринбург
огурцы свежие парниковые	40	39						
или огурцы свежие грунтовые	41	39						
масло растительное	3	3						
или								
Салат из соленых огурцов с луком			40	0,4	3,0	2,1	37	№17-2004
огурцы соленые без уксуса	64	35						
лук репчатый	3,6	3						
лук репчатый (использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый)								
или лук зеленый	3,8	3						
масло растительное	3	3						

Суп картофельный с фасолью с курицей			150/10	5,2	4,2	13,2	111	№145-2013, Пермь
курица потрошенная 1 категории (разделка мякоть без кожи)	30	26						
или филе куриное промышленного производства	17	16						
или филе из грудки индейки	17	16						
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	40	30						
01.11 - 31.12 - 30%	43	30						
01.01 - 29.02 - 35%	46	30						
01.03 - 40%	50	30						
фасоль	12	12						
или фасоль консервированная натуральная	45	27						
морковь - до 01.01 - 20%	10	8						
с 01.01 - 25%	11	8						
лук репчатый	7	6						
масло сливочное	3	3						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Котлета рыбная натуральная запеченная			50	5,9	5,5	4,9	93	№9/7-2011, Екатеринбург
минтай потрошённый обезглавленный (филе с кожей без костей)	72	53						
или горбуша потрошённая с головой (филе без кожи и костей)	80	53						
или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	96	53						
лук репчатый	5	4						
яйцо куриное	10	10						

мука пшеничная	4	4						
масло растительное	2	2						
Картофель отварной с маслом			120	1,9	2,4	14,3	86	№203-2004
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	166	125						
01.11 - 31.12 - 30%	179	125						
01.01 - 29.02 - 35%	193	125						
01.03 - 40%	209	125						
масло сливочное	3	3						
Компот из свежих яблок			150	0,1	0,1	15,0	61	№631-2004
яблоки свежие с удаленным семенным гнездом	34	30						
сахар	8	8						
Хлеб пшеничный			25	0,5	0,3	11,0	48	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	52	
Уплотненный ужин			450	13,8	14,4	58,8	420,0	
Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая			150	6,3	6,2	19,5	159	№311-2004
хлопья овсяные «Геркулес»	18	18						
молоко питьевое	138	138						
сахар	2	2						
соль йодированная	0,8	0,8						
масло сливочное	3	3						
ИЛИ								
Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» с бананом			150	5,0	5,5	23,4	163	№6.23-1995, Екатеринбург

хлопья овсяные «Геркулес»	12	12						
молоко питьевое	90	90						
сахар	2	2						
соль йодированная	05	05						
банан очищенный	84	50						
масло сливочное	3	3						
Булочка домашняя			50	3,4	4,5	28,5	168	№564-2013, Пермь
мука пшеничная	34	34						
сахар	5,5	5,5						
сахар (для отделки)	1,6	1,6						
масло сливочное	5,5	5,5						
яйцо куриное для смазки изделия	0,8	0,8						
соль йодированная	0,3	0,3						
дрожжи хлебопекарные	0,9	0,9						
или дрожжи сухие хлебопекарные	0,23	0,23						
молоко питьевое	14	14						
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2						
Молоко питьевое кипяченое	158	150	150	4,0	3,5	5,1	68	№260-2001, Пермь
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,2	5,7	25	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)								
ИТОГО:				44	43	175	1269	

18 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			360	8,0	6,8	46,8	280,4	
Каша кукурузная жидкая			150	4,1	4,4	20,3	137	№311-2004
крупа кукурузная	18	18						
молоко питьевое	140	140						
сахар	2	2						
соль йодированная	0,7	0,7						
масло сливочное	3	3						
Бутерброд с джемом или повидлом			15/15	1,4	0,2	16,3	73	№2-2004
батон	15	15						
повидло или джем (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	15,2	15						
Чай с молоком			180	2,5	2,2	10,2	71	№495-2013, Пермь
чай-заварка	0,4	0,4						
молоко питьевое	100	100						
сахар	8	8						
Второй завтрак				0,2	0,0	17,3	70	
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,4	16,4	70	№458-2006, Москва
Обед			530	16,3	16,4	68,7	487,7	
Салат из свежих помидоров			40	0,7	3,0	2,7	41	№22-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	39	38						

или помидоры свежие грунтовые	45	38						
масло растительное	3	3						
или								
Салат из моркови и яблок			40	0,6	3,1	4,6	49	№9-2013, Пермь
морковь - до 01.01 - 20%	40	32						
с 01.01 - 25%	43	32						
(в свежем виде морковь старого урожая использовать до 1 марта, после 1 марта свежего урожая или в отварном виде)								
яблоки свежие (очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом)	14,3	10						
масло растительное на полив при подаче	3	3						
Суп-пюре из разных овощей			150	1,8	3,0	8,0	66	№168-2004
морковь - до 01.01 - 20%	11	9						
с 01.01 - 25%	12	9						
капуста свежая белокочанная	16	13						
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	32	24						
01.11 - 31.12 - 30%	34	24						
01.01 - 29.02 - 35%	37	24						
01.03 - 40%	40	24						
лук репчатый	7	6						
масло сливочное	3	3						
мука пшеничная	3	3						
молоко питьевое	23	23						
зелень сушеная	0,1	0,1						

Мясной сырок			50	8,5	5,5	4,0	100	№2.7-1995, Екатеринбург
говядина 1 категории	56	41						
или мясо говядина жилованное, замороженное в блоках	48	41						
лук репчатый	5	4						
хлеб пшеничный	4	4						
молоко питьевое	6	6						
яйцо куриное	3	3						
сыр	6,2	6						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
Соус молочный			30	1,0	2,1	2,6	34	№435-2013, Пермь
молоко питьевое	30	30						
мука пшеничная	1,5	1,5						
масло сливочное	1,5	1,5						
Каша пшеничная рассыпчатая			110	3,2	2,2	23,5	127	№302-2004
крупа пшеничная	28	28						
вода питьевая	88	88						
масло сливочное	3	3						
Кисель из свежих ягод			150	0,2	0,1	12,2	51	№505-2013, Пермь
брусника или клюква свежемороженая	21	20						
сахар	8	8						
крахмал	5	5						
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	

Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	52	
Уплотненный ужин			460	10,2	12,6	70,1	434,6	
Макароны, запеченные с яйцом			130	5,7	4,1	18,5	134	(№297-2013, Пермь)
макаронные изделия	32	32						
масса отварных макарон		90						
масло сливочное	2	2						
яйцо куриное	28	28						
молоко питьевое	22	22						
масло сливочное для смазки листа	2	2						
Булочка с изюмом			50	1,7	5,2	22,5	144	№11/12-2011, Екатеринбург
мука пшеничная	28	28						
мука пшеничная на подпыл	0,5	0,5						
сахар	5	5						
масло сливочное	7	7						
молоко питьевое	7	7						
яйцо куриное	4	4						
яйцо куриное для смазки изделия	3	3						
изюм	4,4	4						
дрожжи хлебопекарные	1,3	1,3						
или дрожжи сухие хлебопекарные	0,33	0,33						
соль йодированная	0,2	0,2						
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2						

Какао с молоком			180	2,7	2,9	12,7	88	№497-2013, Перь
какао-порошок	2	2						
молоко питьевое	130	130						
сахар	8	8						
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,4	16,4	70	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)								
ИТОГО:				35	36	202	1272	
19 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			350	8,3	9,8	37,9	273,0	
Каша молочная ассорти (пшенично-ячневая)			150	4,3	4,3	18,6	130	№18/4-2011, Екатеринбург
крупа пшеничная	11	11						
крупа ячневая	11	11						
молоко питьевое	145	145						
сахар	2	2						
соль йодированная	0,6	0,6						
масло сливочное	3	3						
Бутерброд с маслом			15/5	1,6	3,5	7,4	68	№1-2004
батон	15	15						
масло сливочное	5	5						
Кофейный напиток			180	2,4	2,0	11,9	75	№501-2013, Перь

кофейный напиток	3	3						
сахар	8	8						
молоко питьевое	75	75						
Второй завтрак				0,2	0,0	17,3	70	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Пермь
Обед			550	15,1	18,2	68,9	499,4	
Салат Витаминный			40	0,5	3,0	3,7	44	№21(II)-2006, Москва
капуста свежая белокочанная	25	20						
яблоки свежие (очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом)	11	8						
морковь - до 01.01 - 20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
сахар	0,4	0,4						
(в свежем виде морковь и капусту старого урожая использовать до 1 марта, после 1 марта свежего урожая или другой салат из вареных овощей)								
масло растительное	3	3						
Суп-пюре из птицы			150	3,9	4,5	11,5	102	№173-2004
курица потрошенная 1 категории (разделка мякоть без кожи)	45	39						
или филе куриное промышленного производства	25	24						
или филе из грудки индейки	25	24						
масса отварной мякоти птицы		15						
морковь - до 01.01 - 20%	6,3	5						
с 01.01 - 25%	6,7	5						

лук репчатый	6	5						
молоко питьевое	23	23						
мука пшеничная	6	6						
яйцо куриное	2	2						
масло сливочное	3	3						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Шницель рыбный натуральный			60	6,2	4,6	7,5	96	№391-2004
горбуша (кета) потрошённая с головой (филе без кожи и костей)	78	52						
или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	95	52						
или минтай потрошённый обезглавленный (филе с кожей без костей)	70	52						
лук репчатый	15	13						
яйцо куриное	4	4						
сахари пшеничные	7	7						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Соус молочный			30	1,0	2,1	2,6	34	№435-2013, Пермь
молоко питьевое	30	30						
мука пшеничная	1,5	1,5						
масло сливочное	1,5	1,5						
Пюре картофельное			120	2,4	3,5	15,1	102	№520-2004
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	136	102						
01.11 - 31.12 - 30%	146	102						

01.01 - 29.02 - 35%	157	102						
01.03 - 40%	170	102						
молоко питьевое	19	19						
масло сливочное	4	4						
Компот из смеси сухофруктов			150	0,2	0,0	12,7	52	№508-2013, Пермь
сухофрукты	12	12						
сахар	5	5						
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	51	
Уплотненный ужин			420	12,8	16,7	54,3	418,7	
Пюре из говядины			50	6,9	6,5	3,9	102	№393-2013, Пермь
говядина 1 категории	86	63						
или мясо говядина жилованное, замороженное в блоках	74	63						
лук репчатый	6	5						
масса отварного мяса		40						
Соус молочный		18						№434-2013, Пермь
молоко питьевое	18	18						
масло сливочное для соуса	1,5	1,5						
мука пшеничная	1,5	1,5						
масло сливочное для приготовления мясного пюре	3	3						
масло сливочное для смазки емкости	2	2						
Капуста запеченная в молочном соусе с сыром			110	2,9	3,9	8,0	79	№7.40-1995, Екатеринбург

капуста цветная замороженная	111	106						
или капуста свежая белокочанная	123	98						
масса отварной капусты		88						
молоко питьевое	21	21						
мука пшеничная	2,8	2,8						
соль йодированная	0,5	0,5						
яйцо куриное	18	18						
масса соуса		37						
сыр	9	7						
масло растительное	2,5	2,5						
Булочка «К чаю»			80	2,7	6,2	27,4	176	№788-2004
мука пшеничная	50	50						
сахар	6	6						
масло сливочное	3	3						
яйцо куриное	4	4						
молоко сухое	21	21						
дрожжи хлебопекарные	1,6	1,6						
или дрожжи сухие хлебопекарные	0,4	0,4						
молоко питьевое	19	19						
ванилин	0,04	0,04						
соль йодированная	0,6	0,6						
яйцо куриное для смазки изделия	3,2	3,2						

масло растительное для смазки листа	0,2	0,2						
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004
чай-заварка	0,4	0,4						
сахар	10	10						
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
ИТОГО:			36	45	178	1261		
20 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			360	10,8	9,7	35,5	272,5	
Суп молочный с крупой			150	4,1	4,9	15,4	122	№164-2013, Пермь
молоко питьевое	154	154						
крупа: манная или кукурузная, или хлопья овсяные «Геркулес»	9	9						
или ячневая, или гречневая, перловая, пшено	12	12						
сахар	1,2	1,2						
соль йодированная	0,6	0,6						
масло сливочное	1,5	1,5						
Бутерброд с сыром			20/10	4,2	2,6	9,9	80	№3-2004
батон	20	20						
сыр	10,5	10						
Чай с молоком			180	2,5	2,2	10,2	71	№495-2013, Пермь
чай-заварка	0,4	0,4						

молоко питьевое	100	100						
сахар	8	8						
Второй завтрак				0,2	0,0	17,3	70	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Пермь
Обед			570	17,2	20,9	63,7	511,7	
Салат картофельный с огурцами			40	0,7	3,0	5,9	53	№75-2013, Пермь
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	47	35						
01.11 - 31.12 - 30%	50	35						
01.01 - 29.02 - 35%	54	35						
01.03 - 40%	58	35						
огурцы соленые без уксуса	13	7						
или огурцы свежие парниковые	7,1	7						
или огурцы свежие грунтовые	7,4	7						
масло растительное	3	3						
Уха рыбацкая			150/50	5,1	5,2	12,6	118	№30/2-2011, Екатеринбург
горбуша (кета) потрошённая с головой (филе с кожей без костей)	86	60						
или горбуша (кета) неразделанная (филе с кожей без костей)	103	60						
или минтай потрошённый обезглавленный (филе с кожей без костей)	84	62						
или лосось неразделанный (филе с кожей без костей)	108	63						
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	96	72						
01.11 - 31.12 - 30%	103	72						

01.01 - 29.02 - 35%	111	72						
01.03 - 40%	120	72						
лук репчатый	12	10						
масло сливочное	3	3						
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Биточки рубленые из птицы припущенные			60	6,8	7,3	4,5	111	№498-2004
филе куриное промышленного производства	53	50						
или филе из грудки индейки	53	50						
хлеб пшеничный	13	13						
лук репчатый	10	8						
яйцо куриное	5	5						
молоко питьевое	7	7						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Капуста тушеная			120	3,5	4,9	12,2	107	№423-2004
капуста свежая белокочанная	158	126						
морковь - до 01.01 - 20%	25	20						
с 01.01 - 25%	26,6	20						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	2,5	2,5						
лук репчатый	8	7						
мука пшеничная	1,4	1,4						
масло растительное	5	5						
сахар	0,2	0,2						

Компот из изюма				150	0,2	0,0	12,8	52	№638-2004
	изюм	12	12						
	сахар	5	5						
Хлеб пшеничный				10	0,2	0,1	4,4	19	
Хлеб ржаной				30	0,7	0,4	11,3	52	
Уплотненный ужин				430	10,9	15,8	63,0	437,8	
Печень говяжья по-строгановски				50	5,6	6,4	1,6	86	№431-2004
	печень говяжья	71	44						
	масло растительное	3	3						
	масса готовой печени		30						
	мука пшеничная	1,4	1,4						
	сметана	7	7						
	вода питьевая	14	14						
Пюре картофельное				120	2,4	3,5	15,1	102	№520-2004
	картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	136	102						
	01.11 - 31.12 - 30%	146	102						
	01.01 - 29.02 - 35%	157	102						
	01.03 - 40%	170	102						
	молоко питьевое	19	19						
	масло сливочное	4	4						
Булочка «Российская»				80	2,8	5,9	35,7	207	№775-2004
	мука пшеничная	48	48						

мука пшеничная на подпыл	1,3	1,3						
сахар	13	13						
сахар для отделки	2,4	2,4						
масло сливочное	6,5	6,5						
дрожжи хлебопекарные	1,3	1,3						
или дрожжи сухие хлебопекарные	0,33	0,33						
молоко питьевое	23	23						
яйцо куриное	2,3	2,3						
ванилин	0,03	0,03						
яйцо куриное для смазки изделия	2	2						
соль йодированная	0,9	0,9						
масло растительное для смазки листа	0,5	0,5						
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004
чай-заварка	0,4	0,4						
сахар	10	10						
ИТОГО:			39	46	180	1292		
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ			40	43	183	1273		
Норма в пищевых веществах и энергии (90%)			38	42	183	1260	При 12 часовом пребывании детей	
Норма в пищевых веществах и энергии (100%)*			42	47	203	1400		

* СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» Таблица 1, Приложение 10