Меню приготавливаемых блюд

завтрак, 2 завтрак, обед, полдник, ужин

Возрастная категория: с 3 до 7 лет (11-12 часов пребывания детей)

10 - ти дневное меню №10-ДС/4282-26/140 от 16 июля 2026 г

ЭЛЕКТРОННАЯ ВЕРСИЯ МЕНЮ

1 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК			***415***	***9,6***	***13,1***	***49,5***	***354***	
Каша манная жидкая			**200**	**5,1**	**7,1**	**28,0**	**196**	**№311-2004**
крупа манная	20	20						
молоко питьевое	190	190						
сахар	3	3						
соль йодированная	0,6	0,6						
масло сливочное	5	5						
Бутерброд с маслом			**15/5**	**1,6**	**3,5**	**7,4**	**68**	**№1-2004**
батон или хлеб пшеничный	15	15						

масло сливочное	5	5						
Какао с молоком			**200**	**2,9**	**2,5**	**14,1**	**91**	**№693-2004**
какао - порошок	3	3						
молоко питьевое	100	100						
сахар	8	8						
ИЛИ								
Какао с молоком и витаминами			**200**	**3,2**	**3,1**	**12,9**	**92**	**№502-2021, Пермь**
какао - порошок с витаминами для приготовления какао-напитка (для детей дошкольного возраста)	3	3						
молоко питьевое	100	100						
сахар	8	8						
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				***0,3***	***0,0***	***22,4***	***91***	
Сок в ассортименте	**200**	**200**	**200**	**0,3**	**0,0**	**22,4**	**91**	**№518-2013, Пермь**
ОБЕД			***670***	***20,6***	***23,0***	***87,1***	***638***	
Салат из свеклы с чесноком			**60**	**0,8**	**4,0**	**4,3**	**56**	**№59-2013, Пермь**
свекла до 01.01 -20%	75	60						
с 01.01 - 25%	80	60						
масса отварной свеклы		57						
или свекла вареная цельная промышленного производства	60	57						

чеснок	0,5	0,4						
масло растительное	4	4						
ИЛИ								
Салат из огурцов с маслом			**60**	**0,6**	**4,1**	**1,9**	**47**	**№14/1-2011г., Екатеринбург**
огурцы свежие парниковые	58	57						
или огурцы свежие грунтовые	60	57						
масло растительное	4	4						
Рассольник "Домашний" с курицей со сметаной			**180/15/5**	**4,7**	**3,8**	**8,7**	**88**	**№131-2004**
курица потрошеная 1 категории (разделка на мякоть без кожи)	45	39						
или филе куриное промышленного производства	25	24						
или филе грудки индейки	25	24						
капуста белокочанная свежая	19	15						
или капуста белокочанная свежая очищенная промышленного производства (порезанная на 4 части, с удаленной кочерыжкой)	15	15						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	73	55						
01.11.-31.12. -30%	79	55						
01.01-29.02 - 35%	85	55						
01.03 - 40%	92	55						
или картофель свежий очищенный, цельный промышленного производств (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	56	55						

морковь до 01.01 - 20%	7,5	6						
с 01.01 - 25%	8	6						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	6	6						
лук репчатый	8	7						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	7,4	7						
огурцы соленые без уксуса	18	10						
масло сливочное	4	4						
сметана	5	5						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Котлеты (свинина мясная и говядина)			**80**	**9,5**	**9,2**	**8,9**	**156**	**№451-2004**
свинина мясная	28	24						
говядина 1 категории	50	37						
или говядина полуфабрикат	44	37						
или фарш из говядины промышленного производства (только немеханической обвалки изготовленный из охлажденного мяса продуктивных животных)	61	61						
хлеб пшеничный	14	14						
вода питьевая	7	7						
лук репчатый	8	7						

или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	7,4	7						
яйцо куриное	6	6						
сухари пшеничные	8	8						
масса полуфабриката		100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
ИЛИ на усмотрение ответственных за питание								
Котлеты мясные из полуфабриката промышленного производства			**80**	**9,5**	**9,2**	**8,9**	**156**	**№451-2004**
котлеты мясные (только специализированные полуфабрикаты с маркировкой «для детского питания», строго соответствующие по закладке основному блюду меню - с составом указанным на маркировке, со строгим ограничением соли, без специй, искусственных консервантов, усилителей вкуса, с допустимым сроком годности от 30 суток до 3 месяцев, не более)	100	100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
Каша гречневая вязкая			**150**	**4,2**	**5,4**	**29,0**	**181**	**№510-2004**
крупа гречневая	38	38						
вода питьевая	120	120						
масло сливочное	5	5						
Компот из изюма			**180**	**0,3**	**0,0**	**16,1**	**66**	**№638-2004**
изюм	18	18						
сахар	5	5						

Хлеб пшеничный			**20**	**0,4**	**0,2**	**8,8**	**39**	
Хлеб ржаной			**30**	**0,7**	**0,4**	**11,3**	**51**	
ПОЛДНИК			***250***	***7,1***	***9,1***	***37,5***	***260***	
Булочка с джемом			**50**	**2,2**	**4,1**	**25,0**	**146**	**№572-2013, Пермь**
мука пшеничная	29	29						
молоко питьевое	12	12						
сахар	6	6						
масло сливочное	5	5						
яйцо куриное	2	2						
дрожжи хлебопекарные	1,1	1,1						
или дрожжи сухие хлебопекарные	0,28	0,28						
соль йодированная	0,2	0,2						
ванилин	0,006	0,006						
джем промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	12,4	12						
яйцо куриное для смазки изделия	1,4	1,4						
сахарная пудра	0,7	0,7						
масло растительное для смазки	0,7	0,7						
Кисломолочный напиток в ассортименте	207	200	**200**	**4,9**	**5,0**	**12,5**	**115**	**№698-2004**

УЖИН			***490***	***13,9***	***16,6***	***65,6***	***467***	
Шницель из птицы, запеченный			**80**	**10,8**	**12,2**	**9,9**	**193**	**№54-24м-2020, Новосибирск**
филе куриное промышленного производства	69	65						
или филе индейки	69	65						
или грудка куриная промышленного производства (разделка на мякоть без кожи)	96	65						
хлеб пшеничный	14	14						
вода питьевая	12	12						
яйцо куриное	5	5						
сухари пшеничные	8	8						
масса полуфабриката		100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
ИЛИ на усмотрение ответственных за питание								
Шницель из птицы из полуфабриката промышленного производства, запеченный			**80**	**10,8**	**12,2**	**9,9**	**193**	**№496-2004**
шницель из птицы (только специализированные полуфабрикаты с маркировкой «для детского питания», строго соответствующие по закладке основному блюду меню - с составом указанным на маркировке, со строгим ограничением соли, без специй, искусственных консервантов, усилителей вкуса, с допустимым сроком годности от 30 суток до 3 месяцев, не более)	100	100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						

Сложный гарнир			**130**	**2,4**	**3,8**	**7,4**	**73**	
Картофель припущенный								**№173-2013, Пермь**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	70	53						
01.11.-31.12. -30%	76	53						
01.01-29.02 - 35%	82	53						
01.03 - 40%	89	53						
или картофель свежий очищенный, цельный промышленного производств (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	54	53						
масло сливочное	5	5						
масса припущенного картофеля		**50**						
Кукуруза консервированная (после термической обработки)	67	**40**						**№101-2004**
ИЛИ								
Кукуруза быстрозамороженная, припущенная	**46**	**40**						**№156-2021, Пермь**
Морковь отварная		**40**						**№571-2004**
морковь до 01.01 - 20%	54	43						
с 01.01 - 25%	57	43						
или морковь быстрозамороженная (кубик)	49	43						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	43	43						

масса отварной моркови		**40**						
Кисель из ягод			**180**	**0,3**	**0,2**	**14,1**	**59**	**№505-2013, Пермь**
брусника или клюква быстрозамороженная	26,6	24						
сахар	10	10						
крахмал	6	6						
ИЛИ в соответствие с п.59/6 СанПиН 2.3/2.4.4282-26 для дополнительного обогащения рациона питания детей микронутриентами								
Кисель из концентрата с витаминами для детей дошкольного и школьного возраста			**180**	**0,0**	**0,0**	**16,6**	**66**	**№504-2021, Пермь**
концентрат киселя с витаминами (для детей дошкольного возраста)	22	22						
Фрукт в ассортименте			**100**	**0,2**	**0,3**	**24,2**	**100**	**№458-2006, Москва**
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 100 г)								
Хлеб ржаной			**20**	**0,5**	**0,3**	**7,5**	**34**	
ИТОГО:				***51***	***62***	***262***	***1810***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:				***54***	***60***	***261***	***1800***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):				***51***	***57***	***248***	***1710***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				***57***	***63***	***274***	***1890***	

2 день

Наименование блюда	**Брутто, г**	**Нетто, г**	**Химический состав**					**№ рецептуры**

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
ЗАВТРАК			***435***	***13,8***	***12,9***	***49,2***	***368***	
Каша ячневая жидкая			**200**	**6,2**	**6,7**	**27,2**	**194**	**№311-2004**
крупа ячневая	25	25						
молоко питьевое	190	190						
сахар	3	3						
соль йодированная	0,6	0,6						
масло сливочное	5	5						
Бутерброд с сыром			**20/15**	**5,3**	**3,7**	**7,2**	**83**	**№3-2004**
батон или хлеб пшеничный	20	20						
сыр	16	15						
Кофейный напиток			**200**	**2,3**	**2,5**	**14,8**	**91**	**№501-2013, Пермь**
кофейный напиток	4	4						
сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				***0,3***	***0,0***	***22,4***	***91***	
Сок с содержанием витаминов и минералов в ассортименте	**180**	**180**	**180**	**0,3**	**0,0**	**22,4**	**91**	**№518-2013, Пермь**
ИЛИ								

Напиток с витаминами со вкусом ягод или фруктов			**200**	**0,7**	**0,2**	**19,9**	**89**	**№507-2021, Пермь**
смесь сухая с витаминами для напитка со вкусом ягод или фруктов (для детей дошкольного возраста)	**20**	**20**						
вода питьевая	**200**	**200**						
ОБЕД			***630***	***17,0***	***20,1***	***90,6***	***611***	
Салат из моркови			**50**	**0,7**	**4,1**	**5,9**	**63**	**№7-2013, Пермь**
морковь до 01.01 - 20%	60	48						
с 01.01 - 25%	64	48						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	48	48						
в свежем виде морковь старого урожая использовать до 1 марта, после 1 марта свежего урожая или в отварном виде								
сахар	2	2						
масло растительное на полив при подаче	4	4						
ИЛИ								
Салат "Любительский"			**60**	**2,2**	**4,1**	**3,5**	**60**	**№4-2006, Екатеринбург**
морковь до 01.01 - 20%	25	20						
с 01.01 - 25%	27	20						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	20	20						
масса отварной моркови		17						
кукуруза консервированная (после термической обработки)	25	15						

огурцы консервированные без уксуса	45,5	25						
или огурцы свежие парниковые	25,5	25						
или огурцы свежие грунтовые	26,3	25						
масло растительное	4	4						
Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне, с гренками			**180/20**	**3,4**	**2,7**	**22,9**	**130**	**№113-2021, Пермь**
горох	15	15						
или горошек зеленый консервированный	28	18						
или горох быстрозамороженный промышленного производства	21	18						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	53	40						
01.11.-31.12. -30%	57	40						
01.01-29.02 - 35%	62	40						
01.03 - 40%	67	40						
или картофель свежий очищенный, цельный промышленного производств (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	41	40						
морковь до 01.01 - 20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	10	10						
лук репчатый	10	8						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	8,4	8						

масло сливочное	4	4						
гренки из пшеничного хлеба		**20**						**№170-2013, Пермь**
хлеб пшеничный	38	32						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Жаркое по - домашнему			**200**	**11,4**	**12,5**	**22,7**	**249**	**№436-2004**
говядина 1 категории	86	63						
или говядина полуфабрикат	74	63						
масса отварного мяса		40						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	206	155						
01.11.-31.12. -30%	222	155						
01.01-29.02 - 35%	239	155						
01.03 - 40%	259	155						
или картофель свежий очищенный, цельный промышленного производств (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	158	155						
морковь до 01.01 - 20%	28	22						
с 01.01 - 25%	29	22						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	22	22						
лук репчатый	12	10						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	10,5	10						

масло сливочное	6	6						
Компот из плодов или ягод свежих или замороженных			**180**	**0,4**	**0,1**	**14,9**	**62**	**№486-2021, Пермь**
яблоки свежие с удаленным семенным гнездом	36,5	32						
или вишня быстрозамороженная (без косточки)	32,6	32						
или клубника или смородина черная быстрозамороженные	32,6	32						
сахар	12	12						
ИЛИ								
Компот из ягодно-фруктовой смеси			**180**	**0,2**	**0,1**	**15,2**	**63**	**№634-2004**
ягодно-фруктовая смесь быстрозамороженная	30,2	30						
лимонная кислота	0,2	0,2						
сахар	12	12						
Хлеб пшеничный			**20**	**0,4**	**0,2**	**8,8**	**39**	
Хлеб ржаной			**40**	**0,9**	**0,5**	**15,1**	**69**	
ПОЛДНИК			***250***	**8,4**	**13,3**	**31,6**	***280***	
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте (пряники, печенье и т.д.)			**50**	**2,6**	**6,9**	**22,2**	**161**	
Молоко питьевое кипяченое	210	200	**200**	**5,8**	**6,4**	**9,4**	**118**	**№260-2001, Пермь**
УЖИН			***465***	***18,0***	***11,9***	***65,0***	***438***	
Винегрет овощной			**60**	**1,0**	**4,0**	**7,6**	**70**	**№71-2004**

картофель - 01.09.-31.10.- 25%	24	18						
01.11.-31.12. -30%	26	18						
01.01-29.02 - 35%	28	18						
01.03 - 40%	30	18						
или картофель свежий очищенный, цельный промышленного производств (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	18,4	18						
масса отварного картофеля		15						
свекла до 01.01 -20%	24	19						
с 01.01 - 25%	25	19						
масса отварной свеклы		15						
или свекла вареная цельная промышленного производства	16	15						
морковь до 01.01 - 20%	20	16						
с 01.01 - 25%	21	16						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	16	16						
масса отварной моркови		14						
огурцы соленые без уксуса	18	10						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	12	8						
масло растительное	4	4						
ИЛИ								

Салат из свежих помидоров и огурцов			**50**	**0,6**	**4,0**	**2,9**	**50**	**№20-2004**
помидоры свежие парниковые	22	22						
или помидоры свежие грунтовые	26	22						
огурцы свежие парниковые	26	25						
или огурцы свежие грунтовые	26	25						
масло растительное на полив при подаче	4	4						
Котлета рыбная "Белоснежка", запеченная			**80**	**16,4**	**6,9**	**6,8**	**155**	**№309-2021, Пермь**
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	81	60						
хлеб пшеничный	14	14						
вода питьевая	10	10						
лук репчатый	6	5						
масло растительное внутрь изделия	1,5	1,5						
яйцо куриное	4	4						
сухари пшеничные	8	8						
масса полуфабриката		100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
ИЛИ на усмотрение ответственных за питание								
Котлета рыбная из полуфабриката промышленного производства, запеченная			**80**	**16,4**	**6,9**	**6,8**	**155**	**№388-2004**

котлета рыбная (только специализированные полуфабрикаты с маркировкой «для детского питания», строго соответствующие по закладке основному блюду меню - с составом указанным на маркировке, со строгим ограничением соли, без специй, искусственных консервантов, усилителей вкуса, с допустимым сроком годности от 30 суток до 3 месяцев, не более)	100	100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте (мармелад)			**15**	**0,0**	**0,0**	**9,5**	**38**	
Чай со смородиной и сахаром			**200/10**	**0,2**	**0,0**	**12,8**	**52**	**№54-6гн-2020, 2021, Новосибирск**
чай-заварка	0,4	0,4						
смородина черная или красная быстрозамороженные	10,7	10						
сахар	12	12						
ИЛИ								
Чай с сахаром			**200**	**0,1**	**0,0**	**12,6**	**51**	№685-2004
чай - заварка	0,4	0,4						
сахар	12	12						
Фрукт в ассортименте			**100**	**0,2**	**0,6**	**21,0**	**90**	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 100 г)								
Хлеб пшеничный			**10**	**0,2**	**0,1**	**4,4**	**19**	
Хлеб ржаной			**20**	**0,5**	**0,3**	**7,6**	**34**	
ИТОГО:				***57***	***58***	***259***	***1788***	

НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:			***54***	***60***	***261***	***1800***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):			***51***	***57***	***248***	***1710***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):			***57***	***63***	***274***	***1890***	
3 день							
Наименование блюда	**Брутто, г**	**Нетто, г**	**Химический состав**				**№ рецептуры**
			Выход, г	**Белки, г**	**Жиры, г**	**Угл. г**	**ЭЦ, ккал**
ЗАВТРАК			***420***	***9,3***	***9,1***	***60,3***	***360***
Каша рисовая жидкая			**200**	**6,4**	**7,2**	**27,0**	**198**	**№311-2004**
крупа рисовая	30	30						
молоко питьевое	190	190						
сахар	3	3						
соль йодированная	0,6	0,6						
масло сливочное	5	5						
Бутерброд с джемом или вареньем			**20/20**	**1,8**	**0,2**	**22,1**	**97**	**№2-2004**
батон или хлеб пшеничный	20	20						
джем или варенье промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	20,2	20						
Чай с молоком сгущенным			**180**	**1,1**	**1,7**	**11,2**	**65**	**№493-2013, Пермь**

чай-заварка	0,4	0,4						
молоко сгущенное с сахаром	20	20						
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				***0,2***	***0,0***	***22,0***	***89***	
Отвар шиповника			**100**	**0,2**	**0,0**	**22,0**	**89**	**№705-2004**
шиповник	18	18						
сахар	5	5						
ОБЕД			***645***	***22,3***	***23,2***	***86,7***	***643***	
Салат картофельный с огурцами и зеленым горошком			**60**	**1,1**	**4,1**	**5,3**	**63**	**№75-2013, Пермь**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	43	32						
01.11.-31.12. -30%	46	32						
01.01-29.02 - 35%	49	32						
01.03 - 40%	53	32						
или картофель свежий очищенный, цельный промышленного производств (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	33	32						
масса отварного картофеля		30						
огурцы свежие парниковые	15,3	15						
или огурцы свежие грунтовые	15,8	15						
или огурцы соленые без уксуса	27,3	15						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	18	12						

масло растительное	4	4						
ИЛИ								
Салат из свежих помидоров			**60**	**0,9**	**4,1**	**3,9**	**56**	**№22-2013, Пермь**
помидоры свежие парниковые	58	57						
или помидоры свежие грунтовые	67	57						
масло растительное	4	4						
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной			**180/10/5**	**4,1**	**4,9**	**5,6**	**83**	**№142-2013, Пермь**
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
капуста белокочанная свежая	45	36						
или капуста белокочанная свежая очищенная промышленного производства (порезанная на 4 части, с удаленной кочерыжкой)	36	36						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	29	22						
01.11.-31.12. -30%	31	22						
01.01-29.02 - 35%	34	22						
01.03 - 40%	37	22						
или картофель свежий очищенный, цельный промышленного производств (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	22,4	22						
морковь до 01.01 - 20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						

или морковь свежая, очищенная промышленного производства	10	10						
лук репчатый	8	7						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	7,4	7						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	2	2						
масло растительное	4	4						
сметана	5	5						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Печень говяжья по - строгановски			**80**	**11,4**	**10,9**	**2,9**	**155**	**№431-2004**
печень говяжья	90	75						
масло растительное	3	3						
масса готовой печени		50						
мука пшеничная	2	2						
сметана	20	20						
вода питьевая	10	10						
ИЛИ исходя из пищевых пристрастий детей								
Бефстроганов			**70**	**12,1**	**10,7**	**3,1**	**157**	**№423-2004**
говядина 1 категории	88	65						
или говядина полуфабрикат	77	65						

или бефстроганов-полуфабрикат промышленного производства	65	65						
лук репчатый	12	10						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	10,5	10						
масло растительное	3	3						
масса тушеного мяса с луком		40						
масса соуса		30						
мука пшеничная	2	2						
сметана	20	20						
вода питьевая	10	10						
Макаронные изделия отварные			**130**	**3,2**	**2,8**	**31,9**	**166**	**№516-2004**
макаронные изделия	46	46						
масло сливочное	3,5	3,5						
Компот из кураги			**180**	**0,5**	**0,0**	**16,2**	**67**	**№638-2004**
курага	15	15						
сахар	5	5						
Хлеб пшеничный			**30**	**0,6**	**0,3**	**13,2**	**57**	
Хлеб ржаной			**30**	**0,7**	**0,4**	**11,3**	**51**	
ПОЛДНИК			***250***	***8,4***	***11,9***	***32,4***	***270***	

Булочка домашняя			**50**	**3,5**	**5,5**	**23,2**	**156**	**№542-2021, Пермь**
мука пшеничная	36	36						
сахар	6	6						
масло растительное	8	8						
яйцо куриное	1	1						
дрожжи хлебопекарные	1	1						
или дрожжи сухие хлебопекарные	0,25	0,25						
вода питьевая	14	14						
соль йодированная	0,4	0,4						
сахар (для отделки)	1,5	1,5						
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2						
ИЛИ								
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			**50**	**3,5**	**5,5**	**23,2**	**156**	
Кисломолочный напиток в ассортименте	207	200	**200**	**4,9**	**6,4**	**9,2**	**114**	**№698-2004**
УЖИН			***480***	***15,4***	***14,8***	***69,0***	***471***	
Сырники из творога запечённые с молоком сгущенным			**150/30**	**15,2**	**14,5**	**32,7**	**322**	**№321-2013, Пермь**
творог	152	150						
крупа манная	18	18						

яйцо куриное	6	6						
сахар	3	3						
ванилин	0,01	0,01						
мука пшеничная	12	12						
сметана	6	6						
масло сливочное для смазки листа	4	4						
масса полуфабриката (3 шт. по 60 г)		180						
масса готовых сырников (3 шт. по 50 г)		150						
молоко сгущенное с сахаром	30	30						
ИЛИ на усмотрение ответственных за питание								
Сырники из творога из полуфабриката промышленного производства, запечённые, с молоком сгущенным			**150/30**	**15,2**	**14,5**	**32,7**	**322**	**№321-2013, Пермь**
сырники из творога из полуфабриката промышленного производства 3 шт. по 60 г. (только на основе натурального творога, с маркировкой «для детского питания», строго соответствующие по закладке основному блюду меню - с составом указанным на маркировке, без заменителей молочного жира (ЗМЖ), без растительных масел, консервантов (сорбат калия, бензоат натрия) и стабилизаторов структуры. Срок годности не более 90 суток)	180	180						
сметана	6	6						
масло сливочное для смазки листа	4	4						
масса готовых сырников (3 шт. по 50 г)		150						

молоко сгущенное с сахаром	30	30						
Чай с сахаром			**200**	**0,1**	**0,0**	**12,6**	**51**	**№685-2004**
чай-заварка	0,4	0,4						
сахар	12	12						
Фрукт в ассортименте			**100**	**0,1**	**0,3**	**23,7**	**98**	**№458-2006, Москва**
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 100 г)								
ИТОГО:				***56***	***59***	***270***	***1833***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:				***54***	***60***	***261***	***1800***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):				***51***	***57***	***248***	***1710***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				***57***	***63***	***274***	***1890***	

4 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК			***440***	***13,5***	***15,7***	***37,9***	***347***	
Суп молочный с макаронными изделиями			**200**	**5,7**	**5,9**	**19,0**	**152**	**№165-2013, Пермь**
молоко питьевое	140	140						
вода питьевая	60	60						

макаронные изделия	16	16						
соль йодированная	0,5	0,5						
сахар	1,6	1,6						
масло сливочное	2	2						
Яйца вареные			**40**	**5,1**	**4,6**	**0,3**	**63**	**№300-2013, Пермь**
Бутерброд с маслом			**15/5**	**1,6**	**3,5**	**7,4**	**68**	**№1-2004**
батон или хлеб пшеничный	15	15						
масло сливочное	5	5						
Чай с молоком сгущенным			**180**	**1,1**	**1,7**	**11,2**	**65**	**№493-2013, Пермь**
чай-заварка	0,4	0,4						
молоко сгущенное с сахаром	20	20						
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				***0,3***	***0,0***	***21,6***	***88***	
Сок с содержанием витаминов и минералов в ассортименте	**180**	**180**	**180**	**0,3**	**0,0**	**21,6**	**88**	**№518-2013, Пермь**
ИЛИ								
Напиток с витаминами со вкусом ягод или фруктов			**200**	**0,7**	**0,2**	**19,9**	**89**	**№507-2021, Пермь**
смесь сухая с витаминами для напитка со вкусом ягод или фруктов (для детей дошкольного возраста)	**20**	**20**						
вода питьевая	**200**	**200**						

ОБЕД			***700***	***23,3***	***25,5***	***80,6***	***645***	
Салат из свеклы с сыром и чесноком			**60**	**3,1**	**4,4**	**5,8**	**75**	**№56-2013, Пермь**
свекла до 01.01 -20%	73	58						
с 01.01 - 25%	77	58						
масса отварной свеклы		55						
или свекла вареная цельная промышленного производства	58	55						
чеснок	0,4	0,3						
сыр	7	6						
масло растительное	4	4						
Суп картофельный с рыбой			**180/50**	**6,4**	**6,4**	**15,1**	**144**	**№150-2013, Пермь**
горбуша (кета) потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	90	60						
или горбуша (кета) потрошенная без головы (филе без кожи и костей)	103	60						
или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	109	60						
или треска потрошенная обезглавленная (филе с кожей без костей)	81	61						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	84	62						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	106	80						
01.11.-31.12. -30%	114	80						
01.01-29.02 - 35%	123	80						

01.03 - 40%	134	80						
или картофель свежий очищенный, цельный промышленного производств (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	82	80						
морковь до 01.01 - 20%	10,0	8						
с 01.01 - 25%	10,6	8						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	8	8						
лук репчатый	10	8						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	8,4	8						
масло сливочное	4	4						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Биточки рубленые из птицы, запеченные			**80**	**9,9**	**10,2**	**11,8**	**178**	**№498-2004**
филе куриное промышленного производства	57	54						
или филе индейки	57	54						
или грудка куриная промышленного производства (разделка на мякоть без кожи)	79	54						
хлеб пшеничный	15	15						
лук репчатый	10	8						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	8,4	8						
яйцо куриное	7	7						
вода питьевая	10	10						

сухари пшеничные	8	8						
масса полуфабриката		100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
ИЛИ на усмотрение ответственных за питание								
Биточки рубленые из птицы, из полуфабриката промышленного производства, запеченные			**80**	**9,9**	**10,2**	**11,8**	**178**	**№498-2004**
биточки из птицы (только специализированные полуфабрикаты с маркировкой «для детского питания», строго соответствующие по закладке основному блюду меню - с составом указанным на маркировке, со строгим ограничением соли, без специй, искусственных консервантов, усилителей вкуса, с допустимым сроком годности от 30 суток до 3 месяцев, не более)	100	100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
Рагу овощное			**150**	**2,7**	**4,1**	**17,0**	**116**	**№541-2004**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	33	25						
01.11.-31.12. -30%	36	25						
01.01-29.02 - 35%	39	25						
01.03 - 40%	42	25						
или картофель свежий очищенный, цельный промышленного производств (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	26	25						
морковь до 01.01 - 20%	44	35						
с 01.01 - 25%	47	35						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	35	35						

лук репчатый	14	12						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	12,6	12						
капуста белокочанная свежая	81	65						
или капуста белокочанная свежая очищенная промышленного производства (порезанная на 4 части, с удаленной кочерыжкой)	65	65						
масло растительное	4,5	4,5						
соус томатный		45						№587-2004
вода питьевая	42	42						
масло сливочное	3	3						
мука пшеничная	2	2						
морковь до 01.01 - 20%	5,0	4						
с 01.01 - 25%	5	4						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	4	4						
лук репчатый	1,4	1,2						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	1,3	1,2						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	10	10						
сахар	0,5	0,5						
Компот из смеси сухофруктов			**180**	**0,3**	**0,0**	**15,2**	**62**	**№508-2013, Пермь**
сухофрукты	15	15						

сахар	8	8						
Хлеб пшеничный			**10**	**0,2**	**0,1**	**4,4**	**19**	
Хлеб ржаной			**30**	**0,7**	**0,4**	**11,3**	**51**	
ПОЛДНИК			***250***	***6,7***	***7,9***	***43,5***	***272***	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			**50**	**0,9**	**1,5**	**34,1**	**154**	
Молоко питьевое кипяченое	210	200	**200**	**5,8**	**6,4**	**9,4**	**118**	**№260-2001, Пермь**
УЖИН			***460***	***12,5***	***13,4***	***70,2***	***452***	
Плов из свинины			**180**	**11,2**	**13,4**	**31,7**	**292**	**№443-2004**
свинина мясная	70	60						
масло растительное	6	6						
масса тушенного мяса		**40**						
крупа рисовая	37	37						
морковь до 01.01 - 20%	55	44						
с 01.01 - 25%	59	44						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	44	44						
лук репчатый	14	12						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	12,6	12						
ИЛИ								

Плов из говядины			**180**	**11,7**	**12,9**	**31,7**	**290**	**№443-2004**
говядина 1 категории	84	62						
или говядина полуфабрикат	73	62						
масло растительное	6	6						
масса тушенного мяса		**40**						
крупа рисовая	37	37						
морковь до 01.01 - 20%	55	44						
с 01.01 - 25%	59	44						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	44	44						
лук репчатый	14	12						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	12,6	12						
Чай с лимоном			**180**	**0,1**	**0,0**	**8,3**	**34**	**№686-2004**
чай-заварка	0,4	0,4						
сахар	8	8						
лимон	6	5						
Фрукт в ассортименте			**100**	**0,1**	**0,2**	**18,2**	**75**	**№458-2006, Москва**
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 100 г)								
Хлеб ржаной			**20**	**0,4**	**0,2**	**7,6**	**34**	

Хлеб пшеничный	**10**	**0,2**	**0,1**	**4,4**	**19**	
ИТОГО:		***56***	***63***	***254***	***1803***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:		***54***	***60***	***261***	***1800***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):		***51***	***57***	***248***	***1710***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):		***57***	***63***	***274***	***1890***	

5 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК			***440***	***10,0***	***8,8***	***63,4***	***373***	
Каша гречневая жидкая			**200**	**5,9**	**6,1**	**26,5**	**185**	**№54-20к-2020, Новосибирск**
крупа гречневая	40	40						
вода питьевая	70	70						
молоко питьевое	105	105						
соль йодированная	0,6	0,6						
сахар	3	3						
масло сливочное	5	5						
Бутерброд с джемом или вареньем			**20/20**	**1,8**	**0,2**	**22,1**	**97**	**№2-2004**
батон или хлеб пшеничный	20	20						

джем или варенье промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	20,2	20						
Кофейный напиток			**200**	**2,3**	**2,5**	**14,8**	**91**	**№501-2013, Пермь**
кофейный напиток	4	4						
сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				***0,2***	***0,6***	***21,0***	***90***	
Фрукт в ассортименте			**100**	**0,2**	**0,6**	**21,0**	**90**	**№458-2006, Москва**
ОБЕД			***685***	***25,6***	***16,5***	***93,4***	***625***	
Овощи натуральные			**60**	**0,9**	**0,2**	**3,0**	**17**	**№106-2013, Пермь**
огурцы свежие парниковые	61	60						
или огурцы свежие грунтовые	63	60						
ИЛИ								
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	109	60	**60**	**0,7**	**0,1**	**2,6**	**14**	**№101-2004**
Борщ с капустой и картофелем, с мясом со сметаной			**180/10/5**	**3,9**	**4,9**	**12,8**	**111**	**№110-2004**
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
свекла до 01.01 -20%	38	30						
с 01.01 - 25%	40	30						

капуста белокочанная свежая	19	15						
или капуста белокочанная свежая очищенная промышленного производства (порезанная на 4 части, с удаленной кочерыжкой)	15	15						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	20	15						
01.11.-31.12. -30%	21	15						
01.01-29.02 - 35%	23	15						
01.03 - 40%	25	15						
или картофель свежий очищенный, цельный промышленного производств (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	15,3	15						
морковь до 01.01 - 20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	10	10						
лук репчатый	8	7						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	7,4	7						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	4	4						
масло сливочное	4	4						
сахар	0,3	0,3						
сметана	5	5						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Рыба запечённая			**80**	**16,0**	**6,1**	**7,3**	**148**	**№377-2004**

горбуша (кета) потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	137	96						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	120	89						
или горбуша (кета) неразделанная (филе с кожей без костей)	165	96						
сухари пшеничные	8	8						
масло растительное	1,5	1,5						
ИЛИ								
Шницель рыбный натуральный			**80**	**12,8**	**6,2**	**7,7**	**138**	**№391-2004**
горбуша (кета) потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	123	82						
или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	149	82						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	111	82						
лук репчатый	6	5						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	5,3	5						
яйцо куриное	10	10						
сухари пшеничные	8	8						
масса полуфабриката		100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
ИЛИ на усмотрение ответственных за питание								

Шницель рыбный натуральный из полуфабриката промышленного производства, запеченный			**80**	**12,8**	**6,2**	**7,7**	**138**	**№391-2004**
шницель рыбный натуральный (только специализированные полуфабрикаты с маркировкой «для детского питания», строго соответствующие по закладке основному блюду меню - с составом указанным на маркировке, со строгим ограничением соли, без специй, искусственных консервантов, усилителей вкуса, с допустимым сроком годности от 30 суток до 3 месяцев, не более)	100	100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
Пюре картофельное			**150**	**3,0**	**4,1**	**23,5**	**143**	**№520-2004**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	170	128						
01.11.-31.12. -30%	183	128						
01.01-29.02 - 35%	197	128						
01.03 - 40%	214	128						
или картофель свежий очищенный, цельный промышленного производств (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	131	128						
молоко питьевое	24	24						
масло сливочное	3,5	3,5						
Сок в ассортименте	**200**	**200**	**200**	**0,5**	**0,5**	**22,9**	**98**	**№518-2013, Пермь**
Хлеб пшеничный			**20**	**0,4**	**0,2**	**8,8**	**39**	
Хлеб ржаной			**40**	**0,9**	**0,5**	**15,1**	**69**	
ПОЛДНИК			***250***	***9,2***	***11,1***	***32,3***	***266***	
Плюшка "Московская"			**50**	**4,3**	**4,7**	**21,8**	**147**	№550-2013, Пермь

мука пшеничная	35	35						
мука пшеничная на подпыл	1	1						
яйцо куриное	2	2						
дрожжи прессованные	0,8	0,8						
или дрожжи сухие	0,2	0,2						
соль йодированная	0,3	0,3						
масло растительное	3	3						
сахар	5	5						
вода питьевая	15	15						
для начинки								
масло сливочное	1	1						
сахар	1	1						
яйцо куриное для смазки	1,2	1,2						
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2						
ИЛИ								
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			**50**	**4,3**	**4,7**	**21,8**	**147**	
Кисломолочный напиток в ассортименте	207	200	**200**	**4,9**	**6,4**	**10,5**	**119**	**№698-2004**
УЖИН			***470***	***12,3***	***20,1***	***50,4***	***432***	

Салат из капусты белокочанной			**60**	**1,0**	**4,0**	**5,0**	**60**	**№1-2013, Пермь**
капуста белокочанная (стертая с солью)	93	74						
или капуста белокочанная свежая очищенная промышленного производства (порезанная на 4 части, с удаленной кочерыжкой)	74	74						
масса капусты, стертой с солью		47						
морковь до 01.01 - 20%	7,5	6						
с 01.01 - 25%	8	6						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	6	6						
лук репчатый (бланшированный)	7	6						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	6,3	6						
лук репчатый, капусту и морковь старого урожая использовать только до 1 марта, после 1марта овощи нового урожая или другой салат								
или лук зеленый	7,5	6						
лимон (для сока)	7	3						
сахар	0,7	0,7						
масло растительное	4	4						
ИЛИ								
Салат из огурцов с маслом			**60**	**0,6**	**4,1**	**1,9**	**47**	**№14/1-2011г., Екатеринбург**
огурцы свежие парниковые	58	57						
или огурцы свежие грунтовые	60	57						

масло растительное	4	4						
Тефтели из свинины			**80**	**8,9**	**11,5**	**9,6**	**178**	**№461-2004 (1 вариант)**
свинина мясная	62	53						
хлеб пшеничный	12	12						
яйцо куриное	5	5						
вода питьевая	14	14						
масло растительное	3	3						
лук репчатый	27	23						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	24	23						
масса прогретого с маслом лука		14						
мука пшеничная	6	6						
масса полуфабриката		100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
ИЛИ								
Тефтели из говядины			**80**	**9,4**	**11,1**	**9,6**	**176**	**№461-2004 (1 вариант)**
говядина 1 категории	72	53						
или говядина полуфабрикат	63	53						

или фарш из говядины промышленного производства (только немеханической обвалки изготовленный из охлажденного мяса продуктивных животных)	53	53						
хлеб пшеничный	12	12						
яйцо куриное	5	5						
вода питьевая	14	14						
масло растительное	3	3						
лук репчатый	27	23						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	24	23						
масса прогретого с маслом лука		14						
мука пшеничная	6	6						
масса полуфабриката		100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
ИЛИ на усмотрение ответственных за питание								
Тефтели мясные из полуфабриката промышленного производства, запеченные			**80**	**8,9**	**11,5**	**9,6**	**178**	**№461-2004 (1 вариант)**
тефтели мясные (только специализированные полуфабрикаты с маркировкой «для детского питания», строго соответствующие по закладке основному блюду меню - с составом указанным на маркировке, со строгим ограничением соли, без специй, искусственных консервантов, усилителей вкуса, с допустимым сроком годности от 30 суток до 3 месяцев, не более)	100	100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						

Овощи тушеные в соусе			**150**	**2,3**	**4,3**	**19,7**	**127**	**№18/3-2011, Екатеринбург**
горошек зелёный консервированный	46	30						
или горох быстрозамороженный промышленного производства	34	30						
морковь до 01.01 - 20%	50	40						
с 01.01 - 25%	53,2	40						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	40	40						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	113	85						
01.11.-31.12. -30%	122	85						
01.01-29.02 - 35%	131	85						
01.03 - 40%	142	85						
или картофель свежий очищенный, цельный промышленного производств (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	87	85						
лук репчатый	30	25						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	26,3	25						
масло растительное	4	4						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	10	10						
мука пшеничная	1,5	1,5						
Чай с сахаром			**180**	**0,1**	**0,0**	**10,4**	**42**	**№685-2004**
чай-заварка	0,4	0,4						

сахар	10	10						
Хлеб пшеничный			**20**	**0,4**	**0,2**	**8,8**	**39**	
ИТОГО:				***57***	***57***	***260***	***1786***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:				***54,0***	***60***	***261***	***1800***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):				***51***	***57***	***248***	***1710***	***При 11-12 часовом пребывании детей***
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				***57***	***63***	***274***	***1890***	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА 1 НЕДЕЛЮ:				***55,6***	***60***	***261***	***1804***	

6 день

Наименование блюда	**Брутто, г**	**Нетто, г**	**Химический состав**					**№ рецептуры**
			Выход, г	**Белки, г**	**Жиры, г**	**Угл. г**	**ЭЦ, ккал**	
ЗАВТРАК			***415***	***10,2***	***13,1***	***49,7***	***357***	
Каша пшеничная жидкая			**200**	**5,8**	**6,8**	**24,2**	**181**	**№311-2004**
крупа пшеничная	25	25						
молоко питьевое	190	190						
соль йодированная	0,6	0,6						
сахар	3	3						
масло сливочное	5	5						
Бутерброд с маслом с сыром			**50**	**4,1**	**6,2**	**10,7**	**115**	**№1,3-2004**

батон или хлеб пшеничный	30	30						
масло сливочное	5	5						
сыр	16	15						
Чай с сахаром			**180**	**0,1**	**0,0**	**10,4**	**42**	**№685-2004**
чай-заварка	0,4	0,4						
сахар	10	10						
Хлеб пшеничный			**10**	**0,2**	**0,1**	**4,4**	**19**	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				***0,3***	***0,0***	***22,0***	***89***	
Сок в ассортименте	**200**	**200**	**200**	**0,3**	**0,0**	**22,0**	**89**	**№518-2013, Пермь**
ОБЕД			***645***	***19,9***	***21,1***	***88,9***	***624***	
Салат "Степной" из разных овощей			**60**	**1,0**	**3,0**	**4,5**	**49**	**№25-2004**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	31	23						
01.11.-31.12. -30%	33	23						
01.01-29.02 - 35%	35	23						
01.03 - 40%	38	23						
или картофель свежий очищенный, цельный промышленного производств (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	23,5	23						
масса отварного картофеля		20						
морковь до 01.01 - 20%	21	17						

с 01.01 - 25%	23	17						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	17	17						
масса отварной моркови		15						
огурцы консервированные без уксуса	22	12						
или огурцы свежие парниковые	12,2	12						
или огурцы свежие грунтовые	12,6	12						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	15	10						
масло растительное	4	4						
ИЛИ								
Салат из огурцов с маслом			**60**	**0,6**	**4,1**	**1,9**	**47**	**№14/1-2011г., Екатеринбург**
огурцы свежие парниковые	58	57						
или огурцы свежие грунтовые	60	57						
масло растительное	4	4						
Суп картофельный с мясными фрикадельками			**180/15**	**4,1**	**3,6**	**15,1**	**109**	**№137-2004**
фрикадельки мясные (говядина и свинина)		**15**						**№112-2004**
говядина 1 категории	14	10						
или говядина полуфабрикат	12	10						
свинина мясная	8	7						

или фарш из говядины промышленного производства (только немеханической обвалки изготовленный из охлажденного мяса продуктивных животных)	17	17						
лук репчатый	1,8	1,5						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	1,6	1,5						
вода питьевая	1,5	1,5						
яйцо куриное	1,2	1,2						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	96	72						
01.11.-31.12. -30%	103	72						
01.01-29.02 - 35%	111	72						
01.03 - 40%	120	72						
или картофель свежий очищенный, цельный промышленного производств (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	73	72						
морковь до 01.01 - 20%	8,8	7						
с 01.01 - 25%	9,3	7						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	7	7						
лук репчатый	8	7						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	7,4	7						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	2	2						
масло сливочное	4	4						

зелень сушеная	0,1	0,1						
Котлета домашняя (говядина и свинина), запеченная			**80**	**10,4**	**10,2**	**9,1**	**170**	**№450-2004**
свинина мясная	35	30						
говядина 1 категории	41	30						
или говядина полуфабрикат	35	30						
или фарш из говядины промышленного производства (только немеханической обвалки изготовленный из охлажденного мяса продуктивных животных)	60	60						
хлеб пшеничный	15	15						
вода питьевая	10	10						
чеснок	0,4	0,3						
лук репчатый	7	6						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	6,3	6						
яйцо куриное	4	4						
сухари пшеничные	8	8						
масса полуфабриката		100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
ИЛИ на усмотрение ответственных за питание								
Котлета домашняя (говядина и свинина) из полуфабриката промышленного производства, запеченная			**80**	**10,4**	**10,2**	**9,1**	**170**	**№450-2004**

котлета домашняя (только специализированные полуфабрикаты с маркировкой «для детского питания», строго соответствующие по закладке основному блюду меню - с составом указанным на маркировке, со строгим ограничением соли, без специй, искусственных консервантов, усилителей вкуса, с допустимым сроком годности от 30 суток до 3 месяцев, не более)	100	100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
Рис припущенный			**130**	**2,7**	**3,4**	**22,0**	**129**	**№512-2004**
крупа рисовая	46	46						
вода питьевая	95	95						
масло сливочное	4	4						
Компот из плодов или ягод свежих или замороженных			**180**	**0,4**	**0,1**	**14,9**	**62**	**№486-2021, Пермь**
яблоки свежие с удаленным семенным гнездом	36,5	32						
или вишня быстрозамороженная (без косточки)	32,6	32						
или клубника или смородина черная быстрозамороженные	32,6	32						
сахар	12	12						
ИЛИ								
Компот из ягодно-фруктовой смеси			**180**	**0,2**	**0,1**	**15,2**	**63**	**№634-2004**
ягодно-фруктовая смесь быстрозамороженная	30,2	30						
лимонная кислота	0,2	0,2						
сахар	12	12						

Хлеб пшеничный			**10**	**0,2**	**0,1**	**4,4**	**19**	
Хлеб ржаной			**50**	**1,1**	**0,6**	**18,9**	**86**	
ПОЛДНИК			***250***	***9,6***	***12,3***	***31,2***	***274***	
Пирог "Манник"			**50**	**4,7**	**5,9**	**22,0**	**160**	№118-2006, Москва
мука пшеничная	12	12						
крупа манная	11	11						
яйцо куриное	10	10						
сахар	8	8						
масло сливочное	4	4						
сметана	11	11						
двууглекислый натрий (разрыхлитель)	0,5	0,5						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
ИЛИ								
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			**50**	**3,3**	**3,9**	**26,5**	**154**	
Кисломолочный напиток в ассортименте	207	200	**200**	**4,9**	**6,4**	**9,2**	**114**	**№698-2004**
УЖИН			***480***	***16,9***	***16,4***	***57,1***	***444***	
Запеканка "Царская" из творога с джемом или вареньем			**200**	**15,7**	**14,6**	**32,4**	**324**	**№10/5-2011, Екатеринбург**
творог	148	145						

крупа манная	6	6						
яйцо куриное	24	24						
сахар	4	4						
крошка:		**30**						
сахар	6	6						
мука пшеничная	12	12						
масло сливочное	12	12						
масло сливочное для смазки листа	3	3						
масса готовой запеканки		180						
джем или варенье промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	20,2	20						
Фрукт в ассортименте			**100**	**0,1**	**0,1**	**13,5**	**55**	**№458-2006, Москва**
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 100 г)								
Чай с молоком сгущенным			**180**	**1,1**	**1,7**	**11,2**	**65**	**№493-2013, Пермь**
чай-заварка	0,4	0,4						
молоко сгущенное с сахаром	20	20						
ИТОГО:				***57***	***63***	***249***	***1788***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:				***54***	***60***	***261***	***1800***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):				***51***	***57***	***248***	***1710***	

НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):			57	63	274	1890	
7 день							
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
ЗАВТРАК			*430*	*9,5*	*14,8*	*49,5*	*369*
Каша пшенная жидкая			**200**	**4,2**	**7,0**	**20,2**	**161**
крупа пшено	25	25					
вода питьевая	75	75					
молоко питьевое	110	110					
сахар	3	3					
соль йодированная	0,6	0,6					
масло сливочное	5	5					
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте			**30**	**2,4**	**5,3**	**15,2**	**118**
Какао с молоком			**200**	**2,9**	**2,5**	**14,1**	**91**
какао - порошок	3	3					
молоко питьевое	100	100					
сахар	8	8					
ИЛИ							

Какао с молоком и витаминами			**200**	**3,2**	**3,1**	**12,9**	**92**	**№502-2021, Пермь**
какао - порошок с витаминами для приготовления какао-напитка (для детей дошкольного возраста)	3	3						
молоко питьевое	100	100						
сахар	8	8						
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				***0,3***	***0,0***	***22,0***	***89***	
Сок в ассортименте	**200**	**200**	**200**	**0,3**	**0,0**	**22,0**	**89**	**№518-2013, Пермь**
ОБЕД			***665***	***20,7***	***22,8***	***89,5***	***646***	
Салат картофельный с кукурузой и морковью ("Мозаика")			**60**	**1,3**	**4,0**	**7,5**	**71**	**№73-2013, Пермь**
кукуруза консервированная (после термической обработки)	17	10						
огурцы свежие грунтовые	21	20						
или огурцы свежие парниковые	20,4	20						
или огурцы соленые без уксуса	36,4	20						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	23	17						
01.11.-31.12. -30%	24	17						
01.01-29.02 - 35%	26	17						
01.03 - 40%	28	17						
или картофель свежий очищенный, цельный промышленного производств (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	17,3	17						
масса отварного картофеля		15						

морковь до 01.01 - 20%	18	14						
с 01.01 - 25%	19	14						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	14	14						
масса отварной моркови		12						
масло растительное	4	4						
ИЛИ								
Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами			**60**	**1,3**	**4,6**	**2,2**	**55**	**№54-6з-2020, Новосибирск**
капуста белокочанная свежая	59	48						
или капуста белокочанная свежая очищенная промышленного производства (порезанная на 4 части, с удаленной кочерыжкой)	48	48						
масса капусты, стертой с солью		30						
(в свежем виде морковь и капусту старого урожая использовать до 1 марта, после 1марта свежего урожая или другой салат из вареных овощей)								
помидоры свежие парниковые	12,2	12						
или помидоры свежие грунтовые	14,2	12						
огурцы свежие парниковые	12,2	12						
или огурцы свежие грунтовые	12,6	12						
яйцо куриное	5	5						
масло растительное	4	4						
ИЛИ								

Салат из свежих помидоров и огурцов			**50**	**0,6**	**4,0**	**2,9**	**50**	**№20-2004**
помидоры свежие парниковые	22	22						
или помидоры свежие грунтовые	26	22						
огурцы свежие парниковые	26	25						
или огурцы свежие грунтовые	26	25						
масло растительное на полив при подаче	4	4						
Свекольник с мясом, со сметаной			**180/10/5**	**4,1**	**4,2**	**12,5**	**104**	**№131-2013, Пермь**
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
свекла до 01.01 -20%	56	45						
с 01.01 - 25%	60	45						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	43	32						
01.11.-31.12. -30%	46	32						
01.01-29.02 - 35%	49	32						
01.03 - 40%	53	32						
или картофель свежий очищенный, цельный промышленного производств (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	33	32						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	2	2						

морковь до 01.01 - 20%	8,8	7						
с 01.01 - 25%	9,3	7						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	7	7						
лук репчатый	10	8						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	8,4	8						
масло сливочное	4	4						
сахар	0,4	0,4						
сметана	5	5						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Биточки печеночные			**80**	**12,7**	**6,4**	**8,2**	**141**	**№35/8-2011, Екатеринбург**
печень говяжья	136	112						
масса отварной, протертой печени		75						
яйцо куриное	10	10						
лук репчатый	18	15						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	15,8	15						
масло растительное	3	3						
масса прогретого с маслом лука		10						

сухари пшеничные	8	8						
масса полуфабриката		100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
ИЛИ на усмотрение ответственных за питание								
Биточки печеночные из полуфабриката промышленного производства			**80**	**12,7**	**6,4**	**8,2**	**141**	**№35/8-2011, Екатеринбург**
биточки печеночные (только специализированные полуфабрикаты с маркировкой «для детского питания», строго соответствующие по закладке основному блюду меню - с составом указанным на маркировке, со строгим ограничением соли, без специй, искусственных консервантов, усилителей вкуса, с допустимым сроком годности от 30 суток до 3 месяцев, не более)	100	100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
ИЛИ исходя из пищевых пристрастий детей								
Биточки из говядины			**80**	**9,9**	**8,7**	**8,9**	**154**	**№451-2004**
говядина 1 категории	83	61						
или говядина полуфабрикат	72	61						
или фарш из говядины промышленного производства (только немеханической обвалки изготовленный из охлажденного мяса продуктивных животных)	61	61						
хлеб пшеничный	14	14						
вода питьевая	7	7						
лук репчатый	8	7						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	7,4	7						

яйцо куриное	6	6						
сухари пшеничные	8	8						
масса полуфабриката		100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
ИЛИ на усмотрение ответственных за питание								
Биточки мясные из полуфабриката промышленного производства			**80**	**9,5**	**9,2**	**8,9**	**156**	**№451-2004**
биточки мясные (только специализированные полуфабрикаты с маркировкой «для детского питания», строго соответствующие по закладке основному блюду меню - с составом указанным на маркировке, со строгим ограничением соли, без специй, искусственных консервантов, усилителей вкуса, с допустимым сроком годности от 30 суток до 3 месяцев, не более)	100	100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
Каша гречневая вязкая			**150**	**4,2**	**5,4**	**29,0**	**181**	**№510-2004**
крупа гречневая	38	38						
вода питьевая	120	120						
масло сливочное	5	5						
Компот из смеси сухофруктов			**180**	**0,3**	**0,0**	**15,2**	**62**	**№508-2013, Пермь**
сухофрукты	15	15						
сахар	8	8						
Хлеб пшеничный			**20**	**0,4**	**0,2**	**8,8**	**39**	

Хлеб ржаной			**20**	**0,5**	**0,3**	**7,6**	**34**	
ПОЛДНИК			***260***	***8,1***	***9,2***	***37,2***	***264***	
Пирожок печенный с яблоками			**60**	**2,2**	**2,8**	**22,0**	**122**	№535-2021, Пермь
масса теста		**44**						
мука пшеничная	29	29						
сахар	2,4	2,4						
масло растительное	2	2						
яйцо куриное	4	4						
соль йодированная	0,3	0,3						
дрожжи прессованные	0,9	0,9						
или дрожжи сухие	0,23	0,23						
вода питьевая	7	7						
мука пшеничная на подпыл	1,3	1,3						
фарш яблочный (2 вариант)		25						№564-2021, Пермь
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	39	27						
сахар	2	2						
яйцо куриное для смазки изделия	1,2	1,2						
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2						

ИЛИ								
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			**60**	**2,2**	**2,8**	**22,0**	**122**	
Кисломолочный напиток в ассортименте	207	200	**200**	**5,9**	**6,4**	**15,2**	**142**	**№698-2004**
УЖИН			***470***	***17,4***	***15,1***	***59,1***	***442***	
Овощи натуральные			**60**	**0,9**	**0,2**	**3,0**	**17**	**№106-2013, Пермь**
огурцы свежие парниковые	61	60						
или огурцы свежие грунтовые	63	60						
ИЛИ								
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	109	60	**60**	**0,7**	**0,1**	**2,6**	**14**	**№101-2004**
Шницель рыбный натуральный			**80**	**12,8**	**6,2**	**7,7**	**138**	**№391-2004**
горбуша (кета) потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	123	82						
или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	149	82						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	111	82						
лук репчатый	6	5						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	5,3	5						
яйцо куриное	10	10						
сухари пшеничные	8	8						
масса полуфабриката		100						

масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
ИЛИ на усмотрение ответственных за питание								
Шницель рыбный натуральный из полуфабриката промышленного производства, запеченная			**80**	**12,8**	**6,2**	**7,7**	**138**	**№391-2004**
шницель рыбный натуральный (только специализированные полуфабрикаты с маркировкой «для детского питания», строго соответствующие по закладке основному блюду меню - с составом указанным на маркировке, со строгим ограничением соли, без специй, искусственных консервантов, усилителей вкуса, с допустимым сроком годности от 30 суток до 3 месяцев, не более)	100	100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
Картофель тушеный			**150**	**2,7**	**8,2**	**18,3**	**158**	**№216-2004**
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						
или картофель свежий очищенный, цельный промышленного производств (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	122	120						
морковь до 01.01 - 20%	44	35						
с 01.01 - 25%	47	35						
или морковь быстрозамороженная (кубик)	40	35						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	35	35						
лук репчатый	18	15						

или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	15,8	15						
масло растительное	8	8						
Чай с сахаром			**180**	**0,1**	**0,0**	**10,4**	**42**	**№685-2004**
чай-заварка	0,4	0,4						
сахар	10	10						
Хлеб пшеничный			**20**	**0,4**	**0,2**	**8,8**	**39**	
Хлеб ржаной			**30**	**0,7**	**0,4**	**11,3**	**52**	
ИТОГО:				***56***	***62***	***257***	***1810***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:				***54***	***60***	***261***	***1800***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):				***51***	***57***	***248***	***1710***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				***57***	***63***	***274***	***1890***	

8 день

Наименование блюда	**Брутто, г**	**Нетто, г**	**Химический состав**					**№ рецептуры**
			Выход, г	**Белки, г**	**Жиры, г**	**Угл. г**	**ЭЦ, ккал**	
ЗАВТРАК			***420***	***10,3***	***13,5***	***47,2***	***352***	
Суп молочный с крупой			**200**	**6,2**	**7,4**	**21,2**	**176**	**№164-2013, Пермь**
молоко питьевое	200	200						
крупа: манная или кукурузная, хлопья овсяные "Геркулес"	12	12						

ячневая или гречневая, перловая, пшено	16	16						
сахар	2	2						
соль йодированная	0,5	0,5						
масло сливочное	2	2						
Бутерброд с маслом			**15/5**	**1,6**	**3,5**	**7,4**	**68**	**№1-2004**
батон или хлеб пшеничный	15	15						
масло сливочное	5	5						
Кофейный напиток			**200**	**2,3**	**2,5**	**14,8**	**91**	**№501-2013, Пермь**
кофейный напиток	4	4						
сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
Хлеб ржаной			**10**	**0,2**	**0,1**	**3,8**	**17**	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				***0,2***	***0,0***	***22,0***	***89***	
Отвар шиповника			**100**	**0,2**	**0,0**	**22,0**	**89**	**№705-2004**
шиповник	18	18						
сахар	5	5						
ОБЕД			***655***	***21,2***	***22,3***	***82,4***	***615***	
Салат из свежих помидоров			**60**	**0,9**	**4,1**	**3,9**	**56**	**№22-2013, Пермь**

помидоры свежие парниковые	58	57						
или помидоры свежие грунтовые	67	57						
масло растительное	4	4						
ИЛИ								
Свекла отварная с маслом растительным			**60**	**1,0**	**4,0**	**4,3**	**57**	**№56-2006, Москва**
свекла до 01.01 -20%	74	59						
с 01.01 - 25%	78	59						
масса отварной свеклы		56						
или свекла вареная цельная промышленного производства	59	56						
масло растительное	4	4						
Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной			**180/10/5**	**4,7**	**4,9**	**11,2**	**108**	**№129-1996**
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	73	55						
01.11.-31.12. -30%	79	55						
01.01-29.02 - 35%	85	55						
01.03 - 40%	92	55						
или картофель свежий очищенный, цельный промышленного производств (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	56	55						

крупа перловая	4	4						
лук репчатый	5	4						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	4,2	4						
морковь до 01.01 - 20%	8,8	7						
с 01.01 - 25%	9,3	7						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	7	7						
огурцы консервированные без уксуса	18	10						
сметана	5	5						
масло сливочное	4	4						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Рыбные палочки, запеченные			**70**	**11,1**	**8,5**	**8,8**	**156**	**№304-2021, Пермь**
горбуша или кета потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	87	58						
или горбуша или кета неразделанная (филе без кожи и костей)	106	58						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	78	58						
или хек потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	78	58						
или треска потрошенная обезглавленная (филе с кожей без костей)	77	58						
морковь до 01.01 - 20%	23	18						
с 01.01 - 25%	24	18						

или морковь свежая, очищенная промышленного производства	18	18						
лук репчатый	18	15						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	16	15						
масло растительное	1,5	1,5						
масса припущенных с маслом овощей		15						
яйцо куриное	6	6						
сухари пшеничные	8	8						
масса полуфабриката		85						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
ИЛИ на усмотрение ответственных за питание								
Рыбные палочки из полуфабриката промышленного производства, запеченные			**70**	**11,1**	**8,5**	**8,8**	**156**	**№304-2021, Пермь**
рыбные палочки (только специализированные полуфабрикаты с маркировкой «для детского питания», строго соответствующие по закладке основному блюду меню - с составом указанным на маркировке, со строгим ограничением соли, без специй, искусственных консервантов, усилителей вкуса, с допустимым сроком годности от 30 суток до 3 месяцев, не более)	85	85						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
Пюре картофельное			**150**	**3,0**	**4,1**	**23,5**	**143**	**№520-2004**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	170	128						
01.11.-31.12. -30%	183	128						

01.01-29.02 - 35%	197	128						
01.03 - 40%	214	128						
или картофель свежий очищенный, цельный промышленного производств (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	131	128						
молоко питьевое	24	24						
масло сливочное	3,5	3,5						
Компот из плодов или ягод свежих или замороженных			**180**	**0,4**	**0,1**	**14,9**	**62**	**№486-2021, Пермь**
яблоки свежие с удаленным семенным гнездом	36,5	32						
или вишня быстрозамороженная (без косточки)	32,6	32						
или клубника или смородина черная быстрозамороженные	32,6	32						
сахар	12	12						
ИЛИ								
Компот из ягодно-фруктовой смеси			**180**	**0,2**	**0,1**	**15,2**	**63**	**№634-2004**
ягодно-фруктовая смесь быстрозамороженная	30,2	30						
лимонная кислота	0,2	0,2						
сахар	12	12						
Хлеб пшеничный			**20**	**0,4**	**0,2**	**8,8**	**39**	
Хлеб ржаной			**30**	**0,7**	**0,4**	**11,3**	**51**	
ПОЛДНИК			***250***	***8,7***	***11,5***	***36,6***	***285***	

Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			**50**	**2,9**	**5,1**	**27,2**	**166**	
Молоко питьевое кипяченое	210	200	**200**	**5,8**	**6,4**	**9,4**	**118**	**№260-2001, Пермь**
УЖИН			***510***	***15,7***	***15,0***	***68,8***	***473***	
Горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	77	50	**50**	**2,4**	**0,1**	**3,9**	**26**	**№101-2004**
или горох быстрозамороженный промышленного производства, припущенный	57	50						**№156-2021, Пермь**
Плов из птицы			**180**	**11,8**	**12,9**	**31,7**	**290**	**№406-2013, Пермь**
курица потрошеная 1 категории (разделка на мякоть без кожи)	147	105						
или грудка куриная промышленного производства (разделка на мякоть без кожи)	82	56						
или филе куриное промышленного производства	59	56						
масса отварной птицы (мякоть)		**40**						
крупа рисовая	37	37						
морковь до 01.01 - 20%	55	44						
с 01.01 - 25%	59	44						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	44	44						
лук репчатый	14	12						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	12,6	12						
масло растительное	6	6						
Чай с молоком сгущенным			**180**	**1,1**	**1,7**	**11,2**	**65**	**№493-2013, Пермь**

чай-заварка	0,4	0,4						
молоко сгущенное с сахаром	20	20						
Фрукт в ассортименте			**100**	**0,1**	**0,2**	**18,2**	**75**	**№458-2006, Москва**
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 100 г)								
Хлеб ржаной			**10**	**0,2**	**0,1**	**3,8**	**17**	
ИТОГО:				***56***	***62***	***257***	***1813***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:				***54***	***60***	***261***	***1800***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):				***51***	***57***	***248***	***1710***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				***57***	***63***	***274***	***1890***	

9 день

Наименование блюда	**Брутто, г**	**Нетто, г**	**Химический состав**					**№ рецептуры**
			Выход, г	**Белки, г**	**Жиры, г**	**Угл. г**	**ЭЦ, ккал**	
ЗАВТРАК			***400***	***18,2***	***16,9***	***34,3***	***362***	
Омлет натуральный с подгарнировкой			**180**	**10,6**	**10,5**	**8,4**	**170**	**№340-2004**
яйцо куриное	76	76						
молоко питьевое	29	29						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
масса готового омлета		100						

Овощи на подгарнировку		80						
кукуруза консервированная (после термической обработки)	134	80						№101-2004
или кукуруза быстрозамороженная, припущенная	91	80						№156-2021, Пермь
Бутерброд с сыром			**20/20**	**6,1**	**4,4**	**7,2**	**93**	№3-2004
батон или хлеб пшеничный	20	20						
сыр	21	20						
Чай с молоком сгущенным			**180**	**1,1**	**1,7**	**11,2**	**65**	№493-2013, Пермь
чай-заварка	0,4	0,4						
молоко сгущенное с сахаром	20	20						
Хлеб ржаной			**20**	**0,5**	**0,3**	**7,5**	**34**	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				***0,3***	***0,0***	***22,4***	***91***	
Сок с содержанием витаминов и минералов в ассортименте	**180**	**180**	**180**	**0,3**	**0,0**	**22,4**	**91**	№518-2013, Пермь
ИЛИ								
Напиток с витаминами со вкусом ягод или фруктов			**200**	**0,7**	**0,2**	**19,9**	**89**	№507-2021, Пермь
смесь сухая с витаминами для напитка со вкусом ягод или фруктов (для детей дошкольного возраста)	**20**	**20**						
вода питьевая	**200**	**200**						
ОБЕД			***660***	***20,3***	***25,0***	***83,4***	***640***	

Салат из капусты белокочанной с морковью			**60**	**1,20**	**4,10**	**7,60**	**72**	**№4-2013, Пермь**
капуста белокочанная свежая	98	78						
или капуста белокочанная свежая очищенная промышленного производства (порезанная на 4 части, с удаленной кочерыжкой)	78	78						
масса капусты, стертой с солью		49						
лимон (для сока)	6	2,5						
сахар	0,6	0,6						
морковь до 01.01 - 20%	7,5	6						
с 01.01 - 25%	8	6						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	6	6						
(в свежем виде морковь и капусту старого урожая использовать до 1 марта, после 1 марта свежего урожая или другой салат из вареных овощей)								
масло растительное	4	4						
ИЛИ								
Винегрет овощной			**60**	**1,0**	**4,0**	**7,6**	**70**	**№71-2004**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	24	18						
01.11.-31.12. -30%	26	18						
01.01-29.02 - 35%	28	18						
01.03 - 40%	30	18						

или картофель свежий очищенный, цельный промышленного производств (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	18,4	18						
масса отварного картофеля		15						
свекла до 01.01 -20%	24	19						
с 01.01 - 25%	25	19						
масса отварной свеклы		15						
или свекла вареная цельная промышленного производства	16	15						
морковь до 01.01 - 20%	20	16						
с 01.01 - 25%	21	16						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	16	16						
масса отварной моркови		14						
огурцы соленые без уксуса	18	10						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	12	8						
масло растительное	4	4						
Суп лапша домашняя с курицей			**180/10**	**4,1**	**4,2**	**15,2**	**115**	**№148-2004**
курица потрошеная 1 категории (разделка на мякоть без кожи)	29	26						
или грудка куриная промышленного производства (разделка на мякоть без кожи)	19	18						
или филе куриное промышленного производства	15	14						
лапша домашняя		*15*						**№549-2004**

мука пшеничная	13	13						
мука пшеничная (на подпыл)	0,9	0,9						
яйцо куриное	3,6	3,6						
вода питьевая	2,5	2,5						
соль йодированная	0,3	0,3						
или лапша промышленного производства	15	15						
морковь до 01.01 - 20%	10,0	8						
с 01.01 - 25%	10,6	8						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	8	8						
лук репчатый	8	7						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	7,4	7						
масло сливочное	4	4						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Шницель из мяса (свинина мясная и говядина)			**80**	**9,5**	**9,2**	**8,9**	**156**	**№451-2004**
свинина мясная	28	24						
говядина 1 категории	50	37						
или говядина полуфабрикат	44	37						

или фарш из говядины промышленного производства (только немеханической обвалки изготовленный из охлажденного мяса продуктивных животных)	61	61						
хлеб пшеничный	14	14						
вода питьевая	7	7						
лук репчатый	8	7						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	7,4	7						
яйцо куриное	6	6						
сухари пшеничные	8	8						
масса полуфабриката		100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
ИЛИ на усмотрение ответственных за питание								
Шницель мясной из полуфабриката промышленного производства			**80**	**9,5**	**9,2**	**8,9**	**156**	**№451-2004**
шницель мясной (только специализированные полуфабрикаты с маркировкой «для детского питания», строго соответствующие по закладке основному блюду меню - с составом указанным на маркировке, со строгим ограничением соли, без специй, искусственных консервантов, усилителей вкуса, с допустимым сроком годности от 30 суток до 3 месяцев, не более)	100	100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
Овощи, припущенные в сметане			**150**	**3,9**	**6,9**	**15,4**	**139**	**№210-2004**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	73	55						

01.11.-31.12. -30%	79	55						
01.01-29.02 - 35%	85	55						
01.03 - 40%	92	55						
или картофель свежий очищенный, цельный промышленного производств (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	56	55						
морковь до 01.01 - 20%	69	55						
с 01.01 - 25%	73	55						
или морковь быстрозамороженная (кубик)	63	55						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	55	55						
горошек зелёный консервированный	39	25						
или горох быстрозамороженный промышленного производства	29	25						
капуста белокочанная свежая	63	50						
или капуста белокочанная свежая очищенная промышленного производства (порезанная на 4 части, с удаленной кочерыжкой)	50	50						
сметана	20	20						
масло сливочное	5	5						
Компот из кураги			**180**	**0,5**	**0,0**	**16,2**	**67**	**№638-2004**
курага	15	15						
сахар	5	5						
Хлеб пшеничный			**20**	**0,4**	**0,2**	**8,8**	**39**	

Хлеб ржаной			**30**	**0,7**	**0,4**	**11,3**	**51**	
ПОЛДНИК			***250***	***6,4***	***8,9***	***43,7***	***281***	
Булочка "Нежная"			**50**	**1,5**	**3,9**	**28,5**	**155**	**560-2013, Пермь**
масса теста		**56**						
мука пшеничная	32	32						
сахар	5	5						
масло сливочное	7	7						
соль йодированная	0,3	0,3						
дрожжи хлебопекарные	1,2	1,2						
или дрожжи сухие хлебопекарные	0,3	0,3						
молоко питьевое или кефир	12	12						
яйцо куриное	3,5	3,5						
крошка								
мука пшеничная	1	1						
масло сливочное	1	1						
масло сливочное для смазки изделия	1	1						
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2						
ИЛИ								

Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			**50**	**1,5**	**3,9**	**28,5**	**155**	
Кисломолочный напиток в ассортименте	207	200	**200**	**4,9**	**5,0**	**15,2**	**125**	**№698-2004**
УЖИН			***450***	***12,3***	***12,7***	***71,6***	***450***	
Салат из моркови с сыром			**60**	**1,7**	**4,7**	**7,4**	**79**	**№89-1997**
морковь до 01.01 - 20%	65	52						
с 01.01 - 25%	69	52						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	52	52						
масса отварной моркови		50						
сыр	7	6						
чеснок	0,4	0,3						
масло растительное	4	4						
ИЛИ								
Салат "Любительский" с сыром			**60**	**3,2**	**4,7**	**3,4**	**69**	**№4-2006, Екатеринбург**
морковь до 01.01 - 20%	25	20						
с 01.01 - 25%	27	20						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	20	20						
масса отварной моркови		17						
кукуруза консервированная (после термической обработки)	25	15						

огурцы консервированные без уксуса	36,4	20						
или огурцы свежие парниковые	20,4	20						
или огурцы свежие грунтовые	21	20						
сыр	7	6						
масло растительное на полив при подаче	4	4						
Запеканка картофельная с мясным фаршем (говядина)			**180**	**9,6**	**7,5**	**35,0**	**246**	**№334-2021, Пермь**
говядина 1 категории	88	65						
или говядина полуфабрикат	77	65						
или фарш из говядины промышленного производства (только немеханической обвалки изготовленный из охлажденного мяса продуктивных животных)	65	65						
лук репчатый	10	8						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	8,4	8						
масло растительное	2	2						
масса готового мясного фарша с луком		**40**						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	226	170						
01.11.-31.12. -30%	243	170						
01.01-29.02 - 35%	262	170						
01.03 - 40%	284	170						
или картофель свежий очищенный, цельный промышленного производств (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	173	170						

масло сливочное	5	5						
яйцо куриное	10	10						
сметана для смазки изделия	7	7						
сухари пшеничные	4	4						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
Чай со смородиной и сахаром			**200/10**	**0,2**	**0,0**	**12,8**	**52**	**№54-6гн-2020, 2021, Новосибирск**
чай-заварка	0,4	0,4						
смородина черная или красная быстрозамороженные	10,7	10						
сахар	12	12						
ИЛИ								
Чай с сахаром			**200**	**0,1**	**0,0**	**12,4**	**50**	**№685-2004**
чай-заварка	0,4	0,4						
сахар	12	12						
Хлеб пшеничный			**20**	**0,4**	**0,2**	**8,8**	**39**	
Хлеб ржаной			**20**	**0,5**	**0,3**	**7,5**	**34**	
ИТОГО:				***57***	***63***	***255***	***1823***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:				***54***	***60***	***261***	***1800***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):				***51***	***57***	***248***	***1710***	

НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):			57	63	274	1890	
10 день							
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
ЗАВТРАК			***410***	***8,2***	***13,7***	***55,8***	***380***	
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая			**200**	**5,9**	**6,4**	**28,8**	**196**	**№311-2004**
хлопья овсяные "Геркулес"	25	25						
вода питьевая	72	72						
молоко питьевое	110	110						
соль йодированная	0,6	0,6						
сахар	3	3						
масло сливочное	5	5						
Бутерброд с маслом			**20/10**	**1,8**	**7,1**	**9,9**	**111**	**№1-2004**
батон или хлеб пшеничный	20	20						
масло сливочное	10	10						
Чай с лимоном			**180**	**0,1**	**0,0**	**8,3**	**34**	**№686-2004**
чай-заварка	0,4	0,4						
сахар	8	8						

лимон	6	5						
Хлеб пшеничный			**20**	**0,4**	**0,2**	**8,8**	**39**	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				***0,3***	***0,0***	***22,4***	***91***	
Сок в ассортименте	**200**	**200**	**200**	**0,3**	**0,0**	**22,4**	**91**	**№518-2013, Пермь**
ОБЕД			***680***	***20,3***	***20,2***	***99,7***	***662***	
Овощи натуральные			**60**	**0,9**	**0,2**	**3,0**	**17**	**№106-2013, Пермь**
огурцы свежие парниковые	61	60						
или огурцы свежие грунтовые	63	60						
ИЛИ								
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	109	60	**60**	**0,7**	**0,1**	**2,6**	**14**	**№101-2004**
Уха рыбацкая			**180/30**	**4,7**	**4,7**	**15,1**	**122**	**№30/2-2011, Екатеринбург**
горбуша (кета) потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	51	36						
или горбуша (кета) неразделанная (филе с кожей без костей)	62	36						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	50	37						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	113	85						
01.11.-31.12. -30%	122	85						
01.01-29.02 - 35%	131	85						
01.03 - 40%	142	85						

или картофель свежий очищенный, цельный промышленного производств (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	87	85						
лук репчатый	14	12						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	13	12						
масло растительное	4	4						
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Котлета "Нежная" из говядины и птицы, запеченные			**80**	**9,7**	**10,5**	**11,8**	**180**	**№373-2021, Пермь**
говядина 1 категории	20	15						
или говядина полуфабрикат	18	15						
или фарш из говядины промышленного производства (только немеханической обвалки изготовленный из охлажденного мяса продуктивных животных)	15	15						
филе куриное промышленного производства	42	40						
или филе индейки	42	40						
или грудка куриная промышленного производства (разделка на мякоть без кожи)	59	40						
хлеб пшеничный	15	15						
лук репчатый	10	8						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	8,4	8						
яйцо куриное	7	7						
вода питьевая	10	10						

сухари пшеничные	8	8						
масса полуфабриката		100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
ИЛИ								
Котлета из говядины и птицы, из полуфабриката промышленного производства, запеченные			**80**	**9,7**	**10,5**	**11,8**	**180**	**№373-2021, Пермь**
котлета из говядины и птицы(только специализированные полуфабрикаты с маркировкой «для детского питания», строго соответствующие по закладке основному блюду меню - с составом указанным на маркировке, со строгим ограничением соли, без специй, искусственных консервантов, усилителей вкуса, с допустимым сроком годности от 30 суток до 3 месяцев, не более)	100	100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
Макаронные изделия отварные с овощами			**150**	**3,2**	**3,8**	**27,4**	**157**	**№294-2013, Пермь**
макаронные изделия	42	42						
масса отварных макарон		110						
морковь до 01.01 - 20%	31	25						
с 01.01 - 25%	33	25						
или морковь быстрозамороженная (кубик)	29	25						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	25	25						
масло сливочное	5	5						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	6	6						

горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	18	12						
или горох быстрозамороженный промышленного производства	14	12						
масса готовых овощей		40						
Кисель из ягод			**180**	**0,3**	**0,2**	**14,1**	**59**	**№505-2013, Пермь**
брусника или клюква быстрозамороженная	26,6	24						
сахар	10	10						
крахмал	6	6						
ИЛИ в соответствие с п.59/6 СанПиН 2.3/2.4.4282-26 для дополнительного обогащения рациона питания детей микронутриентами								
Кисель из концентрата с витаминами для детей дошкольного и школьного возраста			**180**	**0,0**	**0,0**	**16,6**	**66**	**№504-2021, Пермь**
концентрат киселя с витаминами (для детей дошкольного возраста)	22	22						
Хлеб пшеничный			**30**	**0,6**	**0,3**	**13,2**	**59**	
Хлеб ржаной			**40**	**0,9**	**0,5**	**15,1**	**69**	
ПОЛДНИК			***260***	***8,9***	***10,2***	***32,3***	***257***	
Пирожок печенный с картофелем			**60**	**3,1**	**3,8**	**22,9**	**138**	№687-1996
мука пшеничная	29	29						
сахар	2	2						
масло сливочное	2	2						
яйцо куриное	3	3						

соль йодированная	0,3	0,3						
дрожжи прессованные	0,8	0,8						
или дрожжи сухие	0,2	0,2						
молоко питьевое	7	7						
мука пшеничная на подпыл	1,3	1,3						
фарш картофельный		25						№723-1996
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	36	27						
01.11.-31.12. -30%	39	27						
01.01-29.02 - 35%	42	27						
01.03 - 40%	45	27						
масло сливочное	1,5	1,5						
яйцо куриное для смазки изделия	1,2	1,2						
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2						
ИЛИ								
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			**60**	**3,1**	**4,1**	**22,9**	**141**	
Молоко питьевое кипяченое	210	200	**200**	**5,8**	**6,4**	**9,4**	**118**	**№260-2001, Пермь**
УЖИН			***450***	***19,6***	***14,2***	***59,8***	***445***	
Запеканка из творога с джемом			**150**	**17,1**	**12,2**	**32,5**	**308**	**№313-2013, Пермь**

творог	125	124						
мука пшеничная	11	11						
или крупа манная	10	10						
вода питьевая для каши	31	31						
яйцо куриное	11	11						
сахар	5	5						
ванилин	0,01	0,01						
сметана	5	5						
сухари пшеничные	5	5						
масло сливочное на смазку емкости	3	3						
масса готовой запеканки		130						
джем промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	20,1	20						
ИЛИ								
Запеканка из творога с яблоками с джемом			**150**	**14,4**	**11,5**	**30,9**	**285**	**№54-4т-2020,2021, Новосибирск**
творог	91	90						
яблоки свежие, очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом	43	30						
яйцо куриное	13	13						
сахар	4	4						

сметана	5	5						
масло сливочное	5	5						
крупа манная	5	5						
ванилин	0,01	0,01						
сухари пшеничные	5	5						
масло сливочное для смазки листа	3	3						
масса готовой запеканки		130						
джем промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	20,1	20						
ИЛИ								
Запеканка творожная с ягодами с джемом			**150**	**14,7**	**11,8**	**30,7**	**288**	**№291-2021, Пермь**
творог	96	95						
яйцо куриное	4	4						
сахар	4	4						
мука пшеничная	11	11						
вишня быстрозамороженная (без косточки)	31	30						
сахар	3,5	3,5						
крахмал	3,5	3,5						
масса ягодной смеси с сахаром и крахмалом		35						

сметана	5	5						
сухари пшеничные	5	5						
масло сливочное для смазки листа	3	3						
масса готовой запеканки		130						
джем промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	20,1	20						
Чай с молоком сгущенным			**200**	**1,1**	**1,7**	**11,2**	**65**	**№493-2013, Пермь**
чай-заварка	0,4	0,4						
молоко сгущенное с сахаром	20	20						
Фрукт в ассортименте			**100**	**1,4**	**0,3**	**16,1**	**73**	**№458-2006, Москва**
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 100 г)								
ИТОГО:				***57***	***58***	***270***	***1834***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:				***54,0***	***60***	***261***	***1800***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):				***51***	***57***	***248***	***1710***	***При 11-12 часовом пребывании детей***
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				***57***	***63***	***274***	***1890***	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА 2 НЕДЕЛЮ:				***56,7***	***62***	***258***	***1814***	

*СанПиН 2.3/2.4.4282-26 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"

яблоки в салате

в капусте туш