

чай - заварка	0,4	0,4						
сахар	12	12						
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				0,3	0,0	22,4	91	
Сок в ассортименте	200	200	200	0,3	0,0	22,4	91	№518-2013, Пермь
ОБЕД			665	20,4	25,5	85,1	651	
Салат из свеклы с чесноком			60	0,8	4,0	4,3	56	№59-2013, Пермь
свекла до 01.01 -20%	75	60						
с 01.01 - 25%	80	60						
масса отварной свеклы		57						
или свекла вареная цельная промышленного производства	60	57						
чеснок	0,5	0,4						
масло растительное	4	4						
ИЛИ								
Салат из огурцов с маслом			60	0,6	4,1	1,9	47	№14/1-2011г., Екатеринбург
огурцы свежие парниковые	58	57						
или огурцы свежие грунтовые	60	57						
масло растительное	4	4						
Рассольник "Домашний" с курицей <u>БЕЗ СМЕТАНЫ</u>			180/15	4,6	4,9	8,7	97	№131-2004

курица потрошенная 1 категории (разделка мякоть без кожи)	45	39						
или филе куриное промышленного производства	25	24						
или филе грудки индейки	25	24						
капуста белокочанная свежая	19	15						
или капуста белокочанная свежая очищенная промышленного производства (порезанная на 4 части, с удаленной кочерыжкой)	15	15						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	73	55						
01.11.-31.12. -30%	79	55						
01.01-29.02 - 35%	85	55						
01.03 - 40%	92	55						
или картофель свежий, очищенный, цельный примышленного производств (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	56	55						
морковь до 01.01 - 20%	7,5	6						
с 01.01 - 25%	8	6						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	6	6						
лук репчатый	8	7						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	7,4	7						
огурцы соленые без уксуса	18	10						
<u>масло растительное</u>	<u>4</u>	<u>4</u>						
зелень сушеная	0,1	0,1						

Котлеты (свинина мясная и говядина)			80	9,5	9,2	8,9	156	№451-2004
свинина мясная	28	24						
говядина 1 категории	50	37						
или говядина полуфабрикат	44	37						
или фарш из говядины промышленного производства (только немеханической обвалки изготовленный из охлажденного мяса продуктивных животных)	61	61						
хлеб пшеничный	14	14						
вода питьевая	7	7						
лук репчатый	8	7						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	7,4	7						
яйцо куриное	6	6						
сухари пшеничные	8	8						
масса полуфабриката		100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
ИЛИ на усмотрение ответственных за питание								
Котлеты мясные из полуфабриката промышленного производства			80	9,5	9,2	8,9	156	№451-2004

котлеты мясные (только специализированные полуфабрикаты с маркировкой «для детского питания», строго соответствующие по закладке основному блюду меню - с составом указанным на маркировке, со строгим ограничением соли, без специй, искусственных консервантов, усилителей вкуса, с допустимым сроком годности от 30 суток до 3 месяцев, не более)	100	100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
Каша гречневая вязкая с маслом растительным			150	4,1	6,8	29,0	194	№510-2004
крупa гречневая	38	38						
вода питьевая	120	120						
<u>масло растительное</u>	<u>5</u>	<u>5</u>						
Компот из изюма			180	0,3	0,0	14,1	58	№638-2004
изюм	15	15						
сахар	5	5						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	51	
<i>ПОЛДНИК</i>			250	7,6	10,6	36,8	273	
Булочка с джемом <u>(на воде и масле растительном)</u>			50	2,1	5,6	24,8	158	№572-2013, Пермь
мука пшеничная	29	29						
вода питьевая	12	12						
сахар	6	6						

масло растительное	5	5						
яйцо куриное	2	2						
дрожжи хлебопекарные	1,1	1,1						
или дрожжи сухие хлебопекарные	0,28	0,28						
соль йодированная	0,2	0,2						
ванилин	0,006	0,006						
джем промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	12,4	12						
яйцо куриное для смазки изделия	1,4	1,4						
сахарная пудра	0,7	0,7						
масло растительное для смазки	0,7	0,7						
Молоко растительное	200	200	200	5,5	5,0	12,0	115	№515-2013, Пермь
УЖИН			490	14,0	18,1	62,7	470	
Шницель из птицы, запеченный			80	10,8	12,2	9,9	193	№54-24м-2020, Новосибирск
филе куриное промышленного производства	69	65						
или филе индейки	69	65						
или грудка куриная промышленного производства (разделка на мякоть без кожи)	96	65						
хлеб пшеничный	14	14						
вода питьевая	12	12						

яйцо куриное	5	5						
сухари пшеничные	8	8						
масса полуфабриката		100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
ИЛИ на усмотрение ответственных за питание								
Шницель из птицы из полуфабриката промышленного производства, запеченный			80	10,8	12,2	9,9	193	№496-2004
шницель из птицы (только специализированные полуфабрикаты с маркировкой «для детского питания», строго соответствующие по закладке основному блюду меню - с составом указанным на маркировке, со строгим ограничением соли, без специй, искусственных консервантов, усилителей вкуса, с допустимым сроком годности от 30 суток до 3 месяцев, не более)	100	100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
Сложный гарнир			130	2,2	5,2	7,4	85	
Картофель припущенный								№173-2013, Пермь
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	70	53						
01.11.-31.12. -30%	76	53						
01.01-29.02 - 35%	82	53						
01.03 - 40%	89	53						
или картофель свежий, очищенный, цельный промышленного производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	54	53						
масло растительное	5	5						

масса припущенного картофеля		50						
Кукуруза консервированная (после термической обработки)	67	40						№101-2004
или								
Кукуруза быстрозамороженная, припущенная	46	40						№156-2021, Пермь
Морковь отварная		40						№571-2004
морковь до 01.01 - 20%	54	43						
с 01.01 - 25%	57	43						
или морковь быстрозамороженная (кубик)	49	43						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	43	43						
масса отварной моркови		40						
Кисель из ягод			180	0,3	0,2	14,1	59	№505-2013, Пермь
брусника или клюква быстрозамороженная	26,6	24						
сахар	10	10						
крахмал	6	6						
ИЛИ в соответствие с п.59/6 СанПиН 2.3/2.4.4282-26 для дополнительного обогащения рациона питания детей микронутриентами								
Кисель из концентрата с витаминами для детей дошкольного и школьного возраста			180	0,0	0,0	16,6	66	№504-2021, Пермь
концентрат киселя с витаминами (для детей дошкольного возраста)	22	22						
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,3	23,7	98	№458-2006, Москва

Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 100 г)										
Хлеб ржаной				20	0,6	0,2	7,6	35		
ИТОГО:					52	63	266	1840		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:					54	60	261	1800		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):					51	57	248	1710		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):					57	63	274	1890		
2 день										
Наименование блюда			Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
					Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК					435	12,8	13,0	48,2	361	
Каша ячневая жидкая <u>на воде</u>					200	3,8	5,7	23,0	159	№311-2004
крупa ячневая			25	25						
<u>вода питьевая</u>			190	190						
сахар			3	3						
соль йодированная			0,6	0,6						
<u>масло растительное</u>			5	5						
Мучное изделие без содержания молочных продуктов промышленного производства в ассортименте					30	6,1	5,0	12,0	117	
<u>Кофейный напиток на молоке растительном</u>					200	2,9	2,3	13,2	85	№501-2013, Пермь

кофейный напиток	4	4						
сахар	10	10						
<u>молоко растительное</u>	100	100						
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				0,3	0,0	22,4	91	
Сок с содержанием витаминов и минералов в ассортименте	180	180	180	0,3	0,0	22,4	91	№518-2013, Пермь
ИЛИ								
Напиток с витаминами со вкусом ягод или фруктов			200	0,7	0,2	19,9	89	№507-2021, Пермь
смесь сухая с витаминами для напитка со вкусом ягод или фруктов (для детей дошкольного возраста)	20	20						
вода питьевая	200	200						
ОБЕД			630	17,0	21,4	90,3	622	
Салат из моркови			50	0,7	4,1	5,9	63	№7-2013, Пермь
морковь до 01.01 - 20%	60	48						
с 01.01 - 25%	64	48						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	48	48						
в свежем виде морковь старого урожая использовать до 1 марта, после 1 марта свежего урожая или в отварном виде								
сахар	2	2						
масло растительное на полив при подаче	4	4						
ИЛИ								

Салат "Любительский"			60	2,2	4,1	3,5	60	№4-2006, Екатеринбург
морковь до 01.01 - 20%	25	20						
с 01.01 - 25%	27	20						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	20	20						
масса отварной моркови		17						
кукуруза консервированная (после термической обработки)	25	15						
огурцы консервированные без уксуса	45,5	25						
или огурцы свежие парниковые	25,5	25						
или огурцы свежие грунтовые	26,3	25						
масло растительное	4	4						
Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне, с гренками			180/20	3,3	3,6	22,9	137	№113-2021, Пермь
горох	15	15						
или горошек зеленый консервированный	28	18						
или горох быстрозамороженный промышленного производства	21	18						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	53	40						
01.11.-31.12. -30%	57	40						
01.01-29.02 - 35%	62	40						

01.03 - 40%	67	40						
или картофель свежий, очищенный, цельный промышленного производств (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	41	40						
морковь до 01.01 - 20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	10	10						
лук репчатый	10	8						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	8,4	8						
<u>масло растительное</u>	<u>4</u>	<u>4</u>						
гренки из пшеничного хлеба		20						№170-2013, Пермь
хлеб пшеничный	38	32						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Жаркое по - домашнему (масло растительное)			200	11,3	12,9	22,7	252	№436-2004
говядина 1 категории	86	63						
или говядина полуфабрикат	74	63						
масса отварного мяса		40						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	206	155						
01.11.-31.12. -30%	222	155						

01.01-29.02 - 35%	239	155						
01.03 - 40%	259	155						
или картофель свежий, очищенный, цельный промышленного производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	158	155						
морковь до 01.01 - 20%	28	22						
с 01.01 - 25%	29	22						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	22	22						
лук репчатый	12	10						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	10,5	10						
масло растительное	6	6						
Компот из плодов или ягод свежих или замороженных			180	0,4	0,1	14,9	62	№486-2021, Пермь
яблоки свежие с удаленным семенным гнездом	36,5	32						
или вишня быстрозамороженная (без косточки)	32,6	32						
или клубника или смородина черная быстрозамороженные	32,6	32						
сахар	12	12						
ИЛИ								
Компот из ягодно-фруктовой смеси			180	0,2	0,1	15,2	63	№634-2004
ягодно-фруктовая смесь быстрозамороженная	30,2	30						
лимонная кислота	0,2	0,2						

сахар	12	12						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
ПОЛДНИК			250	8,3	11,9	34,2	277	
Кондитерское изделие промышленного производства без содержания молочных продуктов в ассортименте (пряники, печенье и т.д.)			50	2,8	6,9	22,2	162	
Молоко растительное	200	200	200	5,5	5,0	12,0	115	№515-2013, Пермь
УЖИН			465	19,1	13,0	61,0	437	
Винегрет овощной			60	1,0	4,0	7,6	70	№71-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	24	18						
01.11.-31.12. -30%	26	18						
01.01-29.02 - 35%	28	18						
01.03 - 40%	30	18						
или картофель свежий, очищенный, цельный промышленного производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	18,4	18						
масса отварного картофеля		15						
свекла до 01.01 -20%	24	19						
с 01.01 - 25%	25	19						
масса отварной свеклы		15						
или свекла вареная цельная промышленного производства	16	15						

морковь до 01.01 - 20%	20	16						
с 01.01 - 25%	21	16						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	16	16						
масса отварной моркови		14						
огурцы соленые без уксуса	18	10						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	12	8						
масло растительное	4	4						
или								
Салат из свежих помидоров и огурцов			50	0,6	4,0	2,9	50	№20-2004
помидоры свежие парниковые	22	22						
или помидоры свежие грунтовые	26	22						
огурцы свежие парниковые	26	25						
или огурцы свежие грунтовые	26	25						
масло растительное на полив при подаче	4	4						
Котлета рыбная "Белоснежка", запеченная			80	16,4	6,9	6,8	155	№309-2021, Пермь
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	81	60						
хлеб пшеничный	14	14						
вода питьевая	10	10						

лук репчатый	6	5						
масло растительное внутрь изделия	1,5	1,5						
яйцо куриное	4	4						
сухари пшеничные	8	8						
масса полуфабриката		100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
ИЛИ на усмотрение ответственных за питание								
Котлета рыбная из полуфабриката промышленного производства, запеченная			80	16,4	6,9	6,8	155	№388-2004
котлета рыбная (только специализированные полуфабрикаты с маркировкой «для детского питания», строго соответствующие по закладке основному блюду меню - с составом указанным на маркировке, со строгим ограничением соли, без специй, искусственных консервантов, усилителей вкуса, с допустимым сроком годности от 30 суток до 3 месяцев, не более)	100	100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
Кондитерское изделие промышленного производства без содержания молочных продуктов в ассортименте			15	1,1	1,1	5,5	36	
Чай со смородиной и сахаром			200/10	0,2	0,0	12,8	52	№54-бгн-2020, 2021, Новосибирск
чай-заварка	0,4	0,4						
смородина черная или красная быстрозамороженные	10,7	10						
сахар	12	12						
ИЛИ								

Чай с сахаром				200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004
чай - заварка		0,4	0,4						
сахар		12	12						
Фрукт в ассортименте				100	0,2	0,6	21,0	90	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 100 г)									
Хлеб пшеничный				10	0,2	0,1	4,4	19	
Хлеб ржаной				20	0,5	0,3	7,6	34	
ИТОГО:					57	59	256	1787	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:					54	60	261	1800	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):					51	57	248	1710	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):					57	63	274	1890	
3 день									
Наименование блюда		Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				№ рецептуры	
				Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г		ЭЦ, ккал
ЗАВТРАК				420	8,6	8,7	64,8	372	
Каша рисовая жидкая <u>на воде</u>				200	3,9	5,5	22,8	156	№311-2004
крупа рисовая		30	30						
<u>вода питьевая</u>		190	190						

сахар	3	3						
соль йодированная	0,6	0,6						
<u>масло растительное</u>	<u>5</u>	<u>5</u>						
Бутерброд с джемом или вареньем			20/20	1,8	0,2	22,1	97	№2-2004
батон или хлеб пшеничный	20	20						
джем или варенье промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	20,2	20						
Чай на молоке растительном			200	2,9	3,0	19,9	118	№495-2013, Пермь
чай - заварка	0,4	0,4						
<u>молоко растительное</u>	100	100						
сахар	10	10						
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				0,2	0,0	22,0	89	
Отвар шиповника			100	0,2	0,0	22,0	89	№705-2004
шиповник	18	18						
сахар	5	5						
ОБЕД			640	20,1	22,9	85,7	637	
Салат картофельный с огурцами и зеленым горошком			60	1,1	4,1	5,3	63	№75-2013, Пермь
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	43	32						
01.11.-31.12. -30%	46	32						

01.01-29.02 - 35%	49	32						
01.03 - 40%	53	32						
или картофель свежий, очищенный, цельный промышленного производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	33	32						
масса отварного картофеля		30						
огурцы свежие парниковые	15,3	15						
или огурцы свежие грунтовые	15,8	15						
или огурцы соленые без уксуса	27,3	15						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	18	12						
масло растительное	4	4						
ИЛИ								
Салат из свежих помидоров			60	0,9	4,1	3,9	56	№22-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	58	57						
или помидоры свежие грунтовые	67	57						
масло растительное	4	4						
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом БЕЗ СМЕТАНЫ			180/10	3,9	4,4	5,6	78	№142-2013, Пермь
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
капуста белокочанная свежая	45	36						

или капуста белокочанная свежая очищенная промышленного производства (порезанная на 4 части, с удаленной кочерыжкой)	36	36						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	29	22						
01.11.-31.12. -30%	31	22						
01.01-29.02 - 35%	34	22						
01.03 - 40%	37	22						
или картофель свежий, очищенный, цельный промышленного производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	22,4	22						
морковь до 01.01 - 20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	10	10						
лук репчатый	8	7						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	7,4	7						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	2	2						
масло растительное	4	4						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Печень, тушеная в соусе (БЕЗ СМЕТАНЫ)			80	9,9	9,1	5,2	142	№401-2013, Пермь
печень говяжья	71	59						
мука пшеничная	3	3						
масло растительное	4	4						

масса тушеной печени		40						
соус томатный		40						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5	5						
мука пшеничная	2	2						
вода питьевая	40	40						
ИЛИ исходя из пищевых пристрастий детей								
Гуляш из говядины			70	10,2	9,3	2,1	133	№437-2004
говядина 1 категории	87	64						
или говядина полуфабрикат	76	64						
или гуляш-полуфабрикат промышленного производства	64	64						
масло растительное	4	4						
масса тушеного мяса		40						
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, с маслом растительным			130	3,1	4,4	31,9	180	№516-2004
макаронные изделия	46	46						

масло растительное	4	4						
Компот из кураги			180	0,5	0,0	16,2	67	№638-2004
курага	15	15						
сахар	5	5						
Хлеб пшеничный			30	0,6	0,3	13,2	57	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	51	
ПОЛДНИК			250	9,0	10,5	35,2	271	
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 в ассортименте			50	3,5	5,5	23,2	156	
Молоко растительное	200	200	200	5,5	5,0	12,0	115	№515-2013, Пермь
УЖИН			510	14,1	17,4	61,8	459	
Биточки (свинина мясная и говядина)			80	9,5	9,2	8,9	156	№451-2004
свинина мясная	28	24						
говядина 1 категории	50	37						
или говядина полуфабрикат	44	37						
или фарш из говядины промышленного производства (только немеханической обвалки изготовленный из охлажденного мяса продуктивных животных)	61	61						
хлеб пшеничный	14	14						
вода питьевая	7	7						
лук репчатый	8	7						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	7,4	7						
яйцо куриное	6	6						
сухари пшеничные	8	8						
масса полуфабриката		100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						

ИЛИ на усмотрение ответственных за питание								
Биточки мясные из полуфабриката промышленного производства			80	9,5	9,2	8,9	156	№451-2004
котлеты мясные (только специализированные полуфабрикаты с маркировкой «для детского питания», строго соответствующие по закладке основному блюду меню - с составом указанным на маркировке, со строгим ограничением соли, без специй, искусственных консервантов, усилителей вкуса, с допустимым сроком годности от 30 суток до 3 месяцев, не более)	100	100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
Картофель толченный, по-деревенски			150	2,5	7,6	19,1	155	№208-2013, Пермь
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	173	130						
01.11.-31.12. -30%	186	130						
01.01-29.02 - 35%	200	130						
01.03 - 40%	217	130						
или картофель свежий, очищенный, цельный промышленного производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	133	130						
отвар картофельный	25	25						
<u>масло растительное</u>	<u>8</u>	<u>8</u>						
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,4	42	№685-2004
чай - заварка	0,4	0,4						
сахар	10	10						
Фрукт в ассортименте			100	1,5	0,3	15,8	72	№458-2006, Москва

Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 100 г)									
Хлеб ржаной				20	0,5	0,3	7,6	34	
ИТОГО:					52	59	269	1829	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:					54	60	261	1800	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):					51	57	248	1710	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):					57	63	274	1890	
4 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
ЗАВТРАК			400	10,4	11,5	58,3	378		
Макаронные изделия отварные, с маслом растительным			150	3,3	4,7	36,8	203	№516-2004	
макаронные изделия	53	53							
масло растительное	4	4							
Мучное изделие без содержания молочных продуктов промышленного производства в ассортименте			30	1,9	2,2	10,8	71		
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	0,4	0,4							

сахар	10	10						
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				0,3	0,0	21,6	88	
Сок с содержанием витаминов и минералов в ассортименте	180	180	180	0,3	0,0	21,6	88	№518-2013, Пермь
ИЛИ								
Напиток с витаминами со вкусом ягод или фруктов			200	0,7	0,2	19,9	89	№507-2021, Пермь
смесь сухая с витаминами для напитка со вкусом ягод или фруктов (для детей дошкольного возраста)	20	20						
вода питьевая	200	200						
ОБЕД			700	20,8	27,0	79,1	643	
Салат из свеклы с чесноком			60	0,8	4,0	4,3	56	№59-2013, Пермь
свекла до 01.01 -20%	75	60						
с 01.01 - 25%	80	60						
масса отварной свеклы		57						
или свекла вареная цельная промышленного производства	60	57						
чеснок	0,5	0,4						
масло растительное	4	4						
Суп картофельный с рыбой			180/50	6,3	7,5	15,1	153	№150-2013, Пермь
горбуша (кета) потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	90	60						
или горбуша (кета) потрошенная без головы (филе без кожи и костей)	103	60						

или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	109	60						
или треска потрошенная обезглавленная (филе с кожей без костей)	81	61						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	84	62						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	106	80						
01.11.-31.12. -30%	114	80						
01.01-29.02 - 35%	123	80						
01.03 - 40%	134	80						
или картофель свежий, очищенный, цельный промышленного производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	82	80						
морковь до 01.01 - 20%	10,0	8						
с 01.01 - 25%	10,6	8						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	8	8						
лук репчатый	10	8						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	8,4	8						
масло растительное	4	4						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Биточки рубленые из птицы, запеченные			80	9,9	10,2	11,8	178	№498-2004
филе куриное промышленного производства	57	54						
или филе индейки	57	54						

или грудка куриная промышленного производства (разделка на мякоть без кожи)	79	54						
хлеб пшеничный	15	15						
лук репчатый	10	8						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	8,4	8						
яйцо куриное	7	7						
вода питьевая	10	10						
сухари пшеничные	8	8						
масса полуфабриката		100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
ИЛИ на усмотрение ответственных за питание								
Биточки рубленые из птицы, из полуфабриката промышленного производства, запеченные			80	9,9	10,2	11,8	178	№498-2004
биточки из птицы (только специализированные полуфабрикаты с маркировкой «для детского питания», строго соответствующие по закладке основному блюду меню - с составом указанным на маркировке, со строгим ограничением соли, без специй, искусственных консервантов, усилителей вкуса, с допустимым сроком годности от 30 суток до 3 месяцев, не более)	100	100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
Рагу овощное			150	2,6	4,9	17,0	123	№541-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	33	25						
01.11.-31.12. -30%	36	25						

01.01-29.02 - 35%	39	25						
01.03 - 40%	42	25						
или картофель свежий, очищенный, цельный промышленного производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	26	25						
морковь до 01.01 - 20%	44	35						
с 01.01 - 25%	47	35						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	35	35						
лук репчатый	14	12						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	12,6	12						
капуста белокочанная свежая	81	65						
или капуста белокочанная свежая очищенная промышленного производства (порезанная на 4 части, с удаленной кочерыжкой)	65	65						
масло растительное	4,5	4,5						
соус томатный		45						№587-2004
вода питьевая	42	42						
<u>масло растительное</u>	3	3						
мука пшеничная	2	2						
морковь до 01.01 - 20%	5,0	4						
с 01.01 - 25%	5	4						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	4	4						

лук репчатый	1,4	1,2						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	1,3	1,2						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	10	10						
сахар	0,5	0,5						
Компот из смеси сухофруктов			180	0,3	0,0	15,2	62	№508-2013, Пермь
сухофрукты	15	15						
сахар	8	8						
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	51	
ПОЛДНИК			250	10,3	8,9	37,4	271	
Мучное изделие промышленного производства без содержания молочных продуктов в ассортименте			50	4,8	3,9	25,4	156	
Молоко растительное	200	200	200	5,5	5,0	12,0	115	№515-2013, Пермь
УЖИН			460	13,9	13,5	67,8	449	
Плов из свинины			180	11,2	13,4	31,7	292	№443-2004
свинина мясная	70	60						
<u>масло растительное</u>	<u>6</u>	<u>6</u>						
масса тушеного мяса		40						
крупа рисовая	37	37						

морковь до 01.01 - 20%	55	44						
с 01.01 - 25%	59	44						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	44	44						
лук репчатый	14	12						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	12,6	12						
или								
Плов из говядины			180	11,7	12,9	31,7	290	№443-2004
говядина 1 категории	84	62						
или говядина полуфабрикат	73	62						
<u>масло растительное</u>	<u>6</u>	<u>6</u>						
масса тушеного мяса		40						
крупа рисовая	37	37						
морковь до 01.01 - 20%	55	44						
с 01.01 - 25%	59	44						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	44	44						
лук репчатый	14	12						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	12,6	12						
Чай с лимоном			180	0,1	0,0	8,3	34	№686-2004

чай - заварка	0,4	0,4						
сахар	8	8						
лимон	6	5						
Фрукт в ассортименте			100	1,5	0,3	15,8	72	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 100 г)								
Хлеб ржаной			20	0,4	0,2	7,6	34	
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
ИТОГО:				56	61	264	1828	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:				54	60	261	1800	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):				51	57	248	1710	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				57	63	274	1890	
5 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК			400	8,9	9,3	65,1	380	
Каша гречневая вязкая с маслом растительным			160	4,2	6,8	29,8	197	№510-2004
крупa гречневая	41	41						

вода питьевая	128	128	150	4,1	6,8	29,0	194	№510-2004
<u>масло растительное</u>	5	5						
Бутерброд с джемом или вареньем			20/20	1,8	0,2	22,1	97	№2-2004
батон или хлеб пшеничный	20	20						
джем или варенье промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	20,2	20						
<u>Кофейный напиток на молоке растительном</u>			200	2,9	2,3	13,2	85	№501-2013, Пермь
кофейный напиток	4	4						
сахар	10	10						
<u>молоко растительное</u>	100	100						
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				0,2	0,6	21,0	90	
Фрукт в ассортименте			100	0,2	0,6	21,0	90	№458-2006, Москва
ОБЕД			680	25,0	20,3	89,0	639	
Овощи натуральные			60	0,9	0,2	3,0	17	№106-2013, Пермь
огурцы свежие парниковые	61	60						
или огурцы свежие грунтовые	63	60						
ИЛИ								
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	109	60	60	0,7	0,1	2,6	14	№101-2004

Борщ с капустой и картофелем, с мясом БЕЗ СМЕТАНЫ			180/10	3,8	5,2	12,8	113	№110-2004
говядина 1 категории	22	16						
или говядина - полуфабрикат	19	16						
свекла до 01.01 -20%	38	30						
с 01.01 - 25%	40	30						
капуста белокочанная свежая	19	15						
или капуста белокочанная свежая очищенная промышленного производства (порезанная на 4 части, с удаленной кочерыжкой)	15	15						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	20	15						
01.11.-31.12. -30%	21	15						
01.01-29.02 - 35%	23	15						
01.03 - 40%	25	15						
или картофель свежий, очищенный, цельный промышленного производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	15,3	15						
морковь до 01.01 - 20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	10	10						
лук репчатый	8	7						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	7,4	7						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	4	4						

масло растительное	4	4						
сахар	0,3	0,3						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Рыба запечённая			80	16,0	6,1	7,3	148	№377-2004
горбуша (кета) потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	137	96						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	120	89						
или горбуша (кета) неразделанная (филе с кожей без костей)	165	96						
сухари пшеничные	8	8						
масло растительное	1,5	1,5						
ИЛИ								
Шницель рыбный натуральный			80	12,8	6,2	7,7	138	№391-2004
горбуша (кета) потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	123	82						
или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	149	82						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	111	82						
лук репчатый	6	5						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	5,3	5						
яйцо куриное	10	10						
сухари пшеничные	8	8						

масса полуфабриката		100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
ИЛИ на усмотрение ответственных за питание								
Шницель рыбный натуральный из полуфабриката промышленного производства, запеченный		80	12,8	6,2	7,7	138	№391-2004	
шницель рыбный натуральный (только специализированные полуфабрикаты с маркировкой «для детского питания», строго соответствующие по закладке основному блюду меню - с составом указанным на маркировке, со строгим ограничением соли, без специй, искусственных консервантов, усилителей вкуса, с допустимым сроком годности от 30 суток до 3 месяцев, не более)	100	100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
Картофель толченый, по-деревенски		150	2,5	7,6	19,1	155	№208-2013, Пермь	
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	173	130						
01.11.-31.12. -30%	186	130						
01.01-29.02 - 35%	200	130						
01.03 - 40%	217	130						
или картофель свежий, очищенный, цельный промышленного производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	133	130						
отвар картофельный	25	25						
<u>масло растительное</u>	<u>8</u>	<u>8</u>						
Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,5	22,9	98	№518-2013, Пермь
Хлеб пшеничный		20	0,4	0,2	8,8	39		

Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
ПОЛДНИК			250	9,8	9,7	33,8	262	
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						
Молоко растительное	200	200	200	5,5	5,0	12,0	115	№515-2013, Пермь

УЖИН			470	12,7	20,0	53,5	445	
Салат из капусты белокочанной			60	1,0	4,0	5,0	60	№1-2013, Пермь
капуста белокочанная (стертая с солью)	93	74						
или капуста белокочанная свежая очищенная промышленного производства (порезанная на 4 части, с удаленной кочерыжкой)	74	74						
масса капусты, стертой с солью		47						
морковь до 01.01 - 20%	7,5	6						
с 01.01 - 25%	8	6						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	6	6						
лук репчатый (бланшированный)	7	6						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	6,3	6						
лук репчатый, капусту и морковь старого урожая использовать только до 1 марта, после 1 марта овощи нового урожая или другой салат								
или лук зеленый	7,5	6						
лимон (для сока)	7	3						
сахар	0,7	0,7						
масло растительное	4	4						
ИЛИ								
Салат из огурцов с маслом			60	0,6	4,1	1,9	47	№14/1-2011г., Екатеринбург
огурцы свежие парниковые	58	57						

или огурцы свежие грунтовые	60	57						
масло растительное	4	4						
Тефтели из свинины			80	8,9	11,5	9,6	178	№461-2004 (1 вариант)
свинина мясная	62	53						
хлеб пшеничный	12	12						
яйцо куриное	5	5						
вода питьевая	14	14						
масло растительное	3	3						
лук репчатый	27	23						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	24	23						
масса прогретого с маслом лука		14						
мука пшеничная	6	6						
масса полуфабриката		100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
или								
Тефтели из говядины			80	9,4	11,1	9,6	176	№461-2004 (1 вариант)
или говядина 1 категории	72	53						
или говядина полуфабрикат	63	53						

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

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

сахар	10	10						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
ИТОГО:				57	60	262	1816	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:				54,0	60	261	1800	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):				51	57	248	1710	При 11-12 часовом пребывании детей
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				57	63	274	1890	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА 1 НЕДЕЛЮ:				54,6	61	261	1820	
6 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК			400	9,6	8,9	56,0	342	
Каша пшеничная вязкая с маслом растительным			200	4,8	5,0	31,4	190	№302-2004
крупa пшеничная	40	40						
вода питьевая	168	168						
масло растительное	5	5						
Мучное изделие без содержания молочных продуктов промышленного производства в ассортименте			20	4,5	3,8	9,8	91	
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,4	42	№685-2004
чай - заварка	0,4	0,4						

сахар	10	10						
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				0,3	0,0	22,0	89	
Сок в ассортименте	200	200	200	0,3	0,0	22,0	89	№518-2013, Пермь
ОБЕД				665	19,6	23,9	88,9	648
Салат "Степной" из разных овощей			60	1,0	3,0	4,5	49	№25-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	31	23						
01.11.-31.12. -30%	33	23						
01.01-29.02 - 35%	35	23						
01.03 - 40%	38	23						
или картофель свежий, очищенный, цельный промышленного производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	23,5	23						
масса отварного картофеля		20						
морковь до 01.01 - 20%	21	17						
с 01.01 - 25%	23	17						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	17	17						
масса отварной моркови		15						
огурцы консервированные без уксуса	22	12						
или огурцы свежие парниковые	12,2	12						

или огурцы свежие грунтовые	12,6	12						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	15	10						
масло растительное	4	4						
или								
Салат из огурцов с маслом			60	0,6	4,1	1,9	47	№14/1-2011г., Екатеринбург
огурцы свежие парниковые	58	57						
или огурцы свежие грунтовые	60	57						
масло растительное	4	4						
Суп картофельный с мясными фрикадельками			180/15	3,9	4,5	15,1	117	№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 из охлажденного мяса продуктивных животных)	17	17						
лук репчатый	1,8	1,5						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	1,6	1,5						
вода питьевая	1,5	1,5						

яйцо куриное	1,2	1,2						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	96	72						
01.11.-31.12. -30%	103	72						
01.01-29.02 - 35%	111	72						
01.03 - 40%	120	72						
или картофель свежий, очищенный, цельный промышленного производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	73	72						
морковь до 01.01 - 20%	8,8	7						
с 01.01 - 25%	9,3	7						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	7	7						
лук репчатый	8	7						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	7,4	7						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	2	2						
<u>масло растительное</u>	4	4						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Котлета домашняя (говядина и свинина), запеченная			80	10,4	10,2	9,1	170	№450-2004
свинина мясная	35	30						
говядина 1 категории	41	30						
или говядина полуфабрикат	35	30						

или фарш из говядины промышленного производства (только немеханической обвалки изготовленный из охлажденного мяса продуктивных животных)	60	60						
хлеб пшеничный	15	15						
вода питьевая	10	10						
чеснок	0,4	0,3						
лук репчатый	7	6						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	6,3	6						
яйцо куриное	4	4						
сухари пшеничные	8	8						
масса полуфабриката		100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
ИЛИ на усмотрение ответственных за питание								
Котлета домашняя (говядина и свинина) из полуфабриката промышленного производства, запеченная			80/30	10,4	10,2	9,1	170	№450-2004
Котлета домашняя (только специализированные полуфабрикаты с маркировкой «для детского питания», строго соответствующие по закладке основному блюду меню - с составом указанным на маркировке, со строгим ограничением соли, без специй, искусственных консервантов, усилителей вкуса, с допустимым сроком годности от 30 суток до 3 месяцев, не более)	100	100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
Рис припущенный, с маслом растительным			130	2,6	5,3	22,0	146	№512-2004

крупa рисовая	46	46						
вода питьевая	95	95						
масло растительное	5	5						
Компот из плодов или ягод свежих или замороженных			180	0,4	0,1	14,9	62	№486-2021, Пермь
яблоки свежие с удаленным семенным гнездом	36,5	32						
или вишня быстрозамороженная (без косточки)	32,6	32						
или клубника или смородина черная быстрозамороженные	32,6	32						
сахар	12	12						
ИЛИ								
Компот из ягодно-фруктовой смеси			180	0,2	0,1	15,2	63	№634-2004
ягодно-фруктовая смесь быстрозамороженная	30,2	30						
лимонная кислота	0,2	0,2						
сахар	12	12						
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Хлеб ржаной			50	1,1	0,6	18,9	86	
ПОЛДНИК			250	10,3	11,1	33,2	274	
Мучное изделие промышленного производства без содержания молочных продуктов в ассортименте			50	4,8	6,1	21,2	159	

Молоко растительное	200	200	200	5,5	5,0	12,0	115	№515-2013, Пермь
УЖИН			480	16,1	12,9	68,5	454	
Фрикадельки из кур припущенные			70	11,0	7,8	6,8	141	№410-2013, Пермь
филе куриное промышленного производства	57	54						
или филе грудки индейки	57	54						
хлеб пшеничный	12	12						
яйцо куриное	7	7						
<u>вода питьевая</u>	14	14						
Макаронные изделия отварные, с маслом растительным			130	3,1	4,4	31,9	180	№516-2004
макаронные изделия	46	46						
<u>масло растительное</u>	<u>4</u>	<u>4</u>						
Фрукт в ассортименте			100	1,5	0,3	15,8	72	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 100 г)								
Сок овощной в ассортименте	180	180	180	0,2	0,3	10,2	44	№518-2013, Пермь
Хлеб ржаной			10	0,3	0,1	3,8	17	
ИТОГО:				56	57	269	1808	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:				54	60	261	1800	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):				51	57	248	1710	

НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				57	63	274	1890	
7 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК			410	9,9	11,8	52,5	356	
Каша пшенная жидкая <u>на воде с маслом растительным</u>			200	3,7	5,5	19,4	142	№311-2004
крупa пшено	25	25						
<u>вода питьевая</u>	185	185						
сахар	3	3						
соль йодированная	0,6	0,6						
<u>масло растительное</u>	5	5						
Кондитерское изделие промышленного производства без содержания молочных продуктов в ассортименте			30	5,9	6,2	18,2	152	
Чай с лимоном			180	0,1	0,0	10,5	42	№686-2004
чай - заварка	0,4	0,4						
сахар	10	10						
лимон	6	5						
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				0,3	0,0	22,0	89	

Сок в ассортименте	200	200	200	0,3	0,0	22,0	89	№518-2013, Пермь
ОБЕД			660	19,8	24,9	84,9	642	
Салат картофельный с кукурузой и морковью ("Мозаика")			60	1,3	4,0	7,5	71	№73-2013, Пермь
кукуруза консервированная (после термической обработки)	17	10						
огурцы свежие грунтовые	21	20						
или огурцы свежие парниковые	20,4	20						
или огурцы соленые без уксуса	36,4	20						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	23	17						
01.11.-31.12. -30%	24	17						
01.01-29.02 - 35%	26	17						
01.03 - 40%	28	17						
или картофель свежий, очищенный, цельный промышленного производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	17,3	17						
масса отварного картофеля		15						
морковь до 01.01 - 20%	18	14						
с 01.01 - 25%	19	14						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	14	14						
масса отварной моркови		12						
масло растительное	4	4						

ИЛИ								
Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами			60	1,3	4,6	2,2	55	№54-6з-2020, Новосибирск
капуста белокочанная свежая	59	48						
или капуста белокочанная свежая очищенная промышленного производства (порезанная на 4 части, с удаленной кочерыжкой)	48	48						
масса капусты, стертой с солью		30						
(в свежем виде морковь и капусту старого урожая использовать до 1 марта, после 1 марта свежего урожая или другой салат из вареных овощей)								
помидоры свежие парниковые	12,2	12						
или помидоры свежие грунтовые	14,2	12						
огурцы свежие парниковые	12,2	12						
или огурцы свежие грунтовые	12,6	12						
яйцо куриное	5	5						
масло растительное	4	4						
ИЛИ								
Салат из свежих помидоров и огурцов			50	0,6	4,0	2,9	50	№20-2004
помидоры свежие парниковые	22	22						
или помидоры свежие грунтовые	26	22						
огурцы свежие парниковые	26	25						
или огурцы свежие грунтовые	26	25						

масло растительное на полив при подаче	4	4						
Свекольник с мясом, БЕЗ СМЕТАНЫ			180/10	4,0	4,9	12,5	110	№131-2013, Пермь
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
свекла до 01.01 -20%	56	45						
с 01.01 - 25%	60	45						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	43	32						
01.11.-31.12. -30%	46	32						
01.01-29.02 - 35%	49	32						
01.03 - 40%	53	32						
или картофель свежий, очищенный, цельный промышленного производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	33	32						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	2	2						
морковь до 01.01 - 20%	8,8	7						
с 01.01 - 25%	9,3	7						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	7	7						
лук репчатый	10	8						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	8,4	8						
<u>масло растительное</u>	4	4						

сахар	0,4	0,4						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Биточки печеночные			80	12,7	6,4	8,2	141	№35/8-2011, Екатеринбург
печень говяжья	136	112						
масса отварной, протертой печени		75						
яйцо куриное	10	10						
лук репчатый	18	15						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	15,8	15						
масло растительное	3	3						
масса прогретого с маслом лука		10						
сухари пшеничные	8	8						
масса полуфабриката		100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
ИЛИ на усмотрение ответственных за питание								
Биточки печеночные из полуфабриката промышленного производства			80	12,7	6,4	8,2	141	№35/8-2011, Екатеринбург
биточки печеночные (только специализированные полуфабрикаты с маркировкой «для детского питания», строго соответствующие по закладке основному блюду меню - с составом указанным на маркировке, со строгим ограничением соли, без специй, искусственных консервантов, усилителей вкуса, с допустимым сроком годности от 30 суток до 3 месяцев, не более)	100	100						

масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
ИЛИ исходя из пищевых пристрастий детей								
Биточки из говядины			80	9,9	8,7	8,9	154	№451-2004
говядина 1 категории	83	61						
или говядина полуфабрикат	72	61						
или фарш из говядины промышленного производства (только немеханической обвалки изготовленный из охлажденного мяса продуктивных животных)	61	61						
хлеб пшеничный	14	14						
вода питьевая	7	7						
лук репчатый	8	7						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	7,4	7						
яйцо куриное	6	6						
сухари пшеничные	8	8						
масса полуфабриката		100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
ИЛИ на усмотрение ответственных за питание								
Биточки мясные из полуфабриката промышленного производства			80	9,5	9,2	8,9	156	№451-2004

биточки мясные (только специализированные полуфабрикаты с маркировкой «для детского питания», строго соответствующие по закладке основному блюду меню - с составом указанным на маркировке, со строгим ограничением соли, без специй, искусственных консервантов, усилителей вкуса, с допустимым сроком годности от 30 суток до 3 месяцев, не более)	100	100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
Каша гречневая вязкая с маслом растительным			150	4,1	6,8	29,0	194	№510-2004
крупa гречневая	38	38						
вода питьевая	120	120						
<u>масло растительное</u>	<u>5</u>	<u>5</u>						
Компот из смеси сухофруктов			180	0,3	0,0	15,2	62	№508-2013, Пермь
сухофрукты	15	15						
сахар	8	8						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34	
<i>ПОЛДНИК</i>			260	8,2	9,2	36,0	260	
Пирожок печенный с яблоками			60	2,2	2,8	22,0	122	№535-2021, Пермь
масса теста		44						
мука пшеничная	29	29						
сахар	2,4	2,4						

масло растительное	2	2						
яйцо куриное	4	4						
соль йодированная	0,3	0,3						
дрожжи прессованные	0,9	0,9						
или дрожжи сухие	0,23	0,23						
вода питьевая	7	7						
мука пшеничная на подпыл	1,3	1,3						
фарш яблочный (2 вариант)		25						№564-2021, Пермь
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	39	27						
сахар	2	2						
яйцо куриное для смазки изделия	1,2	1,2						
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2						
ИЛИ								
Мучное изделие промышленного производства без содержания молочных продуктов в ассортименте			60	2,2	2,8	22,0	122	
Молоко растительное	200	200	200	6,0	6,4	14,0	138	№515-2013, Пермь
УЖИН			470	17,6	15,2	59,5	446	
Овощи натуральные			60	0,9	0,2	3,0	17	№106-2013, Пермь
огурцы свежие парниковые	61	60						

или огурцы свежие грунтовые	63	60						
ИЛИ								
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	109	60	60	0,7	0,1	2,6	14	№101-2004
Шницель рыбный натуральный			80	12,8	6,2	7,7	138	№391-2004
горбуша (кета) потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	123	82						
или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	149	82						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	111	82						
лук репчатый	6	5						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	5,3	5						
яйцо куриное	10	10						
сухари пшеничные	8	8						
масса полуфабриката		100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
ИЛИ на усмотрение ответственных за питание								
Шницель рыбный натуральный из полуфабриката промышленного производства, запеченный			80	12,8	6,2	7,7	138	№391-2004
шницель рыбный натуральный (только специализированные полуфабрикаты с маркировкой «для детского питания», строго соответствующие по закладке основному блюду меню - с составом указанным на маркировке, со строгим ограничением соли, без специй, искусственных консервантов, усилителей вкуса, с допустимым сроком годности от 30 суток до 3 месяцев, не более)	100	100						

масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
Картофель тушеный			150	2,7	8,2	18,3	158	№216-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	160	120						
01.11.-31.12. -30%	172	120						
01.01-29.02 - 35%	185	120						
01.03 - 40%	200	120						
или картофель свежий, очищенный, цельный промышленного производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	122	120						
морковь до 01.01 - 20%	44	35						
с 01.01 - 25%	47	35						
или морковь быстрозамороженная (кубик)	40	35						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	35	35						
лук репчатый	18	15						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	15,8	15						
<u>масло растительное</u>	8	8						
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,4	42	№685-2004
чай - заварка	0,4	0,4						
сахар	10	10						

Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	52	
ИТОГО:				56	61	255	1792	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:				54	60	261	1800	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):				51	57	248	1710	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				57	63	274	1890	
8 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК			440	8,7	8,3	62,1	358	
Каша ячневая жидкая <u>на воде</u>			200	3,8	5,7	23,0	159	№311-2004
крупa ячневая	25	25						
<u>вода питьевая</u>	190	190						
сахар	3	3						
соль йодированная	0,6	0,6						
<u>масло растительное</u>	<u>5</u>	<u>5</u>						
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			200	2,9	2,3	13,2	85	№501-2013, Пермь
кофейный напиток	4	4						
сахар	10	10						
<u>молоко растительное</u>	100	100						
Хлеб ржаной			10	0,2	0,1	3,8	17	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				0,2	0,0	22,0	89	
Отвар шиповника			100	0,2	0,0	22,0	89	№705-2004
шиповник	18	18						
сахар	5	5						
ОБЕД			650	20,5	25,9	78,0	627	
Салат из свежих помидоров			60	0,9	4,1	3,9	56	№22-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	58	57						
или помидоры свежие грунтовые	67	57						
масло растительное	4	4						
ИЛИ								
Свекла отварная с маслом растительным			60	1,0	4,0	4,3	57	№56-2006, Москва

свекла - до 01.01 -20%	74	59						
с 01.01 - 25%	78	59						
масса отварной свеклы		56						
или свекла вареная цельная промышленного производства	59	56						
масло растительное	4	4						
Рассольник Ленинградский с мясом БЕЗ СМЕТАНЫ			180/10	4,5	5,0	11,2	108	№129-1996
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	73	55						
01.11.-31.12. -30%	79	55						
01.01-29.02 - 35%	85	55						
01.03 - 40%	92	55						
или картофель свежий, очищенный, цельный промышленного производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	56	55						
крупа перловая	4	4						
лук репчатый	5	4						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	4,2	4						
морковь до 01.01 - 20%	8,8	7						
с 01.01 - 25%	9,3	7						

или морковь свежая, очищенная промышленного производства	7	7						
огурцы консервированные без уксуса	18	10						
<u>масло растительное</u>	4	4						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Рыбные палочки, запеченные			70	11,1	8,5	8,8	156	№304-2021, Пермь
горбуша или кета потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	87	58						
или горбуша или кета неразделанная (филе без кожи и костей)	106	58						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	78	58						
или хек потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	78	58						
или треска потрошенная обезглавленная (филе с кожей без костей)	77	58						
морковь до 01.01.-20%	23	18						
с 01.01 - 25%	24	18						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	18	18						
лук репчатый	18	15						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	16	15						
масло растительное	1,5	1,5						
масса припущенных с маслом овощей		15						
яйцо куриное	6	6						

сухари пшеничные	8	8						
масса полуфабриката		85						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
ИЛИ на усмотрение ответственных за питание								
Рыбные палочки из полуфабриката промышленного производства, запеченные			70	11,1	8,5	8,8	156	№304-2021, Пермь
рыбные палочки (только специализированные полуфабрикаты с маркировкой «для детского питания», строго соответствующие по закладке основному блюду меню - с составом указанным на маркировке, со строгим ограничением соли, без специй, искусственных консервантов, усилителей вкуса, с допустимым сроком годности от 30 суток до 3 месяцев, не более)	85	85						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
Картофель толченый, по-деревенски			150	2,5	7,6	19,1	155	№208-2013, Пермь
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	173	130						
01.11.-31.12. -30%	186	130						
01.01-29.02 - 35%	200	130						
01.03 - 40%	217	130						
или картофель свежий, очищенный, цельный промышленного производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	133	130						
отвар картофельный	25	25						
<u>масло растительное</u>	<u>8</u>	<u>8</u>						
Компот из плодов или ягод свежих или замороженных			180	0,4	0,1	14,9	62	№486-2021, Пермь

яблоки свежие с удаленным семенным гнездом	36,5	32						
или вишня быстрозамороженная (без косточки)	32,6	32						
или клубника или смородина черная быстрозамороженные	32,6	32						
сахар	12	12						
ИЛИ								
Компот из ягодно-фруктовой смеси			180	0,2	0,1	15,2	63	№634-2004
ягодно-фруктовая смесь быстрозамороженная	30,2	30						
лимонная кислота	0,2	0,2						
сахар	12	12						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	52	
ПОЛДНИК			250	9,9	12,5	30,0	272	
Мучное изделие промышленного производства без содержания молочных продуктов в ассортименте			50	4,4	7,5	18,0	157	
Молоко растительное	200	200	200	5,5	5,0	12,0	115	№515-2013, Пермь
УЖИН			510	14,8	13,6	67,8	453	
Горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	77	50	50	2,4	0,1	3,9	26	№101-2004
или горох быстрозамороженный промышленного производства, припущенный	57	50						№156-2021, Пермь
Плов из птицы			180	11,8	12,9	31,7	290	№406-2013, Пермь

курица потрошенная 1 категории (разделка на мякоть без кожи)	147	105						
или грудка куриная промышленного производства (разделка на мякоть без кожи)	82	56						
или филе куриное промышленного производства	59	56						
масса отварной птицы (мякоть)		40						
крупя рисовая	37	37						
морковь до 01.01 - 20%	55	44						
с 01.01 - 25%	59	44						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	44	44						
лук репчатый	14	12						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	12,6	12						
масло растительное	6	6						
Сок овощной в ассортименте	180	180	180	0,2	0,3	10,2	44	№518-2013, Пермь
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,2	18,2	75	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 100 г)								
Хлеб ржаной			10	0,2	0,1	3,8	17	
ИТОГО:				54	60	260	1799	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:				54	60	261	1800	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):				51	57	248	1710	

НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				57	63	274	1890	
9 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК			400	14,2	14,5	45,6	370	
Омлет натуральный <u>на воде</u> с подгарнировкой			180	9,5	9,9	7,9	159	№340-2004
яйцо куриное	76	76						
<u>вода питьевая</u>	29	29						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
масса готового омлета		100						
Овощи на подгарнировку		80						
кукуруза консервированная (после термической обработки)	134	80						№101-2004
ИЛИ кукуруза быстрозамороженная, припущенная	91	80						№156-2021, Пермь
Мучное изделие без содержания молочных продуктов промышленного производства в ассортименте			20	1,2	1,4	10,2	58	
Чай на молоке растительном			200	2,9	3,0	19,9	118	№495-2013, Пермь
чай - заварка	0,4	0,4						
<u>молоко растительное</u>	100	100						
сахар	10	10						

Хлеб ржаной			20	0,6	0,2	7,6	35	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				0,3	0,0	22,4	91	
Сок с содержанием витаминов и минералов в ассортименте	180	180	180	0,3	0,0	22,4	91	№518-2013, Пермь
ИЛИ								
Напиток с витаминами со вкусом ягод или фруктов			200	0,7	0,2	19,9	89	№507-2021, Пермь
смесь сухая с витаминами для напитка со вкусом ягод или фруктов (для детей дошкольного возраста)	20	20						
вода питьевая	200	200						
ОБЕД				660	19,6	24,0	83,4	628
Салат из капусты белокочанной с морковью			60	1,20	4,10	7,60	72	№4-2013, Пермь
капуста белокочанная свежая	98	78						
или капуста белокочанная свежая очищенная промышленного производства (порезанная на 4 части, с удаленной кочерыжкой)	78	78						
масса капусты, стертой с солью		49						
лимон (для сока)	6	2,5						
сахар	0,6	0,6						
морковь до 01.01 - 20%	7,5	6						
с 01.01 - 25%	8	6						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	6	6						
(в свежем виде морковь и капусту старого урожая использовать до 1 марта, после 1марта свежего урожая или другой салат из вареных овощей)								

масло растительное	4	4						
или								
Винегрет овощной			60	1,0	4,0	7,6	70	№71-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	24	18						
01.11.-31.12. -30%	26	18						
01.01-29.02 - 35%	28	18						
01.03 - 40%	30	18						
или картофель свежий, очищенный, цельный промышленного производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	18,4	18						
масса отварного картофеля		15						
свекла до 01.01 -20%	24	19						
с 01.01 - 25%	25	19						
масса отварной свеклы		15						
или свекла вареная цельная промышленного производства	16	15						
морковь до 01.01 - 20%	20	16						
с 01.01 - 25%	21	16						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	16	16						
масса отварной моркови		14						
огурцы соленые без уксуса	18	10						

горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	12	8						
масло растительное	4	4						
Суп лапша домашняя с курицей			180/10	4,0	5,3	15,2	125	№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						
<i>лапша домашняя</i>		15						№549-2004
мука пшеничная	13	13						
мука пшеничная (на подпыл)	0,9	0,9						
яйцо куриное	3,6	3,6						
вода питьевая	2,5	2,5						
соль йодированная	0,3	0,3						
или лапша промышленного производства	15	15						
морковь до 01.01 - 20%	10,0	8						
с 01.01 - 25%	10,6	8						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	8	8						
лук репчатый	8	7						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	7,4	7						

масло растительное	4	4						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Шницель из мяса (свинина мясная и говядина)			80	9,5	9,2	8,9	156	№451-2004
свинина мясная	28	24						
говядина 1 категории	50	37						
или говядина полуфабрикат	44	37						
или фарш из говядины промышленного производства (только немеханической обвалки изготовленный из охлажденного мяса продуктивных животных)	61	61						
хлеб пшеничный	14	14						
вода питьевая	7	7						
лук репчатый	8	7						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	7,4	7						
яйцо куриное	6	6						
сухари пшеничные	8	8						
масса полуфабриката		100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
ИЛИ на усмотрение ответственных за питание								
Шницель мясной из полуфабриката промышленного производства			80	9,5	9,2	8,9	156	№451-2004

шницель мясной (только специализированные полуфабрикаты с маркировкой «для детского питания», строго соответствующие по закладке основному блюду меню - с составом указанным на маркировке, со строгим ограничением соли, без специй, искусственных консервантов, усилителей вкуса, с допустимым сроком годности от 30 суток до 3 месяцев, не более)	100	100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
Овощи, припущенные с маслом растительным			150	3,5	4,9	15,4	120	№210-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	73	55						
01.11.-31.12. -30%	79	55						
01.01-29.02 - 35%	85	55						
01.03 - 40%	92	55						
или картофель свежий, очищенный, цельный промышленного производства (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	56	55						
морковь до 01.01 - 20%	69	55						
с 01.01 - 25%	73	55						
или морковь быстрозамороженная (кубик)	63	55						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	55	55						
горошек зелёный консервированный	39	25						
или горох быстрозамороженный промышленного производства	29	25						
капуста свежая белокочанная	63	50						
или капуста белокочанная свежая очищенная промышленного производства (порезанная на 4 части, с удаленной кочерыжкой)	50	50						

масло растительное	5	5						
Компот из кураги			180	0,5	0,0	16,2	67	№638-2004
курага	15	15						
сахар	5	5						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	52	
ПОЛДНИК			250	8,9	8,5	40,0	272	
Мучное изделие промышленного производства без содержания молочных продуктов в ассортименте			50	3,4	3,5	28,0	157	
Молоко растительное	200	200	200	5,5	5,0	12,0	115	№515-2013, Пермь
УЖИН			450	12,1	15,0	68,3	457	
Салат из моркови с чесноком			60	0,9	4,0	4,5	58	№59-2013, Пермь
морковь до 01.01 - 20%	75	60						
с 01.01 - 25%	80	60						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	60	60						
масса отварной моркови		57						
чеснок	0,4	0,3						
масло растительное	4	4						

или								
Салат "Любительский"			60	2,2	4,1	3,5	60	№4-2006, Екатеринбург
морковь до 01.01 - 20%	25	20						
с 01.01 - 25%	27	20						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	20	20						
масса отварной моркови		17						
кукуруза консервированная (после термической обработки)	25	15						
огурцы консервированные без уксуса	45,5	25						
или огурцы свежие парниковые	25,5	25						
или огурцы свежие грунтовые	26,3	25						
масло растительное	4	4						
Запеканка картофельная с мясным фаршем (говядина) БЕЗ СМЕТАНЫ			180	10,1	10,5	34,7	274	№157-2004, Пермь
говядина 1 категории	88	65						
или говядина полуфабрикат	77	65						
или фарш из говядины промышленного производства (только немеханической обвалки изготовленный из охлажденного мяса продуктивных животных)	65	65						
лук репчатый	10	8						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	8,4	8						

[illegible]

Чай с сахаром				200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004
чай - заварка		0,4	0,4						
сахар		12	12						
Хлеб пшеничный				20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной				20	0,5	0,3	7,5	34	
ИТОГО:					55	62	260	1817	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:					54	60	261	1800	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):					51	57	248	1710	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):					57	63	274	1890	
10 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
ЗАВТРАК			410	9,5	11,5	59,0	378		
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая <u>на воде</u>			200	3,5	5,5	24,5	162	№311-2004	
хлопья овсяные "Геркулес"	25	25							
<u>вода питьевая</u>	182	182							
сахар	3	3							

соль йодированная	0,6	0,6						
<u>масло растительное</u>	<u>5</u>	<u>5</u>						
Кондитерское изделие промышленного производства без содержания молочных продуктов в ассортименте			30	5,5	5,8	15,2	135	
Чай с лимоном			180	0,1	0,0	10,5	42	№686-2004
чай - заварка	0,4	0,4						
сахар	10	10						
лимон	6	5						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				0,3	0,0	22,4	91	
Сок в ассортименте	200	200	200	0,3	0,0	22,4	91	№518-2013, Пермь
ОБЕД			700	18,7	20,6	91,1	625	
Овощи натуральные			80	0,9	0,2	3,0	17	№106-2013, Пермь
огурцы свежие парниковые	61	60						
или огурцы свежие грунтовые	63	60						
ИЛИ								
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	109	60	60	0,7	0,1	2,6	14	№101-2004
Уха рыбацкая			180/30	4,7	4,7	15,1	122	№30/2-2011, Екатеринбург

горбуша (кета) потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	51	36						
или горбуша (кета) неразделанная (филе с кожей без костей)	62	36						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	50	37						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	113	85						
01.11.-31.12. -30%	122	85						
01.01-29.02 - 35%	131	85						
01.03 - 40%	142	85						
или картофель свежий, очищенный, цельный примышленного производств (в вакуумной упаковке, без использования сульфитов)	87	85						
лук репчатый	14	12						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	13	12						
<u>масло растительное</u>	<u>4</u>	<u>4</u>						
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Котлета "Нежная" из говядины и птицы, запеченные			80	9,7	10,5	11,8	180	№373-2021, Пермь
говядина 1 категории	20	15						
или говядина полуфабрикат	18	15						
или фарш из говядины промышленного производства (только немеханической обвалки из охлажденного мяса продуктивных животных)	15	15						
филе куриное промышленного производства	42	40						

или филе индейки	42	40						
или грудка куриная промышленного производства (разделка на мякоть без кожи)	59	40						
хлеб пшеничный	15	15						
лук репчатый	10	8						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	8,4	8						
яйцо куриное	7	7						
вода питьевая	10	10						
сухари пшеничные	8	8						
масса полуфабриката		100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
или								
Котлета из говядины и птицы, из полуфабриката промышленного производства, запеченные			80	9,7	10,5	11,8	180	№373-2021, Пермь
котлета из говядины и птицы (только специализированные полуфабрикаты с маркировкой «для детского питания», строго соответствующие по закладке основному блюду меню - с составом указанным на маркировке, со строгим ограничением соли, без специй, искусственных консервантов, усилителей вкуса, с допустимым сроком годности от 30 суток до 3 месяцев, не более)	100	100						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
Макаронные изделия отварные с овощами			150	2,2	4,5	28,0	161	№294-2013, Пермь
макаронные изделия	42	42						

масса отварных макарон		100						
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>	5	5						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	6	6						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	18	12						
или горох быстрозамороженный промышленного производства	14	12						
масса готовых овощей		40						
Кисель из ягод			180	0,3	0,2	14,1	59	№505-2013, Пермь
брусника или клюква быстрозамороженная	26,6	24						
сахар	10	10						
крахмал	6	6						
ИЛИ в соответствие с п.59/6 СанПиН 2.3/2.4.4282-26 для дополнительного обогащения рациона питания детей микронутриентами								
Кисель из концентрата с витаминами для детей дошкольного и школьного возраста			180	0,0	0,0	16,6	66	№504-2021, Пермь
концентрат киселя с витаминами (для детей дошкольного возраста)	22	22						
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	20	

Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
ПОЛДНИК			250	11,8	13,5	29,0	285	
Мучное изделие промышленного производства без содержания молочных продуктов в ассортименте			50	6,3	8,5	17,0	170	
Молоко растительное	200	200	200	5,5	5,0	12,0	115	№515-2013, Пермь
УЖИН			480	12,3	13,7	71,0	456	
Плов из свинины			180	11,2	13,4	31,7	292	№443-2004
свинина мясная	70	60						
масло растительное	6	6						
масса тушенного мяса		40						
крупа рисовая	37	37						
морковь до 01.01 - 20%	55	44						
с 01.01 - 25%	59	44						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	44	44						
лук репчатый	14	12						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	12,6	12						
ИЛИ								
Плов из говядины			180	11,7	12,9	31,7	290	№443-2004
говядина 1 категории	84	62						

или говядина полуфабрикат	73	62						
<u>масло растительное</u>	<u>6</u>	<u>6</u>						
масса тушеного мяса		40						
крупа рисовая	37	37						
морковь до 01.01 - 20%	55	44						
с 01.01 - 25%	59	44						
или морковь свежая, очищенная промышленного производства	44	44						
лук репчатый	14	12						
или лук репчатый свежий, очищенный промышленного производства	12,6	12						
Чай с сахаром			200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004
чай - заварка	0,4	0,4						
сахар	12	12						
Фрукт в ассортименте			100	0,2	0,6	21,0	90	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 100 г)								
Хлеб ржаной			15	0,3	0,2	5,7	26	
ИТОГО:				53	59	272	1834	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:				54,0	60	261	1800	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):				51	57	248	1710	При 11-12 часовом

НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):	57	63	274	1890	пребывании детей
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА 2 НЕДЕЛЮ:	54,7	60	263	1810	
*СанПиН 2.3/2.4.4282-26 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"					

яблоки в салате

в капусте туш