

МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД	
-----------------------------------	--

завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин	
1	1
2	2
3	3
4	4
5	5
6	6
7	7
8	8
9	9
10	10
11	11
12	12
13	13
14	14
15	15
16	16
17	17
18	18
19	19
20	20
21	21
22	22
23	23
24	24
25	25
26	26
27	27
28	28
29	29
30	30
31	31
32	32
33	33
34	34
35	35
36	36
37	37
38	38
39	39
40	40
41	41
42	42
43	43
44	44
45	45
46	46
47	47
48	48
49	49
50	50
51	51
52	52
53	53
54	54
55	55
56	56
57	57
58	58
59	59
60	60
61	61
62	62
63	63
64	64
65	65
66	66
67	67
68	68
69	69
70	70
71	71
72	72
73	73
74	74
75	75
76	76
77	77
78	78
79	79
80	80
81	81
82	82
83	83
84	84
85	85
86	86
87	87
88	88
89	89
90	90
91	91
92	92
93	93
94	94
95	95
96	96
97	97
98	98
99	99
100	100

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет (11-12 часов пребывания детей)

10-ти дневное меню №10-ДС/4282-26/141 от 16 июля 2026 года

ЭЛЕКТРОННАЯ ВЕРСИЯ МЕНЮ

1 день	
--------	--

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК			350	8,1	10,7	42,0	296,7	
Каша манная жидкая			150	3,9	4,9	22,8	151	№311-2004
крупa манная	15	15						
молоко питьевое	140	140						
сахар	2	2						
соль йодированная	0,4	0,4						
масло сливочное	3	3						
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			180	2,6	2,3	11,8	78	№693-2004
какао - порошок	2,5	2,5						
молоко питьевое	90	90						
сахар	6	6						
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				0,1	0,0	17,4	70	
Сок в ассортименте	120	120	120	0,1	0,0	17,4	70	№518-2013, Пермь
ОБЕД			540	16,7	17,2	62,2	470	
Салат из свеклы с чесноком			40	0,6	3,0	3,4	43	№59-2013, Пермь
свекла - до 01.01 -20%	51	41						
с 01.01 - 25%	55	41						
масса отварной свеклы		38						
или свекла вареная цельная промышленного производства	40	38						
чеснок	0,3	0,2						
масло растительное	3	3						
ИЛИ								
Салат из огурцов с маслом			40	0,4	3,0	1,3	34	№14/1-2011г, Екатеринбург

огурцы свежие парниковые	40	39						
или огурцы свежие грунтовые	41	39						
масло растительное	3	3						
Рассольник "Домашний" с курицей со сметаной			150/15/5	4,3	3,1	7,1	74	№131-2004
курица потрошенная 1 категории (разделка мякоть без кожи)	45	39						
или филе куриное промышленного производства	25	24						
или филе из грудки индейки	25	24						
капуста белокочанная свежая	15	12						
или капуста белокочанная свежая, очищенная промышленного производства (порезанная на 4 части, с удаленной кочерыжкой)	12	12						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	61	46						
01.11.-31.12. -30%	66	46						
01.01-29.02 - 35%	71	46						
01.03 - 40%	77	46						
или картофель свежий очищенный цельный промышленного производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	47	46						
морковь до 01.01 - 20%	6,3	5						
с 01.01 - 25%	7	5						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	5	5						
лук репчатый	7	6						

или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	6,3	6						
огурцы соленые без уксуса	15	8						
масло сливочное	3	3						
сметана	5	5						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Котлеты (свинина мясная и говядина)			60	7,1	6,9	6,7	117	№451-2004
свинина мясная	21	18						
говядина 1 категории	38	28						
или говядина полуфабрикат	33	28						
или фарш из говядины промышленного производства (только немеханической обвалки изготовленный из охлажденного мяса продуктивных животных)	46	46						
хлеб пшеничный	11	11						
вода питьевая	5	5						
лук репчатый	6,0	5						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	5,3	5						
яйцо куриное	5	5						
сухари пшеничные	6	6						
масса полуфабриката		75						

масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
ИЛИ на усмотрение ответственных за питание								
Котлеты мясные из полуфабриката промышленного производства			60	7,1	6,9	6,7	117	№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)	75	75						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
Каша гречневая вязкая			120	3,6	3,7	15,9	111	№510-2004
крупa гречневая	30	30						
вода питьевая	96	96						
масло сливочное	4	4						
Компот из изюма			150	0,2	0,0	12,8	52	№638-2004
изюм	12	12						
сахар	5	5						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,5	34	
<i>ПОЛДНИК</i>			200	5,9	7,6	31,4	218	
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 прессованные	1,1	1,1						
или дрожжи сухие	0,28	0,28						
соль йодированная	0,2	0,2						
ванилин	0,006	0,006						
джем (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 листа	0,7	0,7						
Кисломолочный напиток в ассортименте	155	150	150	3,7	3,5	6,4	72	№698-2004
УЖИН			425	9,7	12,5	47,1	340	
Шницель из птицы, запеченный			60	7,1	9,6	8,4	148	№54-24м-2020, Новосибирск
филе куриное промышленного производства	52	49						
или филе индейки	52	49						

или грудка куриная промышленного производства (разделка на мякоть без кожи)	72	49						
хлеб пшеничный	10	10						
яйцо куриное	4	4						
вода питьевая	9	9						
сухари пшеничные	6	6						
масса полуфабриката		75						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
ИЛИ на усмотрение ответственных за питание								
Шницель из птицы из полуфабриката промышленного производства, запеченный			60	7,1	9,6	8,4	148	№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)	75	75						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
Сложный гарнир			120	2,1	2,3	6,3	54	
Картофель припущенный								№173-2013, Пермь
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	56	42						
01.11.-31.12. -30%	60	42						
01.01-29.02 - 35%	65	42						

01.03 - 40%	70	42						
или картофель свежий очищенный цельный промышленного производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	43	42						
масло сливочное	3	3						
масса припущенного картофеля		40						
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			150	0,2	0,1	12,2	51	№505-2013, Пермь
брусника или клюква быстрозамороженные	22,2	20						
сахар	8	8						
крахмал	5	5						

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			150	0,0	0,0	13,8	55	№504-2021, Пермь
концентрат киселя с витаминами		18	18					
Хлеб ржаной			10	0,2	0,1	3,8	17	
Фрукт в ассортименте			95	0,1	0,4	16,4	70	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 95 г)								
ИТОГО:				41	48	200	1395	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:				42	47	203	1400	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):				40	45	193	1330	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				44	49	213	1470	
2 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК			360	10,7	9,5	40,8	291,1	
Каша ячневая жидкая			150	4,4	4,6	20,3	140	№311-2004
крупa ячневая	20	20						
молоко питьевое	140	140						

сахар	2	2						
соль йодированная	0,4	0,4						
масло сливочное	3	3						
Бутерброд с сыром			20/10	4,2	2,6	7,2	69	№3-2004
батон или хлеб пшеничный	20	20						
сыр	10,5	10						
Кофейный напиток			180	2,1	2,3	13,3	82	№501-2013, Пермь
кофейный напиток	3,5	3,5						
сахар	8	8						
молоко питьевое	75	75						
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				0,1	0,0	17,4	70	
Сок в ассортименте	120	120	120	0,1	0,0	17,4	70	№518-2013, Пермь
ОБЕД			505	15,1	15,9	73,2	496	
Салат из моркови			40	0,6	3,1	4,8	50	№7-2013, Пермь
морковь до 01.01 - 20%	46	37						
с 01.01 - 25%	49	37						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	37	37						
(в свежем виде морковь старого урожая использовать до 1 марта, после 1 марта свежего урожая или в отварном виде)								

сахар	1,5	1,5						
масло растительное	3	3						
или								
Салат "Любительский"			40	1,5	3,0	2,3	42	№4-2006, Екатеринбург
морковь до 01.01 - 20%	19	15						
с 01.01 - 25%	20	15						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	15	15						
масса отварной моркови		12						
кукуруза консервированная (после термической обработки)	17	10						
огурцы консервированные без уксуса	31	17						
или огурцы свежие парниковые	17,3	17						
или огурцы свежие грунтовые	18	17						
масло растительное	3	3						
Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне, с гренками			150/15	2,8	2,5	14,8	93	№113-2021, Пермь
горох	12	12						
или горошек зеленый консервированный	23	15						
или горох быстрозамороженный	17	15						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	45	34						

01.11.-31.12. -30%	49	34						
01.01-29.02 - 35%	52	34						
01.03 - 40%	57	34						
или картофель свежий очищенный цельный промышленного производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	35	34						
морковь до 01.01 - 20%	9	7						
с 01.01 - 25%	9,3	7						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	7	7						
лук репчатый	7	6						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	6,3	6						
масло сливочное	3	3						
гренки из пшеничного хлеба		15						№170-2013, Пермь
хлеб пшеничный	29	24						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Жаркое по - домашнему			150	10,2	9,5	18,5	200	№436-2004
говядина 1 категории	86	63						
или говядина полуфабрикат	74	63						
масса отварного мяса		40						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	146	110						

01.11.-31.12. -30%	157	110						
01.01-29.02 - 35%	169	110						
01.03 - 40%	184	110						
или картофель свежий очищенный цельный промышленного производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	112	110						
морковь до 01.01 - 20%	19	15						
с 01.01 - 25%	20	15						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	15	15						
лук репчатый	8	7						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	7,4	7						
масло сливочное	4	4						
Компот из плодов или ягод свежих или замороженных			150	0,3	0,1	10,4	44	№486-2021, Пермь
яблоки свежие	28,5	25						
или вишня быстрозамороженная (без косточки)	25,5	25						
или клубника или смородина черная быстрозамороженные	25,5	25						
сахар	8	8						
ИЛИ								
Компот из ягодно - фруктовой смеси			150	0,2	0,1	11,2	46	№634-2004
ягодно - фруктовая смесь быстрозамороженная	25,2	25						

лимонная кислота	0,17	0,17						
сахар	8	8						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
ПОЛДНИК			210	7,3	10,8	21,9	214	
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте (пряники, печенье и т.д.)	30	30	30	2,1	5,0	13,4	107	
Молоко питьевое кипяченое	189	180	180	5,2	5,8	8,5	107	№260-2001, Пермь
УЖИН			400	10,9	9,7	59,2	366	
Винегрет овощной			40	0,5	3,0	4,2	46	№71-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	13	10						
01.11.-31.12. -30%	14	10						
01.01-29.02 - 35%	15	10						
01.03 - 40%	17	10						
или картофель свежий очищенный цельный промышленного производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	10,2	10						
масса отварного картофеля		8						
свекла - до 01.01 -20%	15	12						
с 01.01 - 25%	16	12						
масса отварной свеклы		10						

или свекла вареная цельная промышленного производства	11	10						
морковь до 01.01 - 20%	15	12						
с 01.01 - 25%	16	12						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	12	12						
масса отварной моркови		10						
огурцы соленые без уксуса	11	6						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	6	4						
масло растительное	3	3						
ИЛИ								
Салат из свежих помидоров и огурцов			40	0,4	3,0	1,9	36	№20-2004
помидоры свежие парниковые	17,3	17						
или помидоры свежие грунтовые	20	17						
огурцы свежие парниковые	20,4	20						
или огурцы свежие грунтовые	21	20						
масло растительное на полив при подаче	3	3						
Котлета рыбная "Белоснежка", запеченная			60	9,3	5,7	5,4	110	№309-2021, Пермь
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	62	46						
хлеб пшеничный	10	10						

вода питьевая	8	8						
лук репчатый	3,6	3						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	3,2	3						
масло растительное внутрь изделия	1,2	1,2						
яйцо куриное	3	3						
сухари пшеничные	6	6						
масса полуфабриката		75						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
ИЛИ на усмотрение ответственных за питание								
Котлета рыбная из полуфабриката промышленного производства, запеченная			60	9,3	5,7	5,4	110	№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)	75	75						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
Чай со смородиной и сахаром			180/10	0,2	0,0	9,3	38	№54-6гн-2020, 2021, Новосибирск
чай - заварка	0,35	0,35						
смородина черная или красная смородина быстрозамороженные	10,7	10						
сахар	8	8						

ИЛИ									
Чай с сахаром				180	0,1	0,0	10,4	42	№685-2004
чай - заварка		0,35	0,35						
сахар		10	10						
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте (мармелад)		15	15	15	0,0	0,0	9,5	38	
Фрукт в ассортименте				95	0,2	0,6	18,8	81	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 95 г)									
Хлеб пшеничный				10	0,2	0,1	4,4	19	
Хлеб ржаной				20	0,5	0,3	7,6	34	
ИТОГО:					44	46	213	1438	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:					42	47	203	1400	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):					40	45	193	1330	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):					44	49	213	1470	
3 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
ЗАВТРАК				355	7,1	7,3	46,8	287,8	
Каша рисовая жидкая				150	4,8	5,4	20,3	156	№311-2004

крупa рисовая	23	23						
молоко питьевое	143	143						
сахар	2	2						
соль йодированная	0,4	0,4						
масло сливочное	3	3						
Бутерброд с джемом или вареньем			15/10	1,2	0,2	15,3	68	№2-2004
батон или хлеб пшеничный	15	15						
джем или варенье промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	10,2	10						
Чай с молоком сгущенным			180	1,1	1,7	11,2	65	№493-2013, Пермь
чай - заварка	0,35	0,35						
молоко сгущенное с сахаром	20	20						
ВТОРОЙ ЗАВТРАК			100	0,2	0,0	16,9	69	
Отвар шиповника			100	0,2	0,0	16,9	69	№705-2004
шиповник	15	15						
сахар	3	3						
ОБЕД			515	13,6	17,8	69,3	491	
Салат картофельный с огурцами и зеленым горошком			40	0,7	3,1	3,6	45	№75-2013, Пермь
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 производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	22	22						
масса отварного картофеля		20						
огурцы свежие парниковые	10,2	10						
или огурцы свежие грунтовые	10,5	10						
или огурцы соленые без уксуса	18,2	10						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	12	8						
масло растительное	3	3						
или								
Салат из свежих помидоров			40	0,7	3,0	2,7	41	№22-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	39	38						
или помидоры свежие грунтовые	45	38						
масло растительное	3	3						
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной			150/10/5	3,7	3,9	4,7	69	№142-2013, Пермь
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						

капуста белокочанная свежая	38	30						
или капуста белокочанная свежая очищенная промышленного производства (порезанная на 4 части, с удаленной кочерыжкой)	30	30						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	24	18						
01.11.-31.12. -30%	26	18						
01.01-29.02 - 35%	28	18						
01.03 - 40%	30	18						
или картофель свежий очищенный цельный промышленного производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	18,4	18						
морковь до 01.01 - 20%	10	8						
с 01.01 - 25%	11	8						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	8	8						
лук репчатый	7	6						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	6,3	6						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	1,5	1,5						
масло растительное	3	3						
сметана	5	5						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Печень говяжья по - строгановски			50	5,8	8,3	1,6	104	№431-2004

печень говяжья	71	44						
масло растительное	2	2						
масса готовой печени		30						
мука пшеничная	1,4	1,4						
сметана	15	15						
вода питьевая	5	5						
ИЛИ исходя из пищевых пристрастий детей								
Бефстроганов			50	6,5	7,4	1,9	100	№423-2004
говядина 1 категории	67	49						
или говядина полуфабрикат	58	49						
или бефстроганов полуфабрикат промышленного производства	49	49						
лук репчатый	6	5						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	5,3	5						
масло растительное	2	2						
масса тушеного мяса с луком		30						
масса соуса		20						
мука пшеничная	1,4	1,4						
сметана	15	15						

вода питьевая	5	5						
Макаронные изделия отварные			110	1,9	2,1	27,6	137	№516-2004
макаронные изделия	39	39						
масло сливочное	2,5	2,5						
Компот из кураги			150	0,3	0,0	12,6	52	№638-2004
курага	12	12						
сахар	5	5						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			30	0,8	0,3	11,3	51	
ПОЛДНИК			200	7,2	9,3	27,7	223	
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	155	150	150	3,7	3,8	4,5	67	№698-2004
УЖИН			405	13,4	11,6	52,1	366	
Сырники из творога запечённые с молоком сгущенным			100/30	13,2	11,2	21,5	240	№321-2013, Пермь
творог	98	96						
крупа манная	12	12						
яйцо куриное	4	4						
сахар	2	2						
ванилин	0,01	0,01						
мука пшеничная	8	8						
сметана	4	4						
масло сливочное для смазки листа	2	2						
масса полуфабриката (2 шт. по 60 г)		120						
масса готовых сырников (2 шт. по 50 г)		100						

молоко сгущенное с сахаром	30	30						
ИЛИ на усмотрение ответственных за питание								
Сырники из творога из полуфабриката промышленного производства, запечённые с молоком сгущенным			100/30	13,2	11,2	21,5	240	№321-2013, Пермь
сырники из творога из полуфабриката промышленного производства 2 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)	120	120						
сметана	4	4						
масло сливочное для смазки листа	2	2						
масса готовых сырников (2 шт. по 50 г)		100						
молоко сгущенное с сахаром	30	30						
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,4	42	№685-2004
чай - заварка	0,35	0,35						
сахар	10	10						
Фрукт в ассортименте			95	0,1	0,4	20,2	85	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 95 г)								
ИТОГО:				41	46	213	1437	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:				42	47	203	1400	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):				40	45	193	1330	

НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				44	49	213	1470	
4 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК			360	11,8	13,6	30,3	290,8	
Суп молочный с макаронными изделиями			150	4,5	4,7	17,0	128	№165-2013, Пермь
молоко питьевое	105	105						
вода питьевая	45	45						
макаронные изделия	12	12						
соль йодированная	0,4	0,4						
сахар	1,2	1,2						
масло сливочное	1,5	1,5						
Бутерброд с маслом			15/5	1,6	3,5	7,4	68	№1-2004
батон или хлеб пшеничный	15	15						
масло сливочное	5	5						
Яйца вареные			40	5,1	4,6	0,3	63	№300-2013, Пермь
Чай с молоком сгущенным			150	0,6	0,8	5,6	32	№493-2013, Пермь
чай - заварка	0,35	0,35						

молоко сгущенное с сахаром	10	10						
ВТОРОЙ ЗАВТРАК			120	0,1	0,0	17,4	70	
Сок в ассортименте	120	120	120	0,1	0,0	17,4	70	№518-2013, Пермь
ОБЕД			570	17,4	18,5	67,1	504	
Салат из свеклы с сыром и чесноком			40	1,9	3,5	3,9	55	№56-2013, Пермь
свекла - до 01.01 -20%	48	38						
с 01.01 - 25%	51	38						
масса отварной свеклы		35						
или свекла вареная цельная промышленного производства	37	35						
чеснок	0,3	0,2						
сыр	5,2	5						
масло растительное	3	3						
Суп картофельный с рыбой			150/50	5,0	5,0	12,6	115	№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 минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	84	62						

или треска потрошенная обезглавленная (филе с кожей без костей)	81	61						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	90	68						
01.11.-31.12. -30%	97	68						
01.01-29.02 - 35%	105	68						
01.03 - 40%	114	68						
или картофель свежий очищенный цельный промышленного производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	69	68						
морковь до 01.01 - 20%	7,5	6						
с 01.01 - 25%	8,0	6						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	6	6						
лук репчатый	7	6						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	6,3	6						
масло сливочное	3	3						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Биточки рубленые из птицы, запеченные			60	7,5	6,6	8,8	125	№498-2004
филе куриное промышленного производства	42	40						
или филе из грудки индейки	42	40						
или грудка куриная промышленного производства (разделка на мякоть без кожи)	59	40						

хлеб пшеничный	12	12						
лук репчатый	8	7						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	7,4	7						
яйцо куриное	5	5						
вода питьевая	8	8						
сухари пшеничные	6	6						
масса полуфабриката		75						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
ИЛИ на усмотрение ответственных за питание								
Биточки рубленые из птицы, из полуфабриката промышленного производства, запеченные			60	7,5	6,6	8,8	125	№498-2004
биточки рубленые 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)	75	75						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
Рагу овощное			120	1,8	3,0	14,9	94	№541-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	27	20						
01.11.-31.12. -30%	29	20						

01.01-29.02 - 35%	31	20						
01.03 - 40%	33	20						
или картофель свежий очищенный цельный промышленного производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	20,4	20						
морковь до 01.01 - 20%	38	30						
с 01.01 - 25%	40	30						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	30	30						
лук репчатый	12	10						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	10,5	10						
капуста белокочанная свежая	68	54						
или капуста белокочанная свежая очищенная промышленного производства (порезанная на 4 части, с удаленной кочерыжкой)	54	54						
масло растительное	3,5	3,5						
соус томатный		35						№587-2004
вода питьевая	34	34						
масло сливочное	2,4	2,4						
мука пшеничная	1,6	1,6						
морковь до 01.01 - 20%	3,8	3						
с 01.01 - 25%	4,0	3						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	3	3						

лук репчатый	1,2	1						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	1,1	1						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	8	8						
сахар	0,4	0,4						
Компот из смеси сухофруктов			150	0,2	0,0	11,2	46	№508-2013, Пермь
сухофрукты	12	12						
сахар	5	5						
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Хлеб ржаной			30	0,8	0,3	11,3	51	
ПОЛДНИК			210	5,7	6,4	30,0	200	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте	30	30	30	0,5	0,6	21,5	93	
Молоко питьевое кипяченое	189	180	180	5,2	5,8	8,5	107	№260-2001, Пермь
УЖИН			425	8,9	10,5	54,3	348	
Плов из свинины			150	7,8	10,5	25,5	228	№443-2004
свинина мясная	53	45						
масло растительное	5	5						
масса тушенного мяса		30						
крупа рисовая	28	28						

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			150	8,3	10,1	25,5	226	№443-2004
говядина 1 категории	64	47						
или говядина полуфабрикат	55	47						
масло растительное	5	5						
масса тушенного мяса		30						
крупа рисовая	28	28						
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	0,35	0,35						
сахар	8	8						
лимон	6	5						
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Хлеб ржаной			10	0,2	0,1	3,8	17	
Фрукт в ассортименте			95	0,1	0,2	12,3	51	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 95 г)								
ИТОГО:				44	49	199	1413	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:				42	47	203	1400	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):				40	45	193	1330	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				44	49	213	1470	
5 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК			355	7,4	6,9	45,2	272,6	
Каша гречневая жидкая			150	4,1	4,4	16,6	123	№54-20к- 2020, Новосибирск
крупа гречневая	20	20						
вода питьевая	50	50						

молоко питьевое	100	100						
сахар	2	2						
соль йодированная	0,4	0,4						
масло сливочное	3	3						
Бутерброд с джемом или вареньем			15/10	1,2	0,2	15,3	68	№2-2004
батон или хлеб пшеничный	15	15						
джем или варенье промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	10,2	10						
Кофейный напиток			180	2,1	2,3	13,3	82	№501-2013, Пермь
кофейный напиток	3,5	3,5						
сахар	8	8						
молоко питьевое	75	75						
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				0,1	0,2	17,2	71	
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,2	17,2	71	№458-2006, Москва
ОБЕД			535	17,2	14,6	74,8	499	
Овощи натуральные			40	0,6	0,1	2,0	11	№106-2013, Пермь
огурцы свежие парниковые	41	40						
или огурцы свежие грунтовые	42	40						
ИЛИ								

Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	73	40	40	0,5	0,1	1,7	9	№101-2004
Борщ с капустой и картофелем с мясом со сметаной			150/10/5	3,5	4,6	10,4	97	№110-2004
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
свекла - до 01.01 -20%	30	24						
с 01.01 - 25%	32	24						
капуста белокочанная свежая	15	12						
или капуста белокочанная свежая очищенная промышленного производства (порезанная на 4 части, с удаленной кочерыжкой)	12	12						
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						
или картофель свежий очищенный цельный промышленного производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	12,2	12						
морковь до 01.01 - 20%	10	8						
с 01.01 - 25%	11	8						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	8	8						
лук репчатый	7	6						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	6,3	6						

томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	4	4						
масло сливочное	3	3						
сахар	0,3	0,3						
сметана	5	5						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Рыба запечённая			60	8,9	5,5	5,8	108	р.377-2004
горбуша (кета) потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	103	72						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	90	67						
или горбуша (кета) неразделанная (филе с кожей без костей)	124	72						
сухари пшеничные	6	6						
масло растительное	1,5	1,5						
ИЛИ								
Шницель рыбный натуральный			60	6,2	4,6	7,5	96	№391-2004
горбуша (кета) потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	93	62						
или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	113	62						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	84	62						
лук репчатый	5	4						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	4,2	4						

яйцо куриное	8	8						
сухари пшеничные	6	6						
масса полуфабриката		75						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
ИЛИ на усмотрение ответственных за питание								
Шницель рыбный натуральный из полуфабриката промышленного производства, запеченная			60	6,2	4,6	7,5	96	№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)	75	75						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
Пюре картофельное			120	2,6	3,5	18,8	117	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	136	102						
01.11.-31.12. -30%	146	102						
01.01-29.02 - 35%	157	102						
01.03 - 40%	170	102						
или картофель свежий очищенный цельный промышленного производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	104	102						
молоко питьевое	19	19						
масло сливочное	3	3						

Сок в ассортименте	150	150	150	0,4	0,4	17,7	76	№518-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			30	0,8	0,3	11,3	51	
ПОЛДНИК			200	8,0	8,2	26,8	213	
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	155	150	150	3,7	3,5	5,0	66	№698-2004
УЖИН			400	9,6	14,6	43,7	345	
Салат из капусты белокочанной			40	0,6	3,0	2,8	41	№1-2013, Пермь
капуста белокочанная свежая	63	51						
или капуста белокочанная свежая очищенная промышленного производства (порезанная на 4 части, с удаленной кочерыжкой)	51	51						
масса капусты, стертой с солью		32						
морковь до 01.01 - 20%	5	4						
с 01.01 - 25%	5,3	4						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	4	4						
лук репчатый (бланшированный)	4,8	4						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	4,2	4						
или лук зеленый	5	4						
(в свежем виде лук репчатый, морковь и капусту старого урожая использовать до 1 марта, после 1 марта овощи нового урожая или другой салат)								
лимон (для сока)	5	2						
сахар	0,4	0,4						

масло растительное	3	3						
или								
Салат из огурцов с маслом			40	0,4	3,0	1,3	34	№14/1-2011г, Екатеринбург
огурцы свежие парниковые	40	39						
или огурцы свежие грунтовые	41	39						
масло растительное	3	3						
Тефтели из свинины			60	6,7	9,1	7,2	138	№461-2004 (1 вариант)
свинина мясная	47	40						
хлеб пшеничный	7	7						
яйцо куриное	3	3						
вода питьевая	10	10						
масло растительное	2	2						
лук репчатый	24	20						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	21	20						
масса прогретого с маслом лука		10						
мука пшеничная	5	5						
масса полуфабриката		75						
масса готовых тефтелей		60						

масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
или								
Тефтели из говядины			60	7,2	8,7	7,2	136	№461-2004 (1 вариант)
или говядина 1 категории	54	40						
или говядина полуфабрикат	47	40						
или фарш из говядины промышленного производства (только немеханической обвалки изготовленный из охлажденного мяса продуктивных животных)	40	40						
хлеб пшеничный	7	7						
яйцо куриное	3	3						
вода питьевая	10	10						
масло растительное	2	2						
лук репчатый	24	20						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	21	20						
масса прогретого с маслом лука		10						
мука пшеничная	5	5						
масса полуфабриката		75						
масса готовых тефтелей		60						

масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
ИЛИ на усмотрение ответственных за питание								
Тефтели мясные из полуфабриката промышленного производства, запеченные			60	6,7	9,1	7,2	138	№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)	75	75						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
Овощи тушеные в соусе			120	1,8	2,3	14,5	86	№18/3-2011, Екатеринбург
горошек зелёный консервированный	39	25						
или горох быстрозамороженный промышленного производства	29	25						
морковь до 01.01 - 20%	63	50						
с 01.01 - 25%	67	50						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	50	50						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	67	50						
01.11.-31.12. -30%	72	50						
01.01-29.02 - 35%	77	50						
01.03 - 40%	84	50						

или картофель свежий очищенный цельный промышленного производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	51	50						
лук репчатый	24	20						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	21	20						
масло растительное	2	2						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	8	8						
мука пшеничная	1,2	1,2						
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,4	42	№685-2004
чай - заварка	0,35	0,35						
сахар	10	10						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
ИТОГО:				42	45	208	1401	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:				42,0	47	203	1400	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):				40	45	193	1330	При 11-12 часовом пребывании детей
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				44	49	213	1470	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА 1 НЕДЕЛЮ				42,4	47	206	1417	
6 день								

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК			360	8,1	9,6	38,2	271,6	
Каша пшеничная жидкая			150	4,7	4,5	17,9	131	№311-2004
крупa пшеничная	20	20						
молоко питьевое	140	140						
сахар	2	2						
соль йодированная	0,4	0,4						
масло сливочное	3	3						
Бутерброд с маслом с сыром			30	3,3	5,1	9,9	99	№1,3-2004
батон или хлеб пшеничный	20	20						
масло сливочное	5	5						
сыр	6	5						
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,4	42	№685-2004
чай - заварка	0,35	0,35						
сахар	10	10						

ВТОРОЙ ЗАВТРАК				0,1	0,0	17,4	70	
Сок в ассортименте	120	120	120	0,1	0,0	17,4	70	№518-2013, Пермь
ОБЕД			525	15,8	16,5	66,6	478	
Салат "Степной" из разных овощей			40	0,7	3,0	3,0	42	№25-2004
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 производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	15,3	15						
масса отварного картофеля		12						
морковь до 01.01 - 20%	19	15						
с 01.01 - 25%	20	15						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	15	15						
масса отварной моркови		13						
огурцы консервированные без уксуса	13	7						
или огурцы свежие парниковые	7,1	7						

или огурцы свежие грунтовые	7,4	7						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	8	5						
масло растительное	3	3						
или								
Салат из огурцов с маслом			40	0,4	3,0	1,3	34	№14/1-2011г, Екатеринбург
огурцы свежие парниковые	40	39						
или огурцы свежие грунтовые	41	39						
масло растительное	3	3						
Суп картофельный с мясными фрикадельками			150/15	3,7	3,3	11,8	92	№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%	80	60						
01.11.-31.12. -30%	86	60						
01.01-29.02 - 35%	92	60						
01.03 - 40%	100	60						
или картофель свежий очищенный цельный промышленного производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	61	60						
морковь до 01.01 - 20%	7,5	6						
с 01.01 - 25%	8,0	6						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	6	6						
лук репчатый	7	6						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	6,3	6						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	1,8	1,8						
масло сливочное	3	3						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Котлета домашняя (говядина и свинина), запеченная			60	7,8	7,7	7,1	129	№450-2004

свинина мясная	27	23						
говядина 1 категории	31	23						
или говядина полуфабрикат	27	23						
или фарш из говядины промышленного производства (только немеханической обвалки изготовленный из охлажденного мяса продуктивных животных)	46	46						
хлеб пшеничный	11	11						
вода питьевая	7	7						
чеснок	0,5	0,4						
лук репчатый	6	5						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	5,3	5						
яйцо куриное	2	2						
сухари пшеничные	6	6						
масса полуфабриката		75						
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				60	7,8	7,7	7,1	129
								№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)	75	75						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
Рис припущенный			110	2,3	2,0	18,6	102	№512-2004
крупa рисовая	38	38						
вода питьевая	81	81						
масло сливочное	3	3						
Компот из плодов или ягод свежих или замороженных			150	0,3	0,1	10,4	44	№486-2021, Пермь
яблоки свежие	28,5	25						
или вишня быстрозамороженная (без косточки)	25,5	25						
или клубника или смородина черная быстрозамороженные	25,5	25						
сахар	8	8						
ИЛИ								
Компот из ягодно - фруктовой смеси			150	0,2	0,1	11,2	46	№634-2004
ягодно - фруктовая смесь быстрозамороженная	25,2	25						
лимонная кислота	0,17	0,17						

сахар	8	8						
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Хлеб ржаной			30	0,8	0,3	11,3	51	
ПОЛДНИК			200	7,0	7,4	31,5	221	
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	155	150	150	3,7	3,5	5,0	66	№698-2004

УЖИН			425	12,1	11,6	50,0	353	
Запеканка "Царская" из творога с джемом или вареньем			150	10,9	9,8	26,0	236	№10/5-2011, Екатеринбург
творог	107	104						
крупа манная	4	4						
яйцо куриное	18	18						
сахар	3	3						
крошка:		22						
сахар	4	4						
мука пшеничная	9	9						
масло сливочное	9	9						
масло сливочное для смазки листа	2	2						
масса готовой запеканки		130						
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	0,35	0,35						
молоко сгущенное с сахаром	20	20						

Фрукт в ассортименте			95	0,1	0,1	12,8	53	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 95 г)								
ИТОГО:				43	45	204	1393	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:				42	47	203	1400	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):				40	45	193	1330	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				44	49	213	1470	
7 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК			350	8,1	12,0	37,2	289,2	
Каша пшенная жидкая			150	3,9	4,8	15,2	120	№311-2004
крупa пшено	18	18						
молоко питьевое	85	85						
вода питьевая	55	55						
сахар	2	2						
соль йодированная	0,4	0,4						

масло сливочное	3	3						
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте	20	20	20	1,6	4,9	10,2	91	
Какао с молоком			180	2,6	2,3	11,8	78	№693-2004
какао - порошок	2,5	2,5						
молоко питьевое	90	90						
сахар	6	6						
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				0,1	0,0	17,4	70	
Сок в ассортименте	120	120	120	0,1	0,0	17,4	70	№518-2013, Пермь
ОБЕД			535	19,1	16,3	62,3	472	
Салат картофельный с кукурузой и морковью ("Мозаика")			40	0,8	3,0	5,0	50	№73-2013, Пермь
кукуруза консервированная (после термической обработки)	12	7						
огурцы свежие грунтовые	14,7	14						
или огурцы свежие парниковые	14,3	14						
или огурцы соленые без уксуса	25,5	14						
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						
или картофель свежий очищенный цельный промышленного производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	12,2	12						
масса отварного картофеля		10						
морковь до 01.01 - 20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	10	10						
масса отварной моркови		8						
масло растительное	3	3						
ИЛИ								
Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами			40	0,9	3,3	1,5	39	№54-6з-2020, Новосибирск
капуста белокочанная свежая	40	32						
или капуста белокочанная свежая очищенная промышленного производства (порезанная на 4 части, с удаленной кочерыжкой)	32	32						
масса капусты, стертой с солью		20						
(в свежем виде капусту старого урожая использовать до 1 марта, после 1 марта свежего урожая или другой салат из вареных овощей)								
помидоры свежие парниковые	8,2	8						
или помидоры свежие грунтовые	9,4	8						

огурцы свежие парниковые	8,2	8						
или огурцы свежие грунтовые	8,4	8						
яйцо куриное	4	4						
масло растительное	3	3						
ИЛИ								
Салат из свежих помидоров и огурцов			40	0,4	3,0	1,9	36	№20-2004
помидоры свежие парниковые	17,3	17						
или помидоры свежие грунтовые	20	17						
огурцы свежие парниковые	20,4	20						
или огурцы свежие грунтовые	21	20						
масло растительное на полив при подаче	3	3						
Свекольник с мясом, со сметаной			150/10/5	3,8	4,0	11,5	97	№131-2013, Пермь
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
свекла - до 01.01 -20%	50	40						
с 01.01 - 25%	53	40						
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 производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	26	25						
морковь до 01.01 - 20%	7,5	6						
с 01.01 - 25%	8,0	6						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	6	6						
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	3	3						
сахар	0,3	0,3						
сметана	5	5						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Биточки печеночные			60	9,8	4,8	5,9	106	№35/8-2011, Екатеринбург
печень говяжья	102	84						
масса отварной, протертой печени		56						
яйцо куриное	8	8						
лук репчатый	13	11						

или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	11,6	11						
масло растительное	2	2						
масса прогретого с маслом лука		8						
сухари пшеничные	6	6						
масса полуфабриката		75						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
ИЛИ на усмотрение ответственных за питание								
Биточки печеночные из полуфабриката промышленного производства			60	9,8	4,8	5,9	106	№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)	75	75						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
ИЛИ исходя из пищевых пристрастий детей								
Биточки говядины			60	7,6	6,5	6,7	116	№451-2004
говядина 1 категории	63	46						
или говядина полуфабрикат	54	46						
или фарш из говядины промышленного производства (только немеханической обвалки изготовленный из охлажденного мяса продуктивных животных)	46	46						

хлеб пшеничный	11	11						
вода питьевая	5	5						
лук репчатый	6,0	5						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	5,3	5						
яйцо куриное	5	5						
сухари пшеничные	6	6						
масса полуфабриката		75						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
ИЛИ на усмотрение ответственных за питание								
Биточки мясные из полуфабриката промышленного производства			60	7,1	6,9	6,7	117	№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)	75	75						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
Каша гречневая вязкая			120	3,6	3,7	15,9	111	№510-2004
крупа гречневая	30	30						
вода питьевая	96	96						

масло сливочное	4	4						
Компот из смеси сухофруктов			150	0,2	0,0	11,2	46	№508-2013, Пермь
сухофрукты	12	12						
сахар	5	5						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,5	34	
ПОЛДНИК			210	6,9	7,6	31,1	220	
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 хлебопекарные	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	155	150	150	4,7	4,8	9,1	98	№698-2004
УЖИН			400	10,0	11,4	50,8	346	
Овощи натуральные			40	0,6	0,1	2,0	11	№106-2013, Пермь
огурцы свежие парниковые	41	40						
или огурцы свежие грунтовые	42	40						
ИЛИ								
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	73	40	40	0,5	0,1	1,7	9	№101-2004
Шницель рыбный натуральный			60	6,2	4,6	7,5	96	№391-2004
горбуша (кета) потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	93	62						
или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	113	62						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	84	62						

лук репчатый	5	4						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	4,2	4						
яйцо куриное	8	8						
сухари пшеничные	6	6						
масса полуфабриката		75						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
ИЛИ на усмотрение ответственных за питание								
Шницель рыбный натуральный из полуфабриката промышленного производства, запеченная			60	6,2	4,6	7,5	96	№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)	75	75						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
Картофель тушеный			120	2,2	6,2	14,6	123	№216-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	142	107						
01.11.-31.12. -30%	153	107						
01.01-29.02 - 35%	165	107						
01.03 - 40%	179	107						
или картофель свежий очищенный цельный промышленного производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	109	107						

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						
лук репчатый	14	12						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	12,6	12						
<u>масло растительное</u>	6	6						
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,4	42	№685-2004
чай - заварка	0,35	0,35						
сахар	10	10						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,5	34	
ИТОГО:				44	47	199	1397	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:				42	47	203	1400	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):				40	45	193	1330	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				44	49	213	1470	
8 день								
Наименование блюда	Брутто г	Нетто г	Химический состав				Номер	

наименование блюда	брутто, г	нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	рецептуры
ЗАВТРАК			355	8,0	11,0	38,6	285,7	
Суп молочный с крупой			150	4,1	5,1	14,1	119	№164-2013, Пермь
молоко питьевое	145	145						
крупa: манная, или кукурузная, или хлопья овсяные "Геркулес"	9	9						
или ячневая или гречневая, перловая, пшено	12	12						
сахар	1,2	1,2						
соль йодированная	0,4	0,4						
масло сливочное	1,5	1,5						
Бутерброд с маслом			15/5	1,6	3,5	7,4	68	№1-2004
батон или хлеб пшеничный	15	15						
масло сливочное	5	5						
Кофейный напиток			180	2,1	2,3	13,3	82	№501-2013, Пермь
кофейный напиток	3,5	3,5						
сахар	8	8						
молоко питьевое	75	75						
Хлеб ржаной			10	0,2	0,1	3,8	17	

ВТОРОЙ ЗАВТРАК			100	0,2	0,0	16,9	69	
Отвар шиповника			100	0,2	0,0	16,9	69	№705-2004
шиповник	15	15						
сахар	3	3						
ОБЕД			525	16,6	18,8	67,9	507	
Салат из свежих помидоров			40	0,7	3,0	2,7	41	№22-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	39	38						
или помидоры свежие грунтовые	45	38						
масло растительное	3	3						
ИЛИ								
Свекла отварная с маслом растительным			40	0,6	3,2	2,5	41	№56-2006, Москва
свекла - до 01.01 -20%	51	41						
с 01.01 - 25%	55	41						
масса отварной свеклы		38						
или свекла вареная цельная промышленного производства	40	38						
масло растительное	3	3						
Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной			150/10/5	4,1	4,3	8,6	90	№129-1996
говядина 1 категории	22	16						

или говядина полуфабрикат	19	16						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	60	45						
01.11.-31.12. -30%	64	45						
01.01-29.02 - 35%	69	45						
01.03 - 40%	75	45						
или картофель свежий очищенный цельный промышленного производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	46	45						
крупа перловая	3	3						
морковь до 01.01 - 20%	7,5	6						
с 01.01 - 25%	8,0	6						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	6	6						
лук репчатый	3,6	3						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	3,2	3						
огурцы консервированные без уксуса	16	9						
масло сливочное	3	3						
сметана	5	5						
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Рыбные палочки, запеченные			50	7,9	7,1	7,5	126	№304-2021, Пермь
горбуша или кета потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	60	40						

или горбуша или кета неразделанная (филе без кожи и костей)	73	40						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	54	40						
или хек потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	54	40						
или треска потрошенная обезглавленная (филе с кожей без костей)	53	40						
морковь до 01.01 - 20%	18	14						
с 01.01 - 25%	19	14						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	14	14						
лук репчатый	12	10						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	11	10						
масло растительное	1	1						
масса припущенных с маслом овощей		12						
яйцо куриное	4	4						
сухари пшеничные	6	6						
масса полуфабриката		60						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
ИЛИ на усмотрение ответственных за питание								
Рыбные палочки из полуфабриката промышленного производства, запеченный		50	7,9	7,1	7,5	126	№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)	60	60						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
Пюре картофельное			120	2,6	3,5	18,8	117	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	136	102						
01.11.-31.12. -30%	146	102						
01.01-29.02 - 35%	157	102						
01.03 - 40%	170	102						
или картофель свежий очищенный цельный промышленного производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	104	102						
молоко питьевое	19	19						
масло сливочное	3	3						
Компот из плодов или ягод свежих или замороженных			150	0,3	0,1	10,4	44	№486-2021, Пермь
яблоки свежие	28,5	25						
или вишня быстрозамороженная (без косточки)	25,5	25						
или клубника или смородина черная быстрозамороженные	25,5	25						
сахар	8	8						
ИЛИ								

Компот из ягодно - фруктовой смеси			150	0,2	0,1	11,2	46	№634-2004
ягодно - фруктовая смесь быстрозамороженная	25,2	25						
лимонная кислота	0,17	0,17						
сахар	8	8						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	51	
ПОЛДНИК			210	6,2	8,9	24,1	201	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте	30	30	30	2,1	4,4	17,8	119	
Молоко питьевое кипяченое	189	180	180	4,1	4,5	6,3	82	№260-2001, Пермь
УЖИН			465	12,1	10,6	55,9	367	
Горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	62	40	40	1,9	0,1	3,1	21	№101-2004
или горох быстрозамороженный промышленного производства, припущенный	46	40						№156-2021, Пермь
Плов из птицы			150	8,7	8,5	25,5	213	№406-2013, Пермь
курица потрошенная 1 категории (разделка мякоть без кожи)	118	79						
или грудка куриная промышленного производства (разделка на мякоть без кожи)	62	42						
или филе куриное промышленного производства	44	42						
масса отварной птицы (мякоть)		30						

крупa рисовая	28	28						
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	5	5						
Чай с молоком сгущенным			180	1,1	1,7	11,2	65	№493-2013, Пермь
чай - заварка	0,35	0,35						
молоко сгущенное с сахаром	20	20						
Фрукт в ассортименте			95	0,1	0,2	12,3	51	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 95 г)								
Хлеб ржаной			10	0,3	0,1	3,8	17	
ИТОГО:				43	49	203	1430	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:				42	47	203	1400	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):				40	45	193	1330	

НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				44	49	213	1470	
9 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК			360	14,5	13,1	30,0	295,9	
Омлет натуральный с подгарнировкой			150	8,9	8,7	7,8	145	№340-2004
яйцо куриное	60	60						
молоко питьевое	23	23						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
масса готового омлета		80						
Овощи на подгарнировку		70						
кукуруза консервированная (после термической обработки)	117	70						№101-2004
ИЛИ кукуруза быстрозамороженная, припущенная	80	70						№156-2021, Пермь
Бутерброд с сыром			20/10	4,2	2,6	7,2	69	№3-2004
батон или хлеб пшеничный	20	20						
сыр	10,5	10						
Чай с молоком сгущенным			180	1,1	1,7	11,2	65	№493-2013, Пермь
чай - заварка	0,35	0,35						

молоко сгущенное с сахаром	20	20						
Хлеб ржаной			10	0,3	0,1	3,8	17	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				0,1	0,0	17,4	70	
Сок в ассортименте	120	120	120	0,1	0,0	17,4	70	№518-2013, Пермь
ОБЕД			530	15,8	19,5	68,4	512	
Салат из капусты белокочанной с морковью			40	0,6	3,0	3,8	45	№4-2013, Пермь
капуста белокочанная свежая	69	55						
или капуста белокочанная свежая очищенная промышленного производства (порезанная на 4 части, с удаленной кочерыжкой)	55	55						
масса капусты, стертой с солью		35						
лимон (для сока)	5	2						
сахар	0,4	0,4						
морковь до 01.01 - 20%	6,3	5						
с 01.01 - 25%	7	5						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	5	5						
(в свежем виде морковь и капусту старого урожая использовать до 1 марта, после 1 марта свежего урожая или другой салат из вареных овощей)								
масло растительное	3	3						
ИЛИ								
Винегрет овощной			40	0,5	3,0	4,2	46	№71-2004

картофель - 01.09.-31.10.- 25%	13	10						
01.11.-31.12. -30%	14	10						
01.01-29.02 - 35%	15	10						
01.03 - 40%	17	10						
или картофель свежий очищенный цельный промышленного производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	10,2	10						
масса отварного картофеля		8						
свекла - до 01.01 -20%	15	12						
с 01.01 - 25%	16	12						
масса отварной свеклы		10						
или свекла вареная цельная промышленного производства	11	10						
морковь до 01.01 - 20%	15	12						
с 01.01 - 25%	16	12						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	12	12						
масса отварной моркови		10						
огурцы соленые без уксуса	11	6						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	6	4						
масло растительное	3	3						
Суп-лапша домашняя, с курицей			150/10	3,5	3,7	12,9	99	№148-2004

курица потрошенная 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		12						№549-2004
мука пшеничная	11	11						
мука пшеничная на подпыл	0,7	0,7						
яйцо куриное	3	3						
вода питьевая	2,1	2,1						
соль йодированная	0,3	0,3						
или лапша промышленного производства	12	12						
морковь до 01.01 - 20%	7,5	6						
с 01.01 - 25%	8,0	6						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	6	6						
лук репчатый	7	6						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	6,3	6						
масло сливочное	3	3						
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Шницель из мяса (свинина мясная и говядина)			60	7,1	6,9	6,7	117	№451-2004

свинина мясная	21	18						
говядина 1 категории	38	28						
или говядина полуфабрикат	33	28						
или фарш из говядины промышленного производства (только немеханической обвалки изготовленный из охлажденного мяса продуктивных животных)	46	46						
хлеб пшеничный	11	11						
вода питьевая	5	5						
лук репчатый	6,0	5						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	5,3	5						
яйцо куриное	5	5						
сухари пшеничные	6	6						
масса полуфабриката		75						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
ИЛИ на усмотрение ответственных за питание								
Шницель из мяса из полуфабриката промышленного производства			60	7,1	6,9	6,7	117	№451-2004
шницель из мяса (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)	75	75						

масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
Овощи, припущенные в сметане			120	3,2	5,3	12,3	110	№210-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	60	45						
01.11.-31.12. -30%	64	45						
01.01-29.02 - 35%	69	45						
01.03 - 40%	75	45						
или картофель свежий очищенный цельный промышленного производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	45,9	45						
морковь до 01.01 - 20%	56	45						
с 01.01 - 25%	60	45						
или морковь быстрозамороженная (кубик)	51	45						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	45	45						
горошек зелёный консервированный	31	20						
или горох быстрозамороженный промышленного производства	23	20						
капуста белокочанная свежая	56	45						
или капуста белокочанная свежая очищенная промышленного производства (порезанная на 4 части, с удаленной кочерыжкой)	45	45						
сметана	15	15						
масло сливочное	4	4						
Компот из кураги			150	0,3	0,0	12,6	52	№638-2004

курага	12	12						
сахар	5	5						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	51	
ПОЛДНИК			200	5,2	7,4	33,5	221	
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	155	150	150	3,7	3,5	5,0	66	№698-2004
УЖИН			400	8,6	9,4	56,9	347	
Салат из моркови с сыром			40	1,0	3,6	3,3	50	№89-1997
морковь до 01.01 - 20%	46	37						
с 01.01 - 25%	49	37						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	37	37						
масса отварной моркови		35						
сыр	6	5						
чеснок	0,3	0,2						
масло растительное	3	3						
или								
Салат "Любительский" с сыром			40	2,4	3,6	2,2	51	№4-2006, Екатеринбург
морковь до 01.01 - 20%	16	13						
с 01.01 - 25%	17	13						

или морковь свежая, очищенная промышленного производства	13	13						
масса отварной моркови		10						
кукуруза консервированная (после термической обработки)	20	12						
огурцы консервированные без уксуса	22	12						
или огурцы свежие парниковые	12,2	12						
или огурцы свежие грунтовые	12,6	12						
сыр	6	5						
масло растительное на полив при подаче	3	3						
Запеканка картофельная с мясным фаршем (говядина)			170	7,1	5,6	35,0	219	№334-2021, Пермь
говядина 1 категории	82	60						
или говядина полуфабрикат	71	60						
или фарш из говядины промышленного производства (только немеханической обвалки изготовленный из охлажденного мяса продуктивных животных)	60	60						
лук репчатый	8	7						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	7,4	7						
масло растительное	1,5	1,5						
масса готового мясного фарша с луком		35						
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 производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	173	170						
масло сливочное	5	5						
яйцо куриное	10	10						
сметана для смазки изделия	5	5						
сухари пшеничные	4	4						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
Чай со смородиной и сахаром			180/10	0,2	0,0	9,3	38	№54-6гн-2020, 2021, Новосибирск
чай - заварка	0,35	0,35						
смородина черная или красная смородина быстрозамороженные	10,7	10						
сахар	8	8						
ИЛИ								
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,4	42	№685-2004
чай - заварка	0,35	0,35						

сахар	10	10						
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Хлеб ржаной			10	0,2	0,1	3,8	17	
ИТОГО:				44	49	206	1446	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:				42	47	203	1400	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):				40	45	193	1330	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				44	49	213	1470	
10 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК			350	6,4	9,5	40,9	274,6	
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая			150	4,5	5,9	20,8	154	№311-2004
хлопья овсяные "Геркулес"	18	18						
молоко питьевое	83	83						
вода питьевая	55	55						
сахар	2	2						

соль йодированная	0,4	0,4						
масло сливочное	3	3						
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 лимоном			180	0,1	0,0	8,3	34	№686-2004
чай - заварка	0,35	0,35						
сахар	8	8						
лимон	6	5						
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				0,1	0,0	17,4	70	
Сок в ассортименте	120	120	120	0,1	0,0	17,4	70	№518-2013, Пермь
ОБЕД			550	16,0	14,0	73,7	484	
Овощи натуральные			40	0,6	0,1	2,0	11	№106-2013, Пермь
огурцы свежие парниковые	41	40						
или огурцы свежие грунтовые	42	40						

или								
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	73	40	40	0,5	0,1	1,7	9	№101-2004
Уха рыбацкая			150/30	4,4	3,6	12,6	100	№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%	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 производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	73	72						
лук репчатый	12	10						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	11	10						
масло растительное	3	3						
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Котлета "Нежная" из говядины и птицы, запеченные			60	7,3	6,9	8,8	127	№373-2021, Пермь

филе куриное промышленного производства	32	30						
или филе индейки	32	30						
или грудка куриная промышленного производства (разделка на мякоть без кожи)	44	30						
говядина 1 категории	14	10						
или говядина полуфабрикат	12	10						
или фарш из говядины промышленного производства (только немеханической обвалки изготовленный из охлажденного мяса продуктивных животных)	10	10						
хлеб пшеничный	12	12						
лук репчатый	8	7						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	7,4	7						
яйцо куриное	5	5						
вода питьевая	8	8						
сухари пшеничные	6	6						
масса полуфабриката		75						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
ИЛИ на усмотрение ответственных за питание								
Котлета из говядины и птицы, из полуфабриката промышленного производства, запеченные			60	7,3	6,9	8,8	127	№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)	75	75						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
Макароны отварные с овощами			120	2,4	2,8	18,3	108	№294-2013, Пермь
макаронные изделия	28	28						
масса отварных макарон		80						
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	4	4						
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			150	0,2	0,1	12,2	51	№505-2013, Пермь
брусника или клюква быстрозамороженные	22,2	20						

сахар	8	8						
крахмал	5	5						
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			150	0,0	0,0	13,8	55	№504-2021, Пермь
концентрат киселя с витаминами	18	18						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			30	0,8	0,3	11,3	51	
ПОЛДНИК			240	7,2	8,3	29,2	220	
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 хлебопекарные	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	3,8	22,9	138	
Молоко питьевое кипяченое	189	180	180	4,1	4,5	6,3	82	№260-2001, Пермь
УЖИН			405	14,5	13,0	48,1	367	
Запеканка из творога с джемом			130	13,3	11,2	24,1	250	№313-2013, Пермь
творог	92	91						
мука пшеничная	7	7						
или крупа манная	6	6						
вода питьевая для каши	23	23						
яйцо куриное	7	7						

сахар	3	3						
ванилин	0,01	0,01						
сметана	4	4						
сухари пшеничные	4	4						
масло сливочное для смазки листа	3	3						
масса готовой запеканки		115						
джем промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	15,2	15						
или								
Запеканка из творога с яблоками с джемом			130	11,3	10,3	23,8	233	№54-4т- 2020,2021 Новосибирск
творог	79	78						
яблоки свежие, очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом	39	27						
яйцо куриное	11	11						
сахар	3	3						
сметана	4	4						
масло сливочное	4	4						
крупа манная	4	4						
ванилин	0,01	0,01						
сухари пшеничные	4	4						

масло сливочное для смазки листа	3	3						
масса готовой запеканки		115						
джем промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	15,2	15						
или								
Запеканка творожная с ягодами с джемом			130	11,6	10,6	23,2	235	№291-2021, Пермь
творог	85	84						
яйцо куриное	3	3						
сахар	3	3						
мука пшеничная	9	9						
вишня быстрозамороженная (без косточки)	30	29						
сахар	2	2						
крахмал	2	2						
масса ягодной смеси с сахаром и крахмалом		33						
сметана	4	4						
сухари пшеничные	4	4						
масло сливочное для смазки листа	3	3						
масса готовой запеканки		115						

джем промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	15,2	15						
Чай с молоком сгущенным			180	1,1	1,7	11,2	65	№493-2013, Пермь
чай - заварка	0,35	0,35						
молоко сгущенное с сахаром	20	20						
Фрукт в ассортименте			95	0,1	0,1	12,8	53	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 95 г)								
ИТОГО:				44	45	209	1416	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:				42,0	47	203	1400	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):				40	45	193	1330	При 11-12 часовом пребывании детей
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				44	49	213	1470	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА 2 НЕДЕЛЮ				43,7	47	204	1417	

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