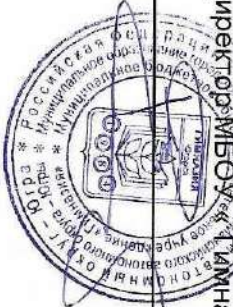


УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «Гимназия» г. Югорск

В.В.Потребняк



## **ПРИМЕРНОЕ 10 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

**№2348 от 16.06.2022 г.**

**для питания обучающихся в МБОУ «Гимназия» г.Югорск**

разработано в соответствии с требованиями СанПин 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические организации общественного питания населения"

**Возрастная категория детей: с 7 до 11 лет**

**Приемы пищи: завтрак, обед.**

Разработано АУ ТО «Центр технологического контроля» г. Тюмень, 2022г.

## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

10-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ №2348 от 16.06.2022г

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 |          |         |        |          |                   | № рецептуры |
|--|-----------|----------|-------------------|----------|---------|--------|----------|-------------------|-------------|
|  |           |          | Выход, г          | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал |                   |             |
| <b>ЗАВТРАК</b>   |           |          |                   |          |         |        |          |                   |             |
| Бутерброд с джемом или повидлом  |           |          | 565               | 23,8     | 24,3    | 63,1   | 565,4    |                   |             |
|  |           |          | 20/20             | 1,9      | 0,4     | 27,7   | 122      | №2-2004           |             |
| батон  | 20        | 20       |                   |          |         |        |          |                   |             |
| джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, консервантов и красителей) | 20,4      | 20       |                   |          |         |        |          |                   |             |
| Омлет натуральный с маслом с поджаривкой                                       |           |          | 200               | 16,8     | 18,9    | 4,6    | 256      | №284-1996         |             |
|  |           |          |                   |          |         |        |          |                   |             |
| яйцо куриное   | 125       | 125      |                   |          |         |        |          |                   |             |
| молоко питьевое  | 47        | 47       |                   |          |         |        |          |                   |             |
| или молоко концентрированное   | 22        | 22       |                   |          |         |        |          |                   |             |
| или молоко сухое   | 6         | 6        |                   |          |         |        |          |                   |             |
| вода кипяченая для восстановления молока концентрированного                    | 25        | 25       |                   |          |         |        |          |                   |             |
|  |           |          |                   |          |         |        |          |                   |             |
| вода кипяченая для восстановления молока сухого                                | 41        | 41       |                   |          |         |        |          |                   |             |
|  |           |          |                   |          |         |        |          |                   |             |
| масло растительное   | 3         | 3        |                   |          |         |        |          |                   |             |
| масла готового омлета  |           | 165      |                   |          |         |        |          |                   |             |
| масло сливочное на полив   | 5         | 5        |                   |          |         |        |          |                   |             |
| <b>Овощи на поджаривку</b>   |           |          |                   |          |         |        |          |                   |             |
|  |           |          | 30                |          |         |        |          | №214-2006. Москва |             |
| горошек зеленый консервированный (после термической обработки)                 | 46        | 30       |                   |          |         |        |          |                   |             |
| или горошек зеленый свежемороженый   | 32        | 30       |                   |          |         |        |          |                   |             |
| или кукуруза консервированная (после термической обработки)                    | 50        | 30       |                   |          |         |        |          |                   |             |





|                                  |            |            |            |            |            |             |            |            |        |
|----------------------------------|------------|------------|------------|------------|------------|-------------|------------|------------|--------|
| 01.01-29.02 - 35%                | 231        | 150        |            |            |            |             |            |            |        |
| 01.03 - 40%                      | 251        | 150        |            |            |            |             |            |            |        |
| отвар картофельный               | 25         | 25         |            |            |            |             |            |            |        |
| лук репчатый                     | 19         | 16         |            |            |            |             |            |            |        |
| масло сливочное                  | 5          | 5          |            |            |            |             |            |            |        |
| Масса припущенного с маслом лука |            |            |            |            |            |             |            |            |        |
| <b>Сок в ассортименте</b>        | <b>200</b> | <b>200</b> | <b>200</b> | <b>0,5</b> | <b>0,1</b> | <b>28,0</b> | <b>115</b> | №518-2013, | Ледиль |

ИЛИ

|                                    |        |    |             |             |              |             |            |            |        |
|------------------------------------|--------|----|-------------|-------------|--------------|-------------|------------|------------|--------|
| <b>Компот из кураги</b>            |        |    | <b>200</b>  | <b>1,0</b>  | <b>0,0</b>   | <b>25,2</b> | <b>105</b> | №638-2004  |        |
|                                    | курага | 25 | 25          |             |              |             |            |            |        |
|                                    | сахар  | 10 | 10          |             |              |             |            |            |        |
| <b>Хлеб пшеничный</b>              |        |    |             |             |              |             |            |            |        |
| <b>или хлеб витаминизированный</b> |        | 40 | 40          | <b>1,9</b>  | <b>0,4</b>   | <b>17,5</b> | <b>81</b>  |            |        |
| <b>Хлеб ржаной</b>                 |        |    | 40          |             |              |             |            |            |        |
| <b>Фрукты в ассортименте</b>       |        | 40 | 40          | <b>1,4</b>  | <b>0,4</b>   | <b>18,8</b> | <b>82</b>  | №438-2006, | Москва |
|                                    |        |    | 160         | <b>0,4</b>  | <b>0,1</b>   | <b>15,0</b> | <b>63</b>  |            |        |
| <b>ИТОГО:</b>                      |        |    | <b>48,0</b> | <b>45,6</b> | <b>188,9</b> | <b>1355</b> |            |            |        |

**2 День**

| Наименование блюда   | Вруто, г | Нетто, г | Химический состав        |             |             |             |              |  | № рецептуры | ТТК, ТК № 1 |
|--|----------|----------|--------------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--|-------------|-------------|
|  |          |          | Выход, г                 | Белки, г    | Жиры, г     | Угл., г     | ЭЦ, ккал     |  |             |             |
| <b>ЗАВТРАК</b>   |          |          | <b>630</b>               | <b>21,1</b> | <b>18,4</b> | <b>69,6</b> | <b>532,9</b> |  |             |             |
| <b>"Центр технологического контроля"</b>                         |          |          |                          |             |             |             |              |  |             |             |
| горбуша или кета потрошенная с головой (филе с кожей без костей) | 162      | 113      | 100                      | 15,8        | 14,1        | 10,5        | 232          |  |             |             |
| или горбуша или кета неразделанная (филе с кожей без костей)     | 194      | 113      |                          |             |             |             |              |  |             |             |
| или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)  | 146      | 108      |                          |             |             |             |              |  |             |             |
|  |          |          | мука пшеничная           | 10          | 10          |             |              |  |             |             |
|  |          |          | масса готовой рыбы       |             | 95          |             |              |  |             |             |
|  |          |          | для масляно-сырной смеси |             |             |             |              |  |             |             |
|  |          |          | масло сливочное          | 5           | 5           |             |              |  |             |             |
|  |          |          | сыр                      | 6           | 5           |             |              |  |             |             |

|  |  |     |     |     |      |      |       |     |                              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|-----|-----|-----|------|------|-------|-----|------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
|  | Масло растительное                           | 3   | 3   |     |      |      |       |     |                              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Пюре картофельное  | картофель - 01.09.-31.10. - 25%              | 170 | 128 | 150 | 3,0  | 3,8  | 19,3  | 123 | №620-2004                    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 01.11.-31.12. -30%                           | 183 | 128 |     |      |      |       |     |                              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 01.01.-29.02 - 35%                           | 197 | 128 |     |      |      |       |     |                              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 01.03 - 40%                                  | 214 | 128 |     |      |      |       |     |                              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Молоко питьевое                              | 23  | 23  |     |      |      |       |     |                              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | или Молоко концентрированное                 | 11  | 11  |     |      |      |       |     |                              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | или Молоко сухое                             | 3   | 3   |     |      |      |       |     |                              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | вода кипяченая для концентрированного молока | 12  | 12  |     |      |      |       |     |                              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | вода кипяченая для сухого молока             | 20  | 20  |     |      |      |       |     |                              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Масло сливочное                              | 5   | 5   |     |      |      |       |     |                              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Овощи свежие или консервированные (помидоры) на подгарировку | помидоры свежие парниковые                   | 31  | 30  | 30  | 0,3  | 0,1  | 1,2   | 7   | №1517-2011г.<br>Екатеринбург |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | или помидоры свежие грунтовые                | 35  | 30  |     |      |      |       |     |                              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | или помидоры консервированные без уксуса     | 55  | 30  |     |      |      |       |     |                              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Чай с сахаром                                |     |     | 200 | 0,2  | 0,0  | 11,9  | 53  | №685-2004                    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | чай-заварка                                  | 1   | 1   |     |      |      |       |     |                              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Фрукты в ассортименте  | сахар  | 12  | 12  |     |      |      |       |     |                              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб пшеничный                               | 20  | 20  | 150 | 0,2  | 0,0  | 8,6   | 35  | №435-2006,<br>Москва         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Хлеб витаминизированный                                      | или хлеб витаминизированный                  | 20  | 20  | 20  | 0,9  | 0,2  | 8,7   | 41  |                              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб ржаной                                  | 20  | 20  | 20  | 0,7  | 0,2  | 9,4   | 41  |                              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Салат картофельный с зеленым горошком                        | <b>ОБЕД</b>                                  |     |     | 820 | 25,3 | 27,3 | 119,6 | 823 |                              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | картофель - 01.09.-31.10. - 25%              | 44  | 33  | 60  | 1,9  | 3,9  | 5,9   | 66  | №65-2013,<br>Псков           |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 01.11.-31.12. -30%                           | 47  | 33  |     |      |      |       |     |                              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 01.01.-29.02 - 35%                           | 51  | 33  |     |      |      |       |     |                              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 01.03 - 40%                                  | 55  | 33  |     |      |      |       |     |                              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Масса отварного картофеля                    |     | 30  |     |      |      |       |     |                              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | огурцы консервированные без уксуса           | 13  | 7   |     |      |      |       |     |                              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |



|                    |   |            |                   |             |             |             |              |             |  |  |                     |
|--------------------|---|------------|-------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|-------------|--|--|---------------------|
|                    | Масса отварного рассыпчатого риса   |            | 39                |             |             |             |              |             |  |  |                     |
|                    | лук репчатый  | 31         | 26                |             |             |             |              |             |  |  |                     |
|                    | Масло растительное  | 5          | 5                 |             |             |             |              |             |  |  |                     |
|                    | Масса припущенного с маслом лука  |            | 13                |             |             |             |              |             |  |  |                     |
|                    | яйцо куриное  | 17         | 17                |             |             |             |              |             |  |  |                     |
|                    | Мука пшеничная  | 7          | 7                 |             |             |             |              |             |  |  |                     |
|                    | Масло растительное для смазки емкости                                       | 2          | 2                 |             |             |             |              |             |  |  |                     |
|                    | <b>Соус сметанный с томатом</b>   |            | <b>50</b>         |             |             |             |              |             |  |  | №444-2013,<br>Пермь |
|                    | Сметана   | 12,5       | 12,5              |             |             |             |              |             |  |  |                     |
|                    | Мука пшеничная  | 3          | 3                 |             |             |             |              |             |  |  |                     |
|                    | вода питьевая   | 37,5       | 37,5              |             |             |             |              |             |  |  |                     |
|                    | томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов) | 5          | 5                 |             |             |             |              |             |  |  |                     |
|                    | <b>Рис отварной</b>   |            | <b>150</b>        |             |             |             |              |             |  |  |                     |
|                    | крупа рисовая   | 54         | 54                |             |             |             |              |             |  |  | №611-2004           |
|                    | вода питьевая   | 324        | 324               |             |             |             |              |             |  |  |                     |
|                    | Масло сливочное   | 4          | 4                 |             |             |             |              |             |  |  |                     |
|                    | <b>Сок в ассортименте</b>   | <b>200</b> | <b>200</b>        |             |             |             |              |             |  |  | №518-2013,<br>Пермь |
|                    | <b>Компот из яблок и апельсин</b>   |            |                   |             |             |             |              |             |  |  |                     |
|                    | яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)                                | 57         | 50                |             |             |             |              |             |  |  | №251-2001,<br>Пермь |
|                    | апельсины   | 10,5       | 7                 |             |             |             |              |             |  |  |                     |
|                    | сахар   | 15         | 15                |             |             |             |              |             |  |  |                     |
|                    | <b>Хлеб пшеничный</b>   | <b>30</b>  | <b>30</b>         |             |             |             |              |             |  |  |                     |
|                    | <b>или хлеб витаминизированный</b>  | <b>30</b>  | <b>30</b>         |             |             |             |              |             |  |  |                     |
|                    | <b>Хлеб ржаной</b>  | <b>30</b>  | <b>30</b>         |             |             |             |              |             |  |  |                     |
|                    | <b>ИТОГО:</b>   | <b>30</b>  | <b>30</b>         |             |             |             |              |             |  |  |                     |
| <b>3 день</b>      |   |            |                   |             |             |             |              |             |  |  |                     |
| Наименование блюда | Брутто, г   | Нетто, г   | Химический состав |             |             |             |              |             |  |  |                     |
|                    |   |            | Выход, г          | Белки, г    | Жиры, г     | Угл. г      | Эц, ккал     | № рецептуры |  |  |                     |
| <b>ЗАВТРАК</b>     |   |            | <b>535</b>        | <b>24,9</b> | <b>26,1</b> | <b>58,0</b> | <b>566,7</b> |             |  |  |                     |
| Бутерброд с сыром  | 20/15   |            | 2,4               | 5,6         | 10,8        | 103         |              | №3-2004     |  |  |                     |







|  |   |      |    |  |  |  |  |  |  |
|--|---|------|----|--|--|--|--|--|--|
|  | 01.03 - 40%   | 134  | 80 |  |  |  |  |  |  |
|  | Морковь до 01.01.-20%   | 43   | 34 |  |  |  |  |  |  |
|  | с 01.01 - 25%   | 45   | 34 |  |  |  |  |  |  |
|  | лук репчатый  | 23   | 19 |  |  |  |  |  |  |
|  | томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов) | 10   | 10 |  |  |  |  |  |  |
|  | или помидоры свежие парниковые  | 22,4 | 22 |  |  |  |  |  |  |
|  | или помидоры свежие грунтовые   | 26   | 22 |  |  |  |  |  |  |
|  | масло растительное  | 10   | 10 |  |  |  |  |  |  |

**ИЛИ**

|                              |   |      |     |  |     |             |             |              |             |                     |
|------------------------------|---|------|-----|--|-----|-------------|-------------|--------------|-------------|---------------------|
| <b>Жаркое по - домашнему</b> |   |      |     |  |     |             |             |              |             |                     |
|                              | говядина 1 категории  | 107  | 79  |  | 200 | 16,2        | 17,2        | 16,5         | 286         | №436-2004           |
|                              | или говядина полуфабрикат   | 93   | 79  |  |     |             |             |              |             |                     |
|                              | масло растительное  | 3    | 3   |  |     |             |             |              |             |                     |
|                              | масса тушеного мяса   |      | 50  |  |     |             |             |              |             |                     |
|                              | картофель - 01.09.-31.10. - 25%   | 160  | 120 |  |     |             |             |              |             |                     |
|                              | 01.11.-31.12. -30%  | 172  | 120 |  |     |             |             |              |             |                     |
|                              | 01.01-29.02 - 35%   | 185  | 120 |  |     |             |             |              |             |                     |
|                              | 01.03 - 40%   | 200  | 120 |  |     |             |             |              |             |                     |
|                              | лук репчатый  | 18   | 15  |  |     |             |             |              |             |                     |
|                              | томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов) | 8    | 8   |  |     |             |             |              |             |                     |
|                              | масло растительное  | 10   | 10  |  |     |             |             |              |             |                     |
|                              | <b>Кисель из свежих ягод</b>  |      |     |  | 200 | 0,2         | 0,1         | 21,5         | 88          | №505-2013,<br>Пермь |
|                              | вишня свежемороженая  | 25,4 | 24  |  |     |             |             |              |             |                     |
|                              | или смородина свежемороженая  | 25,4 | 24  |  |     |             |             |              |             |                     |
|                              | сахар   | 15   | 15  |  |     |             |             |              |             |                     |
|                              | крахмал   | 6    | 6   |  |     |             |             |              |             |                     |
|                              | Хлеб пшеничный  | 50   | 50  |  | 50  | 2,5         | 0,7         | 20,3         | 97,3        |                     |
|                              | или хлеб витаминизированный   |      |     |  | 50  |             |             |              |             |                     |
|                              | Хлеб ржаной   | 40   | 40  |  | 40  | 1,4         | 0,4         | 18,8         | 82          |                     |
|                              | <b>ИТОГО:</b>   |      |     |  |     | <b>54,5</b> | <b>50,9</b> | <b>152,7</b> | <b>1285</b> |                     |

## 4 день

| Наименование блюда  | Ед.изм., г | Нетто, г | Химический состав |             |             |             |              |            | № рецептуры |
|---|------------|----------|-------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|------------|-------------|
|   |            |          | Выход, г          | Белки, г    | Жиры, г     | Угл. г      | ЭЦ, ккал     | ТТК, ТК №3 |             |
| <b>ЗАВТРАК</b>  |            |          | <b>595</b>        | <b>17,1</b> | <b>19,2</b> | <b>77,2</b> | <b>550,8</b> |            |             |
| Куриные мячки с маслом (Технико - Технологическая карта № 3, разработана АУ ТО "Центр технологического контроля") |            |          | 90/5              | 12,2        | 13,2        | 5,4         | 189          | ТТК, ТК №3 |             |
| курица потрошенная 1 категории охлажденная  | 100        | 43       |                   |             |             |             |              |            |             |
| или грудка куриная охлажденная  | 58         | 43       |                   |             |             |             |              |            |             |
| или филе куриное охлажденное промышленного производства   | 45         | 43       |                   |             |             |             |              |            |             |
| молоко питьевое   | 14         | 14       |                   |             |             |             |              |            |             |
| или молоко концентрированное  | 6          | 6        |                   |             |             |             |              |            |             |
| или молоко сухое  | 2          | 2        |                   |             |             |             |              |            |             |
| вода кипяченая для восстановления молока концентрированного   | 8          | 8        |                   |             |             |             |              |            |             |
| вода кипяченая для восстановления молока сухого   | 12         | 12       |                   |             |             |             |              |            |             |
| яйцо куриное  | 7          | 7        |                   |             |             |             |              |            |             |
| лук репчатый  | 11         | 9        |                   |             |             |             |              |            |             |
| морковь до 01.01 - 20%  | 43         | 34       |                   |             |             |             |              |            |             |
| с 01.01 - 25%   | 45         | 34       |                   |             |             |             |              |            |             |
| мука пшеничная  | 7          | 7        |                   |             |             |             |              |            |             |
| сметана   | 10         | 10       |                   |             |             |             |              |            |             |
| масло растительное для смазки листа   | 3          | 3        |                   |             |             |             |              |            |             |
| масло сливочное на полив  | 5          | 5        |                   |             |             |             |              |            |             |
| <b>ИЛИ</b>  |            |          |                   |             |             |             |              |            |             |
| <b>Биточки Osborne (из свиной мясной и филе индейки) с маслом</b>   |            |          | <b>90/5</b>       | <b>11,2</b> | <b>11,9</b> | <b>9,5</b>  | <b>190</b>   | №452-2004  |             |
| свинина мясная  | 25         | 21       |                   |             |             |             |              |            |             |
| филе индейки  | 41         | 39       |                   |             |             |             |              |            |             |
| хлеб пшеничный  | 13         | 13       |                   |             |             |             |              |            |             |
| молоко питьевое   | 16         | 16       |                   |             |             |             |              |            |             |
| или молоко концентрированное  | 7          | 7        |                   |             |             |             |              |            |             |
| или молоко сухое  | 2          | 2        |                   |             |             |             |              |            |             |

|   |    |    |  |  |  |  |  |  |  |  |
|---|----|----|--|--|--|--|--|--|--|--|
| вода кипяченая для восстановления молока концентрированного | 9  | 9  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| вода кипяченая для восстановления молока сухого             | 14 | 14 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый  | 32 | 27 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное   | 3  | 3  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| масса припущенного с маслом лука                            |    | 14 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| яйца  | 5  | 5  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| сухари  | 6  | 6  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное для смазки листа                         | 2  | 2  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное на полив                                    | 5  | 5  |  |  |  |  |  |  |  |  |

ИЛИ

|   |     |     |     |     |     |      |     |  |  |           |
|---|-----|-----|-----|-----|-----|------|-----|--|--|-----------|
| Котлеты из мяса с маслом                                    |     |     |     |     |     |      |     |  |  |           |
| говядина 1 категории  | 91  | 67  |     |     |     |      |     |  |  |           |
| или говядина полуфабрикат                                   | 79  | 67  |     |     |     |      |     |  |  |           |
| хлеб пшеничный  | 14  | 14  |     |     |     |      |     |  |  |           |
| молоко питьевое   | 11  | 11  |     |     |     |      |     |  |  |           |
| или молоко концентрированное                                | 5   | 5   |     |     |     |      |     |  |  |           |
| или молоко сухое  | 1   | 1   |     |     |     |      |     |  |  |           |
| вода кипяченая для восстановления молока концентрированного | 6   | 6   |     |     |     |      |     |  |  |           |
| вода кипяченая для восстановления молока сухого             | 10  | 10  |     |     |     |      |     |  |  |           |
| лук репчатый  | 8   | 7   |     |     |     |      |     |  |  |           |
| яйцо куриное  | 3,5 | 3,5 |     |     |     |      |     |  |  |           |
| мука пшеничная или сухари                                   | 7   | 7   |     |     |     |      |     |  |  |           |
| масло растительное  | 2   | 2   |     |     |     |      |     |  |  |           |
| масло сливочное на полив                                    | 5   | 5   |     |     |     |      |     |  |  |           |
| Картофель тушеный   |     |     |     |     |     |      |     |  |  |           |
| картофель - 01.09.-31.10.-25%                               | 170 | 128 | 150 | 2,9 | 5,8 | 25,8 | 167 |  |  | №216-2004 |
| 01.11.-31.12.-30%   | 183 | 128 |     |     |     |      |     |  |  |           |
| 01.01.-29.02.-35%   | 197 | 128 |     |     |     |      |     |  |  |           |
| 01.03.-40%  | 214 | 128 |     |     |     |      |     |  |  |           |
| морковь до 01.01.-20%                                       | 19  | 15  |     |     |     |      |     |  |  |           |

|   |                 |          |      |      |       |       |     |      |     |                   |  |  |  |
|---|-----------------|----------|------|------|-------|-------|-----|------|-----|-------------------|--|--|--|
|   | с 01.01 - 25%   | 20       | 15   |      |       |       |     |      |     |                   |  |  |  |
|   | лук репчатый    | 29       | 24   |      |       |       |     |      |     |                   |  |  |  |
| Томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)   | масло сливочное | 9        | 9    |      |       |       |     |      |     |                   |  |  |  |
| Фрукты в ассортименте   |                 | 8        | 8    |      |       |       |     |      |     |                   |  |  |  |
| Компот из сухофруктов   |                 | 150      | 0,2  | 0,0  |       | 8,6   | 35  |      |     | №438-2006, Москва |  |  |  |
|   | сухофрукты      | 25       | 25   |      | 200   | 0,9   | 0,0 | 28,7 | 118 | №639-2004         |  |  |  |
|   | сахар           | 15       | 15   |      |       |       |     |      |     |                   |  |  |  |
| Хлеб пшеничный  |                 | 20       | 20   |      | 20    | 0,9   | 0,2 | 8,7  | 41  |                   |  |  |  |
| или хлеб витаминизированный   |                 | 20       | 20   |      | 20    |       |     |      |     |                   |  |  |  |
| <b>ОБЕД</b>   |                 |          |      |      |       |       |     |      |     |                   |  |  |  |
| Сапат "Пестрый" (Технико - технологическая карта №2, разработана АУ ТО "Центр технологического контроля")             |                 | 780      | 25,9 | 31,1 | 105,8 | 805,3 |     |      |     |                   |  |  |  |
| ягодки свежие (очищенные от кожицы с удаленным семенным слоем)  |                 | 29       | 20   |      | 60    | 1,6   | 4,1 | 3,7  | 59  | ТТК, ТК № 2       |  |  |  |
| свекла до 01.01 -20%  |                 | 43       | 34   |      |       |       |     |      |     |                   |  |  |  |
| с 01.01 - 25%   |                 | 45       | 34   |      |       |       |     |      |     |                   |  |  |  |
| Масса свеклы вареной очищенной  |                 |          | 32   |      |       |       |     |      |     |                   |  |  |  |
| сыр   |                 | 8        | 6    |      |       |       |     |      |     |                   |  |  |  |
| чеснок свежий   |                 | 0,6      | 0,5  |      |       |       |     |      |     |                   |  |  |  |
| масло растительное  |                 | 3        | 3    |      |       |       |     |      |     |                   |  |  |  |
| Солянка из мяса со сметаной (Технико - технологическая карта №4, разработана АУ ТО "Центр технологического контроля") |                 | 250/20/5 | 4,5  | 8,9  | 12,5  | 148   |     |      |     | ТТК, ТК №4        |  |  |  |
| говядина 1 категории  |                 | 44       | 32   |      |       |       |     |      |     |                   |  |  |  |
| или говядина полуфабрикат   |                 | 38       | 32   |      |       |       |     |      |     |                   |  |  |  |
| картофель - 01.09.-31.10. - 25%   |                 | 51       | 38   |      |       |       |     |      |     |                   |  |  |  |
| 01.11.-31.12. -30%  |                 | 54       | 38   |      |       |       |     |      |     |                   |  |  |  |
| 01.01-29.02 - 35%   |                 | 59       | 38   |      |       |       |     |      |     |                   |  |  |  |
| 01.03 - 40%   |                 | 63       | 38   |      |       |       |     |      |     |                   |  |  |  |
| огурцы консервированные   |                 | 27       | 15   |      |       |       |     |      |     |                   |  |  |  |
| лук репчатый  |                 | 21       | 18   |      |       |       |     |      |     |                   |  |  |  |
| масло сливочное   |                 | 5        | 5    |      |       |       |     |      |     |                   |  |  |  |



**ИТОГО:**

**5 День**

43,0 50,3 183,0 1356

| Наименование блюда   | Брутто, г   | Нетто, г | Химический состав |             |             |              |              |                             | № рецептуры |
|--|---|----------|-------------------|-------------|-------------|--------------|--------------|-----------------------------|-------------|
|  |   |          | Выход, г          | Белки, г    | Жиры, г     | Угл. г       | ЭЦ, ккал     |                             |             |
| <b>ЗАВТРАК</b>   |   |          | <b>510</b>        | <b>16,5</b> | <b>16,1</b> | <b>66,4</b>  | <b>480,2</b> | №152-2004,<br>Перель        |             |
| Гуляш  |   |          | 100               | 10,4        | 9,2         | 4,0          | 140          |                             |             |
|  | говядина 1 категории  | 107      |                   |             |             |              |              |                             |             |
|  | или говядина полуфабрикат   | 93       |                   |             |             |              |              |                             |             |
|  | масло растительное  | 5        |                   |             |             |              |              |                             |             |
|  | лук репчатый  | 12       |                   |             |             |              |              |                             |             |
|  | томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов) | 4        |                   |             |             |              |              |                             |             |
|  | мука пшеничная  | 2,5      |                   |             |             |              |              |                             |             |
| <b>Макаронные изделия отварные</b>   |   |          | <b>180</b>        | <b>4,9</b>  | <b>6,6</b>  | <b>39,9</b>  | <b>239</b>   | №516-2004                   |             |
|  | макаронные изделия  | 65       |                   |             |             |              |              |                             |             |
|  | масло сливочное   | 6        |                   |             |             |              |              |                             |             |
| <b>Овощи свежие или консервированные (помидоры) на подгарнировку</b>   |   |          | <b>30</b>         | <b>0,3</b>  | <b>0,1</b>  | <b>1,2</b>   | <b>7</b>     | №151-2011г,<br>Екатеринбург |             |
|  | помидоры свежие парниковые  | 31       |                   |             |             |              |              |                             |             |
|  | или помидоры свежие грунтовые   | 35       |                   |             |             |              |              |                             |             |
|  | или помидоры консервированные без уксуса                                    | 55       |                   |             |             |              |              |                             |             |
| <b>Чай с сахаром</b>   |   |          | <b>200</b>        | <b>0,2</b>  | <b>0,0</b>  | <b>11,9</b>  | <b>53</b>    | №685-2004                   |             |
|  | чай-заварка   | 1        |                   |             |             |              |              |                             |             |
|  | сахар   | 12       |                   |             |             |              |              |                             |             |
| <b>Хлеб ржаной</b>   |   |          | <b>20</b>         | <b>0,7</b>  | <b>0,2</b>  | <b>9,4</b>   | <b>41</b>    |                             |             |
|  |   | 20       |                   |             |             |              |              |                             |             |
| <b>Салат из консервированного огурца с луком</b>   |   |          | <b>780</b>        | <b>25,0</b> | <b>23,9</b> | <b>120,1</b> | <b>794</b>   |                             |             |
|  | огурцы консервированные без уксуса  | 89       |                   |             |             |              |              | №17-2004                    |             |
|  | лук репчатый  | 11       |                   |             |             |              |              |                             |             |
| <i>лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук репчатый исключить и увеличить закладку других овощей до необходимого выхода блюда</i> |   |          |                   |             |             |              |              |                             |             |
|  | масло растительное  | 3        |                   |             |             |              |              |                             |             |
| <b>ИЛИ</b>   |   |          |                   |             |             |              |              |                             |             |



| Салат из огурцов                  |   |      |     |           |      |      |      |     |                            |
|-----------------------------------|---|------|-----|-----------|------|------|------|-----|----------------------------|
|                                   | огурцы свежие грунтовые                                     | 61   | 58  | 60        | 0,4  | 3,0  | 1,3  | 34  | 14/1-2011,<br>Екатеринбург |
|                                   | или огурцы свежие парниковые                                | 59   | 58  |           |      |      |      |     |                            |
|                                   | масло растительное  | 3    | 3   |           |      |      |      |     |                            |
| Суп гороховый с гречками и мясом  |   |      |     |           |      |      |      |     |                            |
|                                   | говядина 1 категории  | 22   | 16  | 250/20/10 | 9,1  | 4,8  | 30,2 | 200 | №139-2004                  |
|                                   | или говядина полуфабрикат                                   | 19   | 16  |           |      |      |      |     |                            |
|                                   | картофель - 01.09.-31.10.-25%                               | 82   | 62  |           |      |      |      |     |                            |
|                                   | 01.11.-31.12.-30%   | 89   | 62  |           |      |      |      |     |                            |
|                                   | 01.01.-29.02.-35%   | 95   | 62  |           |      |      |      |     |                            |
|                                   | 01.03.-40%  | 104  | 62  |           |      |      |      |     |                            |
|                                   | горох лущёный   | 17,2 | 17  |           |      |      |      |     |                            |
|                                   | лук репчатый  | 15,5 | 13  |           |      |      |      |     |                            |
|                                   | морковь до 01.01.-20%                                       | 12,5 | 10  |           |      |      |      |     |                            |
|                                   | с 01.01.-25%  | 13,3 | 10  |           |      |      |      |     |                            |
|                                   | масло сливочное   | 5    | 5   |           |      |      |      |     |                            |
|                                   | хлеб пшеничный  | 37   | 31  |           |      |      |      |     |                            |
|                                   | зелень сушеная (петрушка, укроп)                            | 0,2  | 0,2 |           |      |      |      |     |                            |
| Зразы рубленые из индейки с сыром |   |      |     |           |      |      |      |     |                            |
|                                   | филе грудки индейки   | 76   | 72  | 90        | 11,1 | 10,2 | 11,9 | 184 | №54-23М-<br>2020, 2021.    |
|                                   | молоко питьевое   | 14   | 14  |           |      |      |      |     |                            |
|                                   | или молоко концентрированное                                | 6    | 6   |           |      |      |      |     |                            |
|                                   | или молоко сухое  | 2    | 2   |           |      |      |      |     |                            |
|                                   | вода кипяченая для восстановления молока концентрированного | 8    | 8   |           |      |      |      |     |                            |
|                                   | вода кипяченая для восстановления молока сухого             | 12   | 12  |           |      |      |      |     |                            |
|                                   | батон   | 14   | 14  |           |      |      |      |     |                            |
|                                   | яйцо куриное  | 4    | 4   |           |      |      |      |     |                            |
|                                   | сыр   | 5    | 4   |           |      |      |      |     |                            |
|                                   | мука пшеничная  | 6    | 6   |           |      |      |      |     |                            |
|                                   | масло растительное  | 3    | 3   |           |      |      |      |     |                            |
| ИЛИ                               |   |      |     |           |      |      |      |     |                            |

## Шницель из мяса

|  |   |      |     |     |       |       |         |          |                     |
|--|---|------|-----|-----|-------|-------|---------|----------|---------------------|
|  | говядина 1 категории  | 91   | 67  | 90  | 12,8  | 9,9   | 10,8    | 184      | №451-2004           |
|  | или говядина полуфабрикат                                   | 79   | 67  |     |       |       |         |          |                     |
|  | хлеб пшеничный  | 14   | 14  |     |       |       |         |          |                     |
|  | молоко питьевое   | 11   | 11  |     |       |       |         |          |                     |
|  | или молоко концентрированное                                | 5    | 5   |     |       |       |         |          |                     |
|  | или молока сухое  | 1    | 1   |     |       |       |         |          |                     |
|  | вода кипяченая для восстановления молока концентрированного | 6    | 6   |     |       |       |         |          |                     |
|  | вода кипяченая для восстановления молока сухого             | 10   | 10  |     |       |       |         |          |                     |
|  | лук репчатый  | 8    | 7   |     |       |       |         |          |                     |
|  | яйцо куриное  | 3,5  | 3,5 |     |       |       |         |          |                     |
|  | мука пшеничная или сухари                                   | 7    | 7   |     |       |       |         |          |                     |
|  | масло растительное  | 2    | 2   |     |       |       |         |          |                     |
|  | <b>Картофель толченый по деревенски</b>                     |      |     | 150 | 1,2   | 5,1   | 21,6    | 137      | №208-2013,<br>Пермь |
|  | картофель - 01.09.-31.10.-25%                               | 200  | 150 |     |       |       |         |          |                     |
|  | 01.11.-31.12.-30%   | 215  | 150 |     |       |       |         |          |                     |
|  | 01.01.-29.02.-35%   | 231  | 150 |     |       |       |         |          |                     |
|  | 01.03.-40%  | 251  | 150 |     |       |       |         |          |                     |
|  | отвар картофельный  | 25   | 25  |     |       |       |         |          |                     |
|  | лук репчатый  | 19   | 16  |     |       |       |         |          |                     |
|  | масло сливочное   | 5    | 5   |     |       |       |         |          |                     |
|  | масса припущенного с маслом лука                            |      | 8   |     |       |       |         |          |                     |
|  | <b>Компот из свежемороженой вишни</b>                       |      |     | 200 | 0,1   | 0,0   | 19,0    | 76       | №357-2002           |
|  | вишня   | 26,4 | 25  |     |       |       |         |          |                     |
|  | сахар   | 15   | 15  |     |       |       |         |          |                     |
|  | <b>Хлеб пшеничный</b>                                       |      |     | 50  | 2,3   | 0,5   | 21,8    | 101      |                     |
|  | или хлеб витаминизированный                                 | 50   | 50  | 50  |       |       |         |          |                     |
|  | <b>Хлеб ржаной</b>  |      |     | 30  | 1,1   | 0,3   | 14,1    | 62       |                     |
|  |   | 30   | 30  | 30  |       |       |         |          |                     |
|  | <b>ИТОГО:</b>   |      |     |     | 41,5  | 40,0  | 186,5   | 1274     |                     |
|  | <b>ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ:</b>         |      |     |     | 47    | 47    | 180     | 1325     |                     |
|  | <b>НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (50-60%):</b>  |      |     |     | 39-46 | 40-47 | 168-201 | 175-1410 |                     |

**НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (100%)\*:**

**6 день**

**77 79 335 2350**

| Наименование блюда  | Брутто, г   | Нетто, г | Химический состав |          |         |        |          |     | № рецептуры      |
|---|---|----------|-------------------|----------|---------|--------|----------|-----|------------------|
|   |   |          | Выход, г          | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал |     |                  |
| <b>ЗАВТРАК</b>  |   |          |                   |          |         |        |          |     |                  |
| Бутерброд с сыром   | Батон   | 20       | 20                |          |         |        |          |     | №3-2004          |
|   | сыр   | 16       | 15                |          |         |        |          | 103 |                  |
| Итого: 36   |   |          | 20/15             | 2,4      | 5,6     | 10,8   |          |     |                  |
| <b>Фрикадельки из кур и говядины</b>                                    |   |          |                   |          |         |        |          |     |                  |
| Курца потрошенная 1 категории охлажденная (разделка на мякоть без кожи) |   | 74       | 32                |          |         |        |          | 180 | №410-2013, Пермь |
|   | или грудка куриная охлажденная                              | 43       | 32                |          |         |        |          |     |                  |
| или филе куриное охлажденное промышленного производства                 | 34  | 32       |                   |          |         |        |          |     |                  |
|   | говядина 1 категории  | 44       | 32                |          |         |        |          |     |                  |
|   | или говядина полуфабрикат                                   | 38       | 32                |          |         |        |          |     |                  |
|   | хлеб пшеничный  | 14       | 14                |          |         |        |          |     |                  |
|   | яйцо куриное  | 8        | 8                 |          |         |        |          |     |                  |
|   | молоко питьевое   | 18       | 18                |          |         |        |          |     |                  |
|   | или молоко концентрированное                                | 8        | 8                 |          |         |        |          |     |                  |
|   | или молоко сухое  | 2        | 2                 |          |         |        |          |     |                  |
|   | вода кипяченая для восстановления молока концентрированного | 10       | 10                |          |         |        |          |     |                  |
|   | вода кипяченая для восстановления молока сухого             | 16       | 16                |          |         |        |          |     |                  |
|   | масло растительное для смазки емкости                       | 2        | 2                 |          |         |        |          |     |                  |
| <b>ИЛИ</b>  |   |          |                   |          |         |        |          |     |                  |
| <b>Котлеты из мяса</b>  |   |          |                   |          |         |        |          |     |                  |
|   | говядина 1 категории  | 91       | 67                |          |         |        |          | 184 | №451-2004        |
|   | или говядина полуфабрикат                                   | 79       | 67                |          |         |        |          |     |                  |
|   | хлеб пшеничный  | 14       | 14                |          |         |        |          |     |                  |
|   | молоко питьевое   | 11       | 11                |          |         |        |          |     |                  |
|   | или молоко концентрированное                                | 5        | 5                 |          |         |        |          |     |                  |
|   | или молоко сухое  | 1        | 1                 |          |         |        |          |     |                  |
| Итого: 90   |   |          | 12,8              | 9,9      | 10,8    |        |          |     |                  |

|   |              |            |            |             |            |  |  |  |                   |
|---|--------------|------------|------------|-------------|------------|--|--|--|-------------------|
| вода кипяченая для восстановления молока концентрированного | 6            | 6          |            |             |            |  |  |  |                   |
| вода кипяченая для восстановления молока сухого             | 10           | 10         |            |             |            |  |  |  |                   |
| лук репчатый  | 8            | 7          |            |             |            |  |  |  |                   |
| яйцо куриное  | 3,5          | 3,5        |            |             |            |  |  |  |                   |
| мука пшеничная или сухари                                   | 7            | 7          |            |             |            |  |  |  |                   |
| масло растительное  | 2            | 2          |            |             |            |  |  |  |                   |
| <b>Пюре картофельное с подгарировкой (помидоры, огурцы)</b> | <b>200</b>   | <b>3,3</b> | <b>4,0</b> | <b>20,9</b> | <b>133</b> |  |  |  |                   |
| <b>Пюре картофельное</b>                                    | <b>150</b>   |            |            |             |            |  |  |  | №620-2004         |
| 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   | 23           | 23         |            |             |            |  |  |  |                   |
| или молоко концентрированное                                | 11           | 11         |            |             |            |  |  |  |                   |
| или молоко сухое  | 3            | 3          |            |             |            |  |  |  |                   |
| вода кипяченая для восстановления молока концентрированного | 12           | 12         |            |             |            |  |  |  |                   |
| вода кипяченая для восстановления молока сухого             | 20           | 20         |            |             |            |  |  |  |                   |
| масло сливочное   | 5            | 5          |            |             |            |  |  |  |                   |
| <b>Овощи свежие (помидоры, огурцы)</b>                      | <b>50</b>    |            |            |             |            |  |  |  | №141, 151-2011    |
| помидоры свежие парниковые                                  | 25,5         | 25         |            |             |            |  |  |  |                   |
| или помидоры свежие грунтовые                               | 29,5         | 25         |            |             |            |  |  |  |                   |
| огурцы свежие грунтовые                                     | 26,3         | 25         |            |             |            |  |  |  |                   |
| или огурцы свежие парниковые                                | 25,5         | 25         |            |             |            |  |  |  |                   |
| <b>Чай с лимоном</b>  | <b>200/7</b> | <b>0,3</b> | <b>0,0</b> | <b>15,2</b> | <b>62</b>  |  |  |  | №686-2004         |
| чай-заварка   | 1            | 1          |            |             |            |  |  |  |                   |
| сахар   | 15           | 15         |            |             |            |  |  |  |                   |
| лимон   | 8            | 7          |            |             |            |  |  |  |                   |
| Хлеб ржаной   | 20           | 20         |            |             |            |  |  |  |                   |
| Фрукты в ассортименте                                       | 150          | 0,2        | 0,0        | 9,4         | 41         |  |  |  |                   |
|   | 765          | 27,5       | 28,0       | 110,9       | 805        |  |  |  | №458-2006, Москва |

|  |  |                                    |      |           |        |      |     |      |     |                    |
|--|--|------------------------------------|------|-----------|--------|------|-----|------|-----|--------------------|
| <b>Салат из свеклы отварной с огурцами</b>             |  | свекла до 01.01 -20%               | 60   | 48        | 60     | 0,6  | 3,1 | 3,5  | 44  | №21-2001,<br>Пермь |
|  |  | с 01.01 - 25%                      | 64   | 48        |        |      |     |      |     |                    |
|  |  | огурцы консервированные без уксуса | 22   | 12        |        |      |     |      |     |                    |
|  |  | масло растительное                 | 3    | 3         |        |      |     |      |     |                    |
| <b>Сул-лапша Домашняя, с курицей</b>                   |  |                                    |      |           |        |      |     |      |     |                    |
|  | курица потрошенная 1 категории охлажденная (разделка на мякоть без кожи) |                                    | 29   | 26        | 250/10 | 7,1  | 8,1 | 13,5 | 155 | №148-2004          |
|  | или грудка куриная охлажденная (разделка на мякоть без кожи)             |                                    | 19   | 18        |        |      |     |      |     |                    |
|  | или филе куриное охлажденное промышленного производства                  |                                    | 15   | 14        |        |      |     |      |     |                    |
| <b>ИЛИ Сул-лапша домашняя, с мясными фрикадельками</b> |  |                                    |      |           |        |      |     |      |     |                    |
|  | фрикадельки мясные   |                                    | 15   |           | 250/15 | 6,4  | 7,3 | 13,5 | 145 | №148-2004          |
|  | говядина 1 категории   |                                    | 23   | 17        |        |      |     |      |     | №112-2004          |
|  | или говядина полуфабрикат  |                                    | 20   | 17        |        |      |     |      |     |                    |
|  | лук репчатый   |                                    | 2    | 1,5       |        |      |     |      |     |                    |
|  | вода питьевая  |                                    | 1,5  | 1,5       |        |      |     |      |     |                    |
|  | яйцо куриное   |                                    | 1,2  | 1,2       |        |      |     |      |     |                    |
|  | <b>лапша Домашняя</b>  |                                    |      | <b>20</b> |        |      |     |      |     | №549-2004          |
|  | мука пшеничная   |                                    | 18   | 18        |        |      |     |      |     |                    |
|  | мука пшеничная на подпыл   |                                    | 1,2  | 1,2       |        |      |     |      |     |                    |
|  | яйцо куриное   |                                    | 5    | 5         |        |      |     |      |     |                    |
|  | вода питьевая  |                                    | 3,5  | 3,5       |        |      |     |      |     |                    |
|  | соль йодированная  |                                    | 0,5  | 0,5       |        |      |     |      |     |                    |
|  | или лапша промышленного производства                                     |                                    | 20   | 20        |        |      |     |      |     |                    |
|  | морковь до 01.01.-20%  |                                    | 12,5 | 10        |        |      |     |      |     |                    |
|  | с 01.01 - 25%  |                                    | 13,3 | 10        |        |      |     |      |     |                    |
|  | лук репчатый   |                                    | 12   | 10        |        |      |     |      |     |                    |
|  | масло сливочное  |                                    | 5    | 5         |        |      |     |      |     |                    |
|  | зелень сушеная (петрушка, укроп)   |                                    | 0,2  | 0,2       |        |      |     |      |     |                    |
| <b>Шницель из птицы с маслом</b>                       |  |                                    |      |           |        |      |     |      |     |                    |
|  | курица потрошенная 1 категории охлажденная (разделка на мякоть без кожи) |                                    | 167  | 72        | 90/5   | 15,4 | 8,7 | 10,4 | 182 | №54-244-2020-2021  |

|   |    |    |  |  |  |  |  |  |  |
|---|----|----|--|--|--|--|--|--|--|
| или грудка куриная охлажденная                          | 96 | 72 |  |  |  |  |  |  |  |
| или филе куриное охлажденное промышленного производства | 76 | 72 |  |  |  |  |  |  |  |
| хлеб пшеничный  | 15 | 15 |  |  |  |  |  |  |  |
| молоко питьевое   | 13 | 13 |  |  |  |  |  |  |  |
| или молоко концентрированное                            | 6  | 6  |  |  |  |  |  |  |  |
| или молоко сухое  | 2  | 2  |  |  |  |  |  |  |  |
| вода кипяченая для концентрированного молока            | 7  | 7  |  |  |  |  |  |  |  |
| вода кипяченая для сухого молока                        | 11 | 11 |  |  |  |  |  |  |  |
| яйцо куриное  | 5  | 5  |  |  |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная  | 9  | 9  |  |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное                                      | 2  | 2  |  |  |  |  |  |  |  |
| масло сливочное на топлен                               | 5  | 5  |  |  |  |  |  |  |  |

ИЛИ

|   |     |     |  |  |      |      |      |      |     |                            |
|---|-----|-----|--|--|------|------|------|------|-----|----------------------------|
| <b>Шницель из мяса с маслом</b>                             |     |     |  |  |      |      |      |      |     |                            |
| говядина 1 категории  | 91  | 67  |  |  | 90/5 | 13,3 | 12,9 | 10,8 | 213 | №451-2004                  |
| или говядина полуфабрикат                                   | 79  | 67  |  |  |      |      |      |      |     |                            |
| хлеб пшеничный  | 14  | 14  |  |  |      |      |      |      |     |                            |
| молоко питьевое   | 11  | 11  |  |  |      |      |      |      |     |                            |
| или молоко концентрированное                                | 5   | 5   |  |  |      |      |      |      |     |                            |
| или молоко сухое  | 1   | 1   |  |  |      |      |      |      |     |                            |
| вода кипяченая для восстановления молока концентрированного | 6   | 6   |  |  |      |      |      |      |     |                            |
| вода кипяченая для восстановления молока сухого             | 10  | 10  |  |  |      |      |      |      |     |                            |
| лук репчатый  | 8   | 7   |  |  |      |      |      |      |     |                            |
| яйцо куриное  | 3,5 | 3,5 |  |  |      |      |      |      |     |                            |
| мука пшеничная или сухари                                   | 7   | 7   |  |  |      |      |      |      |     |                            |
| масло растительное  | 2   | 2   |  |  |      |      |      |      |     |                            |
| масло сливочное на топлен                                   | 5   | 5   |  |  |      |      |      |      |     |                            |
| <b>Овощи тушеные в соусе</b>                                |     |     |  |  | 150  | 2,8  | 3,0  | 18,9 | 114 | №183-2011,<br>Екатеринбург |
| капуста белокочанная свежая                                 | 94  | 75  |  |  |      |      |      |      |     |                            |
| горошек зеленый консервированный                            | 46  | 30  |  |  |      |      |      |      |     |                            |
| или кабачки свежие  | 45  | 30  |  |  |      |      |      |      |     |                            |

|               |  |           |          |                   |          |         |             |             |              |             |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|---------------|--|-----------|----------|-------------------|----------|---------|-------------|-------------|--------------|-------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|---------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
|               | или перец свежий   | 40        | 30       |                   |          |         |             |             |              |             |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|               | или перец свежемороженый   | 32        | 30       |                   |          |         |             |             |              |             |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|               | МОРКОВЬ до 01.01.-20%  | 19        | 15       |                   |          |         |             |             |              |             |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|               | с 01.01 - 25%  | 20        | 15       |                   |          |         |             |             |              |             |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|               | картофель - 01.09.-31.10.- 25%   | 40        | 30       |                   |          |         |             |             |              |             |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|               | 01.11.-31.12.- 30%   | 43        | 30       |                   |          |         |             |             |              |             |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|               | 01.01-29.02 - 35%  | 46        | 30       |                   |          |         |             |             |              |             |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|               | 01.03 - 40%  | 50        | 30       |                   |          |         |             |             |              |             |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|               | лук репчатый   | 18        | 15       |                   |          |         |             |             |              |             |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|               | масло растительное   | 4         | 4        |                   |          |         |             |             |              |             |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|               | сметана  | 15        | 15       |                   |          |         |             |             |              |             |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|               | мука пшеничная   | 1,5       | 1,5      |                   |          |         |             |             |              |             |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|               | Сок в ассортименте   | 200       | 200      |                   |          | 200     | 0,5         | 0,1         | 28,0         | 115         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | №618-2013,<br>Пермь |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|               | ИЛИ  |           |          |                   |          |         |             |             |              |             |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|               | Компот из сухофруктов  |           |          |                   |          | 200     | 0,9         | 0,0         | 28,7         | 118         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | №639-2004           |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|               | сухофрукты   | 25        | 25       |                   |          |         |             |             |              |             |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|               | сахар  | 15        | 15       |                   |          |         |             |             |              |             |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|               | Хлеб пшеничный   | 40        | 40       |                   |          | 40      | 1,8         | 0,4         | 17,4         | 82          |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|               | или хлеб витаминизированный  |           |          |                   |          | 40      |             |             |              |             |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|               | Хлеб ржаной  | 40        | 40       |                   |          | 40      | 1,4         | 0,4         | 18,8         | 82          |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|               | <b>ИТОГО:</b>  |           |          |                   |          |         | <b>47,0</b> | <b>49,4</b> | <b>182,0</b> | <b>1359</b> |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| <b>7 ДЕНЬ</b> |  |           |          |                   |          |         |             |             |              |             |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|               | Наименование блюда   | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав |          |         |             |             |              |             |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|               | <b>ЗАВТРАК</b>   |           |          | Выход, г          | Белки, г | Жиры, г | Угл. г      | ЭЦ, ккал    | № рецептуры  |             |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|               | Бутерброд с джемом или повидлом  |           |          | 600               | 20,0     | 19,6    | 68,6        | 535         |              |             |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|               |  |           |          | 20/20             | 1,9      | 0,4     | 27,7        | 122         | №2-2004      |             |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|               | Джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, консервантов и красителей) | 20,4      | 20       |                   |          |         |             |             |              |             |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|               | Омлет натуральный с маслом с подгарнировкой                                    |           |          | 200               | 16,8     | 18,9    | 4,6         | 256         | №284-1996    |             |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|               |  |           |          |                   |          |         |             |             |              |             |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|               | яйцо куриное   | 125       | 125      |                   |          |         |             |             |              |             |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|               | молоко питьевое  | 47        | 47       |                   |          |         |             |             |              |             |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |







| Наименование блюда  |  | Брутто, г | Нетто, г  | Химический состав |             |             |              |              |  |                     | № рецептуры |
|---|--|-----------|-----------|-------------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--|---------------------|-------------|
|   |  |           |           | Выход, г          | Белки, г    | Жиры, г     | Угл., г      | ЭЦ, ккал     |  |                     |             |
| <b>8 день</b>   |  |           |           |                   |             |             |              |              |  |                     |             |
| <b>Завтрак</b>  |  |           |           | <b>550</b>        | <b>18,4</b> | <b>18,1</b> | <b>86,5</b>  | <b>582,5</b> |  |                     |             |
| Плов из говядины  |  |           |           | 230               | 12,9        | 14,5        | 37,3         | 331          |  | №443-2004           |             |
| говядина 1 категории  |  | 107       | 79        |                   |             |             |              |              |  |                     |             |
| или говядина полуфабрикат   |  | 93        | 79        |                   |             |             |              |              |  |                     |             |
| масло растительное  |  | 10        | 10        |                   |             |             |              |              |  |                     |             |
| <b>Масса тушеного мяса</b>  |  |           | <b>50</b> |                   |             |             |              |              |  |                     |             |
| крупа рисовая   |  | 61        | 61        |                   |             |             |              |              |  |                     |             |
| морковь до 01.01.-20%   |  | 25        | 20        |                   |             |             |              |              |  |                     |             |
| с 01.01 - 25%   |  | 27        | 20        |                   |             |             |              |              |  |                     |             |
| лук репчатый  |  | 12        | 10        |                   |             |             |              |              |  |                     |             |
| <b>Гуляш</b>  |  |           |           | <b>100</b>        | <b>10,4</b> | <b>9,2</b>  | <b>4,0</b>   | <b>140</b>   |  | №152-2004,<br>Педмь |             |
| говядина 1 категории  |  | 107       | 79        |                   |             |             |              |              |  |                     |             |
| или говядина полуфабрикат   |  | 93        | 79        |                   |             |             |              |              |  |                     |             |
| масло растительное  |  | 5         | 5         |                   |             |             |              |              |  |                     |             |
| лук репчатый  |  | 12        | 10        |                   |             |             |              |              |  |                     |             |
| томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов) |  | 4         | 4         |                   |             |             |              |              |  |                     |             |
| мука пшеничная  |  | 2,5       | 2,5       |                   |             |             |              |              |  |                     |             |
| <b>Рис отварной</b>   |  |           |           | <b>150</b>        | <b>3,7</b>  | <b>3,6</b>  | <b>34,1</b>  | <b>184</b>   |  | №511-2004           |             |
| крупа рисовая   |  | 54        | 54        |                   |             |             |              |              |  |                     |             |
| вода питьевая   |  | 324       | 324       |                   |             |             |              |              |  |                     |             |
| масло сливочное   |  | 4         | 4         |                   |             |             |              |              |  |                     |             |
| <b>Компот из свежемороженой смородины</b>                                   |  |           |           | <b>200</b>        | <b>0,1</b>  | <b>0,0</b>  | <b>19,0</b>  | <b>76</b>    |  | №357-2002           |             |
| смородина свежемороженая  |  | 26,4      | 25        |                   |             |             |              |              |  |                     |             |
| сахар   |  | 15        | 15        |                   |             |             |              |              |  |                     |             |
| <b>Хлеб пшеничный</b>   |  |           |           | <b>50</b>         | <b>2,5</b>  | <b>0,7</b>  | <b>20,3</b>  | <b>97,3</b>  |  |                     |             |
| или хлеб витаминизированный   |  | 50        | 50        |                   |             |             |              |              |  |                     |             |
| <b>Хлеб ржаной</b>  |  |           |           | <b>40</b>         | <b>1,4</b>  | <b>0,4</b>  | <b>18,8</b>  | <b>82</b>    |  |                     |             |
| Хлеб ржаной   |  | 40        | 40        |                   |             |             |              |              |  |                     |             |
| <b>Итого:</b>   |  |           |           | <b>40</b>         | <b>47,6</b> | <b>42,8</b> | <b>186,7</b> | <b>1324</b>  |  |                     |             |

|   |      |     |     |      |      |       |      |                     |     |  |      |  |  |  |  |  |  |  |                     |
|---|------|-----|-----|------|------|-------|------|---------------------|-----|--|------|--|--|--|--|--|--|--|---------------------|
| Томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов) | 10   | 10  |     |      |      |       |      |                     |     |  |      |  |  |  |  |  |  |  |                     |
| Овощи свежие (огурцы)   |      |     |     |      | 100  | 0,7   | 0,1  |                     | 1,9 |  | 11,3 |  |  |  |  |  |  |  | №70-2005,<br>Москва |
| огурцы свежие грунтовые   | 105  | 100 |     |      |      |       |      |                     |     |  |      |  |  |  |  |  |  |  |                     |
| или огурцы свежие парниковые  | 102  | 100 |     |      |      |       |      |                     |     |  |      |  |  |  |  |  |  |  |                     |
|   |      |     |     |      |      |       |      |                     |     |  |      |  |  |  |  |  |  |  |                     |
| Овощи консервированные без уксуса (огурцы)                                  | 182  | 100 | 100 | 0,8  | 0,1  | 1,6   | 10,6 | №101-2004           |     |  |      |  |  |  |  |  |  |  |                     |
| Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте              | 20   |     | 20  | 1,2  | 1,4  | 12,5  | 67   | №253-2004,<br>Пермь |     |  |      |  |  |  |  |  |  |  |                     |
| Кофейный напиток  | 200  |     | 200 | 1,9  | 1,7  | 17,0  | 91   |                     |     |  |      |  |  |  |  |  |  |  |                     |
| кофейный напиток  | 4    | 4   |     |      |      |       |      |                     |     |  |      |  |  |  |  |  |  |  |                     |
| сахар   | 15   | 15  |     |      |      |       |      |                     |     |  |      |  |  |  |  |  |  |  |                     |
| Молоко питьевое   | 50   | 50  |     |      |      |       |      |                     |     |  |      |  |  |  |  |  |  |  |                     |
| или молоко концентрированное  | 23   | 23  |     |      |      |       |      |                     |     |  |      |  |  |  |  |  |  |  |                     |
| или молоко сухое  | 6    | 6   |     |      |      |       |      |                     |     |  |      |  |  |  |  |  |  |  |                     |
| вода кипяченая для восстановления молока концентрированного                 | 27   | 27  |     |      |      |       |      |                     |     |  |      |  |  |  |  |  |  |  |                     |
| вода кипяченая для восстановления молока сухого                             | 44   | 44  |     |      |      |       |      |                     |     |  |      |  |  |  |  |  |  |  |                     |
| Хлеб пшеничный  | 20   | 20  | 20  | 0,9  | 0,2  | 8,7   | 41   |                     |     |  |      |  |  |  |  |  |  |  |                     |
| или хлеб витаминизированный   |      |     | 20  |      |      |       |      |                     |     |  |      |  |  |  |  |  |  |  |                     |
| Хлеб ржаной   | 20   | 20  | 20  | 0,7  | 0,2  | 9,4   | 41   |                     |     |  |      |  |  |  |  |  |  |  |                     |
|   |      |     | 775 | 27,6 | 27,6 | 106,6 | 784  |                     |     |  |      |  |  |  |  |  |  |  |                     |
| Салат "Несвижский"  |      |     | 60  | 3,1  | 5,8  | 3,1   | 77   | №63-2004            |     |  |      |  |  |  |  |  |  |  |                     |
| сельдь слабого посола (пресервы)  | 21   | 20  |     |      |      |       |      |                     |     |  |      |  |  |  |  |  |  |  |                     |
| свекла до 01.01 -20%  | 16,3 | 13  |     |      |      |       |      |                     |     |  |      |  |  |  |  |  |  |  |                     |
| с 01.01 - 25%   | 17,3 | 13  |     |      |      |       |      |                     |     |  |      |  |  |  |  |  |  |  |                     |
| морковь до 01.01 -20%   | 12,5 | 10  |     |      |      |       |      |                     |     |  |      |  |  |  |  |  |  |  |                     |
| с 01.01 - 25%   | 13,3 | 10  |     |      |      |       |      |                     |     |  |      |  |  |  |  |  |  |  |                     |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%  | 17   | 13  |     |      |      |       |      |                     |     |  |      |  |  |  |  |  |  |  |                     |
| 01.11.-31.12. -30%  | 19   | 13  |     |      |      |       |      |                     |     |  |      |  |  |  |  |  |  |  |                     |
| 01.01 -29.02 - 35%  | 20   | 13  |     |      |      |       |      |                     |     |  |      |  |  |  |  |  |  |  |                     |
| 01.03 - 40%   | 22   | 13  |     |      |      |       |      |                     |     |  |      |  |  |  |  |  |  |  |                     |
| лук репчатый  | 7    | 6   |     |      |      |       |      |                     |     |  |      |  |  |  |  |  |  |  |                     |

ИЛИ

ОБЕД



|  |   |     |     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|---|-----|-----|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
|  | или молоко концентрированное                                | 8   | 8   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | или молоко сухое  | 2   | 2   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | вода кипяченая для восстановления молока концентрированного | 10  | 10  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | вода кипяченая для восстановления молока сухого             | 16  | 16  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | яйцо куриное  | 6,5 | 6,5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | мука пшеничная  | 5,5 | 5,5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло растительное  | 2   | 2   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло сливочное на полив                                    | 5   | 5   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | <b>ИЛИ</b>  |     |     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|                                 |   |     |     |  |      |      |      |      |     |           |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|---------------------------------|---|-----|-----|--|------|------|------|------|-----|-----------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| <b>Биточки из мяса с маслом</b> |   |     |     |  |      |      |      |      |     |           |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                 | говядина 1 категории  | 91  | 67  |  | 90,5 | 13,3 | 12,9 | 10,8 | 213 | №451-2004 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                 | или говядина полуфабрикат   | 79  | 67  |  |      |      |      |      |     |           |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                 | хлеб пшеничный  | 14  | 14  |  |      |      |      |      |     |           |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                 | молоко питьевое   | 11  | 11  |  |      |      |      |      |     |           |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                 | или молоко концентрированное  | 5   | 5   |  |      |      |      |      |     |           |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                 | или молоко сухое  | 1   | 1   |  |      |      |      |      |     |           |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                 | вода кипяченая для восстановления молока концентрированного                 | 6   | 6   |  |      |      |      |      |     |           |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                 | вода кипяченая для восстановления молока сухого                             | 10  | 10  |  |      |      |      |      |     |           |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                 | лук репчатый  | 8   | 7   |  |      |      |      |      |     |           |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                 | яйцо куриное  | 3,5 | 3,5 |  |      |      |      |      |     |           |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                 | мука пшеничная или сухари   | 7   | 7   |  |      |      |      |      |     |           |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                 | масло растительное  | 2   | 2   |  |      |      |      |      |     |           |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                 | масло сливочное на полив  | 5   | 5   |  |      |      |      |      |     |           |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                 | <b>Капуста тушеная</b>  |     |     |  | 150  | 3,1  | 3,9  | 12,4 | 97  | №534-2004 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                 | капуста белокочанная свежая   | 215 | 172 |  |      |      |      |      |     |           |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                 | масло растительное  | 4   | 4   |  |      |      |      |      |     |           |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                 | морковь до 01.01.-20%   | 10  | 8   |  |      |      |      |      |     |           |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                 | с 01.01 - 25%   | 11  | 8   |  |      |      |      |      |     |           |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                 | лук репчатый  | 8   | 7   |  |      |      |      |      |     |           |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                 | томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов) | 3   | 3   |  |      |      |      |      |     |           |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |                             |     |     |  |  |     |  |             |  |             |  |              |  |             |  |  |  |  |           |
|--|-----------------------------|-----|-----|--|--|-----|--|-------------|--|-------------|--|--------------|--|-------------|--|--|--|--|-----------|
|  | Мука пшеничная              | 2,5 | 2,5 |  |  |     |  |             |  |             |  |              |  |             |  |  |  |  |           |
|  | сахар                       | 2,5 | 2,5 |  |  |     |  |             |  |             |  |              |  |             |  |  |  |  |           |
|  | <b>Компот из кураги</b>     |     |     |  |  |     |  |             |  |             |  |              |  |             |  |  |  |  |           |
|  | курага                      | 25  | 25  |  |  | 200 |  | 1,0         |  | 0,0         |  | 25,2         |  | 105         |  |  |  |  | №638-2004 |
|  | сахар                       | 10  | 10  |  |  |     |  |             |  |             |  |              |  |             |  |  |  |  |           |
|  | <b>Хлеб пшеничный</b>       |     |     |  |  |     |  |             |  |             |  |              |  |             |  |  |  |  |           |
|  | или хлеб витаминизированный | 50  | 50  |  |  | 50  |  | 2,5         |  | 0,7         |  | 20,3         |  | 97,3        |  |  |  |  |           |
|  | <b>Хлеб ржаной</b>          |     |     |  |  |     |  |             |  |             |  |              |  |             |  |  |  |  |           |
|  |                             | 50  | 50  |  |  | 50  |  | 1,8         |  | 0,3         |  | 23,5         |  | 103,3       |  |  |  |  |           |
|  | <b>ИТОГО:</b>               |     |     |  |  |     |  | <b>46,0</b> |  | <b>45,7</b> |  | <b>193,1</b> |  | <b>1367</b> |  |  |  |  |           |

**9 день**

| Наименование блюда                              | Брутто, г   | Нетто, г | Химический состав |             |             |              |              |  |  |                             | № рецептуры |
|---|---|----------|-------------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--|--|-----------------------------|-------------|
|   |   |          | Выход, г          | Белки, г    | Жиры, г     | Угл. г       | ЭЦ, ккал     |  |  |                             |             |
| <b>ЗАВТРАК</b>                                  |   |          |                   |             |             |              |              |  |  |                             |             |
| <b>Бутерброд с маслом</b>                       |   |          | <b>522</b>        | <b>14,6</b> | <b>25,1</b> | <b>62,4</b>  | <b>533,9</b> |  |  |                             |             |
|   | Батон   | 30       | 30                |             |             |              |              |  |  |                             |             |
|   | Масло сливочное   | 10       | 10                |             |             |              |              |  |  | №1-2004                     |             |
| <b>Суфле творожное со сладкой глазурью</b>      |   |          | <b>150</b>        | <b>10,2</b> | <b>14,6</b> | <b>29,6</b>  | <b>291</b>   |  |  | №19/3-2011,<br>Екатеринбург |             |
|   | Творог  | 136      | 134               |             |             |              |              |  |  |                             |             |
|   | Сметана   | 8        | 8                 |             |             |              |              |  |  |                             |             |
|   | яйцо куриное  | 8        | 8                 |             |             |              |              |  |  |                             |             |
|   | сахар   | 4        | 4                 |             |             |              |              |  |  |                             |             |
|   | Мука пшеничная  | 10       | 10                |             |             |              |              |  |  |                             |             |
|   | Джем промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов) | 20,2     | 20                |             |             |              |              |  |  |                             |             |
|   | Масло сливочное на смазку емкости   | 2,5      | 2,5               |             |             |              |              |  |  |                             |             |
| <b>Чай с лимоном</b>                            |   |          | <b>200/7</b>      | <b>0,3</b>  | <b>0,0</b>  | <b>15,2</b>  | <b>62</b>    |  |  | №686-2004                   |             |
|   | чай-заварка   | 1        | 1                 |             |             |              |              |  |  |                             |             |
|   | сахар   | 15       | 15                |             |             |              |              |  |  |                             |             |
|   | лимон   | 8        | 7                 |             |             |              |              |  |  |                             |             |
| <b>Йогурт в ассортименте</b>                    |   |          | <b>125</b>        | <b>2,5</b>  | <b>3,1</b>  | <b>4,4</b>   | <b>56</b>    |  |  | №693-2004                   |             |
|   |   | 129      | 125               |             |             |              |              |  |  |                             |             |
| <b>ОБЕД</b>                                     |   |          |                   |             |             |              |              |  |  |                             |             |
| <b>Салат из капусты белокачанной с морковью</b> |   |          | <b>770</b>        | <b>28,0</b> | <b>23,6</b> | <b>108,4</b> | <b>757</b>   |  |  | №4-2013,<br>Парма           |             |
|   |   |          | 60                | 0,9         | 3,0         | 5,8          | 53,8         |  |  |                             |             |

|   |      |      |  |  |  |  |  |  |  |  |
|---|------|------|--|--|--|--|--|--|--|--|
| капуста свежая белокочанная   | 63   | 50   |  |  |  |  |  |  |  |  |
| морковь до 01.01.-20%   | 7,5  | 6    |  |  |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25%   | 8    | 6    |  |  |  |  |  |  |  |  |
| <i>капуста и морковь старого урожая используется в сыром виде до 1 марта, с 1 марта только капуста и морковь нового урожая или другой салат</i> |      |      |  |  |  |  |  |  |  |  |
| сахар   | 2    | 2    |  |  |  |  |  |  |  |  |
| кислота лимонная  | 0,08 | 0,08 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| вода для разведения лимонной кислоты  | 3,8  | 3,8  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| масло растительное на полив при подаче  | 3    | 3    |  |  |  |  |  |  |  |  |

**ИЛИ**

|   |      |     |          |      |      |      |     |                              |  |  |
|---|------|-----|----------|------|------|------|-----|------------------------------|--|--|
| <b>Овощи свежие или консервированные (помидоры)</b>         |      |     |          |      |      |      |     |                              |  |  |
| помидоры свежие парниковые                                  | 61   | 60  | 60       | 0,6  | 0,2  | 2,4  | 14  | №15/1-2011г,<br>Екатеринбург |  |  |
| или помидоры свежие грунтовые                               | 71   | 60  |          |      |      |      |     |                              |  |  |
| или помидоры консервированные без уксуса                    | 109  | 60  |          |      |      |      |     |                              |  |  |
| <b>Рассолыник Ленинградский с мясом и сметаной</b>          |      |     |          |      |      |      |     |                              |  |  |
| говядина 1 категории  | 22   | 16  | 250/10/5 | 4,7  | 5,2  | 14,4 | 123 | №129-1996                    |  |  |
| или говядина полуфабрикат                                   | 19   | 16  |          |      |      |      |     |                              |  |  |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%                              | 100  | 75  |          |      |      |      |     |                              |  |  |
| 01.11.-31.12.- 30%  | 107  | 75  |          |      |      |      |     |                              |  |  |
| 01.01-29.02 - 35%   | 116  | 75  |          |      |      |      |     |                              |  |  |
| 01.03 - 40%   | 125  | 75  |          |      |      |      |     |                              |  |  |
| крута (перловая, или рисовая)                               | 5    | 5   |          |      |      |      |     |                              |  |  |
| морковь до 01.01.-20%                                       | 12,5 | 10  |          |      |      |      |     |                              |  |  |
| с 01.01 - 25%   | 13,3 | 10  |          |      |      |      |     |                              |  |  |
| лук репчатый  | 6    | 5   |          |      |      |      |     |                              |  |  |
| огурцы консервированные без уксуса                          | 27   | 15  |          |      |      |      |     |                              |  |  |
| масло сливочное   | 5    | 5   |          |      |      |      |     |                              |  |  |
| сметана   | 5    | 5   |          |      |      |      |     |                              |  |  |
| зелень сушеная (петрушка, укроп)                            | 0,2  | 0,2 |          |      |      |      |     |                              |  |  |
| <b>Рыба запечённая с маслом</b>                             |      |     |          |      |      |      |     |                              |  |  |
| минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей) | 138  | 102 | 90/5     | 14,9 | 10,5 | 3,6  | 169 | №310-1996                    |  |  |

|  |           |          |                   |             |             |             |              |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |
|--|-----------|----------|-------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--|--|--|--|--|--|--|--|-------------|--|--|--|--|--|
| или горбуша или кета потрошенная с головой (филе с кожей без костей) | 153       | 107      |                   |             |             |             |              |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |
| или горбуша или кета неразделанная (филе с кожей без костей)         | 184       | 107      |                   |             |             |             |              |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |
| или ряпушка неразделанная  | 124       | 107      |                   |             |             |             |              |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |
| мука пшеничная   | 4,5       | 4,5      |                   |             |             |             |              |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |
| масло растительное   | 4         | 4        |                   |             |             |             |              |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |
| масло сливочное  | 5         | 5        |                   |             |             |             |              |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |
| <b>Пюре картофельное</b>   |           |          |                   |             |             |             |              |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |
| 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  | 23        | 23       |                   |             |             |             |              |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |
| или молоко концентрированное   | 11        | 11       |                   |             |             |             |              |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |
| или молоко сухое   | 3         | 3        |                   |             |             |             |              |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |
| вода кипяченая для восстановления молока концентрированного          | 12        | 12       |                   |             |             |             |              |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |
| вода кипяченая для восстановления молока сухого                      | 20        | 20       |                   |             |             |             |              |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |
| масло сливочное  | 5         | 5        |                   |             |             |             |              |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |
| <b>Кисель из свежих ягод</b>   |           |          |                   |             |             |             |              |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |
| вишня свежемороженая   | 25,4      | 24       |                   |             |             |             |              |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |
| или смородина свежемороженая   | 25,4      | 24       |                   |             |             |             |              |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |
| сахар  | 15        | 15       |                   |             |             |             |              |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |
| крахмал  | 6         | 6        |                   |             |             |             |              |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |
| Хлеб пшеничный   | 50        | 50       |                   |             |             |             |              |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |
| или хлеб витаминизированный  | 50        | 50       |                   |             |             |             |              |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |
| Хлеб ржаной  | 50        | 50       |                   |             |             |             |              |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |
| <b>ИТОГО:</b>  |           |          |                   |             |             |             |              |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |
| <b>10 день</b>   |           |          |                   |             |             |             |              |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |
| Наименование блюда   | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав |             |             |             |              |  |  |  |  |  |  |  |  | № рецептуры |  |  |  |  |  |
| <b>ЗАВТРАК</b>   |           |          | Выход, г          | Белки, г    | Жиры, г     | Угл. г      | ЭЦ, ккал     |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |
|  |           |          | <b>650</b>        | <b>13,8</b> | <b>17,0</b> | <b>89,5</b> | <b>570,8</b> |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |  |  |  |  |



| Каша "Дружба"   |  |     |     |  |     |     |     |      |     | №293-2001,<br>Пермь |
|---|--|-----|-----|--|-----|-----|-----|------|-----|---------------------|
|   | крупа рисовая  | 15  | 15  |  | 200 | 7,8 | 8,9 | 35,1 | 252 |                     |
|   | крупа пшеничная  | 11  | 11  |  |     |     |     |      |     |                     |
|   | молоко питьевое  | 172 | 172 |  |     |     |     |      |     |                     |
|   | или молоко концентрированное   | 79  | 79  |  |     |     |     |      |     |                     |
|   | или молоко сухое   | 21  | 21  |  |     |     |     |      |     |                     |
|   | вода кипяченая для концентрированного молока                         | 93  | 93  |  |     |     |     |      |     |                     |
|   | вода кипяченая для сухого молока                                     | 151 | 151 |  |     |     |     |      |     |                     |
|   | сахар  | 6   | 6   |  |     |     |     |      |     |                     |
|   | соль йодированная  | 1   | 1   |  |     |     |     |      |     |                     |
|   | масло сливочное  | 5   | 5   |  |     |     |     |      |     |                     |
|   | <b>ИЛИ</b>   |     |     |  |     |     |     |      |     |                     |
| <b>Каша "Янтарная" из пшена с яблоками</b>  |  |     |     |  |     |     |     |      |     | №269-2013,<br>Пермь |
|   | крупа пшено  | 40  | 40  |  | 200 | 8,3 | 9,6 | 30,8 | 243 |                     |
|   | молоко питьевое  | 130 | 130 |  |     |     |     |      |     |                     |
|   | или молоко концентрированное   | 60  | 60  |  |     |     |     |      |     |                     |
|   | или молоко сухое   | 16  | 16  |  |     |     |     |      |     |                     |
|   | вода кипяченая для концентрированного молока                         | 70  | 70  |  |     |     |     |      |     |                     |
|   | вода кипяченая для сухого молока                                     | 114 | 114 |  |     |     |     |      |     |                     |
|   | масса каши   |     | 155 |  |     |     |     |      |     |                     |
|   | для сиропа:  |     | 25  |  |     |     |     |      |     |                     |
|   | сахар  | 5   | 5   |  |     |     |     |      |     |                     |
|   | вода питьевая  | 25  | 25  |  |     |     |     |      |     |                     |
|   | яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом, очищенные от<br>кожицы) | 35  | 20  |  |     |     |     |      |     |                     |
|   | масса яблок, припущенных с сиропом                                   |     | 44  |  |     |     |     |      |     |                     |
|   | масло сливочное  | 5   | 5   |  |     |     |     |      |     |                     |
| <b>Сырная палочка (Технико - технологическая карта №5, разработана АУ ТО "Центр<br/>технологического контроля")</b> |  |     |     |  |     |     |     |      |     |                     |
|   | мука пшеничная   | 54  | 54  |  | 90  | 5,4 | 8,0 | 27,5 | 204 | ТТК, ТК №5          |
|   | сыр  | 19  | 18  |  |     |     |     |      |     |                     |
|   | масло сливочное  | 27  | 27  |  |     |     |     |      |     |                     |

|  |  |   |      |      |      |  |      |       |  |                      |
|--|--|---|------|------|------|--|------|-------|--|----------------------|
|  |  | Сметана   | 9    | 9    |      |  |      |       |  |                      |
|  |  | Дрожжи прессованные   | 1,8  | 1,8  |      |  |      |       |  |                      |
|  |  | или Дрожжи сухие  | 0,5  | 0,5  |      |  |      |       |  |                      |
|  |  | Молоко питьевое   | 3,6  | 3,6  |      |  |      |       |  |                      |
|  |  | или Молоко концентрированное                                | 2    | 2    |      |  |      |       |  |                      |
|  |  | или Молоко сухое  | 0,4  | 0,4  |      |  |      |       |  |                      |
|  |  | вода кипяченая для восстановления молока концентрированного | 2    | 2    |      |  |      |       |  |                      |
|  |  | вода кипяченая для восстановления молока сухого             | 3    | 3    |      |  |      |       |  |                      |
|  |  | яйца для смазки изделия                                     | 4,5  | 4,5  |      |  |      |       |  |                      |
|  |  | масло растительное для смазки листа                         | 0,5  | 0,5  |      |  |      |       |  |                      |
|  |  | <b>Фрукты в ассортименте</b>                                |      |      |      |  |      |       |  |                      |
|  |  |   | 160  | 0,4  | 0,1  |  | 15,0 | 63    |  | №458-2006,<br>Москва |
|  |  | <b>Чай с сахаром</b>  |      |      |      |  |      | 53    |  | №685-2004            |
|  |  |   | 200  | 0,2  | 0,0  |  | 11,9 |       |  |                      |
|  |  | чай-заварка   | 1    | 1    |      |  |      |       |  |                      |
|  |  | сахар   | 12   | 12   |      |  |      |       |  |                      |
|  |  | <b>ОБЕД</b>   |      |      |      |  |      |       |  |                      |
|  |  |   | 770  | 25,4 | 25,2 |  | 98,1 | 718,4 |  |                      |
|  |  | <b>Винегрет овощной с фасолью</b>                           |      |      |      |  |      | 46    |  | №75-2013,<br>Пермь   |
|  |  |   | 60   | 1,1  | 3,1  |  | 3,5  |       |  |                      |
|  |  | картофель - 01.09.-31.10. - 25%                             | 16   | 12   |      |  |      |       |  |                      |
|  |  | 01.11.-31.12. -30%  | 17   | 12   |      |  |      |       |  |                      |
|  |  | 01.01-29.02 - 35%   | 18   | 12   |      |  |      |       |  |                      |
|  |  | 01.03 - 40%   | 20   | 12   |      |  |      |       |  |                      |
|  |  | свекла до 01.01 -20%  | 12,5 | 10   |      |  |      |       |  |                      |
|  |  | с 01.01 - 25%   | 13,3 | 10   |      |  |      |       |  |                      |
|  |  | морковь до 01.01.-20%                                       | 12,5 | 10   |      |  |      |       |  |                      |
|  |  | с 01.01 - 25%   | 13,3 | 10   |      |  |      |       |  |                      |
|  |  | огурцы консервированные без уксуса                          | 22   | 12   |      |  |      |       |  |                      |
|  |  | фасоль консервированная в собственном соку                  | 33   | 20   |      |  |      |       |  |                      |
|  |  | масло растительное  | 3    | 3    |      |  |      |       |  |                      |
|  |  | <b>ИЛИ</b>  |      |      |      |  |      |       |  |                      |
|  |  | <b>Салаг "Полоньский"</b>                                   |      |      |      |  |      |       |  |                      |
|  |  |   | 60   | 0,8  | 3,1  |  | 3,6  | 46    |  | №24-2004             |
|  |  | помидоры свежие парниковые                                  | 15,3 | 15   |      |  |      |       |  |                      |
|  |  | или помидоры свежие грунтовые                               | 18   | 15   |      |  |      |       |  |                      |

|  |  |      |     |  |        |     |     |      |     |                             |
|--|--|------|-----|--|--------|-----|-----|------|-----|-----------------------------|
|  | огурцы свежие парниковые   | 14,3 | 14  |  |        |     |     |      |     |                             |
|  | или огурцы свежие грунтовые  | 15   | 14  |  |        |     |     |      |     |                             |
|  | перец свежий   | 9,3  | 7   |  |        |     |     |      |     |                             |
|  | капуста белокочанная свежая  | 26   | 21  |  |        |     |     |      |     |                             |
|  | лимонная кислота   | 0,5  | 0,5 |  |        |     |     |      |     |                             |
|  | сахар  | 0,6  | 0,6 |  |        |     |     |      |     |                             |
|  | масло растительное   | 3    | 3   |  |        |     |     |      |     |                             |
|  | <b>Суп из овощей с яйцом, с курицей</b>                                  |      |     |  |        |     |     |      |     |                             |
|  | курица потрошенная 1 категории охлажденная (разделка на мякоть без кожи) | 29   | 26  |  | 250/10 | 7,3 | 8,3 | 11,2 | 149 | №14/2-2011,<br>Екатеринбург |
|  | или грудка куриная охлажденная (разделка на мякоть без кожи)             | 19   | 18  |  |        |     |     |      |     |                             |
|  | или филе куриное охлажденное промышленного производства                  | 15   | 14  |  |        |     |     |      |     |                             |
|  | <b>ИЛИ Суп из овощей с яйцом, с мясом</b>                                |      |     |  |        |     |     |      |     |                             |
|  | говядина 1 категории   | 22   | 16  |  | 250/10 | 6,7 | 7,6 | 11,2 | 140 | №14/2-2011,<br>Екатеринбург |
|  | или говядина полугуфабрикат  | 19   | 16  |  |        |     |     |      |     |                             |
|  | картофель - 01.09.-31.10. - 25%  | 100  | 75  |  |        |     |     |      |     |                             |
|  | 01.11.-31.12. - 30%  | 107  | 75  |  |        |     |     |      |     |                             |
|  | 01.01.-29.02. - 35%  | 116  | 75  |  |        |     |     |      |     |                             |
|  | 01.03. - 40%   | 125  | 75  |  |        |     |     |      |     |                             |
|  | Морковь до 01.01.-20%  | 25   | 20  |  |        |     |     |      |     |                             |
|  | с 01.01. - 25%   | 27   | 20  |  |        |     |     |      |     |                             |
|  | лук репчатый   | 24   | 20  |  |        |     |     |      |     |                             |
|  | масло сливочное  | 5    | 5   |  |        |     |     |      |     |                             |
|  | яйцо куриное   | 10   | 10  |  |        |     |     |      |     |                             |
|  | зелень сушеная (петрушка, укроп)   | 0,2  | 0,2 |  |        |     |     |      |     |                             |
|  | <b>Печень, тушеная в соусе</b>   |      |     |  |        |     |     |      |     |                             |
|  | печень говяжья   | 113  | 93  |  | 100    | 8,7 | 8,2 | 4,6  | 127 | №24/1-2013,<br>Пермь        |
|  | мука пшеничная   | 4    | 4   |  |        |     |     |      |     |                             |
|  | масло растительное   | 4    | 4   |  |        |     |     |      |     |                             |
|  | масла тушеной печени   |      | 60  |  |        |     |     |      |     |                             |
|  | соус сметанный   |      | 40  |  |        |     |     |      |     | №442-2013,<br>Пермь         |
|  | сметана  | 10   | 10  |  |        |     |     |      |     |                             |

|  |  |            |            |  |            |              |              |                |                 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |
|--|--|------------|------------|--|------------|--------------|--------------|----------------|-----------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|---------------------|
|  | мука пшеничная   | 1          | 1          |  |            |              |              |                |                 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |
|  | вода питьевая  | 30         | 30         |  |            |              |              |                |                 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |
|  | масло сливочное  | 1          | 1          |  |            |              |              |                |                 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |
|  | <b>Каша гречневая вязкая</b>                               |            |            |  |            |              |              |                |                 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |
|  | крупа гречневая  | 38         | 38         |  | 150        | 4,7          | 4,8          | 20,6           | 144             |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | №302-2004           |
|  | вода питьевая  | 121        | 121        |  |            |              |              |                |                 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |
|  | масло сливочное  | 5          | 5          |  |            |              |              |                |                 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |
|  | <b>Сок в ассортименте</b>                                  | <b>200</b> | <b>200</b> |  | <b>200</b> | <b>0,4</b>   | <b>0,0</b>   | <b>22,0</b>    | <b>90</b>       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | №518-2013,<br>Пермь |
|  | <b>Компот из урюка</b>                                     |            |            |  |            |              |              |                |                 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |
|  | урюк   | 20         | 20         |  | 200        | 1,0          | 0,0          | 22,1           | 92              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | №638-2004           |
|  | сахар  | 10         | 10         |  |            |              |              |                |                 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |
|  | <b>Хлеб пшеничный</b>                                      |            |            |  |            |              |              |                |                 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |
|  | или хлеб витаминизированный                                | 40         | 40         |  | 40         | 1,9          | 0,4          | 17,5           | 81              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |
|  | Хлеб ржаной  | 40         | 40         |  | 40         | 1,4          | 0,4          | 18,8           | 82              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |
|  | <b>ИТОГО:</b>  |            |            |  |            | <b>39,2</b>  | <b>42,2</b>  | <b>187,6</b>   | <b>1289</b>     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |
|  | <b>НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (50-60%):</b> |            |            |  |            | <b>44</b>    | <b>46</b>    | <b>184</b>     | <b>1326</b>     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |
|  | <b>НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (100%)*:</b>  |            |            |  |            | <b>39-46</b> | <b>40-47</b> | <b>168-201</b> | <b>175-1410</b> |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |
|  |  |            |            |  |            | <b>77</b>    | <b>79</b>    | <b>335</b>     | <b>2350</b>     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |

\*Приложение 10, Таблица 1 "Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществ (суточная)" СанПиН 2.3/2.4.3590-20  
"Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"

**НАКОПИТЕЛЬНАЯ ВЕДОМОСТЬ к меню №2348 от 16.06.2022г (с 7 до 11 лет)**

| №  | Наименование продуктов  | Количество продуктов в г, мл, нетто* | Количество продуктов в г, мл, нетто при двухразовом питании (завтрак, обед) | Фактически получено, г |     |     |     |     |     |     |     |     |     | за 10 дней, г | Факт в день, г | % выполнения |     |     |
|----|---|--------------------------------------|---|------------------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|---------------|----------------|--------------|-----|-----|
|    |   |                                      |   | Дни                    |     |     |     |     |     |     |     |     |     |               |                |              |     |     |
|    |   |                                      |   | 1                      | 2   | 3   | 4   | 5   | 6   | 7   | 8   | 9   | 10  |               |                |              |     |     |
| 1  | Хлеб ржаной   | 80                                   | 52  | 60                     | 50  | 40  | 40  | 50  | 60  | 60  | 60  | 70  | 50  | 40            | 40             | 520          | 52  | 100 |
| 2  | Хлеб пшеничный  | 150                                  | 71  | 60                     | 50  | 75  | 75  | 95  | 88  | 70  | 70  | 70  | 80  | 40            | 40             | 703          | 70  | 100 |
| 3  | Мука пшеничная  | 15                                   | 13  | 0                      | 20  | 0   | 7   | 9   | 9   | 2   | 8   | 8   | 15  | 59            | 127            | 13           | 100 |     |
| 4  | Крупы, бобовые  | 45                                   | 34  | 10                     | 68  | 9   | 38  | 17  | 0   | 54  | 76  | 5   | 64  | 340           | 34             | 100          |     |     |
| 5  | Макаронные изделия  | 15                                   | 8   | 0                      | 0   | 0   | 0   | 65  | 20  | 0   | 0   | 0   | 0   | 0             | 85             | 9            | 100 |     |
| 6  | Картофель   | 188                                  | 150   | 194                    | 181 | 180 | 166 | 212 | 158 | 100 | 28  | 203 | 87  | 1509          | 151            | 100          |     |     |
| 7  | Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая солёные и квашеные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-пюре, зелень   | 280                                  | 183   | 181                    | 80  | 178 | 180 | 141 | 272 | 161 | 462 | 86  | 92  | 1833          | 183            | 100          |     |     |
| 8  | Фрукты свежие   | 185                                  | 121   | 160                    | 150 | 174 | 170 | 25  | 157 | 185 | 0   | 31  | 160 | 1212          | 121            | 100          |     |     |
| 9  | Сухофрукты  | 15                                   | 5   | 0                      | 0   | 0   | 25  | 0   | 0   | 0   | 25  | 0   | 0   | 50            | 5              | 100          |     |     |
| 10 | Сахар (в т.ч. для приготовления бифид и непитков, в случае использования пищевой продукции промышленного выпуска, содержащих сахар, выдача сахара должна быть уменьшена в зависимости от его содержания в используемой готовой пищевой продукции) | 30                                   | 23  | 16                     | 12  | 37  | 15  | 27  | 15  | 27  | 28  | 36  | 18  | 231           | 23             | 100          |     |     |
| 11 | Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. instantные  | 200                                  | 100   | 200                    | 200 | 0   | 200 | 0   | 200 | 0   | 0   | 0   | 200 | 1000          | 100            | 100          |     |     |
| 12 | Кондитерские изделия  | 10                                   | 8   | 20                     | 0   | 0   | 0   | 0   | 0   | 20  | 20  | 20  | 0   | 80            | 8              | 100          |     |     |
| 13 | Дрожжи хлебопекарные  | 0,2                                  | 0,05  | 0                      | 0   | 0   | 0   | 0   | 0   | 0   | 0   | 0   | 0   | 0             | 0              | 100          |     |     |
| 14 | Какао-порошок   | 1                                    | 0,5   | 0                      | 0   | 5   | 0   | 0   | 0   | 0   | 0   | 0   | 0   | 5             | 1              | 100          |     |     |
| 15 | Кобейный порошок  | 2                                    | 1   | 4                      | 0   | 0   | 0   | 0   | 0   | 0   | 4   | 0   | 0   | 8             | 1              | 100          |     |     |
| 16 | Чай   | 1,0                                  | 0,6   | 0                      | 1   | 0   | 0   | 1   | 1   | 1   | 0   | 1   | 1   | 6             | 1              | 100          |     |     |
| 17 | Мясо 1-й категории  | 70                                   | 43,8  | 16                     | 17  | 0   | 100 | 95  | 99  | 0   | 95  | 16  | 0   | 438           | 44             | 100          |     |     |
| 18 | Птица (цельно-бройлеры потрошенные - 1 кат.)  | 35                                   | 32  | 0                      | 0   | 62  | 43  | 72  | 46  | 69  | 60  | 0   | 14  | 323           | 32             | 100          |     |     |
| 19 | Субпродукты (печень, язык, сердце)  | 30                                   | 17  | 0                      | 75  | 0   | 0   | 0   | 0   | 0   | 0   | 0   | 93  | 168           | 17             | 100          |     |     |
| 20 | Рыба (филе), в т.ч. филе слабо или малосоленое  | 68                                   | 47,0  | 111                    | 113 | 58  | 0   | 0   | 0   | 68  | 20  | 102 | 0   | 472           | 47             | 100          |     |     |
| 21 | Молоко  | 300                                  | 68  | 97                     | 23  | 160 | 25  | 14  | 52  | 47  | 68  | 23  | 176 | 685           | 68             | 100          |     |     |
| 22 | Кисломолочная пищевая продукция   | 150                                  | 25  | 125                    | 0   | 0   | 0   | 0   | 0   | 0   | 0   | 125 | 0   | 250           | 25             | 100          |     |     |
| 23 | Творог (5%-9% м.д.ж.)   | 50                                   | 25  | 0                      | 0   | 113 | 0   | 0   | 0   | 0   | 0   | 136 | 0   | 249           | 25             | 100          |     |     |
| 24 | Сметана   | 10                                   | 9,4   | 5                      | 18  | 4   | 15  | 0   | 15  | 0   | 5   | 13  | 19  | 94            | 9              | 100          |     |     |
| 25 | Сыр   | 10                                   | 6,3   | 0                      | 5   | 15  | 6   | 4   | 15  | 0   | 0   | 0   | 18  | 63            | 6              | 100          |     |     |
| 26 | Масло сливочное   | 30                                   | 20  | 15                     | 19  | 8   | 28  | 16  | 15  | 14  | 10  | 28  | 43  | 196           | 20             | 100          |     |     |
| 27 | Масло растительное  | 15                                   | 11,0  | 11                     | 13  | 13  | 8   | 11  | 11  | 10  | 19  | 7   | 8   | 110           | 11             | 100          |     |     |
| 28 | Яйцо  | 40                                   | 35  | 125                    | 30  | 4   | 11  | 4   | 12  | 127 | 7   | 8   | 23  | 349           | 35             | 100          |     |     |
| 29 | Крахмал   | 3                                    | 1,2   | 0                      | 0   | 6   | 0   | 0   | 0   | 0   | 0   | 6   | 0   | 12            | 1              | 100          |     |     |
| 30 | Соль пищевая поваренная йодированная  | 3                                    | 1,5   | 1,5                    | 1,5 | 1,5 | 1,5 | 1,5 | 1,5 | 1,5 | 1,5 | 1,5 | 1,5 | 15            | 2              | 100          |     |     |
| 31 | Специи  | 2                                    | 1   | 1,0                    | 1,0 | 1,0 | 1,0 | 1,0 | 1,0 | 1,0 | 1,0 | 1,0 | 1,0 | 10            | 1              | 100          |     |     |

\* Нормы питания в соответствии СанПиН 2.3.2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", Приложение 7, Таблица 2 "Среднесуточные нормы наборов пищевой продукции для организации питания детей от 7 до 18 лет (в нетто г., мл. на 1 ребенка в сутки)"

**Распределение энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи для детей (с 7 до 11 лет)**

| Суточная потребность СанПин<br>2.4.5.2409-08 (2350 ккал) | Завтрак    |         | % выполнения | Обед       |         | % выполнения | ИТОГО       |           | % выполнения |
|--|------------|---------|--------------|------------|---------|--------------|-------------|-----------|--------------|
|  | 20-25%     | 470-588 |              | 30-35%     | 705-823 |              | 50-60%      | 1175-1410 |              |
| 1 День   | 565        |         | 24           | 789        |         | 34           | 1355        |           | 58           |
| 2 День   | 533        |         | 23           | 823        |         | 35           | 1356        |           | 58           |
| 3 День   | 567        |         | 24           | 718        |         | 31           | 1285        |           | 55           |
| 4 День   | 551        |         | 23           | 805        |         | 34           | 1356        |           | 58           |
| 5 День   | 480        |         | 20           | 794        |         | 34           | 1274        |           | 54           |
| <b>ИТОГО в среднем за неделю</b>                         | <b>539</b> |         | <b>23</b>    | <b>786</b> |         | <b>33</b>    | <b>1325</b> |           | <b>56</b>    |
| 6 День   | 554        |         | 24           | 805        |         | 34           | 1359        |           | 58           |
| 7 День   | 535        |         | 23           | 789        |         | 34           | 1324        |           | 56           |
| 8 День   | 583        |         | 25           | 784        |         | 33           | 1367        |           | 58           |
| 9 день   | 534        |         | 23           | 757        |         | 32           | 1291        |           | 55           |
| 10 День  | 571        |         | 24           | 718        |         | 31           | 1289        |           | 55           |
| <b>ИТОГО в среднем за неделю</b>                         | <b>555</b> |         | <b>24</b>    | <b>771</b> |         | <b>33</b>    | <b>1326</b> |           | <b>56</b>    |
| <b>Итого в среднем за День</b>                           | <b>547</b> |         | <b>23</b>    | <b>778</b> |         | <b>33</b>    | <b>1325</b> |           | <b>56</b>    |

\*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"

**Суммарные объемы блюд по приемам пищи для детей с 7 до 11 лет (не менее)**

| Приложение №9, таблица 3<br>к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 | Завтрак, грамм |             | Обед, грамм    |             |
|--|----------------|-------------|----------------|-------------|
|  | Завтрак, грамм | Обед, грамм | Завтрак, грамм | Обед, грамм |
| 1 день   | 500            | 700         | 565            | 975         |
| 2 день   | 630            | 820         | 630            | 820         |
| 3 день   | 535            | 800         | 535            | 800         |
| 4 день   | 595            | 780         | 595            | 780         |
| 5 день   | 510            | 780         | 510            | 780         |
| 6 день   | 682            | 765         | 682            | 765         |
| 7 день   | 600            | 795         | 600            | 795         |
| 8 день   | 550            | 775         | 550            | 775         |
| 9 день   | 522            | 770         | 522            | 770         |
| 10 день  | 650            | 770         | 650            | 770         |

УТВЕРЖДАЮ:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Рацион питания детей в возрасте с 7 до 11 лет

| №  | Наименование продуктов   | Норма продуктов в день на 1 ребенка в г, мл (нетто) при двукратном питании (завтрак, обед)* | Количество продуктов в день на 1 ребенка в г, мл (нетто) при двукратном питании (завтрак, обед) в течение 12 дней | % выполнения |
|----|--|---|---|--------------|
| 1  | Хлеб ржаной  | 52,0  | 52,0  | 100          |
| 2  | Хлеб пшеничный   | 70,5  | 70,3  | 100          |
| 3  | Мука пшеничная   | 12,6  | 12,7  | 100          |
| 4  | Крупа, бобовые   | 34,0  | 34,0  | 100          |
| 5  | Макаронные изделия   | 8,5   | 8,5   | 100          |
| 6  | Картофель  | 150,4   | 150,9   | 100          |
| 7  | Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соленья и соусы), в т.ч. томат-пюре, зелень   | 183,4   | 183,3   | 100          |
| 8  | Фрукты свежие  | 121,2   | 121,2   | 100          |
| 9  | Сухофрукты   | 5,0   | 5,0   | 100          |
| 10 | Сахар (в т.ч. для приготовления блинов и напитков, в слуховое использование пищевой продукции промышленного выпуска, содержащих сахар, выпечка должна быть уменьшена в зависимости от его содержания в используемой готовой пищевой продукции) | 23,1  | 23,1  | 100          |
| 11 | Соки плодово-овощные, напитки витаминизированные, в т.ч. Instantные  | 100,0   | 100,0   | 100          |
| 12 | Кондитерские изделия   | 8,0   | 8,0   | 100          |
| 13 | Дрожжи хлебопекарные   | 0,0   | 0,0   | 100          |
| 14 | Какао-порошок  | 0,5   | 0,5   | 100          |
| 15 | Кофейный порошок   | 0,8   | 0,8   | 100          |
| 16 | Чай  | 0,6   | 0,6   | 100          |
| 17 | Мясо 1-й категории   | 43,8  | 43,8  | 100          |
| 18 | Птица (цыплята-бройлеры потрошенные - 1 кат.)  | 32,2  | 32,3  | 100          |
| 19 | Субпродукты (печень, язык, сердце)   | 16,8  | 16,8  | 100          |
| 20 | Рыба (филе), в т.ч. филе судака или малосоленая  | 47,0  | 47,2  | 100          |
| 21 | Молоко   | 68,4  | 68,5  | 100          |
| 22 | Кисломолочная пищевая продукция  | 24,9  | 25,0  | 100          |
| 23 | Творог (5%-9% М.Д.Ж.)  | 25,0  | 24,9  | 100          |
| 24 | Сметана  | 9,4   | 9,4   | 100          |
| 25 | Сыр  | 6,3   | 6,3   | 100          |
| 26 | Масло сливочное  | 19,5  | 19,6  | 100          |
| 27 | Масло растительное   | 11,0  | 11,0  | 100          |
| 28 | Яйцо   | 34,8  | 34,9  | 100          |
| 29 | Соль пищевая поваренная йодированная   | 1,5   | 1,5   | 100          |
| 30 | Специи   | 1,0   | 1,0   | 100          |

\* Нормы питания в соответствии СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", Приложение 7, Таблица 2 "Среднесуточные нормы пищевой продукции для организации питания детей от 7 до 18 лет (в нетто г., мл. на 1 ребенка в сутки)".