

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			535	16,3	19,3	62,2	487	
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, БЕЗ СМЕТАНЫ			150/15	4,2	4,4	7,1	85	№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						

<i>масло растительное</i>	3	3						
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 с маслом растительным			120	3,3	4,5	15,9	117	№510-2004
крупка гречневая	30	30						
вода питьевая	96	96						
<u>масло растительное</u>	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	6,5	8,8	28,9	221	
Булочка с джемом (на воде и масле растительном)			50	2,1	5,6	24,8	158	№572-2013, Пермь
мука пшеничная	29	29						
<u>вода питьевая</u>	12	12						

сахар	6	6						
<u>масло растительное</u>	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						
Молоко растительное	150	150	150	4,4	3,2	4,1	63	№515-2013, Пермь
УЖИН			425	9,5	14,2	47,1	355	
Шницель из птицы, запеченный			60	7,1	9,6	8,4	148	№54-24м-2020, Новосибирск
филе куриное промышленного производства	52	49						
или филе из грудки 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	1,9	4,0	6,3	69	
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 растительное	3	3						
масса припущенного картофеля		40						
Кукуруза консервированная (после термической обработки)	67	40						№101-2004
ИЛИ								
Кукуруза быстрозамороженная, припущенная	46	40						№156-2021, Перьмь
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, Перьмь
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	49	202	1409	
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			350	8,9	9,8	38,8	279	
Каша ячневая жидкая <u>на воде</u>			150	2,5	4,3	18,9	124	№311-2004
крупa ячневая	20	20						
<u>вода питьевая</u>	140	140						
сахар	2	2						

соль йодированная	0,4	0,4						
<u>масло растительное</u>	4	4						
Мучное изделие без содержания молочных продуктов промышленного производства в ассортименте			20	4,1	3,3	8,0	78	
Кофейный напиток <u>на молоке растительном</u>			180	2,3	2,2	11,9	77	№501-2013, Пермь
кофейный напиток	3,5	3,5						
сахар	8	8						
<u>молоко растительное</u>	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	15,8	16,6	69,9	492	
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	2,7	3,1	14,8	98	№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						
<u>масло растительное</u>	3	3						
гренки из пшеничного хлеба		15						№170-2013, Пермь
хлеб пшеничный	29	24						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Жаркое по - домашнему (на масле растительном)			150	10,0	9,7	18,5	201	№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 растительное	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	7,1	9,5	24,2	211	
Кондитерское изделие промышленного производства без содержания молочных продуктов (пряники, печенье и т.д.)	30	30	30	2,1	5,0	13,4	107	
Молоко растительное	180	180	180	5,0	4,5	10,8	104	№515-2013, Пермь
УЖИН			410	12,0	10,8	55,2	365	
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 без содержания молочных продуктов	15	15	15	1,1	1,1	5,5	36	
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	47	206	1417	
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	6,7	7,3	51,7	299	
Каша рисовая жидкая <u>на воде</u>			150	2,9	4,4	18,5	125	№311-2004
крупа рисовая	23	23						

<u>вода питьевая</u>	143	143						
сахар	2	2						
соль йодированная	0,4	0,4						
<u>масло растительное</u>	4	4						
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 на <u>молоке растительном</u>			180	2,6	2,7	17,9	106	№495-2013, Пермь
чай - заварка	0,35	0,35						
<u>молоко растительное</u>	80	80						
сахар	8	8						
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			520	14,9	18,0	71,0	505	
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)	22,4	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 <u>БЕЗ СМЕТАНЫ</u>			150/10	3,5	3,5	4,7	64	№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						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Печень, тушенная в соусе БЕЗ СМЕТАНЫ			60	7,5	7,2	3,3	108	№401-2013, Пермь
печень говяжья	56	46						
мука пшеничная	2	2						

масло растительное	3	3						
масса тушеной печени		30						
соус томатный		30						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	3	3						
мука пшеничная	1,5	1,5						
вода питьевая	30	30						
ИЛИ исходя из пищевых пристрастий детей								
Гуляш из говядины			60	6,9	7,0	1,9	98	№437-2004
говядина 1 категории	67	49						
или говядина полуфабрикат	58	49						
или гуляш-полуфабрикат промышленного производства	49	49						
масло растительное	3	3						
масса тушеного мяса		30						
лук репчатый	10	8						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	8,4	8						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	4	4						
мука пшеничная	1,5	1,5						
Макаронные изделия отварные <u>с маслом растительным</u>			110	1,8	3,7	27,6	151	№516-2004

макаронные изделия	39	39						
<u>масло растительное</u>	3,5	3,5						
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	0,7	0,4	11,3	51	
<i>ПОЛДНИК</i>			200	7,9	8,7	27,3	219	
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 без содержания молочных продуктов	50	50	50	3,5	5,5	23,2	156	
Молоко растительное	150	150	150	4,4	3,2	4,1	63	№515-2013, Пермь
УЖИН			455	11,0	13,2	46,5	349	
Биточки (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								
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						
Картофель толченый по-деревенски			120	2,2	5,9	15,3	123	№208-2013, Пермь
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	140	105						
01.11.-31.12. -30%	150	105						
01.01-29.02 - 35%	162	105						
01.03 - 40%	175	105						
или картофель свежий, очищенный, цельный промышленного производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	107	105						
<u>отвар картофельный</u>	20	20						
<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 ржаной	10	0,2	0,1	3,8	17			
Фрукт в ассортименте	95	1,4	0,3	10,3	49	№458-2006, Москва		
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 95 г)								
ИТОГО:		41	47	213	1441			
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			350	7,9	9,4	44,0	292	
Макаронные изделия отварные <u>с маслом растительным</u>			110	1,8	3,7	27,6	151	№516-2004
макаронные изделия	39	39						
<u>масло растительное</u>	3,5	3,5						
Мучное изделие без содержания молочных продуктов промышленного производства в ассортименте			20	0,9	1,1	5,7	36	
Яйца вареные			40	5,1	4,6	0,3	63	№300-2013, Пермь
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,4	42	№685-2004

чай - заварка	0,35	0,35						
сахар	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	15,9	19,5	66,6	505	
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						
Суп картофельный с рыбой			150/50	4,9	5,8	12,6	122	№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						
<u>масло растительное</u>	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 панировочные	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	1,7	3,7	14,9	100	№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						
<u>масло растительное</u>	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	8,7	6,8	26,0	200	
Мучное изделие промышленного производства без содержания молочных продуктов	30	30	30	3,7	2,3	15,2	96	
Молоко растительное	180	180	180	5,0	4,5	10,8	104	№515-2013, Пермь
УЖИН			425	10,2	10,6	52,3	345	
Плов из свинины			150	7,8	10,5	25,5	228	№443-2004
свинина мясная	53	45						
масло растительное	5	5						
масса тушеного 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 тушеного 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	1,4	0,3	10,3	49	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 95 г)								
ИТОГО:				43	46	206	1412	
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			350	7,6	7,2	50,0	295	
Каша гречневая вязкая с маслом растительным			130	3,5	4,8	16,0	121	№510-2004
крупa гречневая	33	33						
вода питьевая	104	104						
масло растительное	4	4						
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 на молоке растительном			180	2,3	2,2	11,9	77	№501-2013, Пермь
кофейный напиток	3,5	3,5						
сахар	8	8						
<u>молоко растительное</u>	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			530	16,0	16,7	66,9	482	
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 БЕЗ СМЕТАНЫ			150/10	3,0	4,3	10,4	92	№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						
<u>масло растительное</u>	3	3						
сахар	0,3	0,3						
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, запеченный			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 толченый по-деревенски			120	2,2	5,9	15,3	123	№208-2013, Пермь
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	140	105						
01.11.-31.12. -30%	150	105						
01.01-29.02 - 35%	162	105						
01.03 - 40%	175	105						
или картофель свежий, очищенный, цельный промышленного производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	107	105						
<u>отвар картофельный</u>	20	20						
<u>масло растительное</u>	6	6						
Сок в ассортименте	150	150	150	0,4	0,4	17,7	76	№518-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	52	
ПОЛДНИК			200	8,7	7,9	25,9	210	
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	
Молоко растительное	150	150	150	4,4	3,2	4,1	63	№515-2013, Пермь
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						
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)
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						
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	

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			545	15,5	19,9	66,6	507	
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	3,5	4,2	11,8	99	№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						
<u>масло растительное</u>	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, с <u>маслом растительным</u>			110	2,2	4,5	18,6	124	№512-2004
крупа рисовая	38	38						

вода питьевая	81	81						
<u>масло растительное</u>	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			10	0,2	0,1	4,4	19	
Хлеб ржаной			30	0,8	0,3	11,3	51	
ПОЛДНИК			210	7,9	8,4	23,6	202	
Мучное изделие промышленного производства без содержания молочных продуктов	30	30	30	2,9	3,9	12,8	98	
Молоко растительное	180	180	180	5,0	4,5	10,8	104	№515-2013, Пермь

УЖИН			405	10,0	10,5	55,3	355	
Фрикадельки из кур припущенные			50	6,4	6,2	5,1	102	№410-2013, Пермь
филе куриное промышленного производства	40	38						
или филе грудки индейки	40	38						
хлеб пшеничный	8	8						
яйцо куриное	5	5						
<u>вода питьевая</u>	10	10						
Макаронные изделия отварные <u>с маслом растительным</u>			110	1,8	3,7	27,6	151	№516-2004
макаронные изделия	39	39						
<u>масло растительное</u>	3,5	3,5						
Хлеб ржаной			10	0,3	0,1	3,8	17	
Сок овощной в ассортименте	150	150	150	0,2	0,2	8,5	36	№518-2013, Пермь
Фрукт в ассортименте			95	1,4	0,3	10,3	49	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 95 г)								
ИТОГО:				42	47	210	1428	
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	7,6	9,2	42,9	285	
Каша пшенная жидкая <u>на воде с маслом растительным</u>			150	2,8	4,4	15,0	111	№311-2004
крупa пшено	18	18						
<u>вода питьевая</u>	140	140						
сахар	2	2						
соль йодированная	0,4	0,4						
<u>масло растительное</u>	4	4						
Кондитерское изделие промышленного производства без содержания молочных продуктов	20	20	20	4,5	4,7	15,2	121	
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

<i>ОБЕД</i>			<i>530</i>	<i>18,5</i>	<i>16,5</i>	<i>65,8</i>	<i>485</i>	
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						
<i>ИЛИ</i>								

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, <u>БЕЗ СМЕТАНЫ</u>			150/10	3,5	3,7	11,5	93	№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						
<u>масло растительное</u>	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 с маслом растительным			120	3,3	4,5	15,9	117	№510-2004
крупка гречневая	30	30						
вода питьевая	96	96						
<u>масло растительное</u>	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	6,7	7,6	31,8	222	
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	
Молоко растительное	150	150	150	4,5	4,8	9,8	100	№515-2013, Пермь
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, запеченный			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:		43	45	209	1408			
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 рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК			355	6,2	6,8	49,9	286	
Каша ячневая жидкая <u>на воде</u>			150	2,5	4,3	18,9	124	№311-2004
крупa ячневая	20	20						
<u>вода питьевая</u>	140	140						
сахар	2	2						
соль йодированная	0,4	0,4						
<u>масло растительное</u>	4	4						
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 на молоке растительном			180	2,3	2,2	11,9	77	№501-2013, Пермь
кофейный напиток	3,5	3,5						
сахар	8	8						
<u>молоко растительное</u>	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			520	16,0	20,9	64,4	509	
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 <u>БЕЗ СМЕТАНЫ</u>			150/10	3,9	4,0	8,6	86	№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						
<u>масло растительное</u>	3	3						
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						
Картофель толченый по-деревенски			120	2,2	5,9	15,3	123	№208-2013, Пермь
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	140	105						
01.11.-31.12. -30%	150	105						
01.01-29.02 - 35%	162	105						
01.03 - 40%	175	105						
или картофель свежий, очищенный, цельный промышленного производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	107	105						
<u>отвар картофельный</u>	20	20						
<u>масло растительное</u>	6	6						
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	7,6	9,0	23,3	205	
Мучное изделие промышленного производства без содержания молочных продуктов	30	30	30	2,6	4,5	12,5	101	
Молоко растительное	180	180	180	5,0	4,5	10,8	104	№515-2013, Пермь
УЖИН			465	11,2	9,2	54,9	347	
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						
крупя 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						
Сок овощной в ассортименте	180	180	180	0,2	0,3	10,2	44	№518-2013, Пермь
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:				41	46	209	1416	
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			370	11,5	11,6	34,6	289	
Омлет натуральный <u>на воде</u> с подгарнировкой			150	8,0	8,1	7,8	136	№340-2004
яйцо куриное	60	60						
<u>вода питьевая</u>	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
Мучное изделие без содержания молочных продуктов промышленного производства в ассортименте			10	0,6	0,7	5,1	29	
Чай на <u>молоке растительном</u>			180	2,6	2,7	17,9	106	№495-2013, Пермь
чай - заварка	0,35	0,35						
<u>молоко растительное</u>	80	80						
сахар	8	8						

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	15,6	18,3	68,4	501	
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	3,4	4,0	12,9	101	№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						
<u>масло растительное</u>	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 <u>с маслом растительным</u>			120	3,1	3,8	12,3	96	№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)	46	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						
<u>масло растительное</u>	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			210	7,6	7,0	28,3	207	
Мучное изделие промышленного производства без содержания молочных продуктов	30	30	30	2,6	2,5	17,5	103	
Молоко растительное	180	180	180	5,0	4,5	10,8	104	№515-2013, Пермь
УЖИН			400	8,5	10,0	56,9	352	
Салат из моркови с чесноком			40	0,6	3,0	3,5	43	№59-2013, Пермь
морковь до 01.01 - 20%	50	40						
с 01.01 - 25%	53	40						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	40	40						
масса отварной моркови		38						
чеснок	0,3	0,2						
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						
Запеканка картофельная с мясным фаршем (говядина) БЕЗ СМЕТАНЫ			170	7,4	6,8	34,8	230	№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						
яйцо куриное	10	10						
<u>масло растительное</u>	5	5						
<u>яйцо куриное для смазки изделия</u>	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:				43	47	206	1418	

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	6,7	9,3	42,3	280	
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая <u>на воде с маслом растительным</u>			150	2,7	4,3	19,5	128	№311-2004
хлопья овсяные "Геркулес"	18	18						
<u>вода питьевая</u>	138	138						
сахар	2	2						
соль йодированная	0,4	0,4						
<u>масло растительное</u>	4	4						
Кондитерское изделие без содержания молочных продуктов промышленного производства в ассортименте			20	3,7	4,9	10,1	99	
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	15,5	13,8	74,0	482	
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	1,8	2,6	18,3	104	№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						
<u>масло растительное</u>	3	3						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	6	6						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	18	12						

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			210	9,8	10,6	21,1	219	
Мучное изделие промышленного производства без содержания молочных продуктов	30	30	30	4,8	6,1	10,3	115	
Молоко растительное	180	180	180	5,0	4,5	10,8	104	№515-2013, Пермь
УЖИН			425	8,8	10,8	57,7	363	
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						
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						
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						
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						
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,4	42	№685-2004
чай - заварка	0,35	0,35						
сахар	10	10						
Хлеб ржаной			10	0,2	0,1	3,8	17	
Фрукт в ассортименте			95	0,2	0,6	18,0	78	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 95 г)								
ИТОГО:				41	44	212	1414	
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				42,0	46	209	1417	

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

24883,402