

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы
Байкальская с.ш.
Иванов И.

« 25 » августа 2021 г.

« ____ » _____ 20 ____ г.

ПРИМЕРНОЕ 14 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

№14-ШИ/3590-20/104 от 10.02.2021 г.

для питания детей в школе-интернате,

разработано в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20

"Санитарно-эпидемиологические организации общественного питания населения"

Возрастная категория детей: с 12 лет и старше

Приемы пищи: завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин.

г. Тюмень, 2021г.



Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека
Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения
«Центр гигиены и эпидемиологии в Тюменской области»
(ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Тюменской области»)
Холодильная, 57. Тюмень, 625027; Телефон (3452) 56-79-90, (3452) 56-79-91, (3452) 56-79-92
Тел/факс (3452) 20-50-06; e-mail: tocgsen@fguz-tyumen.ru; [http:// www.fguz-tyumen.ru](http://www.fguz-tyumen.ru)
ОКПО 74757016 ОГРН 1057200617759 ИНН/КПП 7203158959/720301001



УТВЕРЖДАЮ
Главный врач (заместитель) ФБУЗ
«Центр гигиены и эпидемиологии в
Тюменской области»

А.Я. Фольмер

№ 25/Д

«10» апреля 2021 г.

г. Тюмень

Экспертное заключение

1. Наименование услуги: экспертиза примерного 14-ти дневного меню № 14-ШИ/3590-20/104 от 10.02.2021 для организации питания детей с 12 лет и старше в школе - интернате.
2. Заявитель: АУ ТО «Центр технологического контроля».
Юридический адрес: 625026, г. Тюмень, ул. Рижская 47А;
ИНН 7203208134, ОГРН 1077203065147.
3. Получатель: АУ ТО «Центр технологического контроля».
Юридический адрес: 625026, г. Тюмень, ул. Рижская 47А;
ИНН 7203208134, ОГРН 1077203065147.
4. Нормативные документы, используемые экспертами при проведении экспертизы:
СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» (далее СанПиН 2.3/2.4.3590-20).
5. Санитарно-эпидемиологической экспертизой установлено:
На основании заявки № 114404 от 25.03.2021г. рассмотрено представленное примерное 14-ти дневное меню № 14-ШИ/3590-20/104 от 10.02.2021 для организации питания детей в школе - интернате. Приемы пищи: завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин. Возрастная категория детей: с 12 лет и старше.
Меню разработано на основании:
- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».
При составлении меню использованы:
 - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, I часть — М.: Хлебпродинформ, 1996г.
 - Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции общественного питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, Том 1,2 — Москва.: 2006 г.
 - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах — М.: Хлебпродинформ, 2004г.



- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для диетического питания – М.: Хлебпродинформ, 2002г.

- Сборник технических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации - Пермь, ООО «Уральский региональный центр питания» ГБОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е.А. Вагнера», 2013 г.

- Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях, I часть, II часть - Екатеринбург, Уральский государственный экономический университет, ФГУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области», 2011г.

Представлены аннотация к меню, содержащая ссылки на используемую литературу, нормативные документы, пояснения к меню; накопительная ведомость; таблица распределения энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи; таблица суммарных объемов блюд по приемам пищи.

Для обеспечения здоровым питанием составлено примерное меню на 14 дней, в соответствии с рекомендуемой формой составления примерного меню (приложение 8 СанПиН 2.3/2.4.3590-20), что соответствует п. 8.1.4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Меню разработано на период не менее двух недель (с учетом режима организации) для возрастной группы детей с 12 лет и старше, что соответствует требованиям п. 8.1.4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Примерное меню содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности (содержание белков, жиров и углеводов в каждом блюде). Приводятся ссылки на рецептуры используемых блюд и кулинарных изделий, в соответствии со сборниками рецептур.

Организовано пяти разовое питание, что соответствует п. 8.1.2.8. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Меню включает завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин. На долю завтрака в среднем за 14 дней приходится 25% от суточной потребности в пищевых веществах и энергии, на долю обеда - 35%, на долю полдника - 15%; на долю ужина - 20%; на долю второго ужина - 5% от суточной потребности в пищевых веществах и энергии. Примерное меню разработано с учетом физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастной группы с 12 лет и старше (приложение 10, таблица 1, таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20), что соответствует требованиям пп. 8.1.2.1, 8.1.2.3. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Суммарный объем готовых блюд для указанного возраста (с 12 лет и старше) соответствует приложению 9 таблице 3 п. 8.1.2. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Масса порций готовых блюд для указанного возраста (с 12 лет и старше) соответствует приложению 9 таблице 1 п. 8.1.2. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Для дополнительного обогащения рациона питания детей микронутриентами в меню используется: хлеб и хлебобулочные изделия с содержанием витаминов и минералов, витаминизированное молоко. В целях профилактики йододефицитных состояний у детей используется соль поваренная пищевая йодированная при приготовлении блюд и кулинарных изделий, что соответствует требованиям п. 8.1.6. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

В примерном меню отсутствуют блюда и кулинарные изделия, которые могут послужить причиной возникновения и распространения инфекционных и массовых неинфекционных заболеваний (отравлений), указанные в приложении 6 (СанПиН 2.3/2.4.3590-20), что соответствует п. 8.1.9. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».



ЗАКЛЮЧЕНИЕ:

Представленное примерное 14-ти дневное меню № 14-ШИ/3590-20/104 от 10.02.2021 для организации питания детей с 12 лет и старше в школе - интернате разработанное АУ ТО «Центр технологического контроля» соответствует требованиям 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

И.о. заведующего отделением гигиены детей и подростков – врач по общей гигиене

Е.А. Невидимова



Аннотация

Меню приготавливаемых блюд для организации питания с круглосуточным пребыванием детей в школе-интернате, разработано в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения" (далее - СанПиН 2.3/2.4.3590-20), раздел VIII «Особенности организации общественного питания детей».

Возрастная категория детей: с 12 лет и старше.

В соответствии с Приложением 10, Таблица 3 «Распределение в процентном отношении потребления пищевых веществ и энергии по приемам пищи в зависимости от времени пребывания в организации» СанПиН 2.3/2.4.3590 – 20, предусмотрены следующие приемы пищи - завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин.

Суточная потребность 2720 ккал в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Приложение 10, Таблица 1 «Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах (суточная).

Соблюдено требование п.8.1.2.3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «допускается в течение дня отступление от норм калорийности по отдельным приемам пищи в пределах +/- 5 % при условии, что средний % пищевой ценности за неделю будет соответствовать нормам, приведенным в таблице 3 Приложения №10 к настоящим правилам, по каждому приему пищи».

Масса порций для детей в меню соответствует требованиям Приложения № 9, Таблица 1 «Масса порций для детей в зависимости от возраста (в граммах)».

Суммарные объемы блюд по приемам пищи соответствуют требованиям Приложения № 9, Таблица 3 «Суммарные объемы блюд по приемам пищи (в граммах не менее)».

Нормы питания рассчитаны в соответствии СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Приложение 7, Таблица 2 "Среднесуточные наборы пищевой продукции для организации питания детей от 7 до 18 лет (в нетто г., мл. на 1 ребенка в сутки)".

Меню содержит обязательные вложения - титульный лист, аннотацию, накопительную ведомость, таблицу распределения энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи, таблицу суммарных объемов блюд по приемам пищи (в граммах - не менее).

Форма меню в соответствии с требованиями п.8.1.4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20, Приложение 8 (рекомендуемый образец).

Меню содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической ценности, Расчеты проведены на программном комплексе: «Система расчетов для общественного питания», одобренный Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (свидетельство № 32 от 11.06.2009 г.)

Технологическая документация разработана на основании нормативных сборников рецептов:

- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, I часть - М.: Хлебпродинформ, 1996 г (**№рец.-1996**).
- Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции общественного питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, Том 1,2 – Москва.:2006г; (**№рец.-2006, Москва**).
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах — М.: Хлебпродинформ, 2004г (**№рец.-2004**).
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для диетического питания — М.: Хлебпродинформ, 2002 г (**№рец.-2002**).
- Сборник технических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации – Пермь, ООО «Уральский региональный центр питания» ГБОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е.А. Вагнера», 2013 г. (**№рец.-2013, Пермь**), Пермской области

- Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях, I часть II часть – Екатеринбург, Уральский государственный экономический университет, ФГУ: «Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области», 2011г. (№рец.-2011 Екатеринбург).

Меню укомплектовано технологическими документами (технологическими картами) соответствие с п. 2.8. СанПиН 2.3/2.4.3590-20. При приготовлении блюд соблюдается принцип «щадящего питания»: для тепловой обработки применяется варка, запекание, припускание, тушение, приготовление на пару, приготовление в конвектомате. Указана температура подачи блюд и срок реализации.

Для овощей приняты нормы отходов соответствие с **Приложением №24 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий 1996 г.** Необходимо строго следить за пересчетом процента отходов для расчета сырья по овощам, в соответствии с сезонностью. Закладка продуктов в блюда соответствует нормативным таблицам. Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий 1996 г.

В целях профилактики гиповитаминозов в соответствии с п.8.1.6. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 для дополнительного обогащения рациона питания детей микронутриентами в меню использованы: хлеб и хлебобулочные изделия с содержанием витаминов и минералов, витаминизированные напитки. Для дополнительного обогащения рациона микронутриентами рекомендуется использовать в меню специализированные продукты питания, обогащенные микронутриентами, а также инстантные витаминизированные напитки промышленного выпуска.

В целях профилактики йододефицитных состояний у детей должна использоваться **соль поваренная пищевая йодированная** при приготовлении блюд и кулинарных изделий. Соль в меню включена в состав рецептур блюд (каши, выпечные изделия), в другие блюда закладка соли осуществляется с учетом приготовления качественных по органолептическим показателям **меру соленых блюд.**

Для предотвращения размножения патогенных микроорганизмов готовые блюда должны быть реализованы не позднее 2-х часов с момента изготовления, п.8.1.2.8. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Следует учитывать, что **выход фруктов, кондитерских изделий дан в меню ориентировочно.** При формировании ежедневного меню необходимо определять **фактически выход фруктов и кондитерских изделий.**

Разработчик АУ ТО «Центр технологического контроля»
г. Тюмень ул. Рижская 47а
электронный адрес: tehkontrol2014@yandex.ru

лх. I часть,
тет, ФГУЗ
рещ.-2011,

артами) в
я принцип
ипускание,
ра подачи

Сборника
ересчетом
Заклада
улинарных

2.4.3590-20
в Меню
линералов,
триентами
гашенные
ылука.

ться соль
ий. Соль в
адка соли
зателям в

да должны
3/2.4.3590-

В Меню
Тического

НАКОПИТЕЛЬНАЯ ВЕДОМОСТЬ к меню №14-ШИ/3590-20/104 от 10.02.2021 г. для питания детей школьного возраста с 12 лет и старше (завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин)

20	Продукты	Норма питания в г*, мл, нетто на 1 ребенка в сутки	Фактически получено г, мл,														за 14 дней, г	Факт в день г, мл,	% выполнения
			Дни																
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14			
1	Хлеб ржаной	120	120	130	100	100	110	120	120	120	80	120	120	110	120	110	1580	113	95
2	Хлеб пшеничный ***	200,0	202	160	189	166	281	188	168	259	159	137	267	260	200	125	2761	197	99
3	Мука пшеничная	20,0	67	16	3	49,3	6	10	30	0	52	34	3	5	6	5	285	20	102
4	Крупы, бобовые	50	79	62	60	42	46	85	80	18	0	68	50	40	36	73	739	53	105
5	Макаронные изделия	20	0	64	0	64	0	0	0	64	0	0	0	64	15	0	271	19	95
6	Картофель	187	205	120	135	75	224	229	205	275	184	230	328	214	240	84	2748	196	105
7	Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соленые и квашеные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-пюре, зелень	320,0	325	322,5	498,4	339	529	305,5	155	238	341	341	348	302	367	316	4728	338	105
8	Фрукты свежие	185,0	204	150	324	150	235	150	305	130	260	244	200	105	100	160	2717	194	105
9	Сухофрукты	20,0	0	0	25	40	0	0	25	0	30	15	0	56	0	75	266	19	95
10	Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные***	200,0	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	2800	200	100
11	Сахар (в т.ч. для приготовления блюд и напитков, в случае использования пищевой продукции промышленного выпуска, содержащих сахар, выдача сахара должна быть уменьшена в зависимости от его содержания в используемой готовой пищевой продукции)	35,0	50	22,5	34	52	29	30	46	18	42	57	24	30	17	39	490	35	100
12	Кондитерские изделия	15,0	0	0	50	8	0	60	0	0	36	0	0	0	25	30	209	15	100
13	Какао	1,2	0	0	5	0	0	0	2	0	5	0	0	5	0	0	17	1	101
14	Чай	2,0	3,4	1,7	0,0	3,4	3,4	0,0	1,7	1,7	1,7	3,4	1,7	1,7	1,7	1,7	27	2	97
15	Кофейный напиток	2,0	0	5,5	0	0	0	5,5	0	6	0	0	6	0	6	0	28	2	98
16	Мясо 1-й категории	78,0	63	79	201	16	79	100	95	16	81	95	97	0	111	96	1129	81	103
17	Субпродукты (печень, язык, сердце)	40,0	0	0	0	142	0	0	125	0	114	0	0	151	0	0	532	38	95
18	Птица (цыплята-бройлеры потрошенные - 1 кат.)	53,0	26	149	0	0	0	0	0	75	0	149	145	0	182	726	52	98	
19	Рыба (филе), в т.ч. филе слабо или малосоленое	77,0	125	0	74	143	96	99	0	143	0	126	0	74	148	0	1028	73	95
20	Молоко	350	286	345	404	33	426	352	404	452	458	120	365	430	350	230	4655	333	95
21	Кисломолочная пищевая продукция	180,0	200	300	0	300	200	300	100	200	0	300	200	0	300	100	2500	179	99
22	Творог (5%-9% м.д.ж.)	60,0	0	165	0	120	0	172	0	0	134	0	100	0	0	141	832	59	99
23	Сметана	10,0	5	13	0	17,5	0	12	5	0	19	5	0	30	17	23	146	10	104
24	Сыр	15,0	20	0	30	0	0	0	30	20	30	20	30	0	0	20	200	14	95
25	Масло сливочное	35,0	34	34	15	60,5	35	37	30	32	49	45	33	44	17	41	506	36	103
26	Масло растительное	18,0	23	17	31	16,2	25	17	18,7	15	11	14	19	15	13	25	260	19	103
27	Яйцо, шт.	40	60	8	155	29	7	22,5	16	60	147	9	7	0	40	36	597	43	105
28	Дрожжи хлебопекарные	0,3	0	0	0	1,2	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	3	0	67
29	Крахмал	4,0	7	0	0	0	0	0	0	0	7	0	0	0	0	0	14	1	25
30	Специи	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	28	2	100
31	Соль пищевая поваренная йодированная	5,0	5,0	5,0	5,0	5,0	5,0	5,0	5,0	5,0	5,0	5,0	5,0	5,0	5,0	5,0	70	5	100

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

** Количество потребленных продуктов округлено до целого числа

*** Мучное, булочное, кондитерское изделие промышленного производства посчитано в 1,2,4,5,6,8,9,10,11,12,13 дни посчитано к норме хлеба пшеничного



Распределение энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи для детей школьного возраста с 12 лет и старше *

Суточная потребность СанПиН 2.3/2.4.3590-20 (2720 ккал)**	Завтрак, ккал	%	Обед, ккал	%	Полдник, ккал	%	Ужин, ккал	%	Второй ужин, ккал	%	Итого, ккал	% выполнен ия
	25 % от суточного рациона		35% от суточного рациона		15 % от суточного рациона		20 % от суточного рациона		5 % от суточного рациона		100%	
	680		952		408		544		136		2720	
1 день	664	24	945	35	389	14	556	20	141	5	2696	99
2 день	652	24	958	35	426	16	562	21	141	5	2740	101
3 день	704	26	928	34	390	14	521	19	130	5	2674	98
4 день	698	26	1002	37	394	14	570	21	141	5	2806	103
5 день	696	26	961	35	428	16	532	20	141	5	2759	101
6 день	669	25	992	36	417	15	543	20	141	5	2762	102
7 день	672	25	906	33	410	15	520	19	130	5	2638	97
ИТОГО в среднем за неделю	680	25	956	35	408	15	544	20	138	5	2725	100
8 день	665	24	934	34	428	16	551	20	141	5	2719	100
9 день	672	25	919	34	424	16	543	20	130	5	2688	99
10 день	679	25	917	34	388	14	543	20	141	5	2668	98
11 день	680	25	986	36	415	15	550	20	141	5	2772	102
12 день	648	24	974	36	393	14	568	21	130	5	2712	100
13 день	710	26	942	35	390	14	543	20	141	5	2727	100
14 день	714	26	993	37	419	15	544	20	130	5	2800	103
ИТОГО в среднем за неделю	681	25	952	35	408	15	549	20	136	5	2726	100
ИТОГО в среднем за день	680	25	954	35	408	15	546	20	137	5	2726	100

*Приложение 10, Таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"

**Приложение 10, Таблица 1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"

Суммарные объемы блюд по приемам пищи для детей с 12 лет и старше

(не менее)

Приложение №9, таблица 3 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20	Завтрак, грамм	Обед, грамм	Полдник, грамм	Ужин, грамм	Второй ужин, грамм
	550	800	350	600	200
1 день	645	845	400	600	220
2 день	550	845	400	630	220
3 день	620	890	400	600	200
4 день	595	895	360	605	220
5 день	580	875	380	605	220
6 день	565	855	400	685	220
7 день	565	810	420	605	200
8 день	560	885	380	655	220
9 день	575	865	390	600	200
10 день	565	865	380	650	220
11 день	560	825	400	630	220
12 день	550	900	350	600	200
13 день	575	865	360	620	220
14 день	555	815	390	600	200

Масса порций для детей в зависимости от возраста (в граммах)

Название блюд	Масса порций в граммах для двух возрастных групп	
	7 до 11 лет	12 лет и старше
Каша, или овощное, или яичное, или творожное, или мясное блюдо (допускается комбинация разных блюд завтрака, при этом выход каждого блюда может быть уменьшен при условии соблюдения общей массы блюд завтрака)	150-200	200-250
Закуска (холодное блюдо) (салат, овощи и т.п.)	60-100	100-150
Первое блюдо	200-250	250-300
Второе блюдо (мясное, рыбное, блюдо из мяса птицы)	90-120	100-120
Гарнир	150-200	180-230
Третье блюдо (компот, кисель, чай, напиток кофейный, какао-напиток, сок, напиток из шиповника, сок)	180-200	180-200
Фрукты	100	100

В соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", Приложение 9, Таблица 1 "Масса порций для детей в зависимости от возраста (в граммах)"

ТАБЛИЦА ЗАМЕНЫ ПИЩЕВОЙ ПРОДУКЦИИ В ГРАММАХ (НЕТТО) С УЧЕТОМ ИХ
ПИЩЕВОЙ ЦЕННОСТИ

Вид пищевой продукции	Масса, г	Вид пищевой продукции - заменитель	Масса, г
Говядина	100	Мясо кролика	96
		Печень говяжья	116
		Мясо птицы	97
		Рыба (треска)	125
		Творог с массовой долей жира 9%	120
		Баранина 2 кат.	97
		Конина 1 кат.	104
		Мясо лосося (мясо с ферм)	95
		Оленина (мясо с ферм)	104
		Консервы мясные	120
Молоко питьевое с массовой долей жира 3,2%	100	Молоко питьевое с массовой долей жира 2,5%	100
		Молоко сгущенное (цельное и с сахаром)	40
		Сгущено-вареное молоко	40
		Творог с массовой долей жира 9%	17
		Мясо (говядина 1 кат.)	14
		Мясо (говядина 2 кат.)	17
		Рыба (треска)	17,5
		Сыр	12,5
		Яйцо куриное	22
Творог с массовой долей жира 9%	100	Мясо говядина	83
		Рыба (треска)	105
Яйцо куриное	41	Творог с массовой долей жира 9%	31
		Мясо (говядина)	26
		Рыба (треска)	30
		Молоко цельное	186
		Сыр	20
Рыба (треска)	100	Мясо (говядина)	87
		Творог с массовой долей жира 9%	105

Картофель	100	Капуста белокочанная	111
		Капуста цветная	80
		Морковь	154
		Свекла	118
		Бобы (фасоль), в том числе консервированные	33
		Горошек зеленый	40
		Горошек зеленый консервированный	64
		Кабачки	300
Фрукты свежие	100	Фрукты консервированные	200
		Соки фруктовые	133
		Соки фруктовые – ягодные	133
		Сухофрукты:	
		Яблоки	12
		Чернослив	17
		Курага	8
		Изюм	22

**Расход соли и специй
при приготовлении блюд и изделий**

Блюда	Наименование специй	
	Соль, г	Лавровый лист, г
1	2	5
1. Холодные блюда (на порцию)	2—3	0,01
2. Супы (на 1000 г) ¹	6—10	0,04
3. Блюда из овощей (варка) на 1 л воды	10	—
4. Блюда из круп (на 1 кг крупы)		
гречневая каша:		
рассыпчатая из ядрицы	21	—
вязкая	40	—
пшенная каша:		
рассыпчатая	25	—
вязкая	40	—
рисовая каша:		
рассыпчатая	28	—
вязкая	45	—
перловая каша:		
рассыпчатая	30	—
вязкая	45	—
овсяная каша вязкая	40	—
манная каша вязкая	45	—
кукурузная каша:		
рассыпчатая	30	—
вязкая	35	—
5. Блюда из бобовых (на 1 порцию отварных бобов)	3—4	—
6. Блюда из макаронных изделий (варка) на 1 кг изделий	30	—
7. Блюда из яиц (на 1 шт.)	0,25	—
8. Блюда из творога (на 1 кг)	10	—
9. Блюда из рыбы и морепродуктов (на 1 порцию)	3	0,01
10. Блюда из мяса (на 1 порцию)	4	0,02
11. Блюда из сельскохозяйственной птицы (на 1 порцию)	3—5	0,02

¹ Норма закладки соли в молочных супах — 6 г на 1000 г.

**Меню приготавливаемых блюд
завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин**

Возрастная категория: с 12 лет и старше

14-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ №14-ШИ/3590-20/104 от 10.02.2021 г.

**Меню содержит обязательные вложения - титульный лист, аннотацию, накопительную ведомость,
таблицу распределения энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи,
таблицу суммарных объемов блюд по приемам пищи (в граммах - не менее)**

1 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			645	17,9	19,2	105,3	664,3	
Бутерброд с сыром и маслом			30/10/20	7,5	11,8	11,9	183,8	№1,3-2004
хлеб пшеничный	30	30						
масло сливочное	10	10						
сыр	21	20						
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая с маслом			200/5	6,5	6,7	26,0	190	№311-2004
хлопья овсяные "Геркулес"	25	25						
вода питьевая	72	72						
молоко питьевое	110	110						
или молоко концентрированное	51	51						

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 14-ши/3590-20/104
АУ ТО «Центр технологического контроля»

или молоко сухое	13	13						
вода кипяченая для концентрированного молока	59	59						
вода кипяченая для сухого молока	97	97						
сахар	3	3						
соль йодированная	1	1						
масло сливочное	5	5						
Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"			200/20/10	0,2	0,0	15,5	62,8	№686-2004
чай-заварка	1,7	1,7						
сахар	15	15						
лимон	11	10						
апельсин	21	20						
Фрукты в ассортименте			150	0,6	0,0	21,6	88,8	№458-2006, Москва
Хлеб ржаной			30	1,1	0,2	14,1	60,8	
или Хлеб ржаной витаминизированный			30					
Хлеб пшеничный			40	2,0	0,6	16,2	77,8	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			40					
Обед			845	31,7	32,1	132,3	945	
Салат "Дальневосточный" из морской капусты с яйцом отварным			100	5,5	10,5	1,7	123,3	№362-2002
салат "Дальневосточный" из морской капусты	51	30						

Салат "Дальневосточный" из морской капусты с яйцом отварным			100	5,5	10,5	1,7	123,3	№362-2002
салат "Дальневосточный" из морской капусты	51	30						

или капуста морская консервированная без уксуса	51	30						
морковь до 01.01.-20%	27,5	22						
с 01.01 - 25%	29,3	22						
масса отварной моркови		20						
яйцо куриное	40	40						
лук репчатый	9,5	8						
лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый								
или лук зеленый	10	8						
масло растительное	5	5						

ИЛИ

Салат "Летний"			100	5,4	10,2	5,9	137,0	№32-2013, Пермь
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	37	28						
01.11.-31.12. -30%	40	28						
01.01-29.02 - 35%	43	28						
01.03 - 40%	47	28						
масса отварного картофеля		25						
помидоры свежие грунтовые	18	15						
или помидоры свежие парниковые	15	15						
огурцы свежие грунтовые	16	15						

Автономное учреждение Тюменской области
 «Центр технологического контроля»
 ОГРН 1077203065147
 ИНН 7203208433

или огурцы свежие парниковые	15	15						
яйцо куриное	40	40						
лук репчатый	6,0	5						
лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый								
или лук зеленый	6	5						
масло растительное	5	5						
Суп из овощей с курицей, со сметаной			250/10/5	5,9	6,3	16,0	144,3	№135-2004
курица потрошенная 1 категории (мякоть без кожи)	29	26						
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						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	12	10						
горошек зелёный консервированный	28	18						
масло сливочное	5	5						
сметана	5	5						

масло сливочное	5	5						
сметана	5	5						

Гуляш из говядины			100	9,1	7,5	3,4	117,5	№437-2004
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	74	63						
масло растительное	4	4						
масса тушеного мяса		40						
масса соуса		60						
лук репчатый	14	12						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	6	6						
мука пшеничная	4	4						
Рис припущенный с кукурузой			180	4,1	5,9	31,1	193,9	№44/3-2011, Екатеринбург
крупа рисовая	54	54						
масло сливочное	7	7						
кукуруза консервированная	67	40						
Кисель из свежих ягод			200	0,3	0,2	21,5	89,0	№505-2013, Пермь
вишня свежемороженая	25,2	24						
или смородина свежемороженая	25,2	24						
или клюква свежемороженая	25,2	24						
или облепиха свежемороженая	26,6	24						
сахар	15	15						
крахмал	7	7						

Хлеб ржаной			60	2,8	0,6	26,2	121,6	
или Хлеб ржаной витаминизированный			60					
Хлеб пшеничный			80	4,0	1,1	32,4	155,7	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			80					
Полдник			370	8,4	4,2	79,4	389,0	
Блинчики с молоком сгущенным			150/20	5,4	7,7	65,0	351	№531-2013, Пермь
	мука пшеничная	63	63					
	молоко питьевое	156	156					
	или молоко концентрированное	72	72					
	или молоко сухое	19	19					
	вода кипяченая для концентрированного молока	84	84					
	вода кипяченая для сухого молока	137	137					
	яйцо куриное	15	15					
	сахар	5	5					
	соль йодированная	1,2	1,2					
	масса теста:		225					
	масло растительное	5	5					
	масса запеченных блинчиков (3 шт. по 50 г)		150					
	молоко сгущенное с сахаром	20,2	20					

масса запеченных блинчиков (3 шт. по 50 г)		150					
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20					

ИЛИ							
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте (кекс)			150	8,2	4,2	67,4	340
Чай с сахаром			200	0,2	0,0	12,0	48,8 №685-2004
чай-заварка	1,7	1,7					
сахар	12	12					
Ужин			600	21,6	15,8	82,2	556,3
Салат из квашеной капусты с луком			100	1,6	5,0	7,3	80,6 №45-2004
капуста квашеная промышленного производства	122	85					
лук зеленый	13	10					
лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый							
или лук репчатый	12	10					
масло растительное	5	5					
ИЛИ							
Салат из капусты белокочанной			100	1,9	5,1	8,5	87,5 №3-2013, Пермь
капуста белокочанная (стертая с солью)	149	75					
морковь до 01.01.-20%	12,5	10					
с 01.01 - 25%	13,3	10					
капуста и морковь старого урожая используется в сыром виде до 1 марта, с 1 марта только капуста или морковь нового урожая или другой салат							
лук репчатый	11,9	10					

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый								
или лук зеленый	13	10						
сахар	3	3						
кислота лимонная	0,12	0,12						
вода для разведения лимонной кислоты	6	6						
масло растительное	5	5						
Шницель рыбный натуральный			120	14,1	6,2	8,2	145	№391-2004
горбуша или кета потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	179	125					1	
или горбуша или кета неразделанная (филе с кожей без костей)	215	125						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	169	125						
или щекур неразделанный	*	*						
или пикша обезглавленная потрошенная	*	*						
процент отходов щекура или пикши следует определять контрольной отработкой потерь при тепловой и холодной обработке и оформлять актом								
лук репчатый	12	10						
вода питьевая	10	10						
яйцо куриное	5	5						
сухари	12	12						
масло растительное	4	4						

яйцо куриное	0	0						
сухари	12	12						
масло растительное	4	4						

Картофель тушеный			180	3,4	4,2	22,5	141	№216-2004
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						
морковь до 01.01 - 20%	53	42						
с 01.01 - 25%	56	42						
лук репчатый	26	22						
масло сливочное	7	7						
Сок в ассортименте	200	200	200	0,4	0,0	22,0	90	№518-2013, Пермь
Хлеб ржаной			30	1,1	0,2	14,1	60,8	
или Хлеб ржаной витаминизированный			30					
Хлеб пшеничный			20	1,0	0,3	8,1	38,9	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			20					
Второй ужин			220	7,0	7,3	11,9	141,3	
Кисломолочный напиток в ассортименте	207	200	200	5,3	6,4	7,0	107	№698-2004
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			20	1,7	0,9	4,9	35	
ИТОГО:				87	79	411	2696	

Автономное учреждение Томской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

2 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			550	15,8	26,0	89,2	652,4	
Бутерброд с маслом			30/15	2,5	9,9	14,5	157,1	№1-2004
хлеб пшеничный	30	30						
масло сливочное	15	15						
Каша гречневая молочная жидкая с маслом			200/5	6,5	6,1	30,2	202	№1/4-2011г., Екатеринбург
крупа гречневая	40	40						
вода питьевая	68	68						
молоко питьевое	100	100						
или молоко концентрированное	46	46						
или молоко сухое	12	12						
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54						
вода кипяченая для сухого молока	88	88						
сахар	3	3						
соль йодированная	0,8	0,8						
масло сливочное	5	5						

соль йодированная	0,8	0,8						
масло сливочное	5	5						

Кофейный напиток на сгущенном молоке		200	1,9	2,3	16,2	93	№500-2013, Пермь.	
кофейный напиток	5,5	5,5						
молоко сгущенное с сахаром	25	25						
Йогурт сливочный в индивидуальной упаковке		100	3,5	7,5	9,5	120		
Хлеб ржаной		40	1,4	0,2	18,8	81,0		
или Хлеб ржаной витаминизированный		40						
Обед		845	32,8	33,7	130,9	958		
Овощи свежие (огурцы)		100	0,7	0,1	1,9	11,3	№70-2006, Москва	
огурцы свежие грунтовые	105	100						
или огурцы свежие парниковые	102	100						
Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной с мясом		250/5/10		4,4	5,5	12,7	118	№110-2004
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	19	16						
свекла до 01.01.-20%	50	40						
с 01.01 - 25%	53	40						
капуста свежая белокочанная	25	20						
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						

Федеральное учреждение Тамбовской области
 «Центр технологического контроля»
 ОГРН 1077201065147
 ИНН 7203208134

морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	12	10						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	7	7						
масло сливочное	5	5						
сметана	5	5						
Бедро или грудка куриные запеченные "Домашние"			100	16,2	15,1	0,7	203,5	№494-2004
курица потрошенная 1 категории	167	149						
или грудка куриная на кости	157	149						
или бедро куриное	157	149						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5	5						
чеснок	0,6	0,5						
масло растительное	2	2						
Рагу овощное			180	4,2	11,3	23,0	211	№224-2004
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	133	100						
01.11.-31.12. -30%	143	100						
01.01-29.02 - 35%	154	100						
01.03 - 40%	167	100						

01.01-29.02 - 35%	154	100						
01.03 - 40%	167	100						
морковь до 01.01.-20%	68	54						
с 01.01. - 25 %	72	54						
лук репчатый	18	15						
масло растительное	10	10						
для соуса		60						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	10	10						
мука пшеничная	2	2						
морковь до 01.01.-20%	6	5						
с 01.01. - 25 %	7	5						
лук репчатый	6	5						
сахар	1,5	1,5						
Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь
Хлеб ржаной			60	2,8	0,6	26,2	121,6	
или Хлеб ржаной витаминизированный			60					
Хлеб пшеничный			80	4,0	1,1	32,4	155,7	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			80					
Полдник			400	21,5	19,4	41,4	426,2	
Сырники из творога запечённые с молоком сгущённым			200	15,7	14,4	32,0	320	№321-2013, Пермь
творог	168	165						
крупа манная	22	22						

Автономное учреждение Пермской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203085147
ИНН 7203208134

лук репчатый	14	12						
мука пшеничная	3	3						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	7	7						

Макаронные изделия отварные			180	3,8	3,4	41,1	210,2	№516-2004
макаронные изделия	64	64						
масло сливочное	4	4						
Чай с медом			200	0,1	0	10	40,4	№493-2013, Пермь
чай-заварка	1,7	1,7						
мед	10	10						
Фрукты в ассортименте			150	0,2	0,3	8,6	37,9	№458-2006, Москва
Хлеб ржаной			30	1,1	0,2	14,1	60,8	
или Хлеб ржаной витаминизированный			30					
Хлеб пшеничный			30	1,5	0,4	12,2	58,4	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			30					
Второй ужин			220	7,0	7,3	11,9	141,3	
Кисломолочный напиток в ассортименте	207	200	200	5,3	6,4	7,0	107	№698-2004
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			20	1,7	0,9	4,9	35	
ИТОГО:				97	100	364	2740	

3 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			620	33,0	35,9	62,6	704,4	

Аттестовано учреждением
 «Центр технологического контроля»
 ОГРН 1077203065147
 ИНН 7203208134

Бутерброд с сыром			30/30	7,2	7,8	11,9	147	№3-2004
хлеб пшеничный	30	30						
сыр	31	30						
Омлет натуральный с маслом			200/10	19,9	23,1	1,5	294	№284-1996
яйцо куриное	150	150						
молоко питьевое	60	60						
или молоко концентрированное	28	28						
или молоко сухое	7	7						
вода кипяченая для концентрированного молока	32	32						
вода кипяченая для сухого молока	53	53						
масло растительное	4	4						
масса готового омлета		200						
масло сливочное на полив	10	10						
Какао с молоком			200	3,4	4,2	16,4	117,0	№642-1996
какао - порошок	5	5						
молоко питьевое	130	130						
или молоко концентрированное	60	60						
или молоко сухое	16	16						
вода кипяченая для концентрированного молока	70	70						

или молоко сухое	16	16						
вода кипяченая для концентрированного молока	70	70						
вода кипяченая для сухого молока	114	114						
сахар	10	10						
Фрукты в ассортименте			150	0,2	0,3	8,6	37,9	№458-2006, Москва
Хлеб ржаной			30	1,1	0,2	14,1	60,8	
или Хлеб ржаной витаминизированный			30					
Хлеб пшеничный			25	1,3	0,4	10,1	48,7	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			25					
Обед			890	30,2	32,6	128,5	928,5	
Салат овощной			100	2,3	5,0	9,1	90,5	№69-2013, Пермь
морковь - до 01.01 - 20%	50	40						
с 01.01 - 25%	53	40						
масса отварной моркови		38						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	47	35						
01.11.-31.12. -30%	50	35						
01.01-29.02 - 35%	54	35						
01.03 - 40%	58	35						
масса отварного картофеля		32						
горошек зелёный консервированный (после термической обработки)	39	25						
масло растительное	5	5						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

ИЛИ								
Салат из свежих помидоров			100	1,0	5,1	3,5	63,9	№27-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	97	95						
или помидоры свежие грунтовые	112	95						
масло растительное	5	5						
Суп картофельный с рыбой			250/60	7,6	7,1	18,1	166,7	№150-2013, Пермь
горбуша или кета потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	108	72						
или горбуша или кета неразделанная (филе без кожи и костей)	131	72						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	100	74						
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	84	72						
или щекур неразделанный	*	*						
процент отходов щекура следует определять контрольной отработкой потерь при тепловой и холодной обработке и оформлять актом								
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	133	100						
01.11.-31.12. -30%	143	100						
01.01-29.02 - 35%	154	100						
01.03 - 40%	167	100						
лук репчатый	12	10						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						

	шиповник	25	25						
	сахар	5	5						
Хлеб ржаной				50	2,4	0,5	21,9	101,3	
или Хлеб ржаной витаминизированный				50					
Хлеб пшеничный				80	4,0	1,1	32,4	155,7	
или Хлеб пшеничный витаминизированный				80					
Полдник				400	6,3	6,1	77,5	389,7	
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте (пряники, вафли)				50	5,5	5,7	30,0	193,3	
Фрукты в ассортименте				150	0,5	0,2	26,0	107,4	№458-2006, Москва
Кисель из свежих ягод				200	0,3	0,2	21,5	89	№505-2013, Пермь
	вишня свежемороженая	25,2	24						
	или смородина свежемороженая	25,2	24						
	или клюква свежемороженая	25,2	24						
	или облепиха свежемороженая	26,6	24						
	сахар	15	15						
	крахмал	7	7						
Ужин				600	17	15	80	521	
Овощи натуральные				100	1,1	0,1	3,8	20,5	№106-2013, Пермь
	помидоры свежие грунтовые	118	100						

Овощи натуральные			100	1,1	0,1	3,8	20,5	№106-2013, Пермь
помидоры свежие грунтовые	118	100						
или помидоры свежие парниковые	102	100						
Плов из мяса			300	13,5	13,9	44,5	357,1	№370-2013, Пермь
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	150	127						
масса тушеного мяса		80						
масло растительное	15	15						
крупа рисовая	60	60						
морковь до 01.01.-20%	63	50						
с 01.01 - 25%	67	50						
лук репчатый	24	20						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	10	10						
Сок в ассортименте	200	200	200	0,2	0,0	11,0	45	№518-2013, Пермь
Хлеб ржаной			20	0,9	0,2	8,7	40,5	
или Хлеб ржаной витаминизированный			20					
Хлеб пшеничный			30	1,5	0,4	12,2	58,4	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			30					
Второй ужин			200	6,0	7,0	10,7	130	
Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке	200	200	200	6,0	7,0	10,7	130	
ИТОГО:				93	96	359	2674	
4 день								

Автоматное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			595	22,0	23,3	100,1	698,3	
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным			200	15,5	12,9	31,7	304,8	№10/5-2011, Екатеринбург
творог	123	120						
крупа манная	6	6						
яйцо куриное	24	24)
сахар	12	12						
крошка:		30						
сахар	6	6						
мука пшеничная	12	12						
масло сливочное	12	12						
масло сливочное для смазки листа	4,2	4,2						
масса готовой запеканки		180						
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20						
Бутерброд с маслом			30/15	2,5	9,9	14,5	157,1	№1-2004
хлеб пшеничный	30	30						
масло сливочное	15	15						
Чай "Витаминный"			200	0,7	0,1	19,8	82,9	№493-2013,

хлеб пшеничный	30	30						
масло сливочное	15	15						
Чай "Витаминный"			200	0,7	0,1	19,8	82,9	№493-2013, Пермь
чай-заварка	1,7	1,7						
шиповник	15	15						
сахар	10	10						
Фрукты в ассортименте			150	2,3	0,2	26,0	115	№458-2006, Москва
Хлеб пшеничный			20	1,0	0,3	8,1	38,9	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			20					
Обед			895	30,2	29,0	155,1	1002,2	
Салат из моркови			100	1,1	5,0	9,1	85,9	№7-2013, Пермь
морковь до 01.01.-20%	121	97						
с 01.01 - 25%	129	97						
<i>морковь в сыром виде использовать только до 1 марта, после 1 марта в отварном</i>								
сахар	3	3						
масло растительное	5	5						
ИЛИ								
Салат витаминный			100	1,1	4,9	7,6	79	№2-2013, Пермь
капуста белокочанная свежая	63	50						
морковь до 01.01.-20%	31	25						
с 01.01 - 25%	33	25						
<i>в свежем виде морковь старого урожая использовать до 1 марта, после 1 марта в отварном</i>								

Актоссыл на учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203165147
ИНН 7203208134

яблоки свежие, очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом	29	20						
сахар	2	2						
лимонная кислота	0,1	0,1						
вода питьевая для разведения лимонной кислоты	5	5						
масло растительное	5	5						
Рассольник домашний с мясом, со сметаной			250/10/5	4,7	6,5	13,7	132	№131-2004
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	19	16						
капуста свежая белокочанная	25	20						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	100	75						
01.11.-31.12. -30%	107	75						
01.01-29.02 - 35%	116	75						
01.03 - 40%	125	75						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13	10						
лук репчатый	12	10						
огурцы солёные (без уксуса)	18	10						
масло сливочное	5	5						
сметана	5	5						
Печень, тушеная в соусе			100/50	12,9	12,4	5,3	184,4	№401-2013, Пермь

	масло сливочное	5	5						
	сметана	5	5						
Печень, тушеная в соусе				100/50	12,9	12,4	5,3	184,4	№401-2013, Пермь
	печень говяжья	172	142						
	мука пшеничная	6	6						
	масло растительное	5	5						
	масса тушеной печени		100						
	соус сметанный №442-2013, Пермь		50						
	сметана	12,5	12,5						
	мука пшеничная	1,3	1,3						
	вода питьевая	40	40						
	масло сливочное	1,3	1,3						
Макаронные изделия отварные				180	3,8	3,4	41,1	210,2	№516-2004
	макаронные изделия	64	64						
	масло сливочное	4	4						
Компот из кураги				200	0,9	0,0	27,0	111,6	№638-2004
	курага	25,3	25						
	сахар	5	5						
Хлеб ржаной				70	3,3	0,7	30,6	141,8	
или Хлеб ржаной витаминизированный				70					
Хлеб пшеничный				70	3,5	1,0	28,4	136,2	
или Хлеб пшеничный витаминизированный				70					

Автономное учреждение Юменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

Полдник			360	6,5	14,0	60,5	394	
Булочка "Пермская"			60	2,8	6,5	39,0	226	№554-2013, Пермь
мука пшеничная	30	30						
масло сливочное	9	9						
яйцо куриное	5	5						
сахар	5	5						
соль йодированная	0,6	0,6						
дрожжи прессованные	1,2	1,2						
или дрожжи сухие хлебопекарные	0,3	0,3						
молоко питьевое	13	13						
или молоко концентрированное	6	6						
или молоко сухое	2	2						
вода кипяченая для концентрированного молока	7	7						
вода кипяченая для сухого молока	11	11						
джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	8	8						
сахарная пудра	2	2						
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2						
Йогурт сливочный в индивидуальной упаковке			100	3,5	7,5	9,5	120	
Чай с сахаром			200	0,2	0,0	12,0	48,8	№685-2004

масло растительное для смазки листа	0,2							
Йогурт сливочный в индивидуальной упаковке			100	3,5	7,5	9,5	120	
Чай с сахаром			200	0,2	0,0	12,0	48,8	№685-2004

чай-заварка	1,7	1,7						
сахар	12	12						
Ужин			605	28,0	20,7	67,9	569,9	
Икра кабачковая промышленного производства для детского питания	105	100	100	1,4	4,5	5,5	68,1	№101-2004
Рыба запечённая с маслом			120/5	20,3	12,4	6,2	218	№310-1996
горбуша или кета потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	204	143						
или горбуша или кета неразделанная (филе с кожей без костей)	246	143						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	184	136						
или ряпушка неразделанная	166	143						
или щекур неразделанный	*	*						
процент отходов щекура следует определять контрольной отработкой потерь при тепловой и холодной обработке и оформлять актом								
сухари пшеничные	6	6						
масло растительное	6	6						
масло сливочное	5	5						
Булгур с овощами			180	3,7	3,2	24,0	140	№257-2013, Пермь
крупа булгур	36	36						
вода питьевая	80	80						
масса готового гарнира		100						
морковь до 01.01.-20%	115	92						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

с 01.01 - 25%	122	92						
масса припущенной моркови		80						
масло сливочное	5	5						
Сок в ассортименте	200	200	200	0,2	0,0	11,0	45	№518-2013, Пермь
Хлеб ржаной			30	1,4	0,3	13,1	60,8	
или Хлеб ржаной витаминизированный			30					
Хлеб пшеничный			20	1,0	0,3	8,1	38,9	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			20					
Второй ужин			220	7,0	7,3	11,9	141,3	
Кисломолочный напиток в ассортименте	207	200	200	5,3	6,4	7,0	107	№698-2004
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			20	1,7	0,9	4,9	35	
ИТОГО:				94	94	396	2806	

5 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			580	14,9	21,7	110,7	696,0	
Бутерброд с маслом			30/15	2,5	9,9	14,5	157,1	№1-2004
хлеб пшеничный	30	30						

Бутерброд с маслом			30/15	2,3	3,3	14,3	137,1	
хлеб пшеничный	30	30						
масло сливочное	15	15						

Каша "Дружба" с маслом			200/5	6,6	8,3	34,3	238	№3-2001, Пермь
крупа рисовая	15	15						
крупа пшенная	11	11						
вода питьевая	70	70						
молоко питьевое	102	102						
или молоко концентрированное	47	47						
или молоко сухое	12	12						
вода кипяченая для концентрированного молока	55	55						
вода кипяченая для сухого молока	90	90						
сахар	3	3						
масло сливочное	5	5						
Чай с молоком			200	2,8	2,5	15,1	94,1	№630-1996
чай-заварка	1,7	1,7						
сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
Фрукты в ассортименте			130	0,6	0,5	19,9	86,5	№458-2006, Москва
Хлеб ржаной			40	1,4	0,2	18,8	81,0	
или Хлеб ржаной витаминизированный			40					
Хлеб пшеничный			20	1,0	0,3	8,1	38,9	

Автономное учреждение Тюменской области
 «Центр технологического контроля»
 ОГРН 1077203065147
 ИНН 7203208134

или Хлеб пшеничный витаминизированный			20					
Обед			875	29,8	30,3	142,3	960,9	
Салат из свежих помидоров со сладким перцем			100/5	1,2	5,0	4,3	67	№22-2004
помидоры свежие парниковые	51	50						
или помидоры свежие грунтовые	59	50						
перец сладкий, свежий	67	50						
масло растительное	5	5						
Суп гороховый с гренками			250/20	3,1	4,1	31,7	176,1	№139-2004
горох лущёный	20	20						
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						
морковь до 01.01.-20%	16,3	13						
с 01.01 - 25%	17,3	13						
лук репчатый	12	10						
масло сливочное	5	5						
хлеб пшеничный	38	32						

масло сливочное	5	5						
хлеб пшеничный	38	32						
Биточки рыбные			120	16,3	14,1	15,5	254,1	№345-2013, Пермь
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	130	96						
или горбуша или кета потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	144	96						
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	111	96						
или щекур неразделанный	*	*						
процент отходов щекура следует определять контрольной отработкой потерь при тепловой и холодной обработке и оформлять актом								
хлеб пшеничный	23	23						
молоко питьевое	17	17						
масло сливочное	3	3						
яйцо куриное	7	7						
сухари	6	6						
масло растительное	3	3						
Пюре картофельное			180	3,9	5,9	26,7	175,5	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	205	154						
01.11.-31.12. -30%	220	154						
01.01-29.02 - 35%	237	154						
01.03 - 40%	257	154						
молоко питьевое	29	29						
или молоко концентрированное	13	13						
или молоко сухое	3	3						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

вода кипяченая для концентрированного молока	16	16							
вода кипяченая для сухого молока	26	26							
масло сливочное	7	7							
Сок в ассортименте	200	200	200	0,4	0,0	22,0	90		№518-2013, Пермь
Хлеб ржаной			50	2,4	0,5	21,9	101,3		
или Хлеб ржаной витаминизированный			50						
Хлеб пшеничный			50	2,5	0,7	20,3	97,3		
или Хлеб пшеничный витаминизированный			50						
Полдник			380	15,0	15,2	57,8	428,0		
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			80	8,8	10,2	34,0	263		
Молоко питьевое кипяченое	210	200	200	5,8	5,0	9,4	106		№260-2001, Пермь
Фрукты в ассортименте			100	0,4	0,0	14,4	59,2		№458-2006, Москва
Ужин			605	15,4	27,4	56,3	532,4		
Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соленым огурцом			100	0,2	4,6	5,1	63		№30/1-2011, Екатеринбург
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							
МОРОКОВЬ до 01 01 -20%	56	45							

01.01-29.02 - 35%	31	20						
01.03 - 40%	33	20						
морковь до 01.01.-20%	56	45						

с 01.01 - 25%	60	45						
огурцы соленые (без уксуса)	46	25						
лук репчатый	12	10						
лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый								
или лук зеленый	13	10						
масло растительное	5	5						
Мясо, тушенное с капустой			300	13,4	22,4	21,5	341,2	№365-2013, Пермь
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	93	79						
масса тушеного мяса		50						
капуста белокочанная свежая	344	275						
масло растительное	12	12						
морковь до 01.01.-20%	31	25						
с 01.01. - 25 %	33	25						
лук репчатый	21	18						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	8	8						
мука пшеничная	6	6						
сахар	4	4						
Чай с лимоном			200/5	0,1	0,0	12,2	49,2	№494-2013, Пермь

Авто 0,0 (не учтено)
 Центр технического контроля
 ОГРН 1077203065147
 ИНН 7203208134

чай-заварка	1,7	1,7							
сахар	12	12							
лимон	6	5							
Хлеб ржаной			20	0,7	0,1	9,4	40,5		
или Хлеб ржаной витаминизированный			20						
Хлеб пшеничный			20	1,0	0,3	8,1	38,9		
или Хлеб пшеничный витаминизированный			20						
Второй ужин			220	7,0	7,3	11,9	141,3		
Кисломолочный напиток в ассортименте	207	200	200	5,3	6,4	7,0	107	№698-2004	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			20	1,7	0,9	4,9	35		
ИТОГО:				82	102	379	2759		

6 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			565	15,4	15,2	118,2	669	
Каша пшеничная жидкая с маслом			200/5	4,8	6,9	28,0	193,3	№311-2004
крупы пшеничные	25	25						
вода питьевая	76	76						
молоко питьевое	114	114						

крупя пшено	20	20						
вода питьевая	76	76						
молоко питьевое	114	114						
или молоко концентрированное	52	52						
или молоко сухое	14	14						
вода кипяченая для концентрированного молока	62	62						
вода кипяченая для сухого молока	100	100						
сахар	3	3						
соль йодированная	1,2	1,2						
масло сливочное	5	5						
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте (пряники, печенье, вафли)			60	3,5	3,7	34,5	185,3	
Кофейный напиток на сгущенном молоке			200	1,9	2,3	16,2	93	№500-2013, Пермь
кофейный напиток	5,5	5,5						
молоко сгущенное с сахаром	25	25						
Йогурт молочный полужирный в индивидуальной упаковке			100	1,8	1,5	4,5	38,7	
Хлеб ржаной			40	1,4	0,2	18,8	81,0	
или Хлеб ржаной витаминизированный			40					
Хлеб пшеничный			40	2,0	0,6	16,2	77,8	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			40					
Обед			855	26,7	34,6	143,3	991,9	
Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком			100	1,5	5,0	4,7	69,8	№4/1-2011, Екатеринбург
капуста свежая белокочанная	96	77						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

<i>капуста старого урожая используется в сыром виде до 1 марта, с 1 марта только капуста нового урожая или другой салат</i>								
горошек зеленый консервированный	31	20						
лимонная кислота	0,10	0,10						
вода питьевая для разведения лимонной кислоты	5	5						
масло растительное	5	5						
ИЛИ								
Салат из свежих помидоров			100	1,0	5,1	3,5	63,9	№22-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	97	95						
или помидоры свежие грунтовые	112	95						
масло растительное	5	5						
Солянка домашняя со сметаной			250/10/10/5	5,6	6,2	12,1	127	№157-2004
мясные деликатесы (карбонад или окорок мясной)	11	10						
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	19	16						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	100	75						
01.11.-31.12. -30%	107	75						
01.01-29.02 - 35%	116	75						
01.03 - 40%	125	75						
масло сливочное	5	5						
огурцы соленые без уксуса	27	15						

01.03 - 40%	120	10						
масло сливочное	5	5						
огурцы соленые без уксуса	27	15						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	8	8						
лук репчатый	21	18						
сметана	5	5						
Шницель из говядины			100	10,1	14,2	17,0	236,2	№451-2004
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	87	74						
хлеб пшеничный	18	18						
молоко питьевое	14	14						
лук репчатый	6	5						
яйцо куриное	5	5						
сухари	6	6						
масло растительное	2	2						
Рис припущенный с овощами "Мозаика"			180	3,2	7,7	37,9	233,7	№416-2013, Пермь
крупа рисовая	47	47						
кукуруза консервированная	50	30						
морковь - до 01.01 - 20%	26	21						
с 01.01 - 25%	28	21						
масло сливочное	10	10						
Компот из апельсинов			200	0,5	0,1	21,1	87,3	№636-2004

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

апельсины	75	50						
сахар	15	15						
Хлеб ржаной			60	2,8	0,6	26,2	121,6	
или Хлеб ржаной витаминизированный			60					
Хлеб пшеничный			60	3,0	0,8	24,3	116,8	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			60					
<i>Полдник</i>			400	22,9	18,6	39,5	417,0	
Запеканка из творога с молоком сгущенным			200	18,1	14,0	24,5	296	№313-2013, Пермь
творог	173	172						
мука пшеничная	15	15						
или крупа манная	13	13						
вода питьевая для каши	43	43						
яйцо куриное	14	14						
сахар	7	7						
ванилин	0,01	0,01						
сметана	7	7						
сухари пшеничные	7	7						
масло сливочное для смазки листа	5	5						
масса готовой запеканки		180						

сухари пшеничные	7	7						
масло сливочное для смазки листа	5	5						
масса готовой запеканки		180						
молоко сгущенное в сахаре	20,2	20						
Шоколадный напиток "Несквик"			200	4,8	4,6	15	121	№621-2013, Пермь
быстрорастворимый витаминизированный шоколадный напиток "Несквик"	10	10						
сахар	5	5						
молоко питьевое	150	150						
или молоко концентрированное	69	69						
или молоко сухое	18	18						
вода кипяченая для концентрированного молока	81	81						
вода кипяченая для сухого молока	132	132						
Ужин			685	26,8	18,2	68,1	542,6	
Салат из свеклы отварной с чесноком			100	1,4	5	6,8	78	№22-2004, Пермь
свекла до 01.01 -20%	124	99						
с 01.01 - 25%	132	99						
чеснок свежий	0,6	0,5						
масло растительное на полив при подаче	5	5						
Тефтели рыбные с маслом			120/5	20,5	7,0	8,5	179,0	№349-2013, Пермь
горбуша или кета потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	149	99						
или горбуша или кета неразделанная (филе без кожи и костей)	180	99						
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	115	99						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	134	99						
или щекур неразделанный	*	*						
процент отходов щекура следует определять контрольной отработкой потерь при тепловой и холодной обработке и оформлять актом								
хлеб пшеничный	17	17						
вода питьевая	17	17						
лук репчатый	14	12						
яйцо куриное	4	4						
мука пшеничная	10	10						
масло растительное	5	5						
масло сливочное	5	5						
Пюре картофельное			180	3,9	5,9	26,7	175,5	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	205	154						
01.11.-31.12. -30%	220	154						
01.01-29.02 - 35%	237	154						
01.03 - 40%	257	154						
молоко питьевое	29	29						
или молоко концентрированное	13	13						
или молоко сухое	3	3						
вода кипяченая для концентрированного молока	16	16						

или молоко концентрированное	10	10						
или молоко сухое	3	3						
вода кипяченая для концентрированного молока	16	16						

вода кипяченая для сухого молока	26	26						
масло сливочное	7	7						
Сок в ассортименте	200	200	200	0,2	0,0	11,0	45	№518-2013, Пермь
Фрукты в ассортименте			100	0,1	0,2	5,7	25,0	№458-2006, Москва
Хлеб ржаной			20	0,7	0,1	9,4	40,5	
или Хлеб ржаной витаминизированный			20					
Второй ужин			220	7,0	7,3	11,9	141,3	
Кисломолочный напиток в ассортименте	207	200	200	5,3	6,4	7,0	107	№698-2004
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			20	1,7	0,9	4,9	35	
ИТОГО:				99	94	381	2762	

7 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			565	20,7	23,3	95,4	672,2	
Бутерброд с сыром			30/30	7,2	7,8	11,9	147	№3-2004
хлеб пшеничный	30	30						
сыр	31	30						
Каша рисовая жидкая с маслом			200/5	6,4	7,2	27,0	198	№311-2004
крупя рисовая	30	30						

Федеральное учреждение "Пермский облас.
 «Центр технологического контроля»
 ОГРН 1077203208134
 ИНН 7203208134

молоко питьевое	190	190						
или молоко концентрированное	87	87						
или молоко сухое	23	23						
вода кипяченая для концентрированного молока	103	103						
вода кипяченая для сухого молока	167	167						
сахар	3	3						
соль йодированная	1	1						
масло сливочное	5	5						
Чай с сахаром			200	0,2	0,0	12,0	48,8	№685-2004
чай-заварка	1,7	1,7						
сахар	12	12						
Йогурт сливочный в индивидуальной упаковке			100	3,5	7,5	9,5	120	
Хлеб пшеничный			40	2,0	0,6	16,2	77,8	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			40					
Хлеб ржаной			40	1,4	0,2	18,8	81,0	
или Хлеб ржаной витаминизированный			40					
Обед			810	29,9	25,3	139,6	906,0	
Помидор консервированный или свежий			100	0,6	0,2	4,2	21	№101-2004

Обед	810	29,9	25,3	139,6	906,0	
Помидор консервированный или свежий	100	0,6	0,2	4,2	21	№101-2004

помидор консервированный без уксуса	182	100						
или помидоры свежие парниковые	102	100						
или помидоры свежие грунтовые	118	100						
Суп с крупой с мясом			250/10	6,5	6,4	20,1	164,0	№138-2004
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	19	16						
крупы: кукурузная, или пшено, или овсяные хлопья "Геркулес"	5	5						
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						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	12	10						
масло сливочное	5	5						
Жаркое по - домашнему			250	15,2	17,0	33,0	345,8	№369-2013, Пермь
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	93	79						
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	206	155						
01.11.-31.12. -30%	222	155						
01.01-29.02 - 35%	239	155						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»

ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

01.03 - 40%	259	155						
морковь до 01.01.-20%	25	20						
с 01.01 - 25%	27	20						
лук репчатый	18	15						
масло растительное	12	12						
Компот из сухофруктов			200	0,8	0,0	23,7	98,0	№639-2004
сухофрукты	25,3	25						
сахар	10	10						
Хлеб ржаной			60	2,8	0,6	26,2	121,6	
или Хлеб ржаной витаминизированный			60					
Хлеб пшеничный			80	4,0	1,1	32,4	155,7	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			80					
Полдник			420	6,3	7,3	79,7	409,7	
Пирог "Вечерний"			60	3,4	7,1	31,7	204	№120-1999
мука пшеничная	30	30						
сахар	6	6						
яйцо куриное	10	10						
сметана	5	5						
	11	11						

яйцо куриное	10	10							
сметана	5	5							
молоко сгущенное с сахаром	14	14							
двууглекислый натрия	0,4	0,4							
какао - порошок	2	2							
масло сливочное	5	5							
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7							
Фрукты в ассортименте			160	2,5	0,2	26,0	116		№458-2006, Москва
Сок в ассортименте	200	200	200	0,4	0,0	22,0	90		№518-2013, Пермь
Ужин			605	19	19	69	520		
Оладьи из печени с маслом			120/5	15,5	12,7	7,5	206		№148-2002
печень говяжья	150	125							
хлеб пшеничный	18	18							
масло сливочное	4	4							
яйцо куриное	6	6							
масло растительное	6	6							
масло сливочное	5	5							
Каша гречневая вязкая отварная			180	2,0	5,4	29,2	173,4		№510-2004
крупа гречневая	45	45							
вода питьевая	144	144							
масло сливочное	6	6							
Компот из свежих ягод			200	0,1	0,0	15,6	63		№357-2002

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

клюква или брусника	26,4	25							
сахар	15	15							
Фрукты в ассортименте			120	0,9	0,2	7,9	37	№458-2006, Москва	
Хлеб ржаной			20	0,9	0,2	8,7	40,5		
или Хлеб ржаной витаминизированный			20						
Второй ужин			200	6,0	7,0	10,7	130		
Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке	200	200	200	6,0	7,0	10,7	130		
ИТОГО:				82	81	394	2638		
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ :				90	92	383	2725		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (100%)*:				90	92	383	2720		

8 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			560	20,3	24,1	92,1	664,6	
Суп молочный с крупой			300	7,5	9,2	29,0	229	№162-1996
молоко питьевое	200	200						
или молоко концентрированное	92	92						
или молоко сухое	24	24						

или молоко концентрированное	92	92						
или молоко сухое	24	24						
вода кипяченая для концентрированного молока	108	108						
вода кипяченая для сухого молока	170	170						
вода питьевая	115	115						
крупа манная, или кукурузная	18	18						
или ячневая, или гречневая, или пшено	24	24						
масло сливочное	3	3						
сахар	3	3						
Бутерброд с сыром и маслом			30/10/20	7,5	11,8	11,9	183,8	№1,3-2004
хлеб пшеничный	30	30						
масло сливочное	10	10						
сыр	21	20						
Кофейный напиток на сгущенном молоке			200	1,9	2,3	16,2	93	№500-2013, Пермь
кофейный напиток	5,5	5,5						
молоко сгущенное с сахаром	25	25						
Хлеб ржаной			40	1,4	0,2	18,8	81,0	
или Хлеб ржаной витаминизированный			40					
Хлеб пшеничный			40	2,0	0,6	16,2	77,8	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			40					
Обед			885	36,7	28,0	133,6	933,8	
Салат из свежих помидоров			100	1,0	5,1	3,5	63,9	№22-2013, Пермь

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»

ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

помидоры свежие парниковые	97	95						
или помидоры свежие грунтовые	112	95						
масло растительное	5	5						
Суп из овощей с яйцом и мясом			250/10	5,3	5,5	11,2	116	№14/2-2011, Екатеринбург
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	19	16						
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	100	75						
01.11.-31.12. -30%	107	75						
01.01-29.02 - 35%	116	75						
01.03 - 40%	125	75						
морковь до 01.01.-20%	25	20						
с 01.01 - 25%	27	20						
лук репчатый	24	20						
масло сливочное	5	5						
яйцо куриное	20	20						
Рыба запечённая с маслом			120/5	20,3	12,4	6,2	218	№310-1996
горбуша или кета потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	204	143						
или горбуша или кета неразделанная (филе с кожей без костей)	246	143						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	184	136						
или ряпушка неразделанная	166	143						

или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	184	136						
или ряпушка неразделанная	166	143						
или щекур неразделанный	*	*						
процент отходов щекура следует определять контрольной отработкой потерь при тепловой и холодной обработке и оформлять актом								
сухари пшеничные	6	6						
масло растительное	6	6						
масло сливочное	5	5						
Картофель отварной с маслом и зеленью			200	3,8	3,6	28,2	160	№203-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	266	200						
01.11.-31.12. -30%	286	200						
01.01-29.02 - 35%	308	200						
01.03 - 40%	334	200						
масло сливочное	5	5						
зелень свежая (петрушка, укроп)	4	3						
Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь
Хлеб ржаной			60	2,8	0,6	26,2	121,6	
или Хлеб ржаной витаминизированный			60					
Хлеб пшеничный			60	3,0	0,8	24,3	116,8	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			60					
Полдник			380	14,0	15,2	58,8	428,0	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			80	7,8	10,2	35,0	263	

Автономное учреждение Тюменской области
 «Центр технологического контроля»
 ОГРН 1077203065147
 ИНН 7203208134

Молоко питьевое кипяченое	210	200	200	5,8	5,0	9,4	106	№260-2001, Пермь
Фрукты в ассортименте			100	0,4	0,0	14,4	59,2	№458-2006, Москва
<i>Ужин</i>			655	19,4	17,0	80,3	551,0	
Яйца вареные			40	5,1	4,6	0,3	63,0	№300-2013, Пермь
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	182	100	100	0,8	0,1	1,6	10,6	№101-2004
ИЛИ								
Овощи свежие (огурцы)			100	0,7	0,1	1,9	11,3	№70-2006, Москва
огурцы свежие грунтовые	105	100						
или огурцы свежие парниковые	102	100						
Котлеты рубленые из птицы			100	8,9	8,8	12,1	163	№461-1996
кураца потрошенная 1 категории (филе без кожи)	174	75						
или филе куриное промышленного производства	76	75						
хлеб пшеничный	18	18						
молоко питьевое или вода питьевая	27	27						
сухари	5	5						
масло растительное	4	4						
Макаронные изделия отварные			180	3,8	3,4	41,1	210,2	№516-2004
макаронные изделия	64	64						

Макаронны изделия отварные			180	3,0	3,4	11,1	11,1	
макаронные изделия	64	64						
масло сливочное	4	4						
Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"			200/20/10	0,2	0,0	15,5	62,8	№686-2004
чай-заварка	1,7	1,7						
сахар	15	15						
лимон	11	10						
апельсин	21	20						
Хлеб ржаной			20	0,7	0,1	9,4	40,5	
или Хлеб ржаной витаминизированный			20					
Второй ужин			220	7,0	7,3	11,9	141,3	
Кисломолочный напиток в ассортименте	207	200	200	5,3	6,4	7,0	107	№698-2004
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			20	1,7	0,9	4,9	35	
ИТОГО:				97	92	377	2719	
9 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			575	21,0	25,7	89,1	672	
Бутерброд с маслом			30/15	2,5	9,9	14,5	157,1	№1-2004
хлеб пшеничный	30	30						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

масло сливочное	15	15						
Суфле "Чизкейк" (творожное с печеньем) с молоком сгущенным			200	13,5	10,8	30,2	272,0	№19/5-2011, Екатеринбург
печенье сахарное	36	36						
творог	136	134						
мука пшеничная	15	15						
яйцо куриное	18	18						
сахар	9	9						
сметана	14	14						
сухари пшеничные	9	9						
масло сливочное для смазки листа	4	4						
масса готового суфле		180						
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20						
Какао с молоком			200	3,4	4,2	16,4	117,0	№642-1996
какао - порошок	5	5						
молоко питьевое	130	130						
или молоко концентрированное	60	60						
или молоко сухое	16	16						
вода кипяченая для концентрированного молока	70	70						
	111	111						

вода кипяченая для концентрированного молока	70	70						
вода кипяченая для сухого молока	114	114						
сахар	10	10						
Фрукты в ассортименте			130	0,6	0,5	19,9	86,5	№458-2006, Москва
Хлеб пшеничный			20	1,0	0,3	8,1	38,9	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			20					
Обед			865	30,8	31,8	127,4	919,0	
Салат из моркови и яблок			100	0,9	5,2	9,3	87,6	№9-2013, Пермь
морковь до 01.01.-20%	88	70						
с 01.01 - 25%	93	70						
морковь в сыром виде использовать только до 1 марта, после 1 марта в отварном								
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	34	30						
масло растительное	5	5						
ИЛИ								
Нарезка из огурцов свежих с маслом растительным			100	0,8	5,0	2,5	58	14/1-2011, Екатеринбург
огурцы свежие грунтовые	100	95						
или огурцы свежие парниковые	97	95						
масло растительное на полив при подаче	5	5						
Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом, со сметаной			250/10/5	5,8	6,5	12,0	129,7	№124-2004
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	19	16						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

картофель - 01.09.-31.10.- 25%	40	30						
01.11.-31.12. -30%	43	30						
01.01-29.02 - 35%	46	30						
01.03 - 40%	50	30						
капуста белокочанная свежая	63	50						
морковь - до 01.01 - 20%	16	13						
с 01.01 - 25%	17	13						
лук репчатый	12	10						
масло сливочное	5	5						
сметана	5	5						
Печень, тушеная с овощами			120	14,0	12,9	5,9	196	№439-2004
печень говяжья	137	114						
лук репчатый	21	18						
масло растительное	6	6						
масса готовой печени с луком		75						
мука пшеничная	2,4	2,4						
морковь до 01.01 - 20%	75,0	60						
с 01.01 - 25%	79,8	60						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	10	10						

с 01.01 - 25%	79,8	60						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	10	10						
вода питьевая	20	20						
Пюре картофельное			180	3,9	5,9	26,7	175,5	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	205	154						
01.11.-31.12. -30%	220	154						
01.01-29.02 - 35%	237	154						
01.03 - 40%	257	154						
молоко питьевое	29	29						
или молоко концентрированное	13	13						
или молоко сухое	3	3						
вода кипяченая для концентрированного молока	16	16						
вода кипяченая для сухого молока	26	26						
масло сливочное	7	7						
Компот из кураги			200	0,9	0,0	27,0	111,6	№638-2004
курага	25,3	25						
сахар	5	5						
Хлеб ржаной			60	2,8	0,6	26,2	121,6	
или Хлеб ржаной витаминизированный			60					
Хлеб пшеничный			50	2,5	0,7	20,3	97,3	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			50					

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

<i>Полдник</i>			390	3,1	6,7	87,9	424,3	
Булочка с изюмом			60	2,0	6,2	34,0	200	№11/12-2011, Екатеринбург
мука пшеничная	34	34						
мука пшеничная на подпыл	0,6	0,6						
сахар	6	6						
масло сливочное	9	9						
молоко питьевое	9	9						
или молоко концентрированное	4	4						
или молоко сухое	1	1						
вода кипяченая для концентрированного молока	5	5						
вода кипяченая для сухого молока	8	8						
яйцо куриное	5	5						
яйцо куриное для смазки изделия	4	4						
изюм	5,2	5						
дрожжи хлебопекарные	1,6	1,6						
или дрожжи сухие хлебопекарные	0,4	0,4						
соль йодированная	0,3	0,3						
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2						
ИЛИ								

масло растительное для смазки листа

0,2

0,2

ИЛИ

Булочное изделие промышленного производства			60	2,0	6,2	34,0	200	
Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь
Фрукты в ассортименте			130	0,6	0,5	19,9	86,5	№458-2006, Москва
Ужин			600	34	27	41	543	
Сыр (порциями)	31	30	30	6,1	7,5	0,0	92	№97-2004
Горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	169	110	110	7,9	0,3	11,5	80	№101-2004
Омлет с мясом, с маслом			200/5	18,2	17,9	0,5	236	№308-2013, Пермь
яйцо куриное	120	120						
молоко питьевое	70	70						
или молоко концентрированное	32	32						
или молоко сухое	8	8						
вода кипяченая для концентрированного молока	38	38						
вода кипяченая для сухого молока	62	62						
масса омлетной смеси		190						
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	77	65						
масса отварного мяса		40						
масло сливочное для смазки листа	4,0	4,0						
масса готового омлета		200						
масло сливочное на полив	5	5						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

Каша манная жидкая с маслом			200/5	5,1	7,1	28,0	196,3	№311-2004
крупa манная	20	20						
вода питьевая	76	76						
молоко питьевое	114	114						
или молоко концентрированное	52	52						
или молоко сухое	14	14						
вода кипяченая для концентрированного молока	62	62						
вода кипяченая для сухого молока	100	100						
сахар	3	3						
соль йодированная	1,2	1,2						
масло сливочное	5	5						
Чай "Витаминный"			200	0,7	0,1	19,8	82,9	№493-2013, Пермь
чай-заварка	1,7	1,7						
шиповник	15	15						
сахар	10	10						
Йогурт сливочный в индивидуальной упаковке			100	3,5	7,5	9,5	120	
Хлеб ржаной			40	1,4	0,2	18,8	81,0	
или Хлеб ржаной витаминизированный			40					
Хлеб пшеничный			20	1,0	0,3	8,1	38,9	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			20					
Обед			865	30,0	33,6	123,5	916,7	

ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

Нарезка из свеклы отварной с маслом			100	1,4	5,0	6,8	78	р.20/1-2011, Екатеринбург
свекла до 01.01 -20%	124	99						
с 01.01 - 25%	132	99						
масло растительное на полив при подаче	5	5						
ИЛИ								
Салат из капусты белокочанной с перцем			100	1,1	5,0	7,6	80	№1-2013, Пермь
капуста свежая белокочанная (стертая с солью)	119	60						
морковь до 01.01.-20%	19	15						
с 01.01 - 25%	20	15						
перец сладкий, свежий	27	20						
лимонная кислота	0,1	0,1						
вода для разведения лимонной кислоты	5	5						
сахар	2	2						
масло растительное на полив при подаче	5	5						
Рассольник с мясом, со сметаной			250/10/5	4,1	5,2	12,5	113,2	№130-2004
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	19	16						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	100	75						
01.11.-31.12. -30%	107	75						
01.01-29.02 - 35%	116	75						

01.11.-31.12. -30%	107	75							
01.01-29.02 - 35%	116	75							
01.03 - 40%	125	75							
морковь до 01.01.-20%	12,5	10							
с 01.01 - 25%	13,3	10							
огурцы соленые без уксуса	27	15							
лук репчатый	12	10							
масло сливочное	5	5							
сметана	5	5							
Котлета рыбная натуральная, запеченная			120	14,9	17,8	9,2	256,4	№9/7-2011, Екатеринбург	
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	170	126							
или горбуша или кета потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	189	126							
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	146	126							
или щекур неразделанный	*	*							
процент отходов щекура следует определять контрольной отработкой потерь при тепловой и холодной обработке и оформлять актом									
лук репчатый	7	6							
яйцо куриное	5	6							
вода питьевая	14	14							
сухари	7	7							
масло растительное	4	4							
Картофель тушеный			180	3,4	4,2	22,5	141	№216-2004	

Автономное учреждение Тюменской области
 «Центр технологического контроля»
 ОГРН 1077203065147
 ИНН 7203208134

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						
морковь до 01.01 - 20%	53	42						
с 01.01 - 25%	56	42						
лук репчатый	26	22						
масло сливочное	7	7						
Сок в ассортименте	200	200	200	0,4	0,0	22,0	90	№518-2013, Пермь
Хлеб ржаной			60	2,8	0,6	26,2	121,6	
или Хлеб ржаной витаминизированный			60					
Хлеб пшеничный			60	3,0	0,8	24,3	116,8	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			60					
Полдник			380	4,9	7,4	75,3	387,6	
Коржик молочный			60	4,1	7,3	39,3	239	№579-2013, Пермь
мука пшеничная	32	32						
мука пшеничная на подпыл	1,8	1,8						
сахар	17	17						
масло сливочное	8	8						

	сахар	17	17						
	масло сливочное	8	8						
	яйцо	2	2						
	молоко питьевое	6	6						
	натрий двууглекислый	0,45	0,45						
	ванилин	0,01	0,01						
	яйца для смазки изделия	1	1						
	масло растительное для смазки листа	0,5	0,5						
ИЛИ									
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте				60	4,1	7,3	39,3	239	
Чай с сахаром				200	0,2	0,0	12,0	48,8	№685-2004
	чай-заварка	1,7	1,7						
	сахар	12	12						
Фрукты в ассортименте				120	0,6	0,1	24,0	99	№458-2006, Москва
Ужин				650	17,2	19,0	75,9	542,8	
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)		182	100	100	0,8	0,1	1,6	10,6	№101-2004
ИЛИ									
Овощи свежие (огурцы)				100	0,7	0,1	1,9	11,3	№70-2006, Москва
	огурцы свежие грунтовые	105	100						
	или огурцы свежие парниковые	102	100						
Гречка по-купечески с мясом				250	15,3	18,4	37,7	377,6	№4/8-2011, Екатеринбург

Автономное учреждение Тюменской области
 «Центр технологического контроля»
 ОГРН 1077203065147
 ИНН 7203208134

говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	93	79						
масло растительное	4	4						
масса тушеного мяса		50						
крупа гречневая	48	48						
вода питьевая	150	150						
масло сливочное	10	10						
лук репчатый	14	12						
морковь - до 01.01 - 20%	31	25						
с 01.01 - 25%	33	25						
Кисель из свежих ягод			200	0,3	0,2	21,5	89	№505-2013, Пермь
вишня свежемороженая	25,2	24						
или смородина свежемороженая	25,2	24						
или клюква свежемороженая	25,2	24						
или облепиха свежемороженая	26,6	24						
сахар	15	15						
крахмал	7	7						
Фрукты в ассортименте			100	0,1	0,2	5,7	25,0	№458-2006, Москва
Хлеб ржаной			20	0,7	0,1	9,4	40,5	
или Хлеб ржаной витаминизированный			20					

Хлеб ржаной			20	0,7	0,1	3,4	40,5	
или Хлеб ржаной витаминизированный			20					

Второй ужин			220	7,0	7,3	11,9	141,3	
Кисломолочный напиток в ассортименте	207	200	200	5,3	6,4	7,0	107	№698-2004
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			20	1,7	0,9	4,9	35	
ИТОГО:				75	93	383	2668	

11 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			560	20,4	22,4	99,7	680,3	
Бутерброд с сыром			30/30	7,2	7,8	11,9	147	№3-2004
хлеб пшеничный	30	30						
сыр	31	30						
Каша рисовая жидкая			200	6,4	7,2	27,0	198	№311-2004
крупа рисовая	30	30						
молоко питьевое	190	190						
или молоко концентрированное	87	87						
или молоко сухое	23	23						
вода кипяченая для концентрированного молока	103	103						
вода кипяченая для сухого молока	167	167						
сахар	3	3						

Автономное учреждение Тюменской области
 «Центр технологического контроля»
 ОГРН 1077203065147
 ИНН 7203208124

соль йодированная	1	1						
масло сливочное	5	5						
Кофейный напиток на сгущенном молоке			200	1,9	2,3	16,2	93	№500-2013, Пермь
кофейный напиток	5,5	5,5						
молоко сгущенное с сахаром	25	25						
Продукт творожный промышленного производства (масса творожного продукта конкретизируется по фактическому использованию от 100г и выше)			100	2,5	4,6	17,7	122	
Хлеб ржаной			40	1,4	0,2	18,8	81,0	
или Хлеб ржаной витаминизированный			40					
Хлеб пшеничный			20	1,0	0,3	8,1	38,9	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			20					
Обед			825	30,1	37,3	132,4	986	
Салат из капусты белокочанной с морковью			100	1,6	5,1	9,6	90,7	№4-2013, Пермь
капуста белокочанная	105	84						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
<i>капуста и морковь старого урожая используется в сыром виде до 1 марта, с 1 марта только капуста или морковь нового урожая или другой салат</i>								
сахар	4	4						
кислота лимонная	0,12	0,12						

	сахар	4	4						
	кислота лимонная	0,12	0,12						
	вода для разведения лимонной кислоты	6	6						
	масло растительное	5	5						
или									
Салат из свежих помидоров				100	1,0	5,1	3,5	63,9	№22-2013, Пермь
	помидоры свежие парниковые	97	95						
	или помидоры свежие грунтовые	112	95						
	масло растительное	5	5						
Суп гороховый с гренками				250/20	3,1	4,1	31,7	176,1	№139-2004
	горох лущёный	20	20						
	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						
	морковь до 01.01.-20%	16,3	13						
	с 01.01 - 25%	17,3	13						
	лук репчатый	12	10						
	масло сливочное	5	5						
	хлеб пшеничный	38	32						
Запеканка картофельная с мясом отварным, с маслом				250/5	20,2	26,9	26,7	429,7	№157-2004, Пермь

Федеральное учреждение Тюменской области
 Центр технического контроля
 ОГРН 1077203065147
 ИНН 7203208134

говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	114	97						
масса отварного мяса		60						
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	336	253						
01.11.-31.12. - 30%	362	253						
01.01-29.02 - 35%	390	253						
01.03 - 40%	423	253						
масло сливочное	15	15						
яйцо куриное	7	7						
сухари пшеничные	5	5						
масло растительное	5	5						
масло сливочное	5	5						
Сок в ассортименте	200	200	200	0,4	0,0	22,0	90	№518-2013, Пермь
Хлеб ржаной			60	2,8	0,6	26,2	121,6	
или Хлеб ржаной витаминизированный			60					
Хлеб пшеничный			40	2,0	0,6	16,2	77,8	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			40					
Полдник			400	13,7	6,1	76,4	415,3	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			100	8,5	1,5	47,0	236	
Шоколадный напиток "Несквик"			200	4,8	4,6	15	121	№621-2013, Пермь

Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			100	8,5	1,5	47,0	236	
Шоколадный напиток "Несквик"			200	4,8	4,6	15	121	№621-2013, Пермь
быстрорастворимый витаминизированный шоколадный напиток "Несквик"	10	10						
сахар	5	5						
молоко питьевое	150	150						
или молоко концентрированное	69	69						
или молоко сухое	18	18						
вода кипяченая для концентрированного молока	81	81						
вода кипяченая для сухого молока	132	132						
Фрукты в ассортименте			100	0,4	0,0	14,4	59,2	№458-2006, Москва
<i>Ужин</i>			630	22,0	20,5	69,4	549,6	
Бедро или грудка куриные запеченные "Домашние"			100	16,2	15,1	0,7	203,5	№494-2004
курица потрошенная 1 категории	167	149						
или грудка куриная на кости	157	149						
или бедро куриное	157	149						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5	5						
чеснок	0,6	0,5						
масло растительное	2	2						
Рагу из овощей			230	3,5	5,1	24,8	159	№215-1996
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	33	25						
01.11.-31.12. -30%	36	25						

Автоматное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203201134

01.01-29.02 - 35%	39	25						
01.03 - 40%	42	25						
капуста белокочанная свежая	156	125						
морковь до 01.01.-20%	63	50						
с 01.01 - 25%	67	50						
лук репчатый	30	25						
масло растительное	7	7						
<u>для соуса томатного</u>		70						№587-2004
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	12	12						
мука пшеничная	3	3						
морковь до 01.01.-20%	15,0	12						
с 01.01 - 25%	16,0	12						
лук репчатый	1,7	1,4						
масло сливочное	3	3						
Чай с сахаром			200	0,2	0,0	12,0	48,8	№685-2004
чай-заварка	1,7	1,7						
сахар	12	12						
Фрукты в ассортименте			100	0,4	0,0	14,4	59,2	№458-2006, Москва
Хлеб ржаной			20	0,7	0,1	9,4	40,5	

Фрукты в ассортименте			100	0,4	0,0	14,4	59,2	№458-2006, Москва
Хлеб ржаной			20	0,7	0,1	9,4	40,5	
или Хлеб ржаной витаминизированный			20					
Хлеб пшеничный			20	1,0	0,3	8,1	38,9	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			20					
Второй ужин			220	7,0	7,3	11,9	141,3	
Кисломолочный напиток в ассортименте	207	200	200	5,3	6,4	7,0	107	№698-2004
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			20	1,7	0,9	4,9	35	
ИТОГО:				93	94	390	2772	

12 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			550	14,7	22,0	98,3	648,2	
Бутерброд с маслом			30/15	2,5	9,9	14,5	157,1	№1-2004
хлеб пшеничный	30	30						
масло сливочное	15	15						
Каша кукурузная жидкая с маслом			200/5	6,2	7,5	36,0	236	№265-2013, Пермь
крупа кукурузная	40	40						
вода питьевая	68	68						
молоко питьевое	100	100						
или молоко концентрированное	46	46						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»

ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

или молоко сухое	12	12						
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54						
вода кипяченая для сухого молока	88	88						
сахар	3	3						
соль йодированная	1	1						
масло сливочное	5	5						
Какао с молоком			200	3,4	4,2	16,4	117,0	№642-1996
какао - порошок	5	5						
молоко питьевое	130	130						
сахар	10	10						
Фрукты в ассортименте			100	1,5	0,2	17,3	77	№458-2006, Москва
Хлеб ржаной			30	1,1	0,2	14,1	60,8	
или Хлеб ржаной витаминизированный			30					
Обед			900	41,9	29,0	136,5	974,2	
Салат картофельный с огурцами			100	1,6	5,0	8,4	85,0	№66-2013, Пермь
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	85	64						
01.11.-31.12. -30%	92	64						
01.01-29.02 - 35%	99	64						
01.03 - 40%	107	64						

01.01-29.02 - 35%	99	04							
01.03 - 40%	107	64							
масса отварного картофеля		60							
лук репчатый	14,3	12							
или лук зеленый	15	12							
<i>лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый</i>									
огурцы консервированные (без уксуса)	22	12							
или огурцы свежие парниковые	12,2	12							
или огурцы свежие грунтовые	12,6	12							
морковь - до 01.01 - 20%	20	16							
с 01.01 - 25%	21	16							
масса отварной моркови		14							
масло растительное	5	5							
Уха ростовская			250/60	8,5	6,7	18,9	169,7		№119-2006, Москва
горбуша или кета потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	108	72							
или горбуша или кета неразделанная (филе без кожи и костей)	131	72							
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	100	74							
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	84	72							
или щекур неразделанный	*	*							
процент отходов щекура следует определять контрольной отработкой потерь при тепловой и холодной обработке и оформлять актом									
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	133	100							

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»

ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

01.11.-31.12. -30%	143	100						
01.01-29.02 - 35%	154	100						
01.03 - 40%	167	100						
лук репчатый	14	12						
помидоры свежие парниковые	21,4	21						
или помидоры свежие грунтовые	25	21						
или томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	10	10						
масло сливочное	5	5						
Курица, запеченная в сметанном соусе			120	22,0	12,4	2,5	210	№493-2004
цыплята - бройлеры охлажденные тушки, потрошенные 1 категории	165	145						
или окорочок куриный, охлажденный	165	145						
или грудка куриная охлажденная	151	145						
или филе куриное или индейки	135	128						
масло растительное	5	5						
<u>соус сметанный:</u>		50						
сметана	15	15						
мука пшеничная	2,5	2,5						
вода питьевая	35	35						
масло сливочное	2	2						

масло сливочное	2	2						
-----------------	---	---	--	--	--	--	--	--

Макаронны изделия отварные			180	3,8	3,4	41,1	210,2	№516-2004
макаронные изделия	64	64						
масло сливочное	4	4						
Напиток из плодов шиповника			200	0,2	0,0	15,1	61,4	№705-2004
шиповник	25	25						
сахар	5	5						
Хлеб ржаной			60	2,8	0,6	26,2	121,6	
или Хлеб ржаной витаминизированный			60					
Хлеб пшеничный			60	3,0	0,8	24,3	116,8	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			60					
<i>Полдник</i>			350	9,7	4,2	79,0	393	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте (рулет)			150	9,5	4,2	67,0	344	
Чай с сахаром			200	0,2	0,0	12,0	48,8	№685-2004
чай-заварка	1,7	1,7						
сахар	12	12						
<i>Ужин</i>			600	15	19	84	568	
Салат из моркови с изюмом			100	2,2	0,2	25,5	112,6	№10-2013, Пермь
морковь до 01.01.-20%	88	70						
с 01.01 - 25%	93	70						
морковь в сыром виде использовать только до 1 марта, после 1 марта в отварном								

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203035147
ИНН 7203208134

изюм	31	30						
лимон (для сока)	12	5						
Печень, тушеная в соусе с картофелем и овощами			300	10,8	18,4	30,5	330,8	№7/8-2011, Екатеринбург
печень говяжья	182	151						
масло растительное	5	5						
масса тушеной печени		100						
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						
морковь до 01.01 - 20%	75	60						
с 01.01 - 25%	80	60						
лук репчатый	36	30						
капуста белокочанная свежая	94	75						
масло сливочное	10	10						
мука пшеничная	2,5	2,5						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5	5						
сметана	15	15						
Сок в ассортименте	200	200	200	0,2	0,0	11,0	45	№518-2013, Пермь

	сметана	10	10						
Сок в ассортименте		200	200	200	0,2	0,0	11,0	45	№518-2013, Пермь

Хлеб ржаной				20	0,9	0,2	8,7	40,5	
или Хлеб ржаной витаминизированный				20					
Хлеб пшеничный				20	1,0	0,3	8,1	38,9	
или Хлеб пшеничный витаминизированный				20					
Второй ужин				200	6,0	7,0	10,7	130	
Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке	200	200	200	200	6,0	7,0	10,7	130	
ИТОГО:					87	81	408	2712	

13 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			575	14,8	21,1	115,7	710,0	
Суп молочный с макаронными изделиями			250	5,5	6,1	22,0	165	№160-2004
молоко питьевое	125	125						
или молоко концентрированное	58	58						
или молоко сухое	15	15						
вода кипяченая для концентрированного молока	68	68						
вода кипяченая для сухого молока	110	110						
вода питьевая	105	105						
макаронные изделия	15	15						
сахар	2	2						

Федеральное учреждение Тульской области
 «Центр технологического контроля»
 ОГРН 10772010665147
 ИНН 7203208134

масло сливочное	2	2						
Кофейный напиток на сгущенном молоке			200	1,9	2,3	16,2	93	№500-2013, Пермь
кофейный напиток	5,5	5,5						
молоко сгущенное с сахаром	25	25						
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте (конфеты)			25	0,5	4,4	33,0	173,6	
Йогурт молочный полужирный в индивидуальной упаковке			100	3,5	7,5	9,5	120	
Хлеб ржаной			40	1,4	0,2	18,8	81,0	
или Хлеб ржаной витаминизированный			40					
Хлеб пшеничный			40	2,0	0,6	16,2	77,8	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			40					
Обед			865	37,3	26,1	139,3	941,8	
Икра кабачковая промышленного производства для детского питания	105	100	100	1,4	4,5	5,5	68,1	№101-2004
ИЛИ								
Нарезка из огурцов свежих с маслом растительным			100	0,8	5,0	2,5	58	14/1-2011, Екатеринбург
огурцы свежие грунтовые	100	95						
или огурцы свежие парниковые	97	95						
масло растительное на полив при подаче	5	5						
Борщ "Украинский" с мясом, со сметаной			250/10/5	4,9	5,9	19,7	151,5	№113-2004
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	19	16						

говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	19	16						
---	----	----	--	--	--	--	--	--

свекла до 01.01 -20%	38	30						
с 01.01. - 25 %	40	30						
капуста белокочанная свежая	25	20						
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						
морковь до 01.01.-20%	18	14						
с 01.01. - 25 %	19	14						
лук репчатый	10	8						
чеснок свежий	1,3	1						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	8	8						
сахар	0,5	0,5						
лимонная кислота	0,08	0,08						
масло сливочное	5	5						
сметана	5	5						
Бефстроганов из говядины			120	21,0	11,1	5,6	206,3	№423-2004
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	112	95						
масса тушеного мяса		60						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

масса соуса		60						
мука пшеничная	6	6						
сметана	12	12						
бульон или отвар	48	48						
лук репчатый	18	15						
масло растительное	5	5						
Булгур с овощами			180	3,7	3,2	24,0	140	№257-2013, Пермь
крупа булгур	36	36						
вода питьевая	80	80						
масса готового гарнира		100						
морковь до 01.01.-20%	115	92						
с 01.01 - 25%	122	92						
масса припущенной моркови		80						
масло сливочное	5	5						
Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь
Хлеб ржаной			60	2,8	0,6	26,2	121,6	
или Хлеб ржаной витаминизированный			60					
Хлеб пшеничный			60	3,0	0,8	24,3	116,8	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			60					

или Хлеб пшеничный витаминизированный	60					
---------------------------------------	----	--	--	--	--	--

Полдник			360	9,1	14,4	56,1	390,4		
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			60	2,9	9,4	32,3	225		
ИЛИ									
Пирог "Дачный"			60	2,9	9,4	32,3	225	№23-1999, Москва	
	мука пшеничная	22	22						
	сахар	8	8						
	масло сливочное	12	12						
	яйцо куриное	4	4						
	натрий двууглекислый	0,4	0,4						
	соль йодированная	0,1	0,1						
	повидло (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	24	23						
	сахарная пудра	0,6	0,6						
	масло растительное для смазки листа	0,3	0,3						
Молоко питьевое кипяченое		210	200	200	5,8	5,0	9,4	106	№260-2001, Пермь
Фрукты в ассортименте			100	0,4	0,0	14,4	59,2	№458-2006, Москва	
Ужин			620	24,2	19,2	68,4	543,3		
Яйца вареные			40	5,1	4,6	0,3	63,0	№300-2013, Пермь	
Рыба, тушеная в томате с овощами			120/100	18,3	15,1	11,4	255	№374-2004	
	горбуша или кета потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	206	144						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

или горбуша или кета неразделанная (филе с кожей без костей)	248	144						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	200	148						
или щекур неразделанный	*	*						
процент отходов щекура следует определять контрольной отработкой потерь при тепловой и холодной обработке и оформлять актом								
морковь до 01.01.-20%	45	36						
с 01.01 - 25%	48	36						
лук репчатый	29	24						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	16	16						
вода питьевая	38	38						
масло растительное	8	8						
сахар	2	2						
Картофель отварной с маслом и зеленью			200	3,8	3,6	28,2	160	№203-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	266	200						
01.11.-31.12. -30%	286	200						
01.01-29.02 - 35%	308	200						
01.03 - 40%	334	200						
масло сливочное	5	5						
зелень свежая (петрушка, укроп)	4	3						
Чай с сахаром			200	0,2	0,0	12,0	48,8	№685-2004

зелень свежая (петрушка, укроп)									
Чай с сахаром			200	0,2	0,0	12,0	48,8		№685-2004

	чай-заварка	1,7	1,7						
	сахар	12	12						
Хлеб ржаной				20	0,9	0,2	8,7	40,5	
или Хлеб ржаной витаминизированный				20					
Хлеб пшеничный				20	1,0	0,3	8,1	38,9	
или Хлеб пшеничный витаминизированный				20					
Второй ужин				220	7,0	7,3	11,9	141,3	
Кисломолочный напиток в ассортименте		207	200	200	5,3	6,4	7,0	107	№698-2004
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте				20	1,7	0,9	4,9	35	
ИТОГО:					92	88	391	2727	

14 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			555	21,1	28,8	93,1	714,2	
Пудинг творожный запеченный с молоком сгущенным			210	15,5	17,2	48,0	408,8	№362-2004
	творог	143	141					
	мука пшеничная	13	13					
	или крупа манная	11	11					
	сахар	12	12					

Автономное учреждение Тюменской области
 «Центр технологического контроля»
 ОГРН 1077203065147
 ИНН 7203209134

яйцо куриное	10	10						
изюм	25,2	25						
масло сливочное	8	8						
ванилин	0,01	0,01						
сухари	5	5						
сметана	5	5						
масло сливочное для смазки листа	4	4						
масса готового пудинга		180						
молоко сгущенное с сахаром	30,2	30						
Бутерброд с маслом			30/15	2,5	9,9	14,5	157,1	№1-2004
хлеб пшеничный	30	30						
масло сливочное	15	15						
Чай с сахаром			200	0,2	0,0	12,0	48,8	№685-2004
чай-заварка	1,7	1,7						
сахар	12	12						
Йогурт молочный полужирный в индивидуальной упаковке			100	1,8	1,5	4,5	38,7	
Хлеб ржаной			30	1,1	0,2	14,1	60,8	
или Хлеб ржаной витаминизированный			30					
Обед			815	40,0	38,2	122,4	993,0	

или Хлеб ржаной витаминизированный						
Обед	815	40,0	38,2	122,4	993,0	

Салат из свеклы с сыром и чесноком			100	5,2	10,2	4,6	131	№50-2004
свекла до 01.01 -20%	99	79						
с 01.01 - 25%	105	79						
масса отварной свеклы		75						
чеснок свежий	0,6	0,5						
сыр	21	20						
масло растительное	5	5						
Рассольник ленинградский с мясом со сметаной			250/10/5	4,2	6,2	15,4	134,2	№131-2004
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	19	16						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	69	52						
01.11.-31.12. -30%	74	52						
01.01-29.02 - 35%	80	52						
01.03 - 40%	87	52						
крупы перловая или пшеничная	5	5						
огурцы соленые без уксуса	27	15						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13	10						
лук репчатый	6	5						
масло сливочное	5	5						

Автономное учреждение Тюменской области
 «Центр технологического контроля»
 ОГРН 1077203065147
 ИНН 7203208134

сметана	5	5							
Голубцы ленивые с соусом			250	22,5	19,9	16,0	333		№372-2013, Пермь
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	94	80							
крупа рисовая	12	12							
масса отварного риса		28							
лук репчатый	10	8							
яйцо куриное	6	6							
масло растительное	7	7							
капуста белокочанная свежая	150	120							
масса припущенной капусты		112							
масло растительное для смазки листа	3	3							
масса готовых голубцов (2 шт. по 100 г)		200							
Соус сметанный с томатом		50							№444-2013, Пермь
сметана	12,5	12,5							
мука пшеничная	2,5	2,5							
вода питьевая	37,5	37,5							
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	5	5							
масло сливочное	2,5	2,5							
Компот из сухофруктов			200	0,8	0,0	23,7	98,0		№639-2004

Компот из сухофруктов			200	0,8	0,0	23,7	98,0	№639-2004
-----------------------	--	--	-----	-----	-----	------	------	-----------

	сухофрукты	25,3	25					
	сахар	10	10					
Хлеб ржаной				60	2,8	0,6	26,2	121,6
или Хлеб ржаной витаминизированный				60				
Хлеб пшеничный				90	4,5	1,3	36,5	175,1
или Хлеб пшеничный витаминизированный				90				
Полдник				390	5,7	3,8	90,7	419,4
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте (печенье сахарное)				30	3,2	3,6	22,7	136,0
Сок в ассортименте		200	200	200	0,5	0,0	34,0	138
Фрукты в ассортименте				160	2,0	0,2	34,0	145
Ужин				600	20	24	62	544
Салат овощной с яйцом и маслом растительным				100	4,4	6,5	7,4	106
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					
масса отварного картофеля				30				
морковь до 01.01.-20%		59	47					
с 01.01 - 25%		63	47					

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

масса отварной моркови		45						
яйцо куриное	20	20						
масло растительное	5	5						
Курица, в соусе с томатом			120	12,5	11,7	1,8	163	№405-2013, Пермь
курица потрошенная 1 категории (мякоть без кожи)	204	182						
или грудка куриная охлажденная	102	98						
или филе куриное или индейки	95	90						
масло растительное	5	5						
масса тушеной мякоти птицы		70						
лук репчатый	9,5	8						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	10	10						
мука пшеничная	2	2						
чеснок свежий	1,2	0,9						
морковь - до 01.01 - 20%	10	8						
с 01.01 - 25%	11	8						
вода питьевая	50	50						
Каша гречневая вязкая отварная			180	2,0	5,4	29,2	173,4	№510-2004
крупа гречневая	45	45						
вода питьевая	144	144						

масло сливочное

6

6

вода питьевая	144	144						
масло сливочное	6	6						
Напиток из плодов шиповника			200	0,2	0,0	15,1	61,4	№705-2004
шиповник	25	25						
сахар	5	5						
Хлеб ржаной			20	0,9	0,2	8,7	40,5	
или Хлеб ржаной витаминизированный			20					
Второй ужин			200	6,0	7,0	10,7	130	
Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке	200	200	200	6,0	7,0	10,7	130	
ИТОГО:				93	101	379	2800	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ :				90	92	383	2726	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (100%)*:				90	92	383	2720	

Автономное учреждение Тюменской области
 «Центр технологического контроля»
 ОГРН 1077203065147
 ИНН 7203208134