

СОГЛАСОВАНО

« ____ » _____ 20 ____ г.

УТВЕРЖДАЮ

приказ № 100/04
от 28.11.2024
г.г.г.г.
директор
« ____ » _____ 20 ____ г.

10 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

№2805 от 28 ноября 2024 года

для питания детей в детских дошкольных учреждениях, оказывающих услуги по воспитанию и обучению,
уходу и присмотру за детьми, разработано в соответствие с требованиями
СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно- эпидемиологические организации общественного питания населения"

Возрастная категория детей: 3-7 лет.

Часы пребывания: 11-12 часов.

Приемы пищи: завтрак, 2 завтрак, обед, полдник, ужин.

Аннотация

Меню приготовляемых блюд для питания детей в детских дошкольных учреждениях, оказывающих услуги по воспитанию и обучению, уходу и присмотру за детьми, 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: 3-7 лет.

Часы пребывания: 11-12 часов.

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, 2 завтрак, обед, полдник, ужин.

Суточная потребность 1800 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 блюда по приемам пищи соответствуют требованиям Приложения № 9, Таблица 3 «Суммарные объемы блюда по приемам пищи (в граммах не менее)».

Нормы питания в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20, Приложение 7, Таблица 1 "Среднесуточные наборы пищевой продукции (минимальные) для детей до 7-ми лет (нетто г., мл. на одного 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**).
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, II часть - М.: Хлебпродинформ, 1997 г (**№рец.-1997**).
- Сборник технологических нормативов по производству мучных кондитерских и булочных изделий - Министерство торговли Российской Федерации, 1999 г (**№рец.-1999**).
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах - М.: Хлебпродинформ, 2004г (**№рец.-2004**).
- Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, I часть, II часть - Пермь: Уральский институт питания, 2004г (**№рец.-2004, Пермь**).
- Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ - интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, I часть, II часть - Пермь: Пермская государственная медицинская академия, Уральский институт питания, 2001г (**№рец.-2001, Пермь**).

- Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции общественного питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, Том 1,2 - М.:2006г (**№рец.-2006, Москва**).

- Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школ, школ - интернатов, детских домов, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации - Пермь: ООО Уральский региональный центр питания, 2013г (**№рец.-2013, Пермь**).

- 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 (**№рец.-2011, Екатеринбург**).

- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, обслуживающих учащихся образовательных учреждений Свердловской области - Екатеринбург, Министерство торговли, питания и услуг Свердловской области, 2006г (**№рец.-2006, Екатеринбург**).

- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций, от 1 до 7 лет - Новосибирск, «Федеральная служба по надзору в сфере защиты потребителей и благополучия человека», 2021г (**№ рец.-2020,2021, Новосибирск**).

- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций, 1 - 4-х классов - Новосибирск, «Федеральная служба по надзору в сфере защиты потребителей и благополучия человека», 2021г (**№ рец.-2020,2021, Новосибирск**).

- Единый сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, школ - интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений - Пермь: Уральский региональный центр питания, 2021г (**№рец.-2021, Пермь**).

- Меню укомплектовано технологическими документами (технологическими картами) в соответствии с п. 2.8. СанПиН 2.3/2.4.3590-20. Приготовление блюд должно соблюдаться принцип «щадящего питания»: для тепловой обработки применяется варка, запекание, припускание, тушение, приготовление на пару, приготовление в конвектомате.

Для овощей приняты нормы отходов в соответствии с **Приложением №24**, Сборника рецептов 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 рецептов 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 используются: 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 instantные 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 рецептов блюд (каши, выпечные изделия), в другие блюда закладка соли осуществляется с учетом приготовления качественных по органолептическим показателям **в 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 фактический выход фруктов и кондитерских изделий.

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

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

Приложение N 11к
СанПин 2.3/2.4.3590-20

**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 лося (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 стуженное (цельное и с сахаром)	40
		Стушено-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
		Мясо говядина	83
Творог с массовой долей жира 9%	100	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

Потребление пищевых веществ за неделю для детей дошкольного возраста с 3-7 лет*

1-5 день

О ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА ПЮ:	54	60	268	1826	
А ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ 95%):	51	57	248	1710	При 11-12 часовом пребывании детей
А ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):	55	61	262	1801	
А ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА ПЮ (100%)*:	54	60	261	1800	

6-10 день

О ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА ПЮ:	55	61	261	1813	
А ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ 95%):	51	57	248	1710	При 11-12 часовом пребывании детей
А ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):	55	61	262	1801	
А ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА ПЮ (100%)*:	54	60	261	1800	

ВЕДОМОСТЬ контроля за рационом питания к меню № 2805 от 28.11.2024 г для питания детей с 3 до 7 лет

Продукты	Количество продуктов в день, г, мл, нетто *	Норма продуктов при 11- 12 ч пребывании детей (90-100%), г, мл, в день, нетто	Фактически получено г, мл, **										за 10 дней, г, мг	Факт в день г, мл,	% выполнения
			Дни												
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
ной	50	48	50	50	40	50	60	50	30	40	70	40	480	48	101
нический	80	80	86	82	40	95	100	118	55	107	63	90	836	84	105
ническая	29	26	35	0	35	6	43	21	32	7	54	15	247	25	95
бковые	43	43	60	45	30	45	40	77	63	67	0	25	452	45	105
ые изделия	12	11	0	0	53	16	0	0	0	0	0	38	107	11	99
ь	140	140	183	163	54	105	258	95	162	183	210	85	1498	150	105
ежие, замороженные, консервированные), включая соленые и квашеные (не т общего кол-ва овощей),в т.ч. томат-пюре, зелень, г	220	198	99	241	108	252	329	66	236	196	367	134	2028	203	102
ежие	100	100	100	165	100	105	25	140	100	140	3	127	1005	100	100
ты	11	11	18	0	30	15	0	0	15	15	15	0	108	11	98
товые и овощные	100	100	200	0	0	0	200	200	200	0	0	200	1000	100	100
зированные напитки	50	50	0	180	0	180	0	0	0	0	180	0	540	54	107
ч. для приготовления блюд и напитков, в случае использования пищевой ромышленного выпуска, содержащих сахар выдача сахара должно быть зависимости от его содержания используем готовой пищевой продукции)	30	30	25	36	39	22	39	42	41	28	11	30	313	31	103
ские изделия	20	20	12	65	20	0	20	0	30	20	0	30	197	20	99
рошок	0,6	0,6	3,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	6	1	100
й напиток	1,2	1,1	0,0	4,0	0,0	0,0	4,0	0,0	0,0	4,0	0,0	0,0	12	1	105
	0,6	0,6	0,4	0,4	0,8	0,8	0,4	0,8	0,4	0,4	0,8	0,8	6	1	105
атегории	55	50	84	0	32	0	32	86	32	32	141	60	499	50	101
ры, цыплята-бройлеры, индейка-потрошенная, 1кат.)	24	24	0	52	0	70	0	0	0	70	52	0	244	24	102
укты (печень, язык, сердце)	25	25	0	85	75	0	0	0	98	0	0	0	258	26	103
иле) , в т.ч. филе слабо или малосоленное	37	33	0	0	0	90	99	0	0	54	0	90	333	33	100
молочная и кисломолочная продукция	450	450	530	519	456	435	446	437	450	562	286	340	4461	446	99
5%-9% м. д.ж.)	40	40	0	0	122	0	0	120	0	0	0	145	387	39	97
	11	11	5	0	15	0	40	8	5	5	15	20	113	11	103
	6	6	0,0	15,0	0,0	6	0,0	15	0,0	0,0	21,0	0,0	57	6	95
ивочное	21	21	28	9	21	24	17	28	34	10	30	26	226	23	105
истительное	11	11	6	15	11	11	13	6	10	14	12	8	104	10	95
	40	38	25	76	16	60	4	29	44	10	98	15	378	38	99
лебопекарные	0,5	0,3	1,1	0,0	0,0	0	0,8	0,0	0,0	0,0	1,2	0,0	3	0	103
	3	1,2	0	0	0	0	6	0	0	0	0	6	12	1	100
девая поваренная йодированная	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50	5	100

ания в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно- эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", Приложение 7, Таблица 1

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ

Энергетической ценности			(калорийности) на отдельные приемы пищи для детей дошкольного возраста с 3 до 7 лет *									
Завтрак, ккал	% выполнения	2 завтрак, ккал	Завтрак, ккал	% выполнения	Обед, ккал	% выполнения	Полдник, ккал	% выполнения	Ужин, ккал	% выполнения	Итого, ккал	% выполнения
от суточного рациона		5% от суточного рациона	от суточного рациона		35% от суточного рациона		15% от суточного рациона		25% от суточного рациона		95-100% от суточного рациона	
100		90	100		630		270		450		1710/1800	
1,3	20	90,6	1,3	5	652,0	36	268,5	15	448,7	25	1814,1	101
1,1	19	90,6	1,1	5	656,3	36	280,5	16	448,0	25	1818,6	101
1,7	20	90,6	1,7	5	659,4	37	270,1	15	474,7	26	1847,5	103
1,8	21	87,6	1,8	5	623,8	35	272,1	15	430,1	24	1789,3	99
1,1	21	90,6	1,1	5	662,5	37	267,3	15	467,9	26	1862,3	103
2,0	20,0	90,0	2,0	5,0	650,8	36,2	271,7	15,1	453,9	25,2	1826	101
1,5	20	89,2	1,5	5	657,9	37	258,8	14	444,4	25	1802,8	100
1,3	21	89,2	1,3	5	632,2	35	268,1	15	440,1	24	1802,0	100
1,5	20	90,6	1,5	5	635,6	35	276,7	15	448,6	25	1816,0	101
1,2	20	90,6	1,2	5	617,5	34	280,5	16	470,3	26	1820,1	101
1,5	20	90,6	1,5	5	663,4	37	266,0	15	444,3	25	1821,8	101
2,6	20,1	90,0	2,6	5	641	35,6	270,0	15	450	25	1813	101

СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"

СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"

Суммарные объемы блюд по приемам пищи для детей с 3 до 7 лет (не менее)

Приложение №9, таблица 3 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20	Завтрак, грамм	2 завтрак, грамм	Обед, грамм	Полдник, грамм	Ужин, грамм
	400	100	600	250	450
1 день	420	200	675	250	480
2 день	435	180	680	250	565
3 день	420	180	695	260	460
4 день	440	180	715	250	450
5 день	440	200	695	250	490
6 день	415	200	700	250	480
7 день	430	200	665	250	520
8 день	440	180	695	250	530
9 день	400	180	650	250	460
10 день	430	200	715	250	480

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

			200	3,3	4,2	15,9	115	№497-2013, Пермь
олоком								
какао - порошок	3	3						
молоко питьевое	130	130						
сахар	10	10						
Второй завтрак				0,3	0,0	22,4	91	
ртименте	200	200	200	0,3	0,0	22,4	91	№518-2013, Пермь
Обед			675	23,8	23,4	86,6	652,0	
еклы с чесноком			60	0,8	4,0	4,3	56	№59-2013, Пермь
свекла до 01.01 -20%	75	60						
с 01.01 - 25%	80	60						
масса отварной свеклы		57						
чеснок	0,5	0,4						
масло растительное	4	4						
ИЛИ								
оцов с маслом			60	0,6	4,1	1,9	47	№14/1-2011г., Екатеринбург
огурцы свежие парниковые	58	57						
или огурцы свежие грунтовые	60	57						
масло растительное	4	4						№131-2004

завтрак, 2 завтрак, обед, полдник, ужин

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

10-ти дневное меню №2805 от 28 ноября 2024 года

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

1 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав на 100 г		
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г
Завтрак			420	11,0	14,7
Пшенная жидкая			200	6,1	6,7
крупа манная	20	20			
молоко питьевое	190	190			
сахар	3	3			
соль йодированная	1,2	1,2			
масло сливочное	5	5			
Всего с маслом			15/5	1,6	3,8
батон или хлеб пшеничный	15	15			
масло сливочное	5	5			

Меню
АУТО «

хлеб пшеничный	11	11						
молоко питьевое	16	16						
котлетная масса		75						
яйцо куриное отварное для фарша	22	22						
мука пшеничная	6	6						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
фельное			150	3,0	4,1	23,5	143	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	170	128						
01.11.-31.12. -30%	183	128						
01.01-29.02 - 35%	197	128						
01.03 - 40%	214	128						
молоко питьевое	24	24						
масло сливочное	3,5	3,5						
а			180	0,3	0,0	16,1	66	№638-2004
изюм	18	18						
сахар	5	5						
или								
			180	0,2	0,0	15,5	63	№585-1996

говядина 1 категории	44	32						
или говядина полуфабрикат	38	32						
капуста белокочанная свежая	19	15						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	73	55						
01.11.-31.12. -30%	79	55						
01.01-29.02 - 35%	85	55						
01.03 - 40%	92	55						
морковь до 01.01 - 20%	7,5	6						
с 01.01 - 25%	8	6						
лук репчатый	8	7						
огурцы соленые без уксуса	18	10						
масло сливочное	4	4						
сметана	5	5						
зелень сушеная	0,1	0,1						
бленые из мяса (говядина и свинина), запеченные			80	11,8	9,4	5,1	152	№457-200
свинина мясная	30	26						
говядина 1 категории	35	26						
или говядина полуфабрикат	31	26						
или фарш промышленного производства	52	52						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»

ОГРН 1077203065147

	сахар								
	чайная пудра	0,7	0,7						
	масло растительное для жарки	0,7	0,7						
очный напиток в ассортименте		207	200	200	4,9	6,4	11,4	123	№686-2004
	или								
теечное кипяченое		210	200	200	5,8	6,4	9,4	118	№250-2001, Пермь.
Ужин				480	8,5	8,7	84,1	448,7	
еважидкая				200	6,2	6,1	26,5	186	№64-20х-2026, Новосибирск
	крупа гречневая	40	40						
	вода питьевая	70	70						
	молоко питьевое	105	105						
	сахар	3	3						
	масло сливочное	5	5						
и сгущенным				180	1,2	1,9	17,5	92	№493-2013, Пермь.
	чай-заварка	0,4	0,4						
молоко сгущенное с сахаром		30	30						
	или								
				180	2,8	3,2	12,7	91	№496-2013, Пермь.
	чай - заварка	0,4	0,4						

или груши свежие	44	40						
или апельсины свежие	60	40						
лимонная кислота	0,18	0,18						
сахар	10	10						
Завтрак			40	0,8	0,4	17,6	77	
Обед			30	0,7	0,4	11,3	51	
Полдник			250	7,1	10,5	36,4	269	
Ужин с джемом			50	2,2	4,1	25,0	146	№572-2013, Пермь
мука пшеничная	29	29						
молоко питьевое	12	12						
сахар	6	6						
масло сливочное	5	5						
яйцо куриное	2	2						
дрожжи хлебопекарные	1,1	1,1						
или дрожжи сухие хлебопекарные	0,28	0,28						
соль йодированная	0,2	0,2						
ванилин	0,006	0,006						
джем промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	12,4	12						
яйцо куриное для смазки изделия	1,4	1,4						

брод с сыром			20/15	5,3	3,7	7,2	83	№3-2004
батон или хлеб пшеничный	20	20						
сыр	16	15						
кофейный напиток			200	2,3	2,5	14,8	91	№501-2013, Пермь
кофейный напиток	4	4						
сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
Второй завтрак				0,3	0,0	22,4	91	
обогащением витаминов и минералов в виде	180	180	180	0,3	0,0	22,4	91	№518-2013, Пермь
Обед			680	20,3	23,2	91,6	656	
моркови и яблок			60	0,8	4,1	5,9	64	№9-2013, Пермь
морковь до 01.01 - 20%	56	45						
с 01.01 - 25%	60	45						
морковь старого урожая использовать до 1 марта, после 1 марта или в отварном виде)								
с удаленным семенным гнездом, очищенные от кожицы)	21,5	15						
масло растительное на полив при подаче	4	4						
ИЛИ								
льский"			60	2,2	4,1	3,5	60	№4-2006, Екатеринбург

сахар	8
ассортименте	
кое фруктовое пюре в ассортименте (от 100 г)	
ной	
нический	
ИТОГО:	
ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:	
ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ 95%:	
ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):	

8						
	100	0,1	0,3	23,7	98	№458-2006, Москва
	20	0,6	0,2	7,6	35	
	20	0,4	0,2	8,8	39	
		51	57	274	1814	
		54	60	261	1800	
		51	57	248	1710	
		57	63	274	1890	

2 день

Наименование блюда	Брутто, г
Завтрак	
очная ассорти (пшенично - ячневая)	
крупа пшеничная	15
крупа ячневая	15
молоко питьевое	190
сахар	3
масло сливочное	5

Н етто, г	Химический состав					№ рецептуры
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
	435	14,1	12,7	43,1	343	
	200	6,5	6,5	21,1	169	№18/4-2011, Екатеринбург
15						
15						
190						
3						
5						

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

масло сливочное	4	4							№170-2013, Пермь
гренки из пшеничного хлеба		20							
хлеб пшеничный	38	32							
зелень сушеная	0,1	0,1							
			200	11,1	13,1	22,7	253	№362-2021, Пермь	
а сердце говяжье	102	85							
масса отварного сердца		50							
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	140	105							
01.11.-31.12. - 30%	150	105							
01.01-29.02 - 35%	162	105							
01.03 - 40%	175	105							
морковь до 01.01 - 20%	38	30							
с 01.01 - 25%	40	30							
лук репчатый	18	15							
масло растительное	6	6							
ИЛИ									
			200	11,3	12,9	22,7	252	№436-2004	
му говядина 1 категории	87	64							
или говядина полуфабрикат	76	64							

с 01.01 - 25%	27	20						
масса отварной моркови		17						
огурца консервированная (после термической обработки)	25	15						
огурцы консервированные без уксуса	45,5	25						
или огурцы свежие парниковые	25,5	25						
или огурцы свежие грунтовые	26,3	25						
масло растительное	4	4						
овощный с курицей с гренками			180/20/20	7,2	5,3	22,9	168	№139-2004
отрошенная 1 категории (разделка на мякоть без кожи)	58	52						
куриная промышленного производства (разделка на мякоть без кожи)	37	36						
или филе куриное промышленного производства	29	28						
горох	15	15						
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%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	10	8						

масса отварного мяса		40						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	206	155						
01.11.-31.12. -30%	222	155						
01.01-29.02 - 35%	239	155						
01.03 - 40%	259	155						
морковь до 01.01 - 20%	28	22						
с 01.01 - 25%	29	22						
лук репчатый	12	10						
масло растительное	6	6						
3 свежих яблок			200	0,1	0,1	20,0	81	№631-2004
яблоки свежие с удаленным семенным гнездом	45,6	40						
сахар	11	11						
мучный			20	0,4	0,2	8,8	39	
ой			30	0,7	0,4	11,3	51	
Полдник			250	8,6	13,3	31,6	281	
кое мучное изделие промышленного производства в ассортименте (печенье и т.д.)			50	2,8	6,9	22,2	162	
еовое кипяченое	210	200	200	5,8	6,4	9,4	118	Автономное учреждение Тюменской области «Центр технологического контроля» ОГРН 1077203065147

№260-2001,
Пермь

ИЛИ								
Кисломолочный напиток в ассортименте	207	200	200	4,9	6,4	11,4	123	№698-2004
Ужин			565	13,1	13,4	69,0	448,0	
Винегрет овощной			60	1,0	4,0	7,6	70	№71-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	24	18						
01.11.-31.12. -30%	26	18						
01.01-29.02 - 35%	28	18						
01.03 - 40%	30	18						
масса отварного картофеля		15						
свекла до 01.01 -20%	24	19						
с 01.01 - 25%	25	19						
масса отварной свеклы		15						
морковь до 01.01 - 20%	20	16						
с 01.01 - 25%	21	16						
масса отварной моркови		14						
огурцы соленные без уксуса	18	10						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	12	8						

масло растительное	4	4							
Омлет натуральный с подгарнировкой			180	10,6	8,4	8,4	151	№340-2004	
яйцо куриное	76	76							
молоко питьевое	29	29							
масло растительное для смазки листа	1	1							
масса готового омлета		100							
Овощи на подгарнировку		80							
кукуруза консервированная (после термической обработки)	134	80							№101-2004
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте (конфеты, мармелад и т.д.)			15	0,5	0,0	7,3	31		
Чай со смородиной и сахаром			200/10	0,2	0,0	12,8	52	№54-Бгн-2020, 2021, Новосибирск	
чай-заварка	0,4	0,4							
смородина черная или красная	10,7	10							
сахар	12	12							
Фрукт в ассортименте			100	0,2	0,6	21,0	90	№458-2006, Москва	
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 100 г)									
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19		
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34	Автоматное учреждение Тюменской области «Центр технологического контроля» ОГРН 1037303085147	

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

ИТОГО:				56	63	258	1819	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:				54	60	261	1800	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ 95%):				51	57	248	1710	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				57	63	274	1890	
3 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			420	8,1	8,3	61,4	353	
Каша рисовая жидкая			200	5,1	6,2	21,8	163	№311-2004

молоко сгущенное с сахаром	30	30						
или								
Чай с молоком			180	2,8	3,2	12,7	91	№495-2013, Пермь
чай - заварка	0,4	0,4						
молоко питьевое	100	100						
сахар	8	8						
Второй завтрак				0,3	0,0	22,4	91	
Напиток из шиповника			180	0,3	0,0	22,4	91	№705-2004
шиповник	15	15						
сахар	5	5						
Обед			695	23,3	22,6	90,8	659	
Салат картофельный с огурцами и зеленым горошком			60	1,1	4,1	5,3	63	№75-2013, Пермь
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	43	32						
01.11.-31.12. -30%	46	32						
01.01-29.02 - 35%	49	32						
01.03 - 40%	53	32						
масса отварного картофеля		30						
огурцы свежие парниковые	15,3	15						
или огурцы свежие грунтовые	15,8	15						

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

или огурцы соленные без уксуса	27,3	15						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	18	12						
масло растительное	4	4						
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной			180/20/5	5,8	5,4	5,6	94	№142-2013, Пермь
говядина 1 категории	44	32						
или говядина полуфабрикат	38	32						
капуста белокочанная свежая	45	36						
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	29	22						
01.11.-31.12. -30%	31	22						
01.01-29.02 - 35%	34	22						
01.03 - 40%	37	22						
морковь до 01.01 - 20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	8	7						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	2	2						
масло растительное	4	4						
сметана	5	5						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Печень говяжья по - строгановски			80	11,2	9,6	2,9	143	№431-2004

печень говяжья	90	75						
масло растительное	3	3						
масса готовой печени		50						
мука пшеничная	2	2						
сметана	10	10						
вода питьевая	20	20						
или								
Сердце в соусе			80	11,7	9,3	2,9	142	№361-2021, Пермь
сердце говяжье	101	84						
масло растительное	3	3						
масса готового сердца		50						
мука пшеничная	2	2						
сметана	10	10						
вода питьевая	20	20						
или								
Бефстроганов из отварной говядины			70	11,9	9,7	4,1	151	№54-1м-2020, Новосибирск
говядина 1 категории	88	65						
или говядина полуфабрикат	77	65						
масса отварного мяса		40						

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

масса соуса		30							
мука пшеничная	4	4							
сметана	10	10							
бульон	20	20							
лук репчатый	12	10							
масло растительное	3	3							
Макаронные изделия отварные			150	3,5	2,8	36,8	186	№516-2004	
макаронные изделия группы А	53	53							
масло сливочное	3,5	3,5							
Компот из кураги			180	0,5	0,0	16,2	67	№638-2004	
курага	15	15							
сахар	5	5							
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	38		
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69		
Полдник			260	8,8	10,9	34,2	270		
Пирог морковный			60	3,0	4,5	25,0	153	№71-2006, Екатеринбург	
мука пшеничная	18	18							
морковь до 01.01 - 20%	33	26							
с 01.01 - 25%	35	26							

двууглекислый натрий	1,0	1,0						
масло сливочное	10	10						
ванилин	0,06	0,06						
яйцо куриное	6	6						
сахар	12	12						
масло сливочное для смазки листа	2,5	2,5						
молоко сгущенное с сахаром	6,2	6						

ИЛИ

Пирог "Манник" с молоком сгущенным с сахаром			60	3,7	5,3	24,0	159	№118-2006, Москва
мука пшеничная	11	11						
крупа манная	11	11						
яйцо куриное	10	10						
сахар	9	9						
масло сливочное	4	4						
сметана	11	11						
двууглекислый натрий (разрыхлитель)	0,5	0,5						
масло растительное для смазки листа	1	1						
молоко сгущенное с сахаром	10,2	10						

Кисломолочный напиток в ассортименте

207

200

200

5,8

6,4

Автономное учреждение Тюменской области
9.2 118 №698-2004
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

или								
ежное кипяченое	210	200	200	5,8	6,4	9,4	118	№260-2001, Пермь
Ужин			460	15,7	19,1	60,0	475	
ивные с молоком сгущенным			180	15,5	18,7	28,3	344	№325-2013, Пермь
творог	123	122						
мука пшеничная	17	17						
яйцо куриное	10	10						
сахар	4	4						
соль йодированная	0,6	0,6						
масса готовых вареников		150						
молоко сгущенное с сахаром	30,2	30						
или								
с молоком сгущенным			170	15,6	18,8	28,4	345	№365-2004
творог	132	130						
сметана	15	15						
яйцо куриное	10	10						
сахар	10	10						
мука пшеничная	12	12						

масса готового суфле		150						
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20						
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,4	42	№685-2004
чай-заварка	0,4	0,4						
сахар	10	10						
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,4	21,3	89	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 100 г)								
ИТОГО:				56	61	269	1847	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:				54	60	261	1800	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ 95%):				51	57	248	1710	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				57	63	274	1890	
4 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			440	12,4	16,4	44,7	376	
Суп молочный с макаронными изделиями			200	4,5	6,1	19,5	151	№165-2013, Пермь
молоко питьевое	205	205						
макаронные изделия группы А	16	16						
сахар	1,6	1,6						

Автономное учреждение Тюменской области

«Центр технологического контроля»

ОГРН 1077203065147

ИНН 7203208134

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

масло сливочное	2	2						
Яйца вареные			40	5,1	4,6	0,3	63	№300-2013, Пермь
Бутерброд с маслом			15/5	1,6	3,8	7,4	70	№1-2004
батон или хлеб пшеничный	15	15						
масло сливочное	5	5						
Чай с молоком сгущенным			180	1,2	1,9	17,5	92	№493-2013, Пермь
чай-заварка	0,4	0,4						
молоко сгущенное с сахаром	30	30						
ИЛИ								
Чай с молоком			180	2,8	3,2	12,7	91	№495-2013, Пермь
чай - заварка	0,4	0,4						
молоко питьевое	100	100						
сахар	8	8						
Второй завтрак				0,3	0,0	21,6	88	
Сок с содержанием витаминов и минералов в ассортименте	180	180	180	0,3	0,0	21,6	88	№518-2013, Пермь
Обед			715	24,8	24,4	76,3	624	
Салат из свеклы с сыром и чесноком			60	3,1	4,4	5,8	75	№56-2013, Пермь
свекла до 01.01 -20%	73	58						
с 01.01 - 25%	77	58						

масса отварной свеклы		55						
чеснок	0,4	0,3						
сыр	7	6						
масло растительное	4	4						
Суп картофельный с рыбой			180/75	8,4	6,9	15,1	156	№150-2013, Пермь
горбуша (кета) потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	135	90						
или горбуша (кета) потрошенная без головы (филе без кожи и костей)	154	90						
или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	164	90						
или треска потрошенная обезглавленная (филе с кожей без костей)	121	92						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	126	93						
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	106	80						
01.11.-31.12. - 30%	114	80						
01.01-29.02 - 35%	123	80						
01.03 - 40%	134	80						
морковь до 01.01 - 20%	10,0	8						
с 01.01 - 25%	10,6	8						
лук репчатый	10	8						
масло сливочное	4	4						
зелень сушеная	0,1	0,1						

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

Филе птицы запеченное с яйцом			70	9,2	8,4	3,1	125	№495-2004
филе куриное или индейки	74	70						
или грудка куриная промышленного производства (разделка на мякоть без кожи)	94	90						
мука пшеничная	4	4						
яйцо куриное	20	20						
масло растительное для смазки листа	2	2						
ИЛИ								
Курица запеченная			80	11,2	10,2	0,0	137	№494-2004
курица потрошенная 1 категории	129	115						
или бедро куриное	121	115						
сметана	5	5						
масло растительное	1,5	1,5						
Рагу овощное			150	2,7	4,1	17,0	116	№541-2004
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	33	25						
01.11.-31.12. -30%	36	25						
01.01-29.02 - 35%	39	25						
01.03 - 40%	42	25						
морковь до 01.01 - 20%	44	35						
с 01.01 - 25%	47	35						

лук репчатый	14	12						
капуста белокочанная свежая	81	65						
масло растительное	4,5	4,5						
соус томатный		45						№587-2004
вода питьевая	42	42						
масло сливочное	3	3						
мука пшеничная	2	2						
морковь до 01.01 - 20%	5,0	4						
с 01.01 - 25%	5	4						
лук репчатый	1,4	1,2						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	10	10						
сахар	0,5	0,5						
ИЛИ								
Сложный гарнир (картофель отварной, капуста тушеная)								
Картофель отварной с маслом			100	1,3	2,2	12,1	73	№426-2013, Пермь
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	136	102						
01.11.-31.12. -30%	146	102						
01.01-29.02 - 35%	157	102						
01.03 - 40%	170	102						

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

масса отварного картофеля		97						
масло сливочное	3	3						
Капуста тушеная			60	0,6	1,8	5,5	41	№423-2013, Пермь
капуста свежая белокочанная	85	68						
масло растительное	2	2						
морковь до 01.01.-20%	8	6						
с 01.01 - 25%	8	6						
лук репчатый	2	1,5						
мука пшеничная	0,8	0,8						
Компот из смеси сухофруктов			180	0,3	0,0	15,2	62	№508-2013, Пермь
сухофрукты	15	15						
сахар	8	8						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	51	
Полдник			250	6,7	7,9	43,5	272	
Хлебное изделие промышленного производства в ассортименте			50	0,9	1,5	34,1	154	
молоко питьевое кипяченое	210	200	200	5,8	6,4	9,4	118	№260-2001, Пермь
ИЛИ								
Кисломолочный напиток в ассортименте	207	200	200	4,9	6,4	11,4	123	№698-2004

Ужин			450	7,7	8,3	81,1	430,1	
Рис припущенный с овощами "Мозайка"			150	5,5	7,5	35,6	232	№416-2013, Пермь
крупa рисовая	45	45						
вода питьевая	95	95						
масло сливочное	10	10						
морковь до 01.01 - 20%	38	30						
с 01.01 - 25%	40	30						
кукуруза консервированная	33	20						
или								
Каша перловая рассыпчатая с морковью			150	5,8	7,9	34,5	232	№242-2013, Пермь
крупa перловая	40	40						
вода питьевая	100	100						
масло сливочное	5	5						
масса каши перловой		120						
масса моркови при пущенной с маслом		30						
морковь до 01.01.-20%	44	35						
с 01.01 - 25%	47	35						
масло сливочное	5	5						
Чай с лимоном			200	0,1	0,0	12,5	50	№86-2004

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

чай-заварка	0,4	0,4						
сахар	12	12						
лимон	6	5						
Фрукт (банан)			100	1,5	0,5	21,0	95	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 100 г)								
Хлеб ржаной			20	0,4	0,2	7,6	34	
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
ИТОГО:				52	57	267	1789	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:				54	60	261	1800	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ 95%:				51	57	248	1710	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				57	63	274	1890	

5 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			440	10,3	8,8	63,4	374	
Каша гречневая жидкая			200	6,2	6,1	26,5	186	№54-20к-2020, Новосибирск
крупa гречневая	40	40						
вода питьевая	70	70						
молоко питьевое	105	105						

сахар	3	3						
масло сливочное	5	5						
Бутерброд с джемом или вареньем			20/20	1,8	0,2	22,1	97	№2-2004
батон или хлеб пшеничный	20	20						
джем или варенье промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	20,2	20						
Кофейный напиток			200	2,3	2,5	14,8	91	№501-2013, Пермь
кофейный напиток	4	4						
сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
Второй завтрак				0,3	0,0	22,4	91	
Сок в ассортименте	200	200	200	0,3	0,0	22,4	91	№518-2013, Пермь
Обед			695	23,8	24,0	87,8	663	
Икра морковная			60	1,2	3,9	5,3	61	№119-2013, Пермь
морковь до 01.01 - 20%	75	60						
с 01.01 - 25%	80	60						
масса отварной моркови		57						
лук репчатый	14,3	12						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5	5						
масло растительное	4	4						

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

лимонная кислота	0,3	0,3						
сахар	0,8	0,8						
или								
Салат "Солнышко"			60	1,7	4,1	6,8	71	№21-2021, Пермь
морковь до 01.01 - 20%	50	40						
с 01.01 - 25%	53	40						
масса отварной моркови		37						
кукуруза консервированная (после термической обработки)	33	20						
масло растительное	4	4						
или								
Салат из свежих помидоров			60	0,9	4,1	3,9	56	№22-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	58	57						
или помидоры свежие грунтовые	67	57						
масло растительное	4	4						
Борщ с капустой и картофелем, с мясом со сметаной			180/20/5	5,6	5,5	12,8	123	№110-2004
говядина 1 категории	44	32						
или говядина полуфабрикат	38	32						
свекла до 01.01 -20%	38	30						
с 01.01 - 25%	40	30						

капуста белокочанная свежая	19	15						
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	20	15						
01.11.-31.12. -30%	21	15						
01.01-29.02 - 35%	23	15						
01.03 - 40%	25	15						
морковь до 01.01 - 20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	8	7						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	4	4						
масло сливочное	4	4						
сахар	0,3	0,3						
сметана	5	5						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Рыба припущенная в сметане			80/20	12,2	9,5	2,5	144	№338-2013, Пермь
горбуша (кета) потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	149	99						
или горбуша (кета) потрошенная без головы (филе без кожи и костей)	169	99						
или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	180	99						
или треска потрошенная обезглавленная (филе с кожей без костей)	135	102						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	139	103						

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

масса припущенной рыбы		80						
сметана	20	20						
мука пшеничная	2	2						
масло сливочное	2	2						
Пюре картофельное			150	3,0	4,1	23,5	143	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	170	128						
01.11.-31.12. - 30%	183	128						
01.01-29.02 - 35%	197	128						
01.03 - 40%	214	128						
молоко питьевое	24	24						
масло сливочное	3,5	3,5						
исель из свежих ягод			180	0,3	0,2	15,4	64	№505-2013 Пермь
вишня свежемороженая	23	22						
или смородина свежемороженая	23,1	22						
или клюква свежемороженая	23,1	22						
сахар	10	10						
крахмал	6	6						
леб пшеничный			30	0,6	0,3	13,2	59	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	

Полдник			250	10,3	9,3	35,7	267	
Сдоба обыкновенная			50	4,5	2,9	26,5	150	№570-2013, Пермь
мука пшеничная	37	37						
мука пшеничная на подпыл	1,5	1,5						
сахар	4	4						
яйцо куриное	3	3						
масло сливочное	1,3	1,3						
соль йодированная	0,6	0,6						
масло сливочное (для разделки)	1,5	1,5						
яйцо куриное (для смазки)	1,4	1,4						
дрожжи прессованные	0,8	0,8						
или дрожжи сухие	0,2	0,2						
молоко питьевое	17	17						
масло растительное для смазки листа	0,3	0,3						
Кисломолочный напиток в ассортименте	207	200	200	5,8	6,4	9,2	118	№698-2004
ИЛИ								
Молоко питьевое кипяченое	210	200	200	5,8	6,4	9,4	118	№260-2001, Пермь
Ужин			490	9,6	18,8	65,1	467,9	
Салат из капусты белокочанной			60	1,0	4,0	5,0	60	№620-2013, Пермь

Автономное учреждение «Омский государственный университет путей сообщения»
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

капуста белокочанная (стертая с солью)	93	47						
морковь до 01.01 - 20%	7,5	6						
с 01.01 - 25%	8	6						
лук репчатый (бланшированный)	7	6						
лук репчатый, капусту и морковь старого урожая использовать только до 1 марта, после 1 марта овощи нового урожая или другой салат								
или лук зеленый	7,5	6						
лимон (для сока)	7	3						
сахар	0,7	0,7						
масло растительное	4	4						
ИЛИ								
Салат из огурцов с маслом			60	0,6	4,1	1,9	47	№14/1-2011г Екатеринбург
огурцы свежие парниковые	58	57						
или огурцы свежие грунтовые	60	57						
масло растительное	4	4						
Овощи тушеные в соусе			200	4,2	8,7	25,6	197	№18/3-2011г Екатеринбург
горошек зелёный консервированный	62	40						
морковь до 01.01 - 20%	69	55						
с 01.01 - 25%	73,2	55						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	153	115						

01.11.-31.12. -30%	164	115						
01.01-29.02 - 35%	177	115						
01.03 - 40%	192	115						
лук репчатый	30	25						
масло растительное	5	5						
сметана	15	15						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	7	7						
мука пшеничная	2	2						
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте (пряники)			50	3,8	5,9	16,5	134	
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,4	42	№685-2004
чай-заварка	0,4	0,4						
сахар	10	10						
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34	
ИТОГО:				54	61	274	1862	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:				54	60	261	1800	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ 95%):				51	57	248	1710	При 11-12 часовом пребывании детей
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				57	63	274	1890	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА 1 НЕДЕЛЮ:				54	60	268	1826	

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

6 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			415	12,4	11,8	49,4	353	
Каша пшеничная жидкая			200	6,7	7,9	25,2	199	№311-2004
крупa пшеничная	25	25						
молоко питьевое	187	187						
сахар	3	3						
масло сливочное	5	5						
Бутерброд с сыром			20/15	5,3	3,7	7,2	83	№3-2004
батон или хлеб пшеничный	20	20						
сыр	16	15						
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,4	42	№685-2004
чай-заварка	0,4	0,4						
сахар	10	10						
Хлеб пшеничный			15	0,3	0,2	6,6	29	
Второй завтрак				0,3	0,0	22,0	89	
Сок в ассортименте	200	200	200	0,3	0,0	22,0	89	№518-2013, Пермь

Обед			700	20,2	21,1	96,7	658	
Салат "Степной" из разных овощей			60	1,0	3,0	4,5	49	№25-2004
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	31	23						
01.11.-31.12. -30%	33	23						
01.01-29.02 - 35%	35	23						
01.03 - 40%	38	23						
масса отварного картофеля		20						
морковь до 01.01 - 20%	21	17						
с 01.01 - 25%	23	17						
масса отварной моркови		15						
огурцы консервированные без уксуса	22	12						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	15	10						
масло растительное	4	4						
Суп картофельный с мясными фрикадельками			180/30	5,8	4,9	15,1	128	№137-2004
фрикадельки мясные (говядина и свинина)		30						№112-2004
говядина 1 категории	27	20						
или говядина полуфабрикат	24	20						
свинина мясная	16	14						
или фарш промышленного производства	34	34						

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

лук репчатый	3,6	3,0						
вода питьевая	3	3						
яйцо куриное	2,4	2,4						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	96	72						
01.11.-31.12. -30%	103	72						
01.01-29.02 - 35%	111	72						
01.03 - 40%	120	72						
морковь до 01.01 - 20%	8,8	7						
с 01.01 - 25%	9,3	7						
лук репчатый	8	7						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	2	2						
масло сливочное	4	4						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Котлета домашняя из говядины и свинины, запеченная с соусом сметанным с томатом			70/30	9,1	8,9	7,4	146	№450-2004
свинина мясная	30	26						
говядина 1 категории	35	26						
или говядина полуфабрикат	31	26						
или фарш промышленного производства	52	52						
хлеб пшеничный	13	13						

молоко питьевое	8	8						
чеснок	0,4	0,3						
лук репчатый	6	5						
яйцо куриное	3	3						
мука пшеничная	7	7						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
Соус сметанный с томатом		30						№601-2004
сметана	8	8						
мука пшеничная	2,3	2,3						
вода питьевая	22	22						
оре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	3	3						
семенн			130	2,7	3,4	22,0	129	№512-2004
крупа рисовая	46	46						
вода питьевая	95	95						
масло сливочное	4	4						
ежих яблок			200	0,1	0,1	20,0	81	№631-2004
яблоки свежие с удаленным семенным гнездом	45,6	40						
сахар	11	11						
ый			20	0,4	0,2			

Авт. **8,8** мное учреждение Тюменской области
 «Центр технологического контроля»
 ОГРН 1077203065147
 ИНН 7203208134

1-6, 8 янва
7 января Рождес

Хлеб ржаной			50	1,1	0,6	18,9	86	
Полдник			250	7,5	9,6	35,6	259	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			50	1,7	3,2	26,2	140	142,00
Молоко питьевое кипяченое	210	200	200	5,8	6,4	9,4	118	№250-2001, Пермь
или								
Кисломолочный напиток в ассортименте	207	200	200	4,9	6,4	11,4	123	№698-2004
Ужин			480	15,2	17,2	57,2	444	
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным			200	13,9	15,2	26,2	297	№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	3	3						
масса готовой запеканки		180						
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20						

Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,1	13,5	55	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 100 г)								
Чай с молоком сгущенным			180	1,2	1,9	17,5	92	№493-2013, Пермь
чай-заварка	0,4	0,4						
молоко сгущенное с сахаром	30	30						
или								
Чай с молоком			180	2,8	3,2	12,7	91	№495-2013, Пермь
чай - заварка	0,4	0,4						
молоко питьевое	100	100						
сахар	8	8						
ИТОГО:				56	60	261	1803	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:				54	60	261	1800	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ 95%):				51	57	248	1710	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				57	63	274	1890	
7 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			430	9,4	13,8	52,7	372	
Каша пшенная жидкая			200	4,2	7,0	20,2	161	Автоподпись учреждения: Тименской облздравотдел «Центр технического контроля» 01.03.2004

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

крупa пшено	25	25						
вода питьевая	75	75						
молоко питьевое	110	110						
сахар	3	3						
масло сливочное	5	5						
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте			30	1,6	2,4	10,0	68	
Какао с молоком			200	3,3	4,2	15,9	115	№497-2013, Пермь
какао - порошок	3	3						
молоко питьевое	130	130						
сахар	10	10						
Батон пшеничный			15	0,3	0,2	6,6	29	
Второй завтрак				0,3	0,0	22,0	89	
Сок в ассортименте	200	200	200	0,3	0,0	22,0	89	№518-2013, Пермь
Обед			665	24,5	22,0	84,0	632,2	
Салат из квашеной капусты с луком			60	1,1	5,0	3,4	63	№48-2013, Пермь
капуста белокочанная квашенная промышленного производства	72	51						
лук репчатый	7	6						
лук репчатый (использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зелёный)								
или лук зелёный	7,5	6						

сахар	0,7	0,7						
масло растительное	5	5						
или								
Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами			60	1,3	4,6	2,2	55	№54-6з-2020, Новосибирск
капуста белокочанная свежая	59	48						
масса капусты, стертой с солью		30						
(в свежем виде морковь и капусту старого урожая использовать до 1 марта, после 1 марта свежего урожая или другой салат из вареных овощей)								
помидоры свежие парниковые	12,2	12						
или помидоры свежие грунтовые	14,2	12						
огурцы свежие парниковые	12,2	12						
или огурцы свежие грунтовые	12,6	12						
яйцо куриное	5	5						
масло растительное	4	4						
Свекольник с мясом, со сметаной			180/20/5	5,8	5,4	12,5	122	№34-2004, Пермь
говядина 1 категории	44	32						
или говядина полуфабрикат	38	32						
свекла до 01.01 -20%	56	45						
с 01.01 - 25%	60	45						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	43	32						

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

01.11.-31.12. -30%	46	32						
01.01-29.02 - 35%	49	32						
01.03 - 40%	53	32						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	2	2						
морковь до 01.01 - 20%	8,8	7						
с 01.01 - 25%	9,3	7						
лук репчатый	10	8						
масло сливочное	4	4						
сахар	0,4	0,4						
сметана	5	5						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Биточки печеночные			70	12,2	6,1	7,5	134	№35/8-2011, Екатеринбург
печень говяжья	119	98						
масса отварной, протертой печени		65						
яйцо куриное	9	9						
лук репчатый	17	14						
масло сливочное	3	3						
масса прогретого с маслом лука		9						
мука пшеничная	7	7						

масло растительное	1,5	1,5						
ИЛИ								
Курица запеченная			80	11,2	10,2	0,0	137	№494-2004
курица потрошенная 1 категории	129	115						
или бедро куриное	121	115						
сметана	5	5						
масло растительное	1,5	1,5						
Каша гречневая вязкая			150	4,2	5,1	29,0	178	№510-2004
крупа гречневая	38	38						
вода питьевая	120	120						
масло сливочное	4,5	4,5						
Компот из смеси сухофруктов			180	0,3	0,0	15,2	62	№508-2013, Пермь
сухофрукты	15	15						
сахар	8	8						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34	
Полдник			250	7,4	11,3	34,2	268	
Полоска песочная с молоком сгущенным			50	1,6	4,9	25,0	151	№586-2013, Пермь
мука пшеничная	25	25						

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

сахар	10	10						
масло сливочное	10	10						
яйцо куриное	10	10						
соль йодированная	0,03	0,03						
натрий двууглекислый	0,07	0,07						
молоко сгущенное с сахаром, вареное промышленного производства	10,2	10						
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2						
Кисломолочный напиток в ассортименте	207	200	200	5,8	6,4	9,2	118	№698-2004
или								
Молоко питьевое кипяченое	210	200	200	5,8	6,4	9,4	118	№260-2001, Пермь
Ужин			520	10,2	12,2	72,3	440,1	
Салат "Сытный", с кукурузой, морковью и яйцом			60	3,8	6,3	7,7	103	№25-2021, Пермь
яйцо куриное	20	20						
кукуруза консервированная (после термической обработки)	17	10						
огурцы свежие грунтовые	16	15						
или огурцы свежие парниковые	15,3	15						
или огурцы соленые без уксуса	27,3	15						
морковь до 01.01 - 20%	23	18						

масса отварной моркови		15						
масло растительное	4	4						
Картофель тушеный			180	4,2	5,1	20,6	145	№216-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	173	130						
01.11.-31.12. -30%	186	130						
01.01-29.02 - 35%	200	130						
01.03 - 40%	217	130						
морковь до 01.01 - 20%	38	30						
с 01.01 - 25%	40	30						
лук репчатый	18	15						
масло сливочное	7	7						
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,4	42	№685-2004
чай-заварка	0,4	0,4						
сахар	10	10						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			10	0,2	0,1	3,8	17	
Фрукт (банан)			100	1,5	0,5	21,0	95	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 100 г)								
ИТОГО:			52	59				

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

НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:			54	60	261	1800		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ 95%):			51	57	248	1710		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):			57	63	274	1890		
8 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			440	10,3	10,1	58,1	365	
Суп молочный с крупой			200	6,2	7,4	21,2	176	№164-2013, Пермь
молоко питьевое	200	200						
крупы: манная или кукурузная, хлопья овсяные "Геркулес"	12	12						
ячневая или гречневая, перловая, пшено	16	16						
сахар	2,0	2,0						
соль йодированная	0,8	0,8						
масло сливочное	2	2						
Бутерброд с джемом или вареньем			20/20	1,8	0,2	22,1	97	№2-2004
батон или хлеб пшеничный	20	20						
джем или варенье промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	20,2	20						
Кофейный напиток			200	2,3	2,5	14,8	91	№501-2013, Пермь
кофейный напиток	4	4						

сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
Второй завтрак				0,3	0,0	22,4	91	
Напиток из шиповника			180	0,3	0,0	22,4	91	№705-2004
шиповник	15	15						
сахар	5	5						
Обед			695	21,3	23,6	84,5	636	
Салат из свежих помидоров			60	0,9	4,1	3,9	56	№22-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	58	57						
или помидоры свежие грунтовые	67	57						
масло растительное	4	4						
ИЛИ								
Свекла отварная с маслом растительным			60	1,0	4,0	4,3	57	№56-2006, Москва
свекла - до 01.01 -20%	74	59						
с 01.01 - 25%	78	59						
масса отварной свеклы		56						
масло растительное	4	4						
Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной			180/20/5	5,7	5,9	11,2	121	№129-1996
говядина 1 категории	44	32						

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

или говядина полуфабрикат	38	32						
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	73	55						
01.11.-31.12. -30%	79	55						
01.01-29.02 - 35%	85	55						
01.03 - 40%	92	55						
крупa перловая	4	4						
лук репчатый	5	4						
морковь до 01.01 - 20%	8,8	7						
с 01.01 - 25%	9,3	7						
огурцы консервированные без уксуса	18	10						
сметана	5	5						
масло сливочное	4	4						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Котлеты рыбные любительские			80	10,5	8,8	5,8	144	№346-2013, Пермь
горбуша (кета) потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	81	54						
или горбуша (кета) потрошенная без головы (филе без кожи и костей)	92	54						
или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	98	54						
или треска потрошенная обезглавленная (филе с кожей без костей)	71	54						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	73	54						

морковь до 01.01 - 20%	23	18						
с 01.01 - 25%	24	18						
масса отварной моркови		16						
хлеб пшеничный	7	7						
лук репчатый	8,3	7						
яйцо куриное	10	10						
молоко питьевое	8	8			сметан			
мука пшеничная	7	7						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
Пюре картофельное			150	3,0	4,1	23,5	143	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	170	128						
01.11.-31.12. -30%	183	128						
01.01-29.02 - 35%	197	128						
01.03 - 40%	214	128						
молоко питьевое	24	24						
масло сливочное	3,5	3,5						
Компот из свежих яблок			200	0,1	0,1	20,0	81	№631-2004
яблоки свежие с удаленным семенным гнездом	45,6	40						
сахар	11	11						

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

Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	52	
Полдник			250	6,7	11,5	36,6	277	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			50	0,9	5,1	27,2	158	
Молоко питьевое кипяченое	210	200	200	5,8	6,4	9,4	118	№260-2001, Пермь
ИЛИ								
Кисломолочный напиток в ассортименте	207	200	200	4,9	6,4	11,4	123	№698-2004
Ужин			530	16,6	15,9	59,8	449	
Горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	77	50	50	2,4	0,1	3,9	26	№244 - 2006, Москва
Филе из птицы			200	12,4	13,5	24,5	269	№406-2013, Пермь
Курица потрошенная 1 категории (разделка на мякоть без кожи)	147	131						
Филе грудки куриная промышленного производства (разделка на мякоть без кожи)	103	70						
или филе куриное промышленного производства	73	70						
масса отварной птицы (мякоть)		50						
крупка рисовая	51	51						
морковь до 01.01 - 20%	44	35						
с 01.01 - 25%	47	35						
лук репчатый	10	8						
масло растительное	8	8						

Чай с молоком сгущенным			180	1,2	1,9	17,5	92	№493-2013, Пермь
	чай-заварка	0,4	0,4					
	молоко сгущенное с сахаром	30	30					
ИЛИ								
Чай с молоком			180	2,8	3,2	12,7	91	№495-2013, Пермь
	чай - заварка	0,4	0,4					
	молоко питьевое	100	100					
	сахар	8	8					
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,2	5,7	25	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 100 г)								
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Хлеб ржаной			10	0,2	0,1	3,8	17	
ИТОГО:				55	61	261	1816	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:				54	60	261	1800	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ 95%:				51	57	248	1710	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				57	63	274	1890	
9 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав			Выход, г		
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г			

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

Завтрак			400	17,7	14,2	40,7	361	
Омлет натуральный с подгарнировкой			180	10,6	8,4	8,4	151	№340-2004
яйцо куриное	76	76						
молоко питьевое	29	29						
масло растительное для смазки листа	1	1						
масса готового омлета		100						
Овощи на подгарнировку		80						
кукуруза консервированная (после термической обработки)	134	80						№101-2004
или								
Яичная кашка натуральная с подгарнировкой			180	10,8	8,5	8,5	154	№279-1996
яйцо куриное	77	77						
молоко питьевое	38	38						
масло сливочное	4	4						
масса готовой каши		100						
Овощи на подгарнировку		80						
кукуруза консервированная (после термической обработки)	134	80						№101-2004
Бутерброд с сыром			20/15	5,3	3,7	7,2	83	№3-2004
батон или хлеб пшеничный	20	20						
сыр	16	15						

Чай с молоком сгущенным			180	1,2	1,9	17,5	92	№493-2013, Пермь
чай-заварка	0,4	0,4						
молоко сгущенное с сахаром	30	30						
или								
Чай с молоком			180	2,8	3,2	12,7	91	№495-2013, Пермь
чай - заварка	0,4	0,4						
молоко питьевое	100	100						
сахар	8	8						
Хлеб ржаной			20	0,6	0,2	7,6	35	
Второй завтрак				0,3	0,0	22,4	91	
Сок с содержанием витаминов и минералов в ассортименте	180	180	180	0,3	0,0	22,4	91	№518-2013, Пермь
Обед			650	19,8	23,0	82,8	617	
Салат из капусты белокочанной с морковью			60	1,20	4,10	7,60	72	№4-2013, Пермь
капуста белокочанная свежая	98	78						
масса капусты, стертой с солью		49						
лимон (для сока)	6	2,5						
сахар	0,6	0,6						
морковь до 01.01 - 20%	7,5	6						
с 01.01 - 25%	8	6						

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

морковь и капусту старого урожая использовать до 1 марта, после о урожая или другой салат из вареных овощей)								
масло растительное	4	4						
или								
ной			60	1,0	4,0	7,6	70	№71-2004
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	24	18						
01.11.-31.12. -30%	26	18						
01.01-29.02 - 35%	28	18						
01.03 - 40%	30	18						
масса отварного картофеля		15						
свекла до 01.01 -20%	24	19						
с 01.01 - 25%	25	19						
масса отварной свеклы		15						
морковь до 01.01 - 20%	20	16						
с 01.01 - 25%	21	16						
масса отварной моркови		14						
огурцы соленые без уксуса	18	10						
еленый консервированный (после термической обработки)	12	8						
масло растительное	4	4						

курица потрошенная 1 категории (разделка на мякоть без кожи)	58	52						
или грудка куриная промышленного производства (разделка на мякоть без кожи)	37	36						
или филе куриное промышленного производства	29	28						
лапша домашняя		15						№549-2004
мука пшеничная	13	13						
мука пшеничная (на подпыл)	0,9	0,9						
яйцо куриное	3,6	3,6						
вода питьевая	2,5	2,5						
соль йодированная	0,3	0,3						
или лапша промышленного производства	15	15						
морковь до 01.01 - 20%	10,0	8						
с 01.01 - 25%	10,6	8						
лук репчатый	8	7						
масло сливочное	4	4						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Шницель из мяса (свинина мясная и говядина)			70	9,2	8,8	8,3	149	№451-2004
свинина мясная	25	21						
говядина 1 категории	44	32						
или говядина полуфабрикат	38	32						

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

или фарш промышленного производства	53	53						
хлеб пшеничный	12	12						
молоко питьевое	6	6						
лук репчатый	7,1	6						
яйцо куриное	6	6						
мука пшеничная	7	7						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
Овощи, припущенные в сметане			150	1,9	4,2	15,4	107	№210-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	73	55						
01.11.-31.12. -30%	79	55						
01.01-29.02 - 35%	85	55						
01.03 - 40%	92	55						
морковь до 01.01 - 20%	69	55						
с 01.01 - 25%	73	55						
горошек зелёный консервированный	39	25						
капуста свежая белокочанная	63	50						
сметана	15	15						
масло сливочное	5	5						
или								

Сложный гарнир (картофель отварной, капуста тушеная)								
Картофель отварной с маслом			100	1,3	2,2	12,1	73	№426-2013, Пермь
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	136	102						
01.11.-31.12. -30%	146	102						
01.01-29.02 - 35%	157	102						
01.03 - 40%	170	102						
масса отварного картофеля		97						
масло сливочное	3	3						
Капуста тушеная			60	0,6	1,8	5,5	41	№423-2013, Пермь
капуста свежая белокочанная	85	68						
масло растительное	2	2						
морковь до 01.01.-20%	8	6						
с 01.01 - 25%	8	6						
лук репчатый	2	1,5						
мука пшеничная	0,8	0,8						
Компот из кураги			180	0,5	0,0	16,2	67	№638-2004
курага	15	15						
сахар	5	5						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2			

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

Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	52	
Полдник			250	6,4	8,9	43,7	281	
Булочка "Нежная"			50	1,5	3,9	28,5	155	560-2013, Пермь
масса теста		56						
мука пшеничная	32	32						
сахар	5	5						
масло сливочное	7	7						
соль йодированная	0,3	0,3						
дрожжи хлебопекарные	1,2	1,2						
или дрожжи сухие хлебопекарные	0,3	0,3						
молоко питьевое или кефир	12	12						
яйцо куриное	3,5	3,5						
крошка								
мука пшеничная	1	1						
масло сливочное	1	1						
масло сливочное для смазки изделия	1	1						
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2						
Кисломолочный напиток в ассортименте	207	200	200	4,9	5,0	15,2	125	№698-2004

Молоко питьевое кипяченое	210	200	200	5,8	6,4	9,4	118	№250-2001, Пермь
Ужин			460	11,7	15,6	70,7	470,3	
Салат из моркови с сыром			60	1,7	4,7	7,4	79	№89-1997
морковь до 01.01 - 20%	65	52						
с 01.01 - 25%	69	52						
масса отварной моркови		50						
сыр	7	6						
чеснок	0,4	0,3						
масло растительное	4	4						
Запеканка картофельная с мясом отварным			180	7,8	8,2	31,5	231	№157-2004, Пермь
говядина 1 категории	120	88						
или говядина полуфабрикат	104	88						
масса отварного мяса		55						
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						
масло сливочное	8	8						
яйцо куриное	8	8						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»

ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

сухари пшеничные	3	3						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Чай без сахара (с конфетами или джемом)			200	0,2	0,0	0,3	2	№685-2004
чай-заварка	0,4	0,4						
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте (конфеты - исключить карамель, в том числе леденцовую)			20	1,2	2,2	15,2	85	
ИЛИ Джем промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)			20	0,9	0,5	18,5	82	
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,5	34	

ИТОГО:

56 62 260 1820

НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:

54 60 261 1800

НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ 95%):

51 57 248 1710

НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):

57 63 274 1890

10 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецепту
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			430	7,8	13,5	51,2	358	
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая			200	5,9	6,4	28,8	196	№311-2004
хлопья овсяные "Геркулес"	25	25						
вода питьевая	72	72						

молоко питьевое	110	110						
сахар	3	3						
масло сливочное	5	5						
Бутерброд с маслом			20/10	1,8	7,1	9,9	111	№1-2004
батон или хлеб пшеничный	20	20						
масло сливочное	10	10						
Чай с лимоном			200	0,1	0,0	12,5	50	№686-2004
чай-заварка	0,4	0,4						
сахар	12	12						
лимон	6	5						
Второй завтрак				0,3	0,0	22,4	91	
Сок в ассортименте	200	200	200	0,3	0,0	22,4	91	№518-2013, Пермь
Обед			715	22,9	25,3	86,0	663	
Салат "Любительский"			60	2,2	4,1	3,5	60	№4-2006, Екатеринбург
морковь до 01.01 - 20%	25	20						
с 01.01 - 25%	27	20						
масса отварной моркови		17						
кукуруза консервированная (после термической обработки)	25	15						
огурцы консервированные без уксуса	45,5	25						

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

или огурцы свежие парниковые	25,5	25						
или огурцы свежие грунтовые	26,3	25						
масло растительное	4	4						
или								
Салат из огурцов с маслом			60	0,6	4,1	1,9	47	№14/1-2011г., Екатеринбург
огурцы свежие парниковые	58	57						
или огурцы свежие грунтовые	60	57						
масло растительное	4	4						
Уха рыбацкая			180/75	8,5	6,8	15,1	156	№30/2-2011г., Екатеринбург
горбуша (кета) потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	129	90						
или горбуша (кета) неразделанная (филе с кожей без костей)	155	90						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	126	93						
или лосось неразделанный (филе с кожей без костей)	163	95						
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	113	85						
01.11.-31.12. -30%	122	85						
01.01-29.02 - 35%	131	85						
01.03 - 40%	142	85						
лук репчатый	14	12						
масло сливочное	4	4						

зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Гуляш			70	9,1	10,7	2,3	142	№437-2004
свинина мясная	70	60						
или говядина 1 категории	87	64						
говядина полуфабрикат	76	64						
масло растительное	4	4						
масса готового мяса		40						
лук репчатый	10	8						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	4	4						
мука пшеничная	2,5	2,5						
Макароны отварные с овощами			150	3,1	2,8	27,4	147	№294-2013, Пермь
макаронные изделия	38	38						
масса отварных макарон		100						
морковь до 01.01 - 20%	38	30						
с 01.01 - 25%	40	30						
масло сливочное	4	4						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	8	8						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	23	15						
масса готовых овощей		50						

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

Кисель из свежих ягод			180	0,3	0,2	15,4	64	№505-2013, Пермь
вишня свежемороженая	23	22						
или смородина свежемороженая	23,1	22						
или клюква свежемороженая	23,1	22						
сахар	10	10						
крахмал	6	6						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
Полдник			250	6,7	10,3	36,6	266	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			50	0,9	3,9	27,2	148	
Молоко питьевое кипяченое	210	200	200	5,8	6,4	9,4	118	№260-2001, Пермь
или								
Кисломолочный напиток в ассортименте	207	200	200	4,9	6,4	11,4	123	№698-2004
Ужин			480	19,9	14,2	59,3	444	
Суфле творожное со сладкой глазурью			200	18,6	12,1	36,1	327	№19/3-2011 Екатеринбург
творог	147	145						
сметана	20	20						
яйцо куриное	15	15						
сахар	5	5						

мука пшеничная	12	12						
джем промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	31	30						
масло сливочное на смазку емкости	3	3						
Чай с молоком сгущенным			180	1,2	1,9	17,5	92	№493-2013, Пермь
чай-заварка	0,4	0,4						
молоко сгущенное с сахаром	30	30						
ИЛИ								
Чай с молоком			180	2,8	3,2	12,7	91	№495-2013, Пермь
чай - заварка	0,4	0,4						
молоко питьевое	100	100						
сахар	8	8						
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,2	5,7	25	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 100 г)								
ИТОГО:				57	63	255	1822	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:				54	60	261	1800	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ 95%):				51	57	248	1710	При 11-12 часовом пребывании детей
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				57	63	274	1890	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА 2 НЕДЕЛЮ:				55	61	261	1813	

*СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения" Таблица 4. Приложение 3.19

«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134