

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: 3-7 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 1800 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 3 до 7 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
	400	100	600	500
1 день	430	100	650	560
2 день	410	100	630	550
3 день	400	100	685	575
4 день	450	100	660	550
5 день	430	100	705	500
6 день	400	100	635	500
7 день	410	100	645	550
8 день	430	100	655	510
9 день	440	100	635	500
10 день	410	100	655	530
11 день	430	100	705	505
12 день	440	100	625	500
13 день	410	100	650	575
14 день	410	100	650	520
15 день	440	100	645	625
16 день	410	100	630	540
17 день	400	100	645	550
18 день	440	100	660	530
19 день	430	100	690	500
20 день	410	100	680	510

**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 3 до 7 лет

№	Продукты	Количество продуктов в день, г, мл, нетто*	Норма продуктов при 10-12ч. пребывания детей (90-100%), г, мл, в день, нетто	Фактически получено г, мл,**																				за 20 дней, г, мг	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	50	45	40	40	55	50	40	50	40	50	40	50	40	50	50	70	40	55	30	40	40	920	46	102	
2	Хлеб пшеничный	80	72	62	92	74	40	74	80	78	69	57	75	73	50	75	62	79	80	80	66	69	55	1390	70	97
3	Мука пшеничная	29	26,1	32	4	28	31	54	10	38	8	2	2	0	24	5	33	7	26	39	34	65	53	493	25	95
4	Крупы, бобовые	43	40,9	50	15	9	58	37	24	29	41	127	49	41	55	64	37	25	33	25	58	30	12	819	41	100
5	Макаронные изделия	12	11,4	0	0	53	0	38	0	53	16	0	8	0	0	0	0	0	16	0	52	0	0	236	12	104
6	Картофель	140	133	138	228	175	115	179	58	148	148	80	54	286	59	210	85	148	14	191	28	128	257	2729	136	103
7	Овощи (свежие, замороженные, консервированные), включая соленые и квашеные (не более 10% от общего кол-ва овощей) в т.ч. томат-пюре, зелень	220	198	140	260	192	249	186	449	165	140	130	281	188	148	161	229	146	121	171	87	217	225	3885	194	98
8	Фрукты свежие	100	90	162	142	0	105	40	124	105	135	3	159	100	130	5	100	127	125	135	100	10	0	1806	90	100
9	Сухофрукты	11	9,9	0	15	18	18	0	0	15	18	18	0	0	0	18	28	0	15	0	4	15	15	197	9,9	99
10	Соки фруктовые и овощные	100	90	100	100	200	0	100	100	100	0	100	100	0	100	100	100	100	100	100	100	100	100	1800	90	100
11	Витаминизированные напитки	50	45	0	0	0	100	0	180	0	0	0	0	200	0	0	200	0	0	0	200	0	0	880	44	98
12	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)	30	30	34	28	34	33	39	20	37	27	32	31	23	31	28	27	34	30	30	26	40	43	624	31	104
13	Кондитерские изделия	20	18	41	30	20	0	0	20	7	50	70	0	45	20	0	20	20	0	0	20	0	0	363	18,2	101
14	Какао-порошок	0,6	0,6	2,5	0,0	0,0	2,0	0,0	0,0	2,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	2,5	0,0	0,0	2,0	0,0	0,0	12	0,6	96
15	Кофейный напиток	1,2	1,14	0,0	3,6	0,0	0,0	3,6	0,0	0,0	3,6	0,0	0,0	3,6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	0,0	3,6	0,0	22	1,1	95
16	Чай	0,6	0,57	0,5	0,5	1,0	1,0	0,5	0,5	0,5	0,0	1,0	0,5	0,5	0,5	1,0	0,5	0,5	0,5	0,0	0,5	0,5	1,0	12	0,6	101
17	Мясо 1-й категории	55	55	131	64	134	64	16	108	43	63	66	0	51	60	16	50	53	80	0	57	88	0	1144	57	104
18	Птица (куры, цыплята-бройлеры, индейка-потрошенная, 1кат.)	24	24	39	0	0	0	69	39	0	0	0	97	54	39	0	39	0	0	39	0	29	58	502	25	105
19	Субпродукты (печень, язык, сердце)	25	15	0	0	0	75	0	0	0	0	88	0	0	0	60	0	0	0	0	0	0	75	298	15	99
20	Рыба (филе), в т.ч. филе слабо- или малосоленое	37	35,2	0	69	0	40	69	0	74	54	0	0	62	0	83	0	62	0	74	0	69	63	719	36	102
21	Молоко, молочная и кисломолочная продукция	450	405	478	151	324	315	397	174	374	544	314	412	341	505	314	361	570	517	525	525	487	362	7990	400	99
22	Творог (5%-9% м.д.ж.)	40	36	0	0	124	0	0	0	0	0	0	130	0	165	0	124	0	138	0	0	0	0	681	34	95
23	Сметана	11	9,9	5	0	34	15	24	0	5	20	5	7	5	28	20	10	5	0	0	0	0	10	193	9,7	98
24	Сыр	6	5,4	0,0	15	0,0	10	10	0,0	0,0	10	0,0	0,0	10	0,0	0,0	10	0,0	0,0	10	8	10	10	103	5,2	95
25	Масло сливочное	21	21	31	17	16	23	25	7	40	11	24	24	19	15	39	19	14	22	20	28	37	19	447	22	105
26	Масло растительное	11	11	13	16	12	19	8	20	5	9	6	8	18	10	6	7	13	8	8	6	10	18	220	11	100
27	Яйцо	40	40	22	88	31	50	20	116	21	5	25	18	37	15	46	64	30	15	91	41	35	10	780	39	98
28	Дрожжи хлебопекарные	0,5	0,45	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	0,9	1,3	1,6	1,3	9	0,5	104
29	Крахмал	3	2,9	0	0	0	0	0	6	0	0	0	0	6	0	0	0	6	0	0	0	0	0	18	0,9	32
30	Соль пищевая поваренная йодированная	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	100	5	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)»

Распределение энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи для детей дошкольного возраста с 3 до 7 лет*

Суточная потребность СанПин 2.3/2.4.3590-20 (1800 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	
	360		90		630		540		1260/1400	
1 день	377	21	91	5	613	34	546	30	1627	90
2 день	361	20	91	5	640	36	529	29	1621	90
3 день	368	20	88	5	646	36	557	31	1658	92
4 день	379	21	91	5	643	36	522	29	1634	91
5 день	360	20	91	5	647	36	553	31	1650	92
ИТОГО в среднем за неделю	369	20	90	5	638	35	541	30	1638	91
6 день	361	20	91	5	637	35	532	30	1620	90
7 день	372	21	91	5	652	36	516	29	1631	91
8 день	357	20	88	5	632	35	562	31	1639	91
9 день	382	21	91	5	640	36	565	31	1678	93
10 день	356	20	91	5	612	34	561	31	1620	90
ИТОГО в среднем за неделю	366	20	90	5	635	35	547	30	1638	91
11 день	364	20	89	5	663	37	552	31	1668	93
12 день	373	21	91	5	626	35	544	30	1634	91
13 день	365	20	91	5	626	35	540	30	1622	90
14 день	349	19	91	5	642	36	558	31	1639	91
15 день	373	21	91	5	637	35	549	31	1650	92
ИТОГО в среднем за неделю	365	20	91	5	639	35	549	30	1643	91
16 день	368	20	91	5	650	36	536	30	1645	91
17 день	369	20	91	5	597	33	563	31	1620	90
18 день	368	20	91	5	662	37	522	29	1643	91
19 день	373	21	91	5	662	37	525	29	1651	92
20 день	364	20	91	5	624	35	553	31	1631	91
ИТОГО в среднем за неделю	368	20	91	5	639	35	540	30	1638	91
ИТОГО в среднем за день:	367	20	91	5	637	35	544	30	1639	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 3 года до 7 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			430	10,6	15,0	49,8	376,6	
Каша манная жидкая с вареньем			200	5,5	4,5	24,0	159	№6.2.-1995, Екатеринбург
крупa манная	20	20						
молоко питьевое	189	189						
сахар	3	3						
соль йодированная	0,8	0,8						
варенье (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	20,2	20						
масло сливочное	5	5						
Бутерброд с маслом			20/10	1,8	7,1	9,9	111	№1-2004
батон	20	20						
масло сливочное	10	10						
Какао с молоком			200	3,3	3,4	15,9	107	№497-2013, Пермь

какао-порошок	2,5	2,5						
молоко питьевое	130	130						
сахар	10	10						
Второй завтрак				0,5	0,2	21,8	91	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,5	0,2	21,8	91	№518-2013, Пермь
Обед			650	20,5	23,4	80,1	613	
Свекла отварная с маслом растительным			50	0,8	4,0	3,6	54	№56-2006, Москва
свекла - до 01.01 - 20%	61	49						
с 01.01 – 25%	65	49						
масса отварной свеклы		46						
масло растительное	4	4						
Рассольник «Домашний» с курицей со сметаной			180/15/5	4,7	3,8	8,7	88	№131-2004
курица потрошёная 1 категории (разделка мякоть без кожи)	45	39						
или филе куриное промышленного производства	25	24						
или филе из грудки индейки	25	24						
капуста свежая белокочанная	19	15						
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	73	55						
01.11 - 31.12 - 30%	79	55						
01.01 - 29.02 - 35%	85	55						
01.03 - 40%	92	55						
морковь - до 01.01 - 20%	7,5	6						
с 01.01 - 25%	8	6						

лук репчатый	8	7						
огурцы соленые без уксуса	18	10						
масло сливочное	4	4						
сметана	5	5						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Котлеты, биточки из говядины			70	9,2	8,8	8,3	149	№451-2004
говядина 1 категории	72	53						
или мясо говядина жилованное, замороженное в блоках	63	53						
хлеб пшеничный	12	12						
молоко питьевое	6	6						
лук репчатый	7,1	6						
яйцо куриное	6	6						
мука пшеничная	7	7						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Каша гречневая вязкая отварная, с соусом молочным			150	4,2	6,1	18,9	147	№510-2004
крупа гречневая	30	30						
вода питьевая	96	96						
масло сливочное	4	4						
Соус молочный		30						№435-2013, Пермь
молоко питьевое	30	30						
мука пшеничная	1,2	1,2						
масло сливочное	1,2	1,2						

Компот из свежих плодов			180	0,4	0,1	18,0	75	№507-2013, Пермь
яблоки свежие с удаленным семенным гнездом	36,5	32						
или вишня	33,9	32						
или слива	35,5	32						
или абрикосы	37,4	32						
сахар	12	12						
Хлеб пшеничный			30	0,6	0,3	13,2	58	
Хлеб ржаной			25	0,6	0,3	9,4	43	
Уплотненный полдник			560	17	22	70	546	
Салат картофельный с кукурузой и морковью			130	2,2	5,2	7,4	85	№73-2013, Пермь
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	110	83						
01.11 - 31.12 - 30%	119	83						
01.01 - 29.02 - 35%	128	83						
01.03 - 40%	139	83						
масса отварного картофеля		80						
кукуруза консервированная (после термической обработки)	42	25						
морковь - до 01.01 - 20%	28	22						
с 01.01 - 25%	29	22						
масса отварной моркови		20						
масло растительное	5	5						
Пудинг из говядины			70	10,2	11,7	1,2	151	№472-2004
говядина 1 категории	106	78						

или мясо говядина жилованное, замороженное в блоках	92	78						
масло сливочное	3,5	3,5						
яйцо куриное	12	12						
молоко питьевое	17	17						
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	0,5	0,5						

молоко питьевое	100	100							
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 ржаной			15	0,5	0,2	5,7	26		
ИТОГО:			49	60	222	1627			
2 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			410	17,5	18,3	31,6	361		
Омлет натуральный			100	9,3	9,2	1,4	126		№340-2004
яйцо куриное	76	76							
молоко питьевое	29	29							
масло растительное для смазки листа	1	1							
или									
Яичная кашка натуральная			100	9,5	9,7	1,5	131		№279-1996
яйцо куриное	77	77							
молоко питьевое	38	38							
масло сливочное	4	4							
Овощи на подгарнировку									
Кукуруза консервированная (после термической обработки)	117	70	70	1,1	0,2	4,4	24		№101-2004
Бутерброд с маслом с сыром			40	3,9	6,2	9,9	111		№1,3-2004

батон	20	20						
масло сливочное	5	5						
сыр	16	15						
Кофейный напиток			200	3,2	2,7	15,9	101	№501-2013, Пермь
кофейный напиток	3,6	3,6						
сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
Второй завтрак				0,5	0,2	21,8	91	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,5	0,2	21,8	91	№518-2013, Пермь
Обед			630	20,9	94,8	640		
Салат из моркови и яблок			50	0,7	4,1	5,7	63	№9-2013, Пермь
морковь - до 01.01 - 20%	50	40						
с 01.01 - 25%	53	40						
(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)	17,2	12						
масло растительное на полив при подаче	4	4						
Суп гороховый на мясном бульоне с гренками			180/20	4,4	3,1	22,9	137	№139-2004
горох	15	15						
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	53	40						
01.11 - 31.12 - 30%	57	40						
01.01 - 29.02 - 35%	62	40						
01.03 - 40%	67	40						

морковь - до 01.01 - 20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	10	8						
масло сливочное	4	4						
гренки из пшеничного хлеба		20						№170-2013, Пермь
хлеб пшеничный	38	32						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Жаркое по-домашнему			200	11,3	12,9	22,7	252	№436-2004
говядина 1 категории	87	64						
или мясо говядина жилованное, замороженное в блоках	76	64						
или гуляш-полуфабрикат промышленного производства	64	64						
масса отварного мяса		40						
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	206	155						
01.11 - 31.12 - 30%	222	155						
01.01 - 29.02 - 35%	239	155						
01.03 - 40%	259	155						
морковь - до 01.01 - 20%	28	22						
с 01.01 - 25%	29	22						
лук репчатый	12	10						
масло растительное	6	6						
Компот из смеси сухофруктов			180	0,3	0,0	15,2	62	№508-2013, Пермь
сухофрукты	15	15						

	сахар	8	8						
Хлеб пшеничный				30	0,6	0,3	13,2	58	
Хлеб ржаной				40	0,9	0,5	15,1	69	
Уплотненный полдник				550	15,3	18,5	75,3	528,6	
Винегрет овощной				130	2,1	5,2	13,5	109	№71-2004
	картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	44	33						
	01.11 - 31.12 - 30%	47	33						
	01.01 - 29.02 - 35%	51	33						
	01.03 - 40%	55	33						
	масса отварного картофеля		30						
	свекла - до 01.01 - 20%	40	32						
	с 01.01 - 25%	43	32						
	масса отварной свеклы		30						
	морковь - до 01.01 - 20%	34	27						
	с 01.01 - 25%	36	27						
	масса отварной моркови		25						
	огурцы соленые без уксуса	36	20						
	горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	23	15						
	лук репчатый (бланшированный)	7,1	6						
лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый или зелень свежую									
	или лук зеленый	7,5	6						
	масло растительное	5	5						

Суфле рыбное			80	9,9	9,2	7,8	154	№400-2004
горбуша (кета) потрошённая с головой (филе без кожи и костей)	104	69						
или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	126	69						
или минтай потрошённый обезглавленный (филе с кожей без костей)	95	70						
масса отварной рыбы		58						
Соус молочный густой		22						№598-2004
молоко питьевое	22	22						
масло сливочное	3,5	3,5						
мука пшеничная	3,5	3,5						
яйцо куриное	12	12						
масло сливочное для смазки листа	4	4						
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте			30	2,7	3,7	17,5	114	
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004
чай-заварка	0,5	0,5						
сахар	10	10						
Фрукт в ассортименте			130	0,3	0,3	21,5	90	№458-2006, Москва
Или детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)								
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
ИТОГО:				52	58	224	1621	
3 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				Номер	

			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	рецептуры
Завтрак			400	14,6	10,2	54,4	367,8	
Запеканка из творога			130	11,4	7,3	12,5	161	№313-2013, Перьмь
творог	125	124						
мука пшеничная	10	10						
или крупа манная	9	9						
молоко питьевое для каши	31	31						
яйцо куриное	10	10						
сахар	5	5						
ванилин	0,01	0,01						
сметана	5	5						
сухари пшеничные	5	5						
масло сливочное для смазки листа	4	4						
Соус молочный сладкий			50	1,3	2,7	6,9	57	№440-2013, Перьмь
молоко питьевое	50	50						
мука пшеничная	2	2						
масло сливочное	2	2						
сахар	5	5						
ванилин	0,02	0,02						
Бутерброд с джемом или повидлом			20/20	1,8	0,2	24,4	107	№2-2004
батон	20	20						
джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	20,2	20						

Чай с сахаром				180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004
	чай-заварка	0,5	0,5						
	сахар	10	10						
Второй завтрак					0,2	0,0	21,7	88	
Отвар шиповника				100	0,2	0,0	21,7	88	№705-2004
	шиповник	18	18						
	сахар	5	5						
Обед				685	18	24	91	646	
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком				50	1,8	4,9	5,7	74	№74-2013, Пермь
	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						
	масса отварного картофеля		23						
	морковь - до 01.01 - 20%	15	12						
	с 01.01 - 25%	16	12						
	масса отварной моркови		10						
	горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	12	8						
	яйцо куриное	8	8						
	масло растительное	4	4						
или									
Салат из огурцов с маслом				50	0,5	4,1	1,7	46	№14/1-2011г, Екатеринбург

огурцы свежие парниковые	48	47						
или огурцы свежие грунтовые	49	47						
масло растительное	4	4						
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной			180/5	1,5	4,9	5,6	73	№142-2013, Пермь
капуста свежая белокочанная	45	36						
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	29	22						
01.11 - 31.12 - 30%	31	22						
01.01 - 29.02 - 35%	34	22						
01.03 - 40%	37	22						
морковь - до 01.01 - 20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	8	7						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	2	2						
масло растительное	4	4						
сметана	5	5						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Котлета полтавская из говядины, запеченная с соусом сметанным с томатом			70/30	9,7	10,3	6,7	158	№427-1996
говядина 1 категории	110	81						
или мясо говядина жилованное, замороженное в блоках	96	81						
вода питьевая	7	7						
чеснок	0,4	0,3						
яйцо куриное	4	4						

сухари пшеничные	7	7						
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			150	3,5	2,8	36,8	186	№516-2004
макаронные изделия	53	53						
масло сливочное	3,5	3,5						
Сок в ассортименте	200	200	200	0,4	0,0	16,3	67	№518-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
Уплотненный полдник			575	20,1	18,5	77,9	557,3	
Шницель из говядины			70	9,2	8,8	8,3	149	№451-2004
говядина 1 категории	72	53						
или мясо говядина жилованное, замороженное в блоках	63	53						
хлеб пшеничный	12	12						
молоко питьевое	6	6						
лук репчатый	7,1	6						
яйцо куриное	6	6						
мука пшеничная	7	7						

масло растительное для смазки листа	2	2						
Овощи, припущенные в сметане			150	2,7	4,2	14,7	107	№210-2004
морковь - до 01.01 - 20%	125	100						
с 01.01 - 25%	133	100						
лук репчатый	12	10						
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	133	100						
01.11 - 31.12 - 30%	143	100						
01.01 - 29.02 - 35%	154	100						
01.03 - 40%	167	100						
сметана	10	10						
масло сливочное	4	4						
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	0,5	0,5							
молоко питьевое	100	100							
сахар	8	8							
Йогурт молочный для детского питания в ассортименте	125	125	125	2,5	0,5	14,0	71		
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	38		
Хлеб ржаной			15	0,5	0,2	5,7	26		
ИТОГО:			53	52	245	1658			
4 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал		

Завтрак			450	12,5	18,2	41,2	378,6		
Суп молочный с крупой			200	5,5	6,5	20,5	163	№164-2013, Пермь	
молоко питьевое	205	205							
крупы: манная или кукурузная, или хлопья овсяные «Геркулес»	12	12							
или ячневая, или гречневая, перловая, пшено	16	16							
сахар	2	2							
соль йодированная	0,8	0,8							
масло сливочное	2	2							
Бутерброд с маслом			20/10	1,8	7,1	9,9	111	№1-2004	
батон	20	20							
масло сливочное	10	10							
Яйца вареные			40	5,1	4,6	0,3	63	№300-2013, Пермь	
Чай с лимоном			180	0,1	0,0	10,5	42	№686-2004	
чай-заварка	0,5	0,5							
сахар	10	10							
лимон	6	5							
Второй завтрак				0,5	0,2	21,8	91		
Сок с содержанием витаминов и минералов в ассортименте		100	100	100	0,5	0,2	21,8	91	№518-2013, Пермь
Обед			660	24,4	24,0	82,3	642,6		
Салат из свеклы с сыром			50	3,4	5,1	5,1	80	№55-2013, Пермь	
свекла – до 01.01 - 20%	54	43							
с 01.01 - 25%	57	43							

масса отварной свеклы		40						
сыр	11	10						
масло растительное	4	4						
Суп картофельный с рыбными фрикадельками			180/40	5,5	4,5	15,1	123	№142-2004
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	133	100						
01.11 - 31.12 - 30%	143	100						
01.01 - 29.02 - 35%	154	100						
01.03 - 40%	167	100						
морковь - до 01.01 - 20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	8	7						
масло растительное	4	4						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	3	3						
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	3						

Печень говяжья по-строгановски			80	11,2	10,4	2,9	150	№431-2004
печень говяжья	90	75						
масло растительное	5	5						
масса готовой печени		50						
мука пшеничная	2	2						
сметана	10	10						
вода питьевая	20	20						
Рис припущенный			130	2,7	3,4	22,0	129	№512-2004
крупа рисовая	46	46						
вода питьевая	95	95						
масло сливочное	4	4						
Компот из кураги			180	0,5	0,0	17,1	70	№638-2004
курага	18	18						
сахар	5	5						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	51	
Уплотненный полдник			550	13,0	16,4	80,8	522,0	
Овощи тушеные с мясом отварным			200	7,1	8,2	29,0	218	№301-2006, Москва
говядина 1 категории	87	64						
или говядина полуфабрикат	76	64						
масса отварного мяса		40						
горошек зеленый консервированный	31	20						

или перец свежий	27	20						
капуста свежая белокочанная	88	70						
или кабачки свежие	104	70						
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	20	15						
01.11 - 31.12 - 30%	21	15						
01.01 - 29.02 - 35%	23	15						
01.03 - 40%	25	15						
морковь - до 01.01 - 20%	50	40						
с 01.01 - 25%	57	40						
лук репчатый	18	15						
масло растительное	5	5						
соус:		35						
мука пшеничная	3,5	3,5						
масло сливочное	3	3						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	3	3						
морковь - до 01.01 - 20%	5	4						
с 01.01 - 25%	6	4						
лук репчатый	4,8	4						
сахар	0,6	0,6						
бульон мясной	23	23						
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			200	2,5	2,2	12,2	79		№495-2013, Пермь
чай-заварка	0,5	0,5							
молоко питьевое	100	100							
сахар	10	10							
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,2	5,7	25		№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)									
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34		
ИТОГО:			50	59	226	1634			
5 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			430	12,5	11,4	51,8	360		
Каша 5 злаков жидкая			200	5,1	6,1	26,0	179		№311-2004
крупa (овсяная, кукурузная, пшеничная, ячневая, гречневая)	30	30							

молоко питьевое	183	183						
сахар	3	3						
соль йодированная	1	1						
масло сливочное	5	5						
Бутерброд с сыром			20/10	4,2	2,6	9,9	80	№3-2004
батон	20	20						
сыр	10,5	10						
Кофейный напиток			200	3,2	2,7	15,9	101	№501-2013, Пермь
кофейный напиток	3,6	3,6						
сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
Второй завтрак				0,5	0,2	21,8	91,0	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,5	0,2	21,8	91	№518-2013, Пермь
Обед			705	20,0	21,4	93,5	646,6	
Салат картофельный с огурцами			50	0,8	4,1	7,4	70	№75-2013, Пермь
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	59	44						
01.11 - 31.12 - 30%	63	44						
01.01 - 29.02 - 35%	68	44						
01.03 - 40%	73	44						
огурцы соленые без уксуса	15	8						
или огурцы свежие парниковые	8,2	8						
или огурцы свежие грунтовые	8,4	8						

масло растительное	4	4						
Борщ «Сибирский» с мясом со сметаной			180/10/5	4,5	3,8	8,6	87	№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%	38	30						
с 01.01 - 25%	40	30						
капуста свежая белокочанная	19	15						
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	9	7						
01.11 - 31.12 - 30%	10	7						
01.01 - 29.02 - 35%	11	7						
01.03 - 40%	12	7						
фасоль	7	7						
морковь - до 01.01 - 20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	8	7						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	2	2						
масло сливочное	4	4						
сахар	0,3	0,3						
сметана	5	5						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Шницель рыбный натуральный			80	8,5	5,3	8,1	114	№391-2004

горбуша (кета) потрошённая с головой (филе без кожи и костей)	104	69							
или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	126	69							
или минтай потрошённый обезглавленный (филе с кожей без костей)	93	69							
лук репчатый	20	17							
яйцо куриное	5	5							
сухари пшеничные	9	9							
масло растительное для смазки листа	2	2							
Соус молочный			50	1,6	2,9	4,2	49		№435-2013, Пермь
молоко питьевое	50	50							
мука пшеничная	2	2							
масло сливочное	2	2							
Пюре картофельное			150	3,0	4,4	18,9	127		№520-2004
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	170	128							
01.11 - 31.12 - 30%	183	128							
01.01 - 29.02 - 35%	197	128							
01.03 - 40%	214	128							
молоко питьевое	24	24							
масло сливочное	5	5							
Компот из свежих яблок			180	0,1	0,1	18,0	73		№631-2004
яблоки свежие с удаленным семенным гнездом	40	35							
сахар	10	10							

Хлеб пшеничный			30	0,6	0,3	13,2	58	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
Уплотненный полдник			500	17,6	13,9	89,5	552,6	
Суфле из птицы			70	10,1	6,8	8,1	134	№193-2001, Пермь
филе куриное промышленного производства	73	69						
или филе из грудки индейки	73	69						
масса отварного филе		50						
яйцо куриное	12	12						
Соус молочный		20						
молоко питьевое	20	20						
мука пшеничная	1,5	1,5						
масло сливочное	2	2						
сметана для смазки изделий	3	3						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Макаронные изделия с овощами			150	3,1	2,8	28,0	150	№294-2013, Пермь
макаронные изделия	38	38						
масса отварных макарон		100						
морковь - до 01.01 - 20%	38	30						
с 01.01 - 25%	40	30						
масло сливочное	4	4						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	8	8						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	23	15						

масса готовых овощей		50						
Шанежка наливная			80	4,0	4,1	34,2	190	№550-2013, Пермь
мука пшеничная	48	48						
сахар	3	3						
масло сливочное	3	3						
яйцо куриное	2	2						
соль йодированная	0,5	0,5						
дрожжи хлебопекарные	1,3	1,3						
или дрожжи сухие хлебопекарные	0,33	0,33						
молоко питьевое	20	20						
сметана	16	16						
мука пшеничная	2,4	2,4						
сахар	0,8	0,8						
масса фарша:		19						
яйцо куриное для смазки изделия	1,3	1,3						
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2						
Чай с сахаром			200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004
чай-заварка	0,5	0,5						
сахар	12	12						
Хлеб пшеничный			15	0,3	0,2	6,6	29	
ИТОГО:				51	47	257	1650	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ:				51	55	235	1638	

Норма в пищевых веществах и энергии (90%):			49	54	235	1620	При 12 часовом пребывании детей			
Норма в пищевых веществах и энергии (100%)*:			54	60	261	1800				
6 день										
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры		
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал			
Завтрак			400	16,7	11,8	47,1	360,9			
Омлет натуральный			100	9,3	9,2	1,4	126	№340-2004		
	яйцо куриное	76	76							
	молоко питьевое	29	29							
	масло растительное для смазки листа	1	1							
или										
Яичная кашка натуральная			100	9,5	9,7	1,5	131	№279-1996		
	яйцо куриное	77	77							
	молоко питьевое	38	38							
	масло сливочное	4	4							
Овощи на поджаривание										
Горошек зеленый консервированный (после термической обработки)			92	60	60	2,9	0,1	4,7	31	№101-2004
Бутерброд с джемом или повидлом			20/20	1,8	0,2	24,4	107	№2-2004		
	батон	20	20							
	джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	20,2	20							
Чай с молоком			200	2,5	2,2	12,2	79	№495-2013, Пермь		
	чай-заварка	0,5	0,5							

молоко питьевое	100	100						
сахар	10	10						
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Второй завтрак				0,5	0,2	21,8	91	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,5	0,2	21,8	91	№518-2013, Пермь
Обед			635	17,2	25,7	84,1	636,5	
Салат из моркови с кукурузой			60	1,1	4,0	5,5	62	№11-2001, Пермь
морковь - до 01.01 - 20%	49	39						
с 01.01 - 25%	52	39						
масса припущенной моркови		37						
кукуруза консервированная (после термической обработки)	33	20						
масло растительное	4	4						
Суп пюре из крупы перловой с курицей			180/15	3,9	3,7	15,5	111	№160-2013, Пермь
курица потрошённая 1 категории (разделка мякоть без кожи)	45	39						
филе куриное промышленного производства	25	24						
или филе из грудки индейки	25	24						
крупка перловая	15	15						
морковь - до 01.01 - 20%	15	12						
с 01.01 - 25%	16	12						
лук репчатый	7	6						
мука пшеничная	4	4						
масло сливочное	4	4						

молоко питьевое	45	45						
бульон куриный	126	126						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Говядина, тушенная с капустой			200	10,2	16,9	16,3	258	№440-2004
говядина 1 категории	86	63						
или мясо говядина жилованное, замороженное в блоках	74	63						
или гуляш-полуфабрикат промышленного производства	63	63						
масса отварного мяса		40						
лук репчатый	12	10						
масло растительное	8	8						
капуста свежая белокочанная	250	200						
морковь - до 01.01 - 20%	33	26						
с 01.01 - 25%	35	26						
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			180	0,3	0,2	14,1	59	№505-2013, Пермь
брусника или клюква свежемороженая	25,2	24						
сахар	10	10						
крахмал	6	6						
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
Уплотненный полдник			500	13,8	18,5	77,6	532	

Салат овощной			150	5,8	9,4	8,4	141	№69-2013, Пермь
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	77	58						
01.11 - 31.12 - 30%	83	58						
01.01 - 29.02 - 35%	89	58						
01.03 - 40%	97	58						
масса отварного картофеля		55						
морковь - до 01.01 - 20%	27,5	22						
с 01.01 - 25%	29	22						
масса отварной моркови		20						
огурцы соленые без уксуса	27	15						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	23	15						
яйцо куриное	40	40						
масло растительное	5	5						
«Ежики» из мяса с рисом			70	6,7	8,2	7,7	131	№390-2013, Пермь
говядина 1 категории	61	45						
или мясо говядина жилованное, замороженное в блоках	53	45						
крупа рисовая	9	9						
вода питьевая	17	17						
масса готового рассыпчатого риса		24						
лук репчатый	26	22						
масло сливочное	3	3						
масса прогретого с маслом лука		11						

мука пшеничная	4	4						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Сок в ассортименте	180	180	180	0,7	0,3	32,0	134	№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:				48	56	231	1620	
7 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			410	7,8	14,0	53,7	372	
Каша «Дружба»			200	5,5	6,7	24,5	180	№260-2013, Пермь
крупа рисовая	17	17						
крупа пшено	12	12						
молоко питьевое	182	182						
сахар	3	3						
соль йодированная	1,2	1,2						
масло сливочное	5	5						
Бутерброд с маслом			20/10	1,8	7,1	9,9	111	№1-2004
батон	20	20						
масло сливочное	10	10						

Чай с лимоном			180	0,1	0,0	10,5	42	№686-2004
чай-заварка	0,5	0,5						
сахар	10	10						
лимон	6	5						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Второй завтрак				0,5	0,2	21,8	91	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,5	0,2	21,8	91	№518-2013, Пермь
Обед			645	18,2	19,0	100,4	652,2	
Овощное детское пюре промышленного производства в ассортименте			50	0,0	0,0	2,7	11	№101-2004
овощное детское пюре промышленного производства в ассортименте («Тыква», «Брокколи», «Кабачок» и др.)	53	50						
ИЛИ								
Нарезка из свеклы отварной			50	0,8	0,0	3,6	18	№50-2013, Пермь
свекла - до 01.01 - 20%	66	53						
с 01.01 - 25%	70	53						
Суп из овощей со сметаной			180/5	1,7	3,9	9,0	78	№135-2004
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	48	36						
01.11 - 31.12 - 30%	51	36						
01.01 - 29.02 - 35%	55	36						
01.03 - 40%	60	36						
морковь - до 01.01 - 20%	8,8	7						
с 01.01 - 25%	9	7						
лук репчатый	8	7						

горошек зеленый консервированный	9	6						
овощи свежемороженные (капуста цветная или капуста брокколи)	23	22						
или капуста свежая белокочанная	28	22						
масло сливочное	4	4						
сметана	5	5						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Тефтели, запеченные в молочном соусе			80	11,2	11,5	8,4	182	№388-2013, Пермь
свинина мясная	50	43						
или говядина 1 категории	58	43						
или мясо говядина жилованное, замороженное в блоках	51	43						
хлеб пшеничный	8	8						
яйцо куриное	3	3						
молоко питьевое	11	11						
масло сливочное	2,3	2,3						
лук репчатый	27	23						
масса прогретого с маслом лука		10						
мука пшеничная	5	5						
масса готовых тефтелей		65						
Соус молочный для запекания		40						№434-2013, Пермь
молоко питьевое	40	40						
мука пшеничная	3,3	3,3						
масло сливочное	3,3	3,3						

масло растительное для смазки листа	2	2						
Макаронные изделия отварные			150	3,5	2,8	36,8	186	№516-2004
макаронные изделия	53	53						
масло сливочное	3,5	3,5						
Компот из смеси сухофруктов			180	0,3	0,0	15,2	62	№508-2013, Пермь
сухофрукты	15	15						
сахар	8	8						
Хлеб пшеничный			30	0,6	0,3	13,2	58	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
Уплотненный полдник			550	17	19	69	516	
Котлета рыбная натуральная, запеченная			70	8,9	7,9	7,2	136	№9/7-2011, Екатеринбург
минтай потрошённый обезглавленный (филе с кожей без костей)	100	74						
или горбуша потрошённая с головой (филе без кожи и костей)	111	74						
или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	135	74						
лук репчатый	6	5						
яйцо куриное	14	14						
мука пшеничная	5	5						
масло растительное	3	3						
Картофель тушеный			130	2,4	3,3	14,7	98	№216-2004
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	149	112						
01.11 - 31.12 - 30%	160	112						

01.01 - 29.02 - 35%	172	112						
01.03 - 40%	187	112						
морковь - до 01.01 - 20%	38	30						
с 01.01 - 25%	40	30						
лук репчатый	18	15						
масло сливочное	4,5	4,5						
Булочка «Пермская»			50	2,3	4,3	25,5	150	№554-2013, Пермь
мука пшеничная	25	25						
масло сливочное	7	7						
яйцо куриное	4	4						
сахар	4	4						
соль йодированная	0,5	0,5						
дрожжи прессованные	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			200	3,3	3,4	15,9	107	№497-2013, Пермь
какао-порошок	2,5	2,5						
молоко питьевое	130	130						
сахар	10	10						

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:			43	52	245	1631		
8 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			430	13,6	12,7	47,0	357	
Суп молочный с макаронными изделиями			200	6,2	7,4	21,2	176	№165-2013, Пермь
молоко питьевое	205	205						
макаронные изделия	16	16						
соль йодированная	0,5	0,5						
сахар	1,6	1,6						
масло сливочное	2	2						
Бутерброд с сыром			20/10	4,2	2,6	9,9	80	№3-2004
батон	20	20						
сыр	10,5	10						
Кофейный напиток			200	3,2	2,7	15,9	101	№501-2013, Пермь
кофейный напиток	3,6	3,6						
сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
Второй завтрак			0,2	0,0	21,7	88		
Отвар шиповника			100	0,2	0,0	21,7	88	№705-2004

шиповник	18	18						
сахар	5	5						
Обед			655	22,2	19,5	92,0	632	
Салат из свежих помидоров			50	0,9	4,1	3,4	54	№22-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	49	48						
или помидоры свежие грунтовые	57	48						
масло растительное	4	4						
или								
Салат из соленых огурцов с луком			50	0,5	4,0	2,7	49	№17-2004
огурцы соленые без уксуса	80	44						
лук репчатый	4,8	4						
лук репчатый (использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый)								
или лук зеленый	5	4						
масло растительное	4	4						
Суп крестьянский с крупой с мясом и сметаной			180/10/5	4,2	3,9	11,2	97	№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	28	22						
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						
крупa перловая	7	7						
морковь - до 01.01 - 20%	8,8	7						
с 01.01 - 25%	9,3	7						
лук репчатый	8	7						
масло сливочное	4	4						
сметана	5	5						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Фрикадельки рыбные, запеченные с соусом сметанным с томатом			80	12,5	6,2	12,2	155	№157-2001, Пермь
горбуша (кета) потрошённая с головой (филе без кожи и костей)	81	54						
или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	98	54						
или минтай потрошённый обезглавленный (филе с кожей без костей)	73	54						
хлеб пшеничный	9	9						
молоко питьевое	15	15						
яйцо куриное	5	5						
мука пшеничная	5	5						
масса готовых фрикаделек		65						
Соус сметанный с томатом		40						№601-2004
сметана	15	15						
мука пшеничная	3	3						
вода питьевая	25	25						

томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	4	4						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Пюре картофельное			150	3,0	4,4	18,9	127	№520-2004
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	170	128						
01.11 - 31.12 - 30%	183	128						
01.01 - 29.02 - 35%	197	128						
01.03 - 40%	214	128						
молоко питьевое	24	24						
масло сливочное	5	5						
Компот из свежих яблок			180	0,1	0,1	18,0	73	№631-2004
яблоки свежие с удаленным семенным гнездом	40	35						
сахар	10	10						
Хлеб пшеничный			30	0,6	0,3	13,2	58	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
Уплотненный полдник			510	15	19	84	562	
Плов из говядины			160	7,1	6,4	27,0	194	№443-2004
говядина полуфабрикат	55	47						
или говядина 1 категории	64	47						
масло растительное	3	3						
масса тушеного мяса		30						
крупа рисовая	34	34						
морковь - до 01.01 - 20%	50	40						

с 01.01 - 25%	53	40							
лук репчатый	14	12							
Молоко питьевое кипяченое	210	200	200	5,8	6,4	9,4	118		№260-2001, Перьмь
Кондитерское изделие промышленного производства			50	1,7	5,2	22,5	144		
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 пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19		
Хлеб ржаной			10	0,3	0,1	3,8	17		
ИТОГО:				51	51	244	1639		
9 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			440	9,4	9,5	64,6	381,5		
Каша манная жидкая			200	5,1	7,1	28,0	196		№311-2004
крупa манная	20	20							
молоко питьевое	190	190							
сахар	3	3							
соль йодированная	1,2	1,2							
масло сливочное	5	5							
Бутерброд с джемом или повидлом			20/20	1,8	0,2	24,4	107		№2-2004
батон	20	20							
повидло или джем (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	20,2	20							

Чай с молоком			200	2,5	2,2	12,2	79	№495-2013, Пермь
чай-заварка	0,5	0,5						
молоко питьевое	100	100						
сахар	10	10						
Второй завтрак				0,5	0,2	21,8	91	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,5	0,2	21,8	91	№518-2013, Пермь
Обед			635	21,2	22,4	88,4	640	
Салат из капусты белокочанной с морковью			50	0,8	4,0	4,8	58	№4-2013, Пермь
капуста белокочанная	50	40						
лимон (для сока)	6	2,5						
сахар	0,6	0,6						
морковь - до 01.01 - 20%	7,5	6						
с 01.01 - 25%	8	6						
(в свежем виде морковь и капусту старого урожая использовать до 1 марта, после 1 марта свежего урожая или другой салат из вареных овощей)								
масло растительное	4	4						
Суп картофельный с мелкошинкованными овощами с мясом со сметаной			180/10/5	4,2	4,4	14,3	114	№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%	106	80						
01.11 - 31.12 - 30%	114	80						
01.01 - 29.02 - 35%	120	80						

01.03 - 40%	134	80						
морковь - до 01.01 - 20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	6	5						
масло сливочное	4	4						
помидоры свежие парниковые	10,2	10						
или помидоры свежие грунтовые	11,8	10						
сметана	5	5						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Суфле из печени			80	10,1	8,8	2,2	128	№35/8-2011, Екатеринбург
печень говяжья	106	88						
масса отварной печени		60						
яйцо куриное	16	16						
соль йодированная	0,2	0,2						
Соус молочный		24						
молоко питьевое	24	24						
мука пшеничная	2	2						
масло сливочное	2	2						
масло сливочное для смазки емкости	4	4						
Каша гречневая вязкая отварная			130	4,1	4,4	21,7	143	№510-2004
крупа гречневая	33	33						
вода питьевая	104	104						

масло сливочное	4	4						
Компот из кураги			180	0,5	0,0	17,1	70	№638-2004
курага	18	18						
сахар	5	5						
Хлеб пшеничный			30	0,6	0,3	13,2	58	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
Уплотненный полдник			500	19	18	82	565	
Салат из моркови			50	0,5	0,0	4,4	20	№7-2013, Пермь
морковь - до 01.01 - 20%	63	50						
с 01.01 - 25%	67	50						
масса отварной моркови		48						
сахар	3	3						
Котлеты по-хлыновски			70	7,7	8,8	9,8	149	№454-2004
говядина 1 категории	68	50						
или мясо говядина жилованное, замороженное в блоках	59	50						
или гуляш-полуфабрикат промышленного производства	50	50						
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	20	15						
01.11 - 31.12 - 30%	21	15						
01.01 - 29.02 - 35%	23	15						
01.03 - 40%	25	15						
лук репчатый	11	9						
яйцо куриное	9	9						

сухари пшеничные	7	7							
масло растительное для смазки листа	2	2							
Пюре из гороха с маслом			150	6,3	3,8	25,0	159		№417,418-2013, Пермь
горох	74	74							
вода питьевая	152	152							
масса пюре из гороха		146							
масло сливочное	5	5							
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,6	43		№685-2004
чай-заварка	0,5	0,5							
сахар	10	10							
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте			50	4,5	5,2	28,0	177		
Хлеб ржаной			10	0,3	0,1	3,8	17		
ИТОГО:				51	50	256	1678		
10 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			410	9,4	14,8	46,4	356,4		
Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая			200	7,5	7,7	26,0	203		№311-2004
хлопья овсяные «Геркулес»	25	25							
молоко питьевое	182	182							
сахар	3	3							
соль йодированная	1	1							

масло сливочное	5	5						
Бутерброд с маслом			20/10	1,8	7,1	9,9	111	№1-2004
батон	20	20						
масло сливочное	10	10						
Чай с лимоном			180	0,1	0,0	10,5	42	№686-2004
чай-заварка	0,5	0,5						
сахар	10	10						
лимон	6	5						
Второй завтрак				0,5	0,2	21,8	91	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,5	0,2	21,8	91	№518-2013, Пермь
Обед			655	20,3	20,7	86,0	611,9	
Кукуруза консервированная (после термической обработки)	100	60	60	0,9	0,2	4,1	22	№101-2004
Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей			180/15	3,9	4,7	15,2	119	№140-2004
курица потрошённая 1 категории (разделка мякоть без кожи)	45	39						
филе куриное промышленного производства	25	24						
или филе из грудки индейки	25	24						
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	72	54						
01.11 - 31.12 - 30%	77	54						
01.01 - 29.02 - 35%	83	54						
01.03 - 40%	90	54						
макаронные изделия	8	8						
морковь - до 01.01 - 20%	10	8						

с 01.01 - 25%	10,6	8						
лук репчатый	9,5	8						
масло сливочное	4	4						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Биточки рубленые из птицы припущенные			70	8,9	8,5	5,9	136	№498-2004
филе куриное промышленного производства	61	58						
или филе из грудки индейки	61	58						
хлеб пшеничный	15	15						
лук репчатый	12	10						
яйцо куриное	6	6						
молоко питьевое	10	10						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Капуста тушеная			150	4,6	6,2	14,0	130	№423-2004
капуста свежая белокочанная	198	158						
морковь - до 01.01 - 20%	30	24						
с 01.01 - 25%	32	24						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	3	3						
лук репчатый	11,9	10						
мука пшеничная	1,8	1,8						
масло растительное	6	6						
сахар	0,3	0,3						
Кисель из свежих ягод			180	0,3	0,2	14,1	59	№505-2013, Пермь

брусника или клюква свежемороженная	25,2	24						
сахар	10	10						
крахмал	6	6						
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
Уплотненный полдник			530	21	24	64	561	
Пудинг из творога с рисом с молоком сгущенным			200	15,2	17,5	33,5	352	№318-2013, Пермь
творог	132	130						
яйцо куриное	12	12						
сахар	8	8						
крупа рисовая	24	24						
вода питьевая	43	43						
масса рисовой каши		60						
масло сливочное	5	5						
сметана	7	7						
масло сливочное для смазки листа	5	5						
масса готового пудинга		180						
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20						
Молоко питьевое кипяченое	210	200	200	5,8	6,4	9,4	118	№260-2001, Пермь
Фрукт в ассортименте			130	0,3	0,3	21,5	90	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)								
ИТОГО:				52	60	219	1620	

ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ:			49	54	239	1638		
Норма в пищевых веществах и энергии (90%):			49	54	239	1638	При 12 часовом пребывании детей	
Норма в пищевых веществах и энергии (100%)*:			49	54	235	1620		
11 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			430	12,9	11,2	52,8	364	
Каша кукурузная жидкая			200	5,5	5,9	27,0	183	№311-2004
крупa кукурузная	25	25						
молоко питьевое	187	187						
сахар	3	3						
соль йодированная	1	1						
масло сливочное	5	5						
Бутерброд с сыром			20/10	4,2	2,6	9,9	80	№3-2004
батон	20	20						
сыр	10,5	10						
Кофейный напиток			200	3,2	2,7	15,9	101	№501-2013, Пермь
кофейный напиток	3,6	3,6						
сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
Второй завтрак				0,1	0,4	21,3	89	
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,4	21,3	89	№458-2006, Москва

Обед			705	27,7	27,5	76,2	663	
Салат из свеклы с огурцами			50	0,6	4,0	3,3	52	№53-2013, Пермь
свекла - до 01.01 - 20%	53	42						
с 01.01 - 25%	56	42						
масса отварной свеклы		40						
огурцы соленые без уксуса	18	10						
или огурцы свежие парниковые	10,2	10						
или огурцы свежие грунтовые	10,5	10						
масло растительное	4	4						
Уха с крупой			180/50	11,7	7,4	10,1	154	№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%	73	55						
01.11 - 31.12 - 30%	79	55						
01.01 - 29.02 - 35%	85	55						
01.03 - 40%	92	55						
крупя рисовая или крупя пшено	6	6						
лук репчатый	8	7						
масло сливочное	4	4						

зелень сушеная	0,1	0,1						
Фрикадельки из кур припущенные, с маслом			70/5	11,2	11,1	6,8	172	№410-2013, Пермь
филе куриное промышленного производства	57	54						
или филе из грудки индейки	57	54						
хлеб пшеничный	12	12						
яйцо куриное	7	7						
молоко питьевое	14	14						
масло сливочное	5	5						
Пюре картофельное			150	3,0	4,4	18,9	127	№520-2004
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	170	128						
01.11 - 31.12 - 30%	183	128						
01.01 - 29.02 - 35%	197	128						
01.03 - 40%	214	128						
молоко питьевое	24	24						
масло сливочное	5	5						
Сок с содержанием витаминов и минералов в ассортименте	200	200	200	0,1	0,0	17,0	68	№518-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	52	
Уплотненный полдник			505	22,3	19,6	71,7	552,4	
Запеканка овощная			200	9,7	10,5	28,5	247	№234-2013, Пермь
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	137	103						
01.11 - 31.12 - 30%	147	103						

01.01 - 29.02 - 35%	159	103						
01.03 - 40%	172	103						
капуста белокочанная	55	44						
морковь - до 01.01 - 20%	81	65						
с 01.01 - 25%	86	65						
лук репчатый	24	20						
масло растительное	10	10						
крупа манная	10	10						
яйцо куриное	8	8						
сметана	5	5						
сухари пшеничные	10	10						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Зразы рубленые из говядины, паровые			80	10,2	7,1	4,0	121	№457-2004
говядина 1 категории	69	51						
или мясо говядина жилованное, замороженное в блоках	60	51						
хлеб пшеничный	11	11						
молоко питьевое	16	16						
котлетная масса		75						
яйцо куриное отварное для фарша	22	22						
масло растительное для смазки емкости	2	2						
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004
чай-заварка	0,5	0,5						

	сахар	10	10						
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте				45	1,7	1,8	21,0	107	
Хлеб ржаной				20	0,6	0,2	7,6	35	
ИТОГО:				63	59	222	1668		
12 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал		
Завтрак				440	10,9	9,8	60,3	373,0	
Каша пшенная жидкая				200	6,6	7,4	23,7	188	№311-2004
	крупa пшено	25	25						
	молоко питьевое	185	185						
	сахар	3	3						
	соль йодированная	1,2	1,2						
	масло сливочное	5	5						
Бутерброд с джемом или повидлом				20/20	1,8	0,2	24,4	107	№2-2004
	батон	20	20						
	повидло или джем (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	20,2	20						
Чай с молоком				200	2,5	2,2	12,2	79	№495-2013, Пермь
	чай-заварка	0,5	0,5						
	молоко питьевое	100	100						
	сахар	10	10						
Второй завтрак					0,5	0,2	21,8	91	

Сок в ассортименте	100	100	100	0,5	0,2	21,8	91	№518-2013, Пермь
Обед			625	23,5	26,1	74,3	626,1	
Салат из отварных овощей с маслом растительным			50	1,2	4,1	6,3	67	№29/1-2011, Екатеринбург
свекла - до 01.01 - 20%	41	33						
с 01.01 - 25%	44	33						
масса отварной свеклы		30						
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	31	23						
01.11 - 31.12 - 30%	33	23						
01.01 - 29.02 - 35%	35	23						
01.03 - 40%	38	23						
масса отварного картофеля		20						
масло растительное	4	4						
Суп картофельный с клецками с курицей			180/15	5,4	5,3	9,2	106	№155-2004
курица потрошенная 1 категории (разделка мякоть без кожи)	30	39						
или филе куриное промышленного производства	25	24						
или филе из грудки индейки	25	24						
мука пшеничная	8	8						
масло сливочное	0,7	0,7						
яйцо куриное	2	2						
вода питьевая	10	10						
соль йодированная	0,1	0,1						
масса готовых клецек:		20						№548-2004

картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	48	36						
01.11 - 31.12 - 30%	51	36						
01.01 - 29.02 - 35%	55	36						
01.03 - 40%	60	36						
морковь - до 01.01 - 20%	8,8	7						
с 01.01 - 25%	9,3	7						
лук репчатый	8	7						
масло растительное	4	4						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Голубцы ленивые, запеченные с соусом сметанным с томатом			200	15,3	15,9	16,1	269	№372-2013, Пермь
говядина 1 категории	82	60						
или мясо говядина жилованное, замороженное в блоках	71	60						
крупа рисовая	8	8						
масса отварного риса		21						
лук репчатый	7	6						
масло сливочное	5	5						
яйцо куриное	5	5						
капуста свежая белокочанная	113	90						
масса отварной капусты		84						
масло растительное для смазки листа	2	2						
выход готовых голубцов 150 г	2шт/75г							
Соус сметанный с томатом:		50						№601-2004

сметана	20	20						
мука пшеничная	3,5	3,5						
вода питьевая	30	30						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5	5						
Компот из свежих ягод			180	0,1	0,0	14,4	58	№634-2004
брусника или клюква свежемороженная	31,5	30						
сахар	10	10						
Хлеб пшеничный			30	0,6	0,3	13,2	58	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
Уплотненный полдник			500	20,1	22,9	64,3	544	
Сырники из творога запеченные с молоком сгущенным			200	16,4	15,8	39,1	364	№321-2013, Пермь
творог	167	165						
крупа манная	22	22						
яйцо куриное	8	8						
сахар	8	8						
ванилин	0,01	0,01						
мука пшеничная	12	12						
сметана	8	8						
масло сливочное для смазки листа	4	4						
масса готовых сырников (3 шт. по 60 г)		180						
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20						
Кисломолочный напиток для детского питания в ассортименте	207	200	200	3,6	6,7	13,7	130	№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:			55	59	221	1634		
13 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			410	7,9	14,2	51,5	365,4	
Каша гречневая вязкая			200	6,0	7,1	31,1	212	№248-2013, Пермь
крупa гречневая	50	50						
вода питьевая	50	50						
молоко питьевое	125	125						
сахар	3	3						
соль йодированная	1,2	1,2						
масло сливочное	5	5						
Бутерброд с маслом			20/10	1,8	7,1	9,9	111	№1-2004
батон	20	20						
масло сливочное	10	10						
Чай с лимоном			180	0,1	0,0	10,5	42	№686-2004
чай-заварка	0,5	0,5						
сахар	10	10						
лимон	6	5						
Второй завтрак			0,5	0,2	21,8	91		

Сок в ассортименте	100	100	100	0,5	0,2	21,8	91	№518-2013, Пермь
Обед			650	22,3	20,8	87,6	626,3	
Салат из свежих помидоров			50	0,9	4,1	3,4	54	№22-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	49	48						
или помидоры свежие грунтовые	57	48						
масло растительное	4	4						
или								
Салат из свеклы с зеленым горошком			50	0,9	4,0	3,7	54	№58-2013, Пермь
свекла - до 01.01 - 20%	41	33						
с 01.01 - 25%	44	33						
масса отварной свеклы		30						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	28	18						
масло растительное	4	4						
Суп картофельный с крупой с мясом			180/10	4,4	4,1	15,2	115	№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%	73	55						
01.11 - 31.12 - 30%	79	55						
01.01 - 29.02 - 35%	85	55						
01.03 - 40%	92	55						
крупя: перловая, овсяная, пшеничная, пшено	4	4						

морковь - до 01.01 - 20%	7,5	6						
с 01.01 - 25%	8	6						
лук репчатый	8	7						
масло сливочное	4	4						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Рыба припущенная, в сметане			80	11,9	7,3	2,5	123	№338-2013, Пермь
горбуша (кета) потрошённая с головой (филе без кожи и костей)	120	80						
или горбуша (кета) неразделанная ((филе без кожи и костей)	146	80						
или минтай потрошённый обезглавленный (филе с кожей без костей)	112	83						
масса припущенной рыбы		65						
сметана	20	20						
мука пшеничная	2	2						
масло сливочное	2	2						
Овощи припущенные			150	2,2	3,8	20,3	124	№524-2004
морковь - до 01.01 - 20%	81	65						
с 01.01 - 25%	86	65						
или морковь свежемороженная	74	65						
или кабачки	112	75						
лук репчатый	18	15						
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						
мука пшеничная	3	3						
масло сливочное	5	5						
Компот из кураги			180	0,5	0,0	17,1	70	№638-2004
курага	18	18						
сахар	5	5						
Хлеб пшеничный			35	0,7	0,4	15,4	68	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
Уплотненный полдник			575	21	18	73	540	
Яйца вареные			40	5,1	4,6	0,3	63	№300-2013, Пермь
Запеканка из печени с рисом			80	10,4	8,8	14,5	179	№482-2004
печень говяжья	72	60						
крупа рисовая	10	10						
вода питьевая	21	21						
масса рассыпчатого риса		28						
лук репчатый	24	20						
масло сливочное	8	8						
масса прогретого с маслом лука		10						
яйцо куриное	4	4						
яйцо куриное для смазки изделия	2	2						
масло растительное для смазки листа	2	2						

Пюре картофельное			150	3,0	4,4	18,9	127	№520-2004
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	170	128						
01.11 - 31.12 - 30%	183	128						
01.01 - 29.02 - 35%	197	128						
01.03 - 40%	214	128						
молоко питьевое	24	24						
масло сливочное	5	5						
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004
чай-заварка	0,5	0,5						
сахар	10	10						
Йогурт молочный для детского питания в ассортименте			125	1,8	0,1	16,0	72	
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			10	0,3	0,1	3,8	17	
ИТОГО:				52	53	234	1622	
14 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			410	17,0	12,6	41,9	349	
Запеканка из творога			130	11,4	7,03	12,5	161	№313-2013, Пермь
творог	125	124						
мука пшеничная	10	10						
или крупа манная	9	9						

молоко питьевое для каши	31	31							
яйцо куриное	10	10							
сахар	5	5							
ванилин	0,01	0,01							
сметана	5	5							
сухари пшеничные	5	5							
масло сливочное для смазки листа	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							
Бутерброд с сыром			20/10	4,2	2,6	9,9	80	№3-2004	
батон	20	20							
сыр	10,5	10							
Чай с сахаром			200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004	
чай-заварка	0,5	0,5							
сахар	12	12							
Второй завтрак				0,5	0,2	21,8	91		
Сок в ассортименте		100	100	100	0,5	0,2	21,8	91	№518-2013, Пермь
Обед				650	19,9	23,9	86,8	641,9	

Пюре из цветной капусты или капусты брокколи			50	0,4	3,1	2,6	40	№679-2002
капуста цветная	98	47						
или капуста цветная свежемороженная	55	52						
или капуста брокколи свежемороженная	55	52						
молоко питьевое	8	8						
масло сливочное	4	4						
или								
Салат из огурцов с маслом			50	0,5	4,1	1,7	46	№14/1-2011, Екатеринбург
огурцы свежие парниковые	48	47						
или огурцы свежие грунтовые	49	47						
масло растительное	4	4						
Борщ с мелкошинкованными овощами с курицей и сметаной			180/15/5	4,2	4,9	8,8	96	№1.78-1995, Екатеринбург
курица потрошенная 1 категории (разделка мякоть без кожи)	45	39						
или филе куриное промышленного производства	25	24						
или филе из грудки индейки	25	24						
свекла - до 01.01 - 20%	38	30						
с 01.01 - 25%	40	30						
капуста свежая белокочанная	21	17						
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	23	17						
01.11 - 31.12 - 30%	24	17						
01.01 - 29.02 - 35%	26	17						
01.03 - 40%	28	17						

морковь - до 01.01 - 20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	8	7						
масло сливочное	4	4						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5	5						
сметана	5	5						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Котлеты по-хлыновски			70	7,7	8,8	9,8	149	№454-2004
говядина 1 категории	68	50						
или мясо говядина жилованное, замороженное в блоках	59	50						
или гуляш-полуфабрикат промышленного производства	50	50						
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	20	15						
01.11 - 31.12 - 30%	21	15						
01.01 - 29.02 - 35%	23	15						
01.03 - 40%	25	15						
лук репчатый	11	9						
яйцо куриное	9	9						
сухари пшеничные	7	7						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Овощи, запеченные с яйцом			130	5,5	6,1	17,2	146	№7.55-1995, Екатеринбург
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	70	53						
01.11 - 31.12 - 30%	76	53						

01.01 - 29.02 - 35%	82	53						
01.03 - 40%	89	53						
масса отварного картофеля		50						
морковь - до 01.01 - 20%	65	52						
с 01.01 - 25%	69	52						
масса отварной моркови		50						
молоко питьевое	20	20						
яйцо куриное	40	40						
масло растительное	3	3						
Сок с содержанием витаминов и минералов в ассортименте	200	200	200	0,4	0,0	16,3	67	№518-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			30	0,6	0,3	13,2	58	
Хлеб ржаной			50	1,1	0,7	18,9	86	
Уплотненный полдник			520	12	14	98	558	
Плов вегетарианский с сухофруктами			150	3,5	3,8	51,4	254	№271-2013, Пермь
крупа рисовая	37	37						
вода питьевая	222	222						
масса вареного риса		100						
изюм	15	14						
масса вареного изюма		22						
курага	14,5	14						
масса вареной кураги		25						
сахар	3	3						

масло сливочное	5	5							
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	210	200	200	5,8	6,4	9,4	118	№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:				49	50	248	1639		
15 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			440	10,9	9,8	60,3	373,0		
Каша пшенная жидкая			200	6,6	7,4	23,7	188	№311-2004	
крупа пшено	25	25							
молоко питьевое	185	185							

сахар	3	3						
соль йодированная	1,2	1,2						
масло сливочное	5	5						
Бутерброд с джемом или повидлом			20/20	1,8	0,2	24,4	107	№2-2004
батон	20	20						
повидло или джем (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	20,2	20						
Чай с молоком			200	2,5	2,2	12,2	79	№495-2013, Пермь
чай-заварка	0,5	0,5						
молоко питьевое	100	100						
сахар	10	10						
Второй завтрак				0,5	0,2	21,8	91,0	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,5	0,2	21,8	91	№518-2013, Пермь
Обед			645	17,5	20,5	95,5	637	
Салат из капусты белокачанной			50	0,8	4,0	4,2	56	№1-2013, Пермь
капуста белокачанная (стертая с солью)	77	39						
морковь - до 01.01 - 20%	6	5						
с 01.01 - 25%	7	5						
лук репчатый (бланшированный)	6	5						
или лук зеленый	6,3	5						
лук репчатый, морковь и капусту старого урожая использовать только до 1 марта, после 1 марта овощи свежего урожая или другой салат)								
лимон (для сока)	6	2,5						
сахар	0,6	0,6						

масло растительное	4	4						
или								
Салат из квашеной капусты с луком			50	0,8	4,0	2,5	49	№48-2013, Перьмь
капуста белокочанная квашенная промышленного производства	59	42						
лук репчатый	6	5						
лук репчатый (использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый)								
или лук зеленый	6,3	5						
сахар	0,6	0,6						
масло растительное	4	4						
Суп картофельный с мелкошинкованными овощами со сметаной			180/5	2,0	4,2	14,3	103	№1.72-1995, Екатеринбург
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	106	80						
01.11 - 31.12 - 30%	114	80						
01.01 - 29.02 - 35%	120	80						
01.03 - 40%	134	80						
морковь - до 01.01 - 20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	6	5						
масло сливочное	4	4						
помидоры свежие парниковые	10,2	10						
или помидоры свежие грунтовые	11,8	10						
сметана	5	5						
зелень сушеная	0,1	0,1						

Зразы рыбные рубленые, запеченные			80	9,7	6,7	11,9	147	№344-2013, Пермь
горбуша (кета) потрошённая с головой (филе без кожи и костей)	93	62						
или горбуша (кета) неразделанная ((филе без кожи и костей)	113	62						
или минтай потрошённый обезглавленный (филе с кожей без костей)	84	62						
хлеб пшеничный	7	7						
яйцо куриное	4	4						
вода питьевая	6	6						
лук репчатый	4,8	4						
рубленая котлетная масса		75						
масса фарша		16						
зелень свежая (петрушка, укроп)	2	1,5						
морковь - до 01.01 - 20%	25	20						
с 01.01 - 25%	27	20						
масса отварной натертой на мелкой терке моркови		13						
сухари пшеничные	10	10						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Пюре картофельное			150	3,0	4,4	18,9	127	№520-2004
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	170	128						
01.11 - 31.12 - 30%	183	128						
01.01 - 29.02 - 35%	197	128						
01.03 - 40%	214	128						

молоко питьевое	24	24						
масло сливочное	5	5						
Кисель из свежих ягод			180	0,3	0,2	14,1	59	№505-2013, Перь
брусника или клюква свежемороженая	25,2	24						
сахар	10	10						
крахмал	6	6						
Хлеб пшеничный			30	0,6	0,3	13,2	58	
Хлеб ржаной			50	1,1	0,7	18,9	86	
Уплотненный полдник			625	17,8	20,3	73,8	549,1	
Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и маслом растительным			130	2,9	7,4	9,7	117	№32/1-2011, Екатеринбург
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	90	68						
01.11 - 31.12 - 30%	97	68						
01.01 - 29.02 - 35%	105	68						
01.03 - 40%	114	68						
масса отварного картофеля		65						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	31	20						
огурцы соленые (без уксуса)	36	20						
яйцо куриное	20	20						
масло растительное	5	5						
Котлеты, биточки из говядины			70	9,2	8,8	8,3	149	№451-2004
говядина 1 категории	72	53						
или мясо говядина жилованное, замороженное в блоках	63	53						

хлеб пшеничный	12	12							
молоко питьевое	6	6							
лук репчатый	7,1	6							
яйцо куриное	6	6							
мука пшеничная	7	7							
масло растительное для смазки листа	2	2							
Какао с молоком			200	3,3	3,4	15,9	107		№497-2013, Пермь
какао-порошок	2,5	2,5							
молоко питьевое	130	130							
сахар	10	10							
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			20	0,5	0,2	7,5	34		
ИТОГО:				47	51	251	1650		
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ:				53	54	235	1643		
Норма в пищевых веществах и энергии (90%):				49	54	235	1620	При 12 часовом пребывании детей	
Норма в пищевых веществах и энергии (100%)*:				54	60	261	1800		
16 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			410	8,5	14,7	50,4	367,9		

Суп молочный с макаронными изделиями			200	6,2	7,4	21,2	176	№165-2013, Пермь	
молоко питьевое	205	205							
макаронные изделия	16	16							
соль йодированная	0,5	0,5							
сахар	1,6	1,6							
масло сливочное	2	2							
Бутерброд с маслом			20/10	1,8	7,1	9,9	111	№1-2004	
батон	20	20							
масло сливочное	10	10							
Чай с лимоном			180	0,1	0,0	10,5	42	№686-2004	
чай-заварка	0,5	0,5							
сахар	10	10							
лимон	6	5							
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39		
Второй завтрак				0,5	0,2	21,8	91,0		
Сок в ассортименте		100	100	100	0,5	0,2	21,8	91,0	№518-2013, Пермь
Обед			630	22,2	25,1	83,8	649,9		
Винегрет овощной			60	1,2	4,0	5,7	64	№71-2004	
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	19	14							
01.11 - 31.12 - 30%	20	14							
01.01 - 29.02 - 35%	22	14							
01.03 - 40%	23	14							

масса отварного картофеля		12						
свекла - до 01.01 - 20%	23	18						
с 01.01 - 25%	24	18						
масса отварной свеклы		16						
морковь - до 01.01 - 20%	18	14						
с 01.01 - 25%	19	14						
масса отварной моркови		12						
огурцы соленые без уксуса	20	11						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	9	6						
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	4	4						
Суп-пюре из капусты с мясом			180/10	4,7	6,5	6,4	103	№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	68	65						
или капуста свежая белокочанная	81	65						
морковь - до 01.01 - 20%	6,3	5						
с 01.01 - 25%	7	5						
мука пшеничная	3	3						

молоко питьевое	55	55						
яйцо куриное	4	4						
сливки или сметана 10 %	7	7						
масло сливочное	4	4						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Гуляш			70	10,2	9,3	2,1	133	№437-2004
говядина 1 категории	87	64						
или мясо говядина жилованное, замороженное в блоках	76	64						
или гуляш-полуфабрикат	64	64						
масса отварного мяса		40						
масло растительное	4	4						
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			130	4,1	4,4	21,7	143	№510-2004
крупа гречневая	33	33						
вода питьевая	104	104						
масло сливочное	4	4						
Компот из смеси сухофруктов			180	0,3	0,0	15,2	62	№508-2013, Пермь
сухофрукты	15	15						
сахар	8	8						
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77	

Хлеб ржаной				40	0,9	0,5	15,1	69	
Уплотненный полдник				540	28	17	68	536	
Вареники ленивые с соусом молочным				170	22,4	7,3	27,2	264	№325-2013, Пермь
	творог	139	138						
	мука пшеничная	20	20						
	яйцо куриное	11	11						
	сахар	5	5						
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		207	200	200	3,6	6,7	13,7	130	№698-2004
Фрукт в ассортименте				120	0,2	0,2	20,6	85	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)									
ИТОГО:					59	57	224	1645	
17 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал		
Завтрак				400	18,2	14,9	40,4	368,5	
Омлет натуральный				100	9,3	9,2	1,4	126	№340-2004

яйцо куриное	76	76						
молоко питьевое	29	29						
масло растительное для смазки листа	1	1						
или								
Яичная кашка натуральная			100	9,5	9,7	1,5	131	№279-1996
яйцо куриное	77	77						
молоко питьевое	38	38						
масло сливочное	4	4						
Овощи на поджаривание								
Кукуруза консервированная (после термической обработки)	117	70	70	1,1	0,2	4,4	24	№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			200	3,2	2,7	15,9	101	№501-2013, Пермь
кофейный напиток	3,6	3,6						
сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Второй завтрак				0,5	0,2	21,8	91	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,5	0,2	21,8	91	№518-2013, Пермь
Обед			645	19,3	21,2	82,4	597,3	
Салат из огурцов с маслом			50	0,5	4,1	1,7	46	№14/1-2011, Екатеринбург

огурцы свежие парниковые	48	47						
или огурцы свежие грунтовые	49	47						
масло растительное	4	4						
или								
Салат из соленых огурцов с луком			50	0,5	4,0	2,7	49	№17-2004
огурцы соленые без уксуса	80	44						
лук репчатый	4,8	4						
лук репчатый (использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый)								
или лук зеленый	5	4						
масло растительное	4	4						
Суп картофельный с фасолью с курицей			180/15	5,9	4,6	14,5	123	№145-2013, Пермь
курица потрошенная 1 категории (разделка мякоть без кожи)	30	39						
или филе куриное промышленного производства	25	24						
или филе из грудки индейки	25	24						
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	48	36						
01.11 - 31.12 - 30%	51	36						
01.01 - 29.02 - 35%	55	36						
01.03 - 40%	60	36						
фасоль	15	15						
или фасоль консервированная натуральная	53	32						
морковь - до 01.01 - 20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						

лук репчатый	8	7						
масло сливочное	4	4						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Котлета рыбная натуральная запеченная			70	8,9	7,9	7,2	136	№9/7-2011, Екатеринбург
минтай потрошённый обезглавленный (филе с кожей без костей)	100	74						
или горбуша потрошённая с головой (филе без кожи и костей)	111	74						
или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	135	74						
лук репчатый	6	5						
яйцо куриное	14	14						
мука пшеничная	5	5						
масло растительное	3	3						
Картофель отварной с маслом			150	2,7	3,8	17,9	117	№203-2004
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	206	155						
01.11 - 31.12 - 30%	222	155						
01.01 - 29.02 - 35%	239	155						
01.03 - 40%	259	155						
масло сливочное	5	5						
Компот из свежих яблок			180	0,1	0,1	18,0	73	№631-2004
яблоки свежие с удаленным семенным гнездом	40	35						
сахар	10	10						
Хлеб пшеничный			40	0,5	0,3	11,7	51	

Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	52	
Уплотненный полдник			550	16,6	17,8	84,3	563,0	
Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая			200	7,5	7,7	26,0	203	№311-2004
хлопья овсяные «Геркулес»	25	25						
молоко питьевое	182	182						
сахар	3	3						
соль йодированная	1	1						
масло сливочное	5	5						
или								
Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» с бананом			200	6,7	7,7	31,2	221	№6.23-1995, Екатеринбург
хлопья овсяные «Геркулес»	15	15						
молоко питьевое	121	121						
сахар	3	3						
соль йодированная	0,7	0,7						
банан очищенный	109	65						
масло сливочное	5	5						
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	210	200	200	5,8	5,0	9,4	106	№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)								
Хлеб ржаной			25	0,6	0,4	9,5	43	
ИТОГО:				55	54	229	1620	
18 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			440	9,8	8,3	63,6	368,3	
Каша кукурузная жидкая			200	5,5	5,9	27,0	183	№311-2004
крупa кукурузная	25	25						
молоко питьевое	187	187						
сахар	3	3						
соль йодированная	1	1						
масло сливочное	5	5						
Бутерброд с джемом или повидлом			20/20	1,8	0,2	24,4	107	№2-2004
батон	20	20						

повидло или джем (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	20,2	20						
Чай с молоком			200	2,5	2,2	12,2	79	№495-2013, Пермь
чай-заварка	0,5	0,5						
молоко питьевое	100	100						
сахар	10	10						
Второй завтрак				0,5	0,2	21,8	91	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,5	0,2	21,8	91	№518-2013, Пермь
Обед			660	19,5	20,8	99,1	661,6	
Салат из свежих помидоров			50	0,9	4,1	3,4	54	№22-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	49	48						
или помидоры свежие грунтовые	57	48						
масло растительное	4	4						
или								
Салат из моркови и яблок			50	0,7	4,1	5,7	63	№9-2013, Пермь
морковь - до 01.01 - 20%	50	40						
с 01.01 - 25%	53	40						
(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)	17,2	12						
масло растительное на полив при подаче	4	4						
Суп-пюре из разных овощей			180	2,1	3,6	9,6	79	№168-2004
морковь - до 01.01 - 20%	14	11						

с 01.01 - 25%	15	11						
капуста свежая белокочанная	19	15						
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						
лук репчатый	8	7						
масло сливочное	4	4						
мука пшеничная	4	4						
молоко питьевое	28	28						
зелень сушеная		0,1	0,1					
Мясной сырок			70	9,8	7,3	12,1	153	№2.7-1995, Екатеринбург
говядина 1 категории	78	57						
или мясо говядина жилованное, замороженное в блоках	67	57						
лук репчатый	7	6						
хлеб пшеничный	6	6						
молоко питьевое	8	8						
яйцо куриное	4	4						
сыр	8,2	8						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Соус молочный			30	0,1	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			130	3,8	2,9	26,2	146	№302-2004
крупка пшеничная	33	33						
вода питьевая	104	104						
масло сливочное	4	4						
Сок с содержанием витаминов и минералов в ассортименте	200	200	200	0,4	0,0	16,3	67	№518-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	51	
Уплотненный полдник			530	11,0	17,3	80,5	522,0	
Макароны, запеченные с яйцом			200	6,5	8,8	28,9	221	№297-2013, Пермь
макаронные изделия	52	52						
масса отварных макарон		150						
масло сливочное	3	3						
яйцо куриное	30	30						
молоко питьевое	35	35						
масло сливочное для смазки листа	3	3						
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, Пермь
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:				41	47	265	1643	
19 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			430	10,5	15,3	48,3	372,9	
Каша молочная ассорти (пшенично-ячневая)			200	5,5	5,5	2,5	162	№18/4-2011, Екатеринбург
крупы пшеничная	15	15						
крупы ячневая	15	15						

молоко питьевое	190	190						
сахар	3	3						
соль йодированная	1,2	1,2						
масло сливочное	5	5						
Бутерброд с маслом			20/10	1,8	7,1	9,9	111	№1-2004
батон	20	20						
масло сливочное	10	10						
Кофейный напиток			200	3,2	2,7	15,9	101	№501-2013, Пермь
кофейный напиток	3,6	3,6						
сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
Второй завтрак				0,5	0,2	21,8	91	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,5	0,2	21,8	91	№518-2013, Пермь
Обед			690	21,8	22,6	93,0	662,4	
Салат Витаминный			50	0,6	4,0	4,6	57	№21(II)-2006, Москва
капуста свежая белокочанная	31	25						
яблоки свежие (очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом)	14	10						
морковь - до 01.01 - 20%	15	12						
с 01.01 - 25%	16	12						
сахар	0,7	0,7						
(в свежем виде морковь и капусту старого урожая использовать до 1 марта, после 1 марта свежего урожая или другой салат из вареных овощей)								
масло растительное	4	4						

Суп-пюре из птицы			180	4,5	5,1	15,5	126	№173-2004
кураца потрошенная 1 категории (разделка мякоть без кожи)	54	47						
или филе куриное промышленного производства	30	29						
или филе из грудки индейки	30	29						
масса отварной мякоти птицы		18						
морковь - до 01.01 - 20%	7,5	6						
с 01.01 - 25%	8	6						
лук репчатый	7	6						
молоко питьевое	28	28						
мука пшеничная	7	7						
яйцо куриное	3	3						
масло сливочное	4	4						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Шницель рыбный натуральный			80	8,5	5,3	8,1	114	№391-2004
горбуша (кета) потрошённая с головой (филе без кожи и костей)	104	69						
или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	126	69						
или минтай потрошённый обезглавленный (филе с кожей без костей)	93	69						
лук репчатый	20	17						
яйцо куриное	5	5						
сухари пшеничные	9	9						
масло растительное для смазки листа	2	2						

Соус молочный				50	1,6	2,9	4,2	49	№435-2013, Пермь
	молоко питьевое	50	50						
	мука пшеничная	2	2						
	масло сливочное	2	2						
Пюре картофельное				150	3,0	4,4	18,9	127	№520-2004
	картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	170	128						
	01.11 - 31.12 - 30%	183	128						
	01.01 - 29.02 - 35%	197	128						
	01.03 - 40%	214	128						
	молоко питьевое	24	24						
	масло сливочное	5	5						
Компот из смеси сухофруктов				180	0,3	0,0	15,2	62	№508-2013, Пермь
	сухофрукты	15	15						
	сахар	8	8						
Хлеб пшеничный				30	2,4	0,3	11,4	58	
Хлеб ржаной				40	0,9	0,6	15,1	69	
Уплотненный полдник				500	18	21	67	525	
Пюре из говядины				70	9,7	9,5	5,9	148	№393-2013, Пермь
	говядина 1 категории	120	88						
	или мясо говядина жилованное, замороженное в блоках	104	88						
	лук репчатый	8	7						
	масса отварного мяса		55						

Соус молочный		25						№434-2013, Пермь
молоко питьевое	25	25						
масло сливочное для соуса	2	2						
мука пшеничная	2	2						
масло сливочное для приготовления мясного пюре	4	4						
масло сливочное для смазки емкости	2	2						
Капуста запеченная в молочном соусе с сыром			150	4,9	5,1	16,3	131	№7.40-1995, Екатеринбург
капуста цветная замороженная	151	144						
или капуста свежая белокочанная	166	133						
масса отварной капусты		120						
молоко питьевое	30	30						
мука пшеничная	4	4						
соль йодированная	0,8	0,8						
яйцо куриное	20	20						
масса соуса		50						
сыр	11	10						
масло растительное	4	4						
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			200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004
чай-заварка	0,5	0,5						
сахар	12	12						
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
ИТОГО:			50	59	230	1651		
20 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			410	12	11	53	364	
Суп молочный с крупой			200	5,5	6,5	20,5	163	№164-2013, Пермь
молоко питьевое	205	205						
крупы: манная или кукурузная, или хлопья овсяные «Геркулес»	12	12						
или ячневая, или гречневая, перловая, пшено	16	16						
сахар	2	2						

соль йодированная	0,8	0,8						
масло сливочное	2	2						
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	0,5	0,5						
молоко питьевое	100	100						
сахар	8	8						
Второй завтрак				0,5	0,2	21,8	91	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,5	0,2	21,8	91	№518-2013, Пермь
Обед			680	21,6	25,6	76,6	624	
Салат картофельный с огурцами			50	0,8	4,1	7,4	70	№75-2013, Пермь
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	59	44						
01.11 - 31.12 - 30%	63	44						
01.01 - 29.02 - 35%	68	44						
01.03 - 40%	73	44						
огурцы соленые без уксуса	15	8						
или огурцы свежие парниковые	8,2	8						
или огурцы свежие грунтовые	8,4	8						
масло растительное	4	4						
Уха рыбацкая			180/50	5,9	6,2	15,1	140	№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%	113	85						
01.11 - 31.12 - 30%	122	85						
01.01 - 29.02 - 35%	131	85						
01.03 - 40%	142	85						
лук репчатый	14	12						
масло сливочное	4	4						
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Биточки рубленые из птицы припущенные			70	8,9	8,5	5,9	136	№498-2004
филе куриное промышленного производства	61	58						
или филе из грудки индейки	61	58						
хлеб пшеничный	15	15						
лук репчатый	12	10						
яйцо куриное	6	6						
молоко питьевое	10	10						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Капуста тушеная			150	4,6	6,2	14,0	130	№423-2004
капуста свежая белокочанная	198	158						

морковь - до 01.01 - 20%	30	24						
с 01.01 - 25%	32	24						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	3	3						
лук репчатый	11,9	10						
мука пшеничная	1,8	1,8						
масло растительное	6	6						
сахар	0,3	0,3						
Компот из изюма			180	0,3	0,0	14,1	58	№638-2004
изюм	15	15						
сахар	5	5						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	52	
Уплотненный полдник			510	17	21	74	553	
Печень говяжья по-строгановски			80	11,2	10,4	2,9	150	№431-2004
печень говяжья	90	75						
масло растительное	5	5						
масса готовой печени		50						
мука пшеничная	2	2						
сметана	10	10						
вода питьевая	20	20						
Пюре картофельное			150	3,0	4,5	18,9	128	№520-2004
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	170	128						

01.11 - 31.12 - 30%	183	128						
01.01 - 29.02 - 35%	197	128						
01.03 - 40%	214	128						
молоко питьевое	24	24						
масло сливочное	6	6						
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			200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004
чай-заварка	0,5	0,5						
сахар	12	12						

Хлеб ржаной	10	0,2	0,1	3,8	17	
ИТОГО:		52	58	225	1631	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ:		51	55	235	1638	
Норма в пищевых веществах и энергии (90%):		49	54	235	1620	При 12 часовом пребывании детей
Норма в пищевых веществах и энергии (100%)*:		54	60	261	1800	

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

