Согласовано:

Утверждаю:

Директор МАОУ СОШ № 5

Ген. директор ООО «Элара»

Прокопенко С.Ф.

ПРИМЕРНОЕ 20 - ти дневное МЕНЮ (Комплекс 1)

для питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях в возрасте 7 — 11 лет с ноября 2025 года.

		1 день			Пи	щевые вещес	тва	
Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтр	ак				21,1	18,8	117,2	721,6
Каша рисовая жидкая с маслом	№311-2004			200	7,4	5,9	34,5	221,2
крупа рисовая		30	30					
молоко питьевое		176	176					
caxap		4	4					
соль йодированная		0,5	0,5					
масло сливочное		5	5					
Сыр полутвердый (порциями)	№75-2021	21	20	20	4,6	5,9	0	71
Какао с молоком	№642-1996			200	3,4	3,2	21,2	127,2
какао - порошок		3	3					
молоко питьевое		130	130					
caxap		15	15					
Сок в инд.уп.				200	0,0	0,0	22,6	90,0
Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				20	1,3	0,2	8,2	40,2
Йогурт 2,5% - 3,2 % жирн.	-			100	1,9	3,2	16,4	100
Обе,	Nº 26- 2021	1		۷0	31,9 0,9	24,1	112,7	793,3
Свекла отварная свекла до 01.01 - 20%		75,6	60	60	U,9	0,1	5,5	26,0
свекла до 01.01 - 20% свекла с 01.01 - 25%		80,4	60					
Суп-пюре из разных овощей с курой и гренками	№168-2004	00,4	00	250/20/20	8,8	9,0	29,5	234,2
окорочка куриные	ł	34	30	230120120	0,0	2,0	27,3	207,2
Капуста свежая	1	25	20					
картофель - 01.0931.10 25%		51	38					
01.1131.1230%	1	54	38					
01.01-29.02 - 35%		59	38					
01.03 - 40%		63	38					
морковь - до 01.01 - 20%		19	15					
c 01.01 - 25%	1	20	15					
лук репчатый		12	10					
мука пшеничная		5	5					
масло сливочное		5	5					
молоко питьевое		38	38					
Бульон		190	190					
хлеб пшеничный		38	32					
соль йодированная		0,5	0,5					
Рыба, запеченная с картофелем под сырной шапкой	ттк			220	17,1	14,3	19,7	277,0
картофель - 01.0931.10 25%		169	127					
01.1131.1230%		182	127					
01.01-29.02 - 35%		196	127					
01.03 - 40% минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей		212	127					
минтаи потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)		115	85					
сухари		3	3					
масло сливочное		5	5					
масло растительное для смазки		2	2					
Соль йодированная		0,5	0,5					
сыр		5,5	5					
помидоры свежие		16	15					
сметана		15	15					
чеснок		1	1					
масса п/ф			250					٠
Напиток из сухофруктов	№638-2004			200	0,6	0,0	31,4	124,0
сухофрукты		20	20					
сахар		15	15					
или				200	0	0	20	90
Сок в ассортименте Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2.5	0	20	80 72
хлео пшеничныи витаминизированныи Хлеб ржаной				30	2,5 2,0	0,4	14,3 12,3	60,1
итого:				30	53,0	42,9	229,9	1514,9
					33,0	72,7	227,7	1317,7

		2 день	T	1	1			
Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда		щевые вещес		ЭЦ, ккал
2					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	7/2.1
Завт		l	Ī	100	33,0	25,9	99,0	762,1
Окорочка куриные запеченные	№494-2004	170	150	100	19,2	12,1	0,7	188
окорочка курины томатное паста (без искусственных ароматизаторог								
красителей и консервантов		1,8	1,8					
чеснок свежи		1	1					
масло растительно	e	3	3					
Соль йодированна	я	1	1					
Сложный гарнир (пюре картофельное, капуста туше	ная)			150	3,4	6,3	18,7	145,1
Пюре картофельное	№520-2004			100	2,2	3,3	14,8	97,7
картофель - 01.0931.10 25%		114	86					
01.1131.1230%		123	86					
01.01-29.02 - 35%		132	86					
01.03 - 40%	ó	144	86					
молоко питьево	e	16	16					
масло сливочное	:	4	4					
Соль йодированна		0,5	0,5					
Капуста тушеная	№534-2004			50	1,2	3,0	3,9	47,4
капуста свежая белокочанна		75	60					
морковь - до 01.01 - 20%		5,0	4					
c 01.01 - 25%		5,3	4					
томатная паста(без искусственных ароматизаторог		1,5	1,5					
красителей и консервантов		· ·						
лук репчаты		2,4	2					
мука пшенична		1,5	1,5		1			
масло растительно		3	3					
caxa		0,5	0,5					
Соль йодированна		0,5	0,5	*00	0.00	0.00	4-0-	/0.c-
Чай с сахаром	№685-2004		1	200	0,20	0,00	15,00	60,80
чай-заварк		1	1					
caxa	р	15	15	20			44.0	
Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной		ı	1	20	1,3	0,2	8,2	40,2
Молоко или молочный коктейль 2,5-3,2 % в инд.уп.				200	5,2	5,0	19,0	142,0
Кондитерское изделий пром.производства	-			30	1,2	1,9	23,1	114,0
O66			1		29,2	20,2	99,6	689,1
Нарезка из свежих овощей	№18-2021 Перм		(0	60	0,6	0,1	2,2	12,0
огурцы свежи		64,8 64,2	60					
или помидоры свежи	№110-2004	04,2	00	250/5	2,2	6,1	6.2	85,0
Борщ с капустой и картофелем, со сметаной свекла до 01.01 -209		50	40	250/5	2,2	0,1	6,2	85,0
с 01.01 - 25%		50	40					
капуста свежая белокочанна		25						
капуста свежая ослокочанна картофель - 01.0931.10 259		27	20 20					
картофель - 01.0931.10 237 01.1131.12309		29	20					
01.1131.12307		31	20					
01.01-29.02 - 337								
морковь - до 01.01 - 209		33 16,3	20 13					
с 01.01 - 259			13					
лук репчаты		17,3						
лук репчаты томатная паста (без искусственных ароматизаторог		12	10					
красителей и консервантов		6	6		ĺ			
масло сливочно		5	5					
caxa		0,5	0,5					
сметан		5	5					
соль йодированна	я	0,5	0,5					
Котлета по - хлыновски (мясо-картофельная)	№364-2021			100	17,0	8,4	6,0	168,0
мясо свинина б/	к	96	85					
картофель - 01.0931.10 25%	6	22	16					
01.1131.1230%		23	16					
01.1131.12309	6	23 24	16 16					
	(о́ (о́							
01.01-29.02 - 35%	б б б	24	16					
01.01-29.02 - 359 01.03 - 409	6 6 6 4	24 26	16 16					
01.01-29.02 - 35% 01.03 - 40% лук репчаты яйц сухар	6 6 6 6 4 1	24 26 10	16 16 8,4					
01.01-29.02 - 35% 01.03 - 40% лук репчаты яйц	6 6 6 6 4 1	24 26 10 9,2	16 16 8,4 8 6 5					
01.01-29.02 - 35% 01.03 - 40% лук репчаты яйц сухар масло сливочно масса п/с	6 6 6 7 4 8	24 26 10 9,2 6 5	16 16 8,4 8 6 5					
01.01-29.02 - 359 01.03 - 409 лук репчаты яйц сухар масло сливочно	6 6 6 4 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	24 26 10 9,2 6	16 16 8,4 8 6 5					
01.01-29.02 - 35% 01.03 - 40% лук репчаты яйц сухар масло сливочно масса п/с соль йодированна Перловка рассыпчатая	6 6 6 7 8 8 9 9 9 9 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	24 26 10 9,2 6 5	16 16 8,4 8 6 5 125 0,5	150	4,5	4,9	31,2	186,0
01.01-29.02 - 35% 01.03 - 40% лук репчаты яйц сухар масло сливочно масса п/с соль йодированна	6 6 6 7 8 8 9 9 9 9 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	24 26 10 9,2 6 5	16 16 8,4 8 6 5 125 0,5	150	4,5	4,9	31,2	186,0
01.01-29.02 - 35% 01.03 - 40% лук репчаты яйц сухар масло сливочно масса п/с соль йодированна Перловка рассыпчатая Крупа перлова вода питьева	6 6 6 6 4 4 8 9 9 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	24 26 10 9,2 6 5 0,5 50 120	16 16 8,4 8 6 5 125 0,5	150	4,5	4,9	31,2	186,0
01.01-29.02 - 35% 01.03 - 40% лук репчаты яйц сухар масло сливочно масса п/с соль йодированна Перловка рассыпчатая Крупа перлова	6 6 6 6 4 4 8 9 9 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	24 26 10 9,2 6 5 0,5 50 120 0,5	16 16 8,4 8 6 5 125 0,5 50 120 0,5	150	4,5	4,9	31,2	186,0
01.01-29.02 - 35% 01.03 - 40% лук репчаты яйц сухар масло сливочно масса п/с соль йодированна Перловка рассыпчатая Крупа перлова вода питьева	6 6 6 6 4 a a 4 c b b M N≥207-2021 M M	24 26 10 9,2 6 5 0,5 50 120	16 16 8,4 8 6 5 125 0,5					
01.01-29.02 - 35%	6 6 6 6 7 4 8 9 9 9 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	24 26 10 9,2 6 5 0,5 50 120 0,5 5	16 16 8,4 8 6 5 125 0,5 50 120 0,5 5	150	4,5	4,9	31,2	186,0
01.01-29.02 - 35%	6 6 6 6 7 4 8 9 9 9 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	24 26 10 9,2 6 5 0,5 50 120 0,5 5	16 16 8,4 8 6 5 125 0,5 50 120 0,5 5					
01.01-29.02 - 35% 01.03 - 40% лук репчаты яйц сухар масло сливочно масса п/с соль йодированна Перловка рассыпчатая Крупа перлова вода питьева Соль йодированна Масло сливочно Компот из изюма изют саха	6 6 6 6 7 4 8 8 9 9 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	24 26 10 9,2 6 5 0,5 50 120 0,5 5	16 16 8,4 8 6 5 125 0,5 50 120 0,5 5		0,4		27,4	106,0
01.01-29.02 - 35% 01.03 - 40% лук репчаты яйц сухар масло сливочно масса п/с соль йодированна Перловка рассыпчатая Крупа перлова вода питьева Соль йодированна масло сливочно Компот из изюма изю саха Хлеб пшеничный витаминизированный	6 6 6 6 7 4 8 8 9 9 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	24 26 10 9,2 6 5 0,5 50 120 0,5 5	16 16 8,4 8 6 5 125 0,5 50 120 0,5 5	200	0,4	0,0	27,4	106,0
01.01-29.02 - 35% 01.03 - 40% лук репчаты яйц сухар масло сливочно масса п/с соль йодированна Перловка рассыпчатая Крупа перлова вода питьева Соль йодированна масло сливочно Компот из изюма изют саха	6 6 6 6 7 4 8 8 9 9 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	24 26 10 9,2 6 5 0,5 50 120 0,5 5	16 16 8,4 8 6 5 125 0,5 50 120 0,5 5	200	0,4	0,0	27,4	106,0

	F	3 день	1	1	п			
Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Белки, г	цевые вещес Жиры, г	<u>гва</u> Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтр	ak				37,8	20,1	103,9	750,6
запеканка из творога с повидлом или молоком	№366-2004			170/30	30,0	15,6	38,2	414,7
творог	112300-2004	160.8	158,6	170/30	30,0	13,0	30,2	414,7
крупа манная		11,4	11,4					
caxar		11,4	11,4					
адйк		7	6,3					
сметана	•	6,8	6,8					
масло сливочное		3,5	3,5					
масло сливочнос		3,3	3,3					
масло растительное		3,3	200					
повидло или молоко сгущенное		30	30					
Кофейный напиток	№692-2004	30	30	200	3,2	3,1	19,0	116,7
кофейный напиток		4	4	200	3,2	3,1	19,0	110,7
*		15	15					
сахар молоко питьевое		130	130					
Хлеб пшеничный витаминизированный	•	130	130	30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				20	1,3	0,4	8,2	40,2
Фрукты свежие	№ 82-2021			200	0,8	0,2	24,2	107
Или Сок в ассортименте	Nº 02-2021	1		200	0,0	0,0	20,0	80,0
Обе	T .			200	34,1	36,6	96,4	867,7
	№4/1-2011,	1	1	I	34,1	30,0	70,4	607,7
Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком или кукурузой	№4/1-2011, Екатеринбург			60	0,9	3,0	2,2	39
капуста свежая белокочанная		57	45,8					
капуста старого урожая используется в сыром виде кукуруза консервированная или горошек зеленые		18,8	12					
лимон		1,2	1,2					
масло растительное	ł	3	3					
соль йодированная		0,5	0,5					
или		*,0						
Горошек зеленый консервированный с маслом расти	гельным	1		55/5	1,4	7,2	3,0	82,4
Горошек зеленый консервированный (после		0.5			,	,	- /-	- /-
термической обработки		85	55					
масло растительное		5	5					
Уха рыбацкая				250	7,4	5,9	8,4	116
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без	:	41	30					
костей)	41						
масса готовой рыбы			25					
картофель - 01.0931.10 25%		80	60					
01.1131.1230%		86	60					
01.01-29.02 - 35%		92	60					
01.03 - 40%	+	100	60					
лук репчатый		15	13					
масло растительное		3	3					
масло сливочное		5	5					
зелень сушеная (петрушка, укроп)		0,1 0,5	0,1 0,5					
Соль йодированная Чахохбили	№ 491 - 2004	0,3	0,3	100	15,6	15,2	12	254
		86	73	100	15,0	15,2	12	254
Филе куриной грудки масло растительное		7,7	8					
		/,/	50					
масса тушеных кур лук репчатый		75	63					
масса пассерованного лука		13	31					
масса пассерованного лука		2	2					
мука пшеничная		1	1					
зелень сушеная (укроп)		0,1	0,1					
соль йодированная		1	1					
Картофель, запеченный в сметанном соусе	№259-2004			180	5,2	11,6	24,1	230,4
картофель - 01.0931.10 25%		200	150		- ,-	,•		, •
01.1131.1230%		215	150					
01.01-29.02 - 35%		231	150					
01.01-23.02 - 3370		251	150					
масло сливочное		5,5	5,5					
масло сливочное масло сливочное масса готового картофеля		2,2	145					
Coyc (№600-2004)			35					
Соус (метана		8,8	8,8					
Масло сливочное	ł	2,7	2,7					
мука		2,7	2,7					
вода		26,3	26,3					
соль йодированная	+	1	1					
Соль иодированная Компот из свежих яблок и(или) ягод	JN2507-2015,	1	1	200	0,5	0,2	23,1	96,2
яблоки свежие с удаленной семенным гнездом	TI	22,8	20	400	0,3	0,2	23,1	70,2
-								
и (или) смородина или вишня свежемороженная		21	20					
Caxap	1	15	15	20	2.5	0.4	110	
Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				30	2,0	0,3	12,3	60,1
итого:					71,9	56,7	200,3	1618,3

		4 день	1					
Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда		щевые вещес		ЭЦ, ккал
2				ļ	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	500 T 0
Завтр		ı	1	T	31,40	28,90	81,10	698,70
Гуляш из мяса	№437-2004			100	20,00	19,50	3,30	258,00
мясо свинина б/к		125,0	110,6					
масло растительное	;	5,6	5,6					
масса тушеного мяса	l.		70,0					
масса соуса	ı		30,0					
лук репчатый		6,8	6,0					
томатная паста		3,0	3,0					
мука пшеничная		1,8	1,8					
Соль йодированная		1,0	1,0					
Макаронные изделия отварные	№516-2004	1,0	1,0	150	5,6	5,0	29,6	184,5
		51	51	130	3,0	3,0	29,0	104,5
макаронные изделия								
масло сливочное		7	7					
Соль йодированная		0,5	0,5					
Чай с лимоном	№686-2004			200/5	0,1	0,0	15,2	59
чай - заварка		1,0	1,0					
caxar		15	15					
лимон		6	5					
Хлеб пшеничный витаминизированный	I.	I	1	30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				20	1,3	0,2	8,2	40,2
Биомороженое "Bifi boom"				50	1,9	3,8	10,5	85,0
Обе	7							
	•				31,5	36,6	125,8	967,2
Нарезка из свежих овощей	№18-2021 Перм			60	0,6	0,1	2,2	12,0
огурцы свежие	:	64,8	60	ļ				
или помидоры свежие	:	64,2	60					
или								
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	№101-2004	109,8	60	60	0,5	0,1	1,0	6,5
Суп гороховый с гренками	№139-2004	,,		250/20	5,6	8,4	32,0	226,0
картофель - 01.0931.10 25%		67	50		<u> </u>	,	,-	
01.1131.1230%		72	50					
01.01-29.02 - 35%		77	50		1			
01.01-29.02 - 3370		84	50					
					ļ			-
горох лущёный		20	20					ļ
лук репчатый		12	10					
морковь - до 01.01 - 20%		16	13					
c 01.01 - 25%		17	13					
масло сливочное		5	5					
хлеб пшеничный		38	32					
соль йодированная		0,5	0,5					
Котлета рубленая с белокочанной капустой	№ 455-2004	*,*	,-	100	16,5	14,4	1,6	204,0
мясо свинина б/к		61	54	100	10,5	14,4	1,0	204,0
								
хлеб пшеничный		11,4	11,4					
молоко питьевое		15,7	15,7					
фарш								
капуста свежая белокочанная		42,5	34					
масло сливочное		3	3					
масса припущенной капусты			30					
сухари панировочные		6	6					
масса п/ф		Ŭ	119					
		6	6					
масло сливочное				 				——
соль йодированная		1	1	100	4.2	12.0	21.2	0.50 -
Рагу овощное	№541-2004			180	4,3	13,0	31,2	259,1
картофель - 01.0931.10 25%		80	60	ļ				
01.1131.1230%		86	60					
01.01-29.02 - 35%		92	60					
01.03 - 40%		100	60					
морковь - до 01.01 - 20%		25,0	20					
c 01.01 - 25%		26,6	20					
лук репчатый		15	12,5	1				
капуста свежая		72	57					
масло сливочное		7,5	7,5	 				
масло сливочное соус томатный (№587-2004)		1,5	50	 	 			
•		2.2		-				
масло сливочное		2,2	2,2	1	1			
мука пшеничная		2,2	2,2		ļ			
морковы		4	3	ļ				
лук репчатый		1,2	1	ļ				
томатная паста		5	5		<u> </u>			
масло сливочное	·	0,8	0,8					
caxap		0,5	0,5					
соль йодированная		1	1					
., 1	№ 591-1996		•	200	0,0	0,0	32,2	134,0
Кисель из концентрата		24	24		,-	*,*	J-,=	10.,0
Кисель из концентрата Кисель концентрат		/4		•				
Кисель концентрат		24	24					
Кисель концентрат или		24	24	200	0.0	ΛΛ	20.0	90.0
Кисель концентрат или Сок в ассортименте		24	24	200	0,0	0,0	20,0	80,0
Кисель концентрат или Сок в ассортименте Хлеб пшеничный витаминизированный		24	24	30	2,5	0,4	14,3	72
Кисель концентрат или Сок в ассортименте		24	24					

Г	1	5 день	1					
Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Белки, г	щевые вещес Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтр	ar	1			21,4	18,2	102,1	659,2
Котлета или биточки рыбные запеченные	№388-2004	1	1	100	10,33	9,25	12,92	176,25
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей		112	83	100	10,55	7,23	12,72	170,23
хлеб пшеничный		15	15					
вода питьевая		13	13					
лук репчатый	1	4	3					
яйцо куринос		4	4					
сухарь		5	5					
масло растительное		2	2					
Соль йодированная		0,5	0,5					
Пюре картофельное	№520-2004	0,5	0,5	150	3,3	4,4	23,5	147,0
картофель - 01.0931.10 25%	312320-2004	170	128	130	3,3	т,т	20,0	147,0
01.1131.1230%		183	128					
01.01-29.02 - 35%		183	128					
01.03 - 40%		214	128					
молоко питьевое		24	24					
масло сливочное		7	7					
Соль йодированная		0,5	0,5					
Кофейный напиток	№692-2004	0,5	0,5	200	3,2	3,1	19,0	116,7
кофейный напиток		4	4	200	3,2	3,1	17,0	110,7
·		15	15					
caxar		130	130					
молоко питьевос Хлеб пшеничный витаминизированный	1	130	130	30	2.5	0,4	14.2	72
хлео пшеничныи витаминизированныи Хлеб ржаной				20	2,5 1,3	0,4	14,3 8,2	40,2
	No 92 2021		1					
Фрукты свежие	№ 82-2021			200	0,8	0,8	24,2	107
Или Сок в ассортименте	TV.			200	0,0	0,0	20,0	80,0
Обе				(0	39,3	24,6	103,2	787,5
Салат из капусты белокочанной с морковью	№4-2013,Пермь	70.0	50	60	1,1	3,2	6,0	54,6
капуста белокочанная свежая	1	70,2	50					
морковь - до 01.01 - 20%		7,5	6					
c 01.01 - 25%		8	6					
капуста и морковь старого урожая используется в	•		•					
	морковь нового у			`				
caxap	+	2,2	2,2		ļ			
лимон		0,87	0,75					
масло растительное на полив при подаче		3	3					
соль йодированная	[0,5	0,5					
Шулэн (суп-лапша с мясом или курой)	№188-1997 Москва			250	9,3	4,5	13,2	130,8
Мясо свинина б/н	:	19	16					
масса отварного мяса	ı		10					
или окорочка куриные		17	15					
масса отварного куриного мяса		·	10					
Лапша для лагмана		24	24					
соль йодированная		0,5	0,5					
Моркови		6,3	5					
Лук репчатый		8,9	7,5					
вода питьевая		290	290					
Гречка по-купечески	№444-2004			220	16,3	18,2	35,0	369,0
мясо свинина б/н		127	112			,-		2 22 32
масса тушеного мяса		12,	70					
масло растительное		15	15					
крупа гречневая		50	50		1			
томатная паста		1,2	1,2					
морковь - до 01.01 - 20%		50	40	1				
с 01.01 - 25%		53	40	1	+			
с 01.01 - 23% лук репчатый		15	13		 			
лук репчатык Соль йодированная		0,5	0,5		<u> </u>			
Соль иодированная или	1	0,3	0,3		<u> </u>			
или Печень говяжья по-строгановски	№356-2021			100	19,5	9,4	7,6	193,0
печень говяжья по-строгановски печень говяжья		143	118	100	17,3	2,7	7,0	175,0
масса печени припущенной		173	80					
масса печени припущенной масло растительное		5	5	1				
масло растительное Соль йодированная		0,5	0,5	1				
Соль иодированна» Соус № 408-2021		0,5	40,0	1				
ВОД		32,0	32,0					
сметана		10,0	10,0					
масло сливочное		1	1					
мука пшеничная		1	1					
масса п/ф			125,0					
Гречка вязкая отварная	№510-2004			150	4,5	6,8	22,4	171
крупа гречневая		37,5	37,5					
вода питьевая		120	120					
соль йодированная	[0,5	0,5					
масло сливочное		5	5					
Компот из изюма	№638-2004			200	0,4	0,0	27,4	106,0
ИЗЮМ		20	20	<u> </u>				
caxap	•	15	15	<u> </u>				
	1			<u> </u>				
или				200		Δ.	• • •	80
Сок в ассортименте				200	0	0	20	
Сок в ассортименте Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2,5	0,4	14,3	72
Сок в ассортименте								

				D .	Пи	щевые вещес	тва	D.II
Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	- ЭЦ, ккал
Завтр	ак				33,1	42,2	166,8	884,6
Суп молочный с макаронными изделиями	№139-2021			200	5,8	6,5	19,7	160,2
Молоко		200	200				1	
вода		0	0					
макаронные изделия		16	16					
масло сливочное		2,5	2,5					
сахар		2,5	2,5					
Соль йодированная		0,5	0,5					
Галушки творожные с маслом	№367-2004			125	20,0	29,0	69,0	321,0
творог		71	70					
яйца		16	14,4					
caxap		9,6	9,6					
соль йодированная		0,5	0,5					
мука пшеничная		28	28					
масса п/ф			114					
масло сливочное		5	5					
Облепиховый чай	№685-2004			200	0,4	1,0	16,1	77,2
чай-заварка		1	1					
облепиха замороженная		10	10					
сахар		15	15					
Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной		<u></u>		20	1,3	0,2	8,2	40,2
Йогурт 2,5% - 3,2 % жирн.				100	1,9	3,2	16,4	100
Кондитерское изделий пром.производства				30	1,2	1,9	23,1	114,0
Обед	ų.				34,2	29,3	84,6	736,1
Нарезка из свежих овощей	№18-2021 Перя	мь		60	0,6	0,1	2,2	12,0
огурцы свежие	;	64,8	60					
или помидоры свежие		64,2	60					
или								
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	№101-2004	109,8	60	60	0,5	0,1	1,0	6,5
Уха рыбацкая	№120-2021	,		250	7,4	5,9	8,4	116
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без		41	20		,	,		
костей)		41	30					
масса готовой рыбы	ī.		25				1	
картофель - 01.0931.10 25%		80	60				1	
01.1131.1230%		86	60				·	
01.01-29.02 - 35%		92	60					
01.03 - 40%		100	60					
лук репчатый		15	13					
масло растительное		3	3					
масло сливочное		5	5					
зелень сушеная (петрушка, укроп)	+	0,1	0,1					
Соль йодированная		0,5	0,5					
Рагу из птицы	№ 376 - 2021 г.	Пермь		200	21,1	22,6	16,0	352,0
филе цыпленка бройлера		83	79		,	,		,
масса тушенной птицы		<u> </u>	50					
картофель - 01.0931.10 25%		124	93					
01.1131.1230%		133	93					
01.01-29.02 - 35%		143	93					
01.03 - 40%		155	93					
морковь - до 01.01 - 20%		21	17					
с 01.01 - 25%		23	17					
лук репчатый		12	10					<u> </u>
томатная паста		2	2					
масло растительное	1	2	2					
масло растительное мука пшеничная	•	2	2					
мука пшеничная масса соуса	•	- 4	35				·	
масса соуса Соль йодированная		0,5	0,5					
Напиток из сухофруктов	№638-2004	0,5	0,5	200	0,6	0,0	31,4	124,0
напиток из сухофруктов сухофрукты		20	20	200	0,0	υ,υ	31,4	124,0
		15	15					
caxap	1	1.5	13					
Сок в эссоптимента				200	n	Δ.	20	on .
Сок в ассортименте				200	0	0	20	80
Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				30	2,0	0,3	12,3	60,1
ИТОГО:					67,3	71,5	251,4	1620,7

	1	7 день			Пи	цевые вещес	тра	
Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтр	ак				32,0	27,0	98,5	765,2
A3y	№325-2021			100	13,3	12,7	4,0	184,0
Мясо свинина б/к		88	78					
масса отварного мяса			48					ļ
огурцы соленые		28	16					
лук репка		9,5	8					
томатная паста		2,8	2,8					
масло растительное мука пшеничная		4	4					
мука пшеничная чеснок		3	2,5					
соль йодированная		0,5	0,5					
масса соуса и овощей		*,*	77					
масса п/ф			125					
Пюре картофельное	№520-2004			150	3,3	4,4	23,5	147,0
картофель - 01.0931.10 25%		170	128					
01.1131.1230%		183	128					
01.01-29.02 - 35%		183	128					<u> </u>
01.03 - 40%	1	214	128					-
молоко питьевое	ł	24	24					
масло сливочное		7 0,5	7 0,5					
Соль йодированная Чай с лимоном	№686-2004	0,3	0,3	200/5	0,1	0,0	15,2	59
чай с лимоном чай - заварка		1	1	200/5	0,1	υ,υ	13,4	39
чан - заварка	1	15	15					
лимон	1	6	5					
Бутерброд с сыром	p.3-2004	-		30/15	6,3	4,3	14,3	121,0
батон "Особый"		30	30					
сыр		16	15					
Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной	•	1	ı	20	1,3	0,2	8,2	40,2
Молоко или молочный коктейль 2,5-3,2 % в инд.уп.				200	5,2	5,0	19,0	142,0
Обед	1	I	I	1	23,1	25,1	96,1	706,1
Свекла отварная свекла до 01.01 - 20%	№ 26- 2021	75,6	60	60	0,9	0,1	5,5	26,0
свекла до 01.01 - 20 % свекла с 01.01 - 25%		80,4	60					
Рассольник "Домашний", со сметаной	p.131-2004	00,4	00	250/5	2,7	9,4	9,5	133
капуста свежая белокочанная	p.101 200 .	25	20	200/0	-,-	~,.	7,0	100
картофель - 01.0931.10 25%		86	65					
01.1131.1230%		93	65					
01.01-29.02 - 35%		100	65					
01.03 - 40%		109	65					
морковь - до 01.01 - 20%		12,5	10					
c 01.01 - 25%		13	10					<u> </u>
лук репчатый		12	10					
огурцы соленые (без уксуса) масло сливочное		27 4	15 4				—	
масло сливочное		5	5					
соль йодированная	1	0,5	0,5					
Тефтели с рисом "Ёжики" в соусе	№350-2021	0,0	· ,	90/30	10,50	8,10	12,10	164,00
свинина б/к		82	72			, .	, -	
лук репчатый		21,4	18					
вода питьевая		5,4	5,4					
крупа рисовая		11	11					
масса готовой каши	1		30,5					-
мука пшеничная		9	9					
масло растительное		7,2	7,2				 	
Соль йодированная		0,5	0,5 30					
соус(№419-2021) Вода	1	15	15					
масло сливочное	1	1,5	1,5					
мука пшеничная	1	1,5	1,5					
томатная паста		1,8	1,8					
масса п/ф			140					
Гречка вязкая отварная	№510-2004			150	4,5	6,8	22,4	171
крупа гречневая		37,5	37,5					
вода питьевая		120	120					-
соль йодированная		0,5	0,5					
масло сливочное	1	5	5	300	0.0	0.0	30.0	00.0
Сок в инд.уп. Хлеб пшеничный витаминизированный				200	0,0	0,0	20,0	80,0 72
хлео пшеничный витаминизированный Хлеб ржаной				30	2,5 2,0	0,4	14,3 12,3	60,1
					55,1	52,1	194,6	1471,3
итого:					22.	52.1	1 194.6	14/1.3

		8 день						
Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пи	щевые вещес	тва	ЭЦ, ккал
	1 11	p., , -			Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
Завтр	ак	T		1	37,4	19,5	105,0	748,0
Запеканка из творога с повидлом или молоком сгущенным	№366-2004			170/30	30,0	15,6	38,2	414,7
творог	,	160,8	158,6					
крупа манная		11,4	11,4					
caxar		11,4	11,4					
адийк		7	6,3					
сметана		6,8	6,8					
масло сливочное		3,5	3,5					
масло растительное	:	3,3	3,3					
масса запеканки			200					
повидло или молоко сгущенное		30	30					
Чай с молоком	№630-1996			200	2,8	2,5	20,1	114,1
чай-заварка		1,0	1,0					
caxap		15	15					
молоко питьевое		100	100					
Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной		Γ	1	20	1,3	0,2	8,2	40,2
Фрукты свежие	№ 82-2021			200	0,8	0,8	24,2	107
Или Сок в ассортименте				200	0,0	0,0	20,0	80,0
Обе	•	I	I	ı	31,8	27,5	83,4	706,1
Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком или кукурузой	№4/1-2011, Екатеринбург			60	0,9	3,0	2,2	39
капуста свежая белокочанная		57	45,8					
капуста старого урожая используется в сыром виде			,					
капуста ног	ого урожая или д	-						
кукуруза консервированная или горошек зеленый консервированный (после термической обработки)		18,8	12					
консервированный (после термической обрасотки		1,2	1,2					
масло растительное	1	3	3					
соль йодированная		0,5	0,5					
или								
Горошек зеленый консервированный с маслом расти	ельным	I.		55/5	1,4	7,2	3,0	82,4
Горошек зеленый консервированный (после	:	85	55					
термической обработки								
масло растительное	ł	5	5					
Суп с крупой и куриными фрикадельками	№153-2004			250/25	8,9	9,5	7,5	152,0
бульон или вода	l e	250	250					
крупа пшеничная		20	20					
морковь до 01.0120% с 01.01 - 25%		12,5 13,3	10 10					
лук репчатый		12	10					
масло сливочное		3	3					
фрикадельки №154-2004			25					
филе цыпленка бройлера		30	28,5					
лук репчатый		3	2,5					
вода питьевая		2,5	2,5					
яйцо куриное		2	2					
Соль йодированная		0,5	0,5			-		
Рыба, запеченная с картофелем под сырной шапкой	ттк		<u> </u>	220	17,1	14,3	19,7	277,0
картофель - 01.0931.10 25%		169	127			*		
01.1131.1230%		182	127					
01.01-29.02 - 35%		196	127					
01.03 - 40%		212	127					
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей		115	85					
без костей								
сухари		3	3					
масло сливочное		5	5					
масло растительное для смазки		2	2					
Соль йодированная		0,5	0,5 5					
сыр помидоры свежие	1	5,5 16	15					
помидоры свежие		15	15					
чеснок		1	13					
масса п/ф		•	250					
Компот из изюма	№638-2004			200	0,4	0,0	27,4	106,0
изюм		20	20					
caxar		15	15					
Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				30	2,0	0,3	12,3	60,1
итого:					69,2	47,0	188,4	1454,1

H	NG	Епутра п	Hommo n	Вес блюда	Пи	щевые вещес	тва	- ЭЦ, ккал
Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	вес олюда	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	Эц, ккал
Завтр					21,6	22,3	80,8	612,9
Жаркое по - домашнему	№436-2004			250	15,7	17,9	32,3	352,9
мясо свинины б/к		90	80					
масса готового мяса	+		50					
картофель - 01.0931.10 25%	1	219	165					
01.1131.1230%		236	165					
01.01-29.02 - 35%		254	165					
01.03 - 40%		276	165					
морковь до 01.0120%		31	25					
c 01.01 - 25%	+	33	25					
лук репчатый	[24	20					
масло растительное		12	12					
Соль йодированная		0,5	0,5					
Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"	№686-2004			200	0,2	0,0	15,5	62,8
чай-заварка	i	1	1					
сахар	,	15	15				<u>. </u>	
лимон	í	11	10					
апельсин	ı	22,5	20					
Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				20	1,3	0,2	8,2	40,2
Биомороженое "Bifi boom"				50	1,9	3,8	10,5	85,0
Обе,	д				27,8	27,8	137,3	910,7
Салат из свежих огурцов или помидоров с маслом растительным	№17-2021 Перм	ИЬ		55/5	0,6	5,1	2,2	57,0
огурцы свежие	,	60	55					
или помидоры свежие		58	55					
масло растительное		5	5					
или	1							
Икра кабачкова	№ 26- 2021			60	0,5	1,1	2,4	21,6
Икра кабачкова про. пр-ва	342 20- 2021	63	60	- 00	0,5	1,1	2,7	21,0
Суп гороховый с гренками	№139-2004	03	00	250/20	5,6	8,4	32,0	226,0
картофель - 01.0931.10 25%		67	50	250/20	3,0	0,1		220,0
01.1131.1230%		72	50					
01.01-29.02 - 35%		77	50					
01.03 - 40%		84	50					
горох лущёный		20	20					
лук репчатый		12	10					
морковь - до 01.01 - 20%		16	13	 	 			
с 01.01 - 25%		17	13	 	 			
	+	5	5		\vdash			
масло сливочное хлеб пшеничный		38	32					
соль йодированная		0,5	0,5	100	12.0	7.7	0.1	152.6
Печень в сметанном соусе	№439-2004	102	0.5	100	13,0	7,7	8,1	153,6
Печень с/м	1	103	85		 		·	
мука	+	3	3		 		i	
масло растительное	1	5	5	 	 		i	1
соль йодированная	1	1	1					
сметана	+	7,5	7,5					
мука	1	2,2	2,2					
Рис припущенный	№512-2004			150	3,6	6,0	37,0	220,5
крупа рисовая		53	53	<u> </u>				
вода питьевая	:	110	110	ļ				
масло сливочное	;	5	5					
Соль йодированная	Į	0,5	0,5					
Напиток из сухофруктов	№638-2004			200	0,6	0,0	31,4	124,0
сухофрукты	i	20	20					
сахар	,	15	15					
или								
Сок в инд. уп.				200	0	0	20	80
Хлеб пшеничный				30	2,37	0,3	14,3	69,5
Хлеб ржаной				30	2,0	0,3	12,3	60,1
жие ржанон						- /-	12,0	

		10 день			п	щевые вещес	TD0	
Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Белки, г	жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал
Завтра	ne -				27,4	33,2	71,9	694,6
Омлет натуральный с маслом	№340-2004			170	15,9	24,2	4,0	295,0
яйца	142340-2004	125	110	170	13,7	24,2	7,0	273,0
молоко питьевое		66	66					
масло растительное		2,5	2,5					
масса омлета		2,0	165					
масло сливочное		5	5					
соль йодированная		0,5	0,5					
Сыр полутвердый (порциями)	№75-2021	16	15	15	3,5	4,4	0	53,2
Какао с молоком	№642-1996			200	3,4	3,2	21,2	127,2
какао - порошок		3	3			,		,
молоко питьевое		130	130					
caxap		15	15					
Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				20	1,3	0,2	8,2	40,2
Фрукты свежие	№ 82-2021			200	0,8	0,8	24,2	107
Или Сок в ассортименте				200	0,0	0,0	20,0	80,0
Обед					34,1	24,3	91,4	718,6
Нарезка из свежих овощей	№18-2021 Перм	ИЬ		60	0,6	0,1	2,2	12,0
огурцы свежие		64,8	60					
или помидоры свежие		64,2	60					
или								
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	№101-2004	109,8	60	60	0,5	0,1	1,0	6,5
Суп-пюре из разных овощей с гренками	№168-2004			250/20	8,8	9,0	29,5	234,2
Капуста свежая		25	20					
картофель - 01.0931.10 25%		51	38					
01.1131.1230%		54	38					
01.01-29.02 - 35%		59	38					
01.03 - 40%		63	38					
морковь - до 01.01 - 20%		19	15					
c 01.01 - 25%		20	15					
лук репчатый		12	10					
мука пшеничная		5	5					
масло сливочное		5	5					
молоко питьевое		38	38					
Бульон		190	190					
хлеб пшеничный		38	32					
соль йодированная	7,770	0,5	0,5	***	10.0	44.5		
v	№329-2021	225	100	200	19,8	14,5	5,7	234,3
Капуста белокочанная		225	180					
мясо свинина б/к		89	79					
масса тушеного мяса		21	50					
морковь - до 01.01 - 20% с 01.01 - 25%		21 22,6	17 17					
		7,1	6		-			
лук репка томатная паста		3	3		1			
поматная паста масло растительное		4,8	4,8		1			-
масло растительное соль йодированная		1	1					-
масса пассерованных овощей		1	200					
масса пассерованных овощен			250					-
масса п/ф Компот из изюма	№638-2004		230	200	0,4	0,0	27,4	106,0
изюм		20	20		·,·	,,,	,,	100,0
caxap		15	15					
или			I					
Сок в инд. уп.				200	0	0	20	80
<u> </u>					2,5	0,4	14,3	72
Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2,3	0,4	14,5	, -
Хлеб пшеничный витаминизированный Хлеб ржаной				30	2,0	0,3	12,3	60,1

11	TOTAL

		11 день						
Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда		цевые вещес		ЭЦ, ккал
Завтр	1 1				Белки, г 22,0	Жиры, г 23,7	Угл. г 111,5	748,8
Котлеты рубленные из птицы "Нежные", с соусом	№498, 587-			00/00	/	,	,	,
томатным	2004			90/30	10,4	11,2	12,1	190,8
филе цыпленка бройлера		99	91					
хлеб пшеничный		17	17					
лук репчатый молоко питьевое		9,5 18	8 18					
яйцо куриноє		6,8	6,8					
мука пшеничная		5,5	5,5					
масло растительное		2,5	2,5					
масса готовых котлет			90					
соус томатный №587-2004		1.2	30 1,2					
мука пшеничная вода питьевая		1,2 22,5	22,5					
масло сливочное		1,8	1,8					
морковь - до 01.01 - 20%		2	1,8					
c 01.01 - 25%		2,5	1,8					
лук репчатый		1,2	1					
томатная паста (без искусственных ароматизаторов		3	3					
красителей и консервантов сахаг		1	1					
Соль йодированная	1	0,5	0,5					
Гречка вязкая отварная	№510-2004	0,5	0,5	150	4,5	6,8	22,4	171
крупа гречневая		37,5	37,5		,	- /~	-7 -	
вода питьевая		120	120					
соль йодированная		0,5	0,5					
масло сливочное	35.695.2004	5	5	200	0.20	0.00	15.00	(0.00
Чай с сахаром чай-заварка	№685-2004	1	1	200	0,20	0,00	15,00	60,80
чаи-заварка сахар	•	15	15					
Хлеб пшеничный витаминизированный	1	13	13	30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				20	1,3	0,2	8,2	40,2
Йогурт 2,5% - 3,2 % жирн.				100	1,9	3,2	16,4	100
Кондитерское изделий пром.производства				30	1,2	1,9	23,1	114,0
Обе				(0	29,8	26,3	116,8	814,2
Нарезка из свежих овощей огурцы свежие	№18-2021 Пер	иь 64,8	60	60	0,6	0,1	2,2	12,0
или помидоры свежие		64,2	60					
или								
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	№101-2004	109,8	60	60	0,5	0,1	1,0	6,5
Борщ с капустой и картофелем, со сметаной свекла до 01.01 -20%	№110-2004	50	40	250/5	2,2	6,1	6,2	85,0
свекла до 01.01 -20% с 01.01 - 25%		50 53	40					
капуста свежая белокочанная		25	20					
картофель - 01.0931.10 25%		27	20					
01.1131.1230%		29	20					
01.01-29.02 - 35%		31	20					
01.03 - 40%	1	33	20					
морковь - до 01.01 - 20%		16,3	13					
с 01.01 - 25% лук репчатый		17,3 12	13 10					
томатная паста (без искусственных ароматизаторов								
красителей и консервантов		6	6	<u></u>	<u> </u>			
масло сливочное		5	5					
caxap		0,5	0,5					
сметана	1	5 0,5	5 0,5					
соль йодированная Мясо рубленое "Стожок"	(TTK)	0,3	0,3	90/20	14,8	14,3	11,3	233
Мясо свинина		76	67	20120	17,0	1790	11,0	200
Хлеб пшеничный								
Молоко питьевое		16,2	16,2					
Лук репчатый		16,2 18	16,2 18					
		16,2	16,2 18 5,4					
Масса полуфабриката		16,2 18 6,4	16,2 18 5,4 111					
Масса полуфабриката Масло растительное		16,2 18 6,4	16,2 18 5,4 111 5					
Масса полуфабриката Масло растительное картофель - 01.0931.10 25%		16,2 18 6,4 5 27	16,2 18 5,4 111 5					
Масса полуфабриката Масло растительное		16,2 18 6,4	16,2 18 5,4 111 5					
Масса полуфабриката Масло растительное картофель - 01.0931.10 25% 01.1131.1230% 01.01-29.02 - 35% 01.03 - 40%		16,2 18 6,4 5 27 29 31 33	16,2 18 5,4 111 5 20 20 20 20					
Масса полуфабриката Масло растительное картофель - 01.0931.10 25% 01.1131.1230% 01.01-29.02 - 35% 01.03 - 40% яйцо куриное		16,2 18 6,4 5 27 29 31 33 4,5	16,2 18 5,4 111 5 20 20 20 20 4,5					
Масса полуфабриката Масло растительное картофель - 01.0931.10 25% 01.1131.1230% 01.01-29.02 - 35% 01.03 - 40% яйцо куриное соль йодированная		16,2 18 6,4 5 27 29 31 33	16,2 18 5,4 111 5 20 20 20 20				A0.	1017
Масса полуфабриката Масло растительное картофель - 01.0931.10 25% 01.1131.1230% 01.01-29.02 - 35% 01.03 - 40% яйцо куриное соль йодированная Макаронные изделия отварные	№516-2004	16,2 18 6,4 5 27 29 31 33 4,5 0,5	16,2 18 5,4 111 5 20 20 20 20 20 4,5 0,5	150	5,6	5,0	29,6	184,5
Масса полуфабриката Масло растительное картофель - 01.0931.10 25% 01.1131.1230% 01.01-29.02 - 35% 01.03 - 40% яйцо куриное соль йодированная Макаронные изделия отварные макаронные изделия	№516-2004	16,2 18 6,4 5 27 29 31 33 4,5 0,5	16,2 18 5,4 111 5 20 20 20 20 20 4,5 0,5	150	5,6	5,0	29,6	184,5
Масса полуфабриката Масло растительное картофель - 01.0931.10 25% 01.1131.1230% 01.01-29.02 - 35% 01.03 - 40% яйцо куриное соль йодированная Макаронные изделия отварные макаронные изделия	№516-2004	16,2 18 6,4 5 27 29 31 33 4,5 0,5	16,2 18 5,4 111 5 20 20 20 20 4,5 0,5	150	5,6	5,0	29,6	184,5
Масса полуфабриката Масло растительное картофель - 01.0931.10 25% 01.1131.1230% 01.01-29.02 - 35% 01.03 - 40% яйцо куриное соль йодированная Макаронные изделия отварные макаронные изделия	№516-2004	16,2 18 6,4 5 27 29 31 33 4,5 0,5 51 6	16,2 18 5,4 111 5 20 20 20 20 20 4,5 0,5	150	5,6	5,0	29,6	184,5
Масса полуфабриката Масло растительное картофель - 01.0931.10 25% 01.1131.1230% 01.01-29.02 - 35% 01.03 - 40% яйцо куриное соль йодированная Макаронные изделия отварные масло сливочное Соль йодированная Напиток из сухофруктов	№516-2004 №638-2004	16,2 18 6,4 5 27 29 31 33 4,5 0,5 51 6 0,5	16,2 18 5,4 111 5 20 20 20 20 4,5 0,5 51 6 0,5		·	,	,	,
Масса полуфабриката Масло растительное картофель - 01.0931.10 25% 01.1131.1230% 01.01-29.02 - 35% 01.03 - 40% яйцо куриное соль йодированная Макаронные изделия отварные макаронные изделия масло сливочное Соль йодированная Напиток из сухофруктов сухофрукть сахар	№516-2004 №638-2004	16,2 18 6,4 5 27 29 31 33 4,5 0,5 51 6 0,5	16,2 18 5,4 111 5 20 20 20 20 4,5 0,5 51 6 0,5		·	,	,	,
Масса полуфабриката Масло растительное картофель - 01.0931.10 25% 01.1131.1230% 01.01-29.02 - 35% 01.03 - 40% яйцо куриное соль йодированная Макаронные изделия отварные Макаронные изделия масло сливочное Соль йодированная Напиток из сухофруктов сухофрукть сахар	№516-2004 №638-2004	16,2 18 6,4 5 27 29 31 33 4,5 0,5 51 6 0,5	16,2 18 5,4 111 5 20 20 20 20 4,5 0,5 51 6 0,5	200	0,6	0,0	31,4	124,0
Масса полуфабриката Масло растительное картофель - 01.0931.10 25% 01.1131.1230% 01.01-29.02 - 35% 01.03 - 40% яйцо куриное соль йодированная Макаронные изделия отварные макаронные изделия соль йодированная масло сливочное Соль йодированная Напиток из сухофруктов сухофрукть сахар или Сок в инд. уп.	№516-2004 №638-2004	16,2 18 6,4 5 27 29 31 33 4,5 0,5 51 6 0,5	16,2 18 5,4 111 5 20 20 20 20 4,5 0,5 51 6 0,5	200	0,6	0,0	31,4	124,0
Масса полуфабриката Масло растительное картофель - 01.0931.10 25% 01.1131.1230% 01.01-29.02 - 35% 01.03 - 40% яйцо куриное соль йодированная Макаронные изделия отварные Макаронные изделия масло сливочное Соль йодированная Напиток из сухофруктов сухофрукть сахар	№516-2004 №638-2004	16,2 18 6,4 5 27 29 31 33 4,5 0,5 51 6 0,5	16,2 18 5,4 111 5 20 20 20 20 4,5 0,5 51 6 0,5	200	0,6	0,0	31,4	124,0

Наименование блюда			1	1				
manucionaline offuga	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда		щевые вещес		ЭЦ, ккал
n	1 11				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	=14.5
Завтр			l	220	31,8	28,1	83,8	714,5
Бигус	№329-2021	220	100	220	19,8	14,5	5,7	234,3
Капуста белокочанная		238	190					
мясо свинина б/в		107	94,8					
масса тушеного мяса		2.1	60					
морковь - до 01.01 - 20%		21	17					
c 01.01 - 25%		22,6	17					
лук репка		7,1	6					
томатная паста		3	3					
масло растительное		4,8	4,8					
соль йодированная		1	1 210					
масса пассерованных овощей			270					
масса п/ф			2/0					
или	n 160 2001			200	16.4	10.2	12.0	280
Голубцы ленивые с соусом сметанным с томатом мясо свинина б/к	p.160-2001,	88	78	200	16,4	18,2	12,8	200
		4	4					
крупа рисовая масса отварного риса		4	10					
лук репчатый		11,4	9,6					
масло сливочное		5	5					
		3	5					
масса припущенного с маслом лука капуста свежая белокочанная		120	96					
•	1	3	3	 				
масло растительное для смазки листа		<u>з</u> 2шт		 				
Выход готовых голубцов	 	ZIIIT	/8UF 40	 				
Соус сметанный (р.600-2004)	 	7,5	7,5	 				
томатное паста (без искусственных ароматизаторов		7,3	/,3	 				
		4	4	1				
красителей и консервантов	1	2	2	1				
мука пшеничная		2	2	1				
масло сливочное		2	2	1				
Соль йодированная	№686-2004	1	1	200/5	0.1	0.0	15.0	50
Чай с лимоном	№080-2004	1.0	1.0	200/5	0,1	0,0	15,2	59
чай - заварка		1,0	1,0					
caxap		15	15					
лимон	30 1 2 2004	6	5	20/15	(2	4.2	142	121.0
Бутерброд с сыром	№ 1, 3-2004	20	20	30/15	6,3	4,3	14,3	121,0
батог		30	30 15					
Хлеб пшеничный витаминизированный		16	15	20	2.5	0.4	142	72
Хлеб ржаной				30 20	2,5	0,4	14,3	72
Молоко или молочный коктейль 2,5-3,2 % в инд.уп.				200	1,3 5,2	0,2	8,2	40,2
								1/2/0
Ofe	, ,			200		5,0	19,0	142,0
Спокую отполноя	1				28,7	18,9	166,9	959,1
Свекла отварная	№ 26- 2021	75.6	60	60				
Свекла отварная свекла до 01.01 - 20%	№ 26- 2021	75,6 80.4	60		28,7	18,9	166,9	959,1
Свекла отварная свекла до 01.01 - 20% свекла с 01.01 - 25%	№ 26- 2021	75,6 80,4	60	60	28,7	18,9 0,1	166,9 5,5	959,1 26,0
Свекла отварная свекла до 01.01 - 20% свекла с 01.01 - 25% Суп гороховый с гренками	№ 26- 2021	80,4	60		28,7	18,9	166,9	959,1
Свекла отварная свекла до 01.01 - 20% свекла с 01.01 - 25% Суп гороховый с гренками картофель - 01.0931.10 25%	№ 26- 2021 № 139-2004	80,4 67	50	60	28,7	18,9 0,1	166,9 5,5	959,1 26,0
Свекла отварная свекла до 01.01 - 20% свекла с 01.01 - 25% Суп гороховый с гренками картофель - 01.0931.10 25% 01.1131.1230%	№ 26- 2021 № 139-2004	80,4 67 72	50 50	60	28,7	18,9 0,1	166,9 5,5	959,1 26,0
Свекла отварная	№ 26- 2021 № 139-2004	80,4 67 72 77	50 50 50 50	60	28,7	18,9 0,1	166,9 5,5	959,1 26,0
Свекла отварная	№ 26- 2021 № 139-2004	80,4 67 72 77 84	50 50 50 50 50	60	28,7	18,9 0,1	166,9 5,5	959,1 26,0
Свекла отварная	№ 26- 2021 № 139-2004	80,4 67 72 77 84 20	50 50 50 50 50 20	60	28,7	18,9 0,1	166,9 5,5	959,1 26,0
Свекла отварная	№ 26- 2021 №139-2004	80,4 67 72 77 84 20 12	50 50 50 50 50 20	60	28,7	18,9 0,1	166,9 5,5	959,1 26,0
Свекла отварная	№ 26- 2021 №139-2004	80,4 67 72 77 84 20 12 16	50 50 50 50 50 20 10	60	28,7	18,9 0,1	166,9 5,5	959,1 26,0
Свекла отварная	№ 26- 2021 №139-2004	80,4 67 72 77 84 20 12 16 17	50 50 50 50 50 20 10 13	60	28,7	18,9 0,1	166,9 5,5	959,1 26,0
Свекла отварная	№ 26- 2021 №139-2004	80,4 67 72 77 84 20 12 16 17 5	50 50 50 50 50 20 10 13 13 5	60	28,7	18,9 0,1	166,9 5,5	959,1 26,0
Свекла отварная	№ 26- 2021 №139-2004	80,4 67 72 77 84 20 12 16 17 5 38	50 50 50 50 20 10 13 13 5 32	60	28,7	18,9 0,1	166,9 5,5	959,1 26,0
Свекла отварная	№ 26- 2021 №139-2004	80,4 67 72 77 84 20 12 16 17 5	50 50 50 50 50 20 10 13 13 5	250/20	28,7 0,9 5,6	18,9 0,1 8,4	166,9 5,5 32,0	959,1 26,0 226,0
Свекла отварная	№ 26- 2021 №139-2004 №139-2004	80,4 67 72 77 84 20 12 16 17 5 38 0,5	50 50 50 50 20 10 13 13 5 32 0,5	60	28,7	18,9 0,1	166,9 5,5	959,1 26,0
Свекла отварная	№ 26- 2021 №139-2004 №2393-2004	80,4 67 72 77 84 20 12 16 17 5 38	50 50 50 50 20 10 13 13 5 32	250/20	28,7 0,9 5,6	18,9 0,1 8,4	166,9 5,5 32,0	959,1 26,0 226,0
Свекла отварная	№ 26- 2021 №139-2004 №139-2004	80,4 67 72 77 84 20 12 16 17 5 38 0,5	50 50 50 50 50 20 10 13 13 5 32 0,5	250/20	28,7 0,9 5,6	18,9 0,1 8,4	166,9 5,5 32,0	959,1 26,0 226,0
Свекла отварная	№ 26- 2021 №139-2004 №2393-2004	80,4 67 72 77 84 20 12 16 17 5 38 0,5	50 50 50 50 50 20 10 13 13 5 32 0,5	250/20	28,7 0,9 5,6	18,9 0,1 8,4	166,9 5,5 32,0	959,1 26,0 226,0
Свекла отварная	№ 26- 2021 №139-2004 №139-2004	80,4 67 72 77 84 20 12 16 17 5 38 0,5	50 50 50 50 50 20 10 13 13 5 32 0,5 58	250/20	28,7 0,9 5,6	18,9 0,1 8,4	166,9 5,5 32,0	959,1 26,0 226,0
Свекла отварная	№ 26- 2021 № 139-2004 № 139-2004	80,4 67 72 77 84 20 12 16 17 5 38 0,5	50 50 50 50 50 20 10 13 13 5 32 0,5 58 15 16,7 3,3	250/20	28,7 0,9 5,6	18,9 0,1 8,4	166,9 5,5 32,0	959,1 26,0 226,0
Свекла отварная	№ 26- 2021 № 139-2004 № 139-2004	80,4 67 72 77 84 20 12 16 17 5 38 0,5	50 50 50 50 50 20 10 13 13 5 32 0,5 58 15 16,7 3,3 92	250/20	28,7 0,9 5,6	18,9 0,1 8,4	166,9 5,5 32,0	959,1 26,0 226,0
Свекла отварная	№ 26- 2021 № 139-2004 № 139-2004	80,4 67 72 77 84 20 12 16 17 5 38 0,5	50 50 50 50 50 20 10 13 13 5 32 0,5 58 15 16,7 3,3 92 16	250/20	28,7 0,9 5,6	18,9 0,1 8,4	166,9 5,5 32,0	959,1 26,0 226,0
Свекла отварная	№ 26- 2021 №139-2004 №393-2004	80,4 67 72 77 84 20 12 16 17 5 38 0,5 77 15 16,7 3,3	50 50 50 50 50 20 10 13 13 5 32 0,5 58 15 16,7 3,3 92 16 13	250/20	28,7 0,9 5,6	18,9 0,1 8,4	166,9 5,5 32,0	959,1 26,0 226,0
Свекла отварная	№ 26- 2021 №139-2004 №393-2004	80,4 67 72 77 84 20 12 16 17 5 38 0,5 77 15 16,7 3,3	50 50 50 50 50 20 10 13 13 5 32 0,5 58 15 16,7 3,3 92 16 13 13	250/20	28,7 0,9 5,6	18,9 0,1 8,4	166,9 5,5 32,0	959,1 26,0 226,0
Свекла отварная	№ 26- 2021 №139-2004 №393-2004	80,4 67 72 77 84 20 12 16 17 5 38 0,5 77 15 16,7 3,3 16 16,3 17,3	50 50 50 50 50 20 10 13 13 5 32 0,5 58 15 16,7 3,3 92 16 13 13	250/20	28,7 0,9 5,6	18,9 0,1 8,4	166,9 5,5 32,0	959,1 26,0 226,0
Свекла отварная	№ 26- 2021 №139-2004 №393-2004	80,4 67 72 77 84 20 12 16 17 5 38 0,5 77 15 16,7 3,3	50 50 50 50 50 20 10 13 13 5 32 0,5 58 15 16,7 3,3 92 16 13 13 13	250/20	28,7 0,9 5,6	18,9 0,1 8,4	166,9 5,5 32,0	959,1 26,0 226,0
Свекла отварная	№ 26- 2021 №139-2004 №2393-2004	80,4 67 72 77 84 20 12 16 17 5 38 0,5 77 15 16,7 3,3 16 16,3 17,3 1,6	50 50 50 50 50 20 10 13 13 5 32 0,5 58 15 16,7 3,3 92 16 13 13	100	28,7 0,9 5,6	18,9 0,1 8,4 3,0	166,9 5,5 32,0	959,1 26,0 226,0 116,0
Свекла отварная	№ 26- 2021 №139-2004 №393-2004 №2512-2004	80,4 67 72 77 84 20 12 16 17 5 38 0,5 77 15 16,7 3,3 16 16,3 17,3 1,6 1	50 50 50 50 50 20 10 13 13 5 32 0,5 58 15 16,7 3,3 92 16 13 13 13 14 15 16 17 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18	250/20	28,7 0,9 5,6	18,9 0,1 8,4	166,9 5,5 32,0	959,1 26,0 226,0
Свекла отварная	№ 26- 2021 №139-2004 №393-2004 №2512-2004	80,4 67 72 77 84 20 12 16 17 5 38 0,5 77 15 16,7 3,3 16 16,3 17,3 1,6 1	50 50 50 50 50 50 20 10 13 13 5 32 0,5 58 15 16,7 3,3 92 16 13 13 15 16,7 16 17 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18	100	28,7 0,9 5,6	18,9 0,1 8,4 3,0	166,9 5,5 32,0	959,1 26,0 226,0 116,0
Свекла отварная	№ 26- 2021 №139-2004 №393-2004 №2512-2004	80,4 67 72 77 84 20 12 16 17 5 38 0,5 77 15 16,7 3,3 16 16,3 17,3 1,6 1	50 50 50 50 50 50 20 10 13 13 5 32 0,5 58 15 16,7 3,3 92 16 13 13 14 15 16 17 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18	100	28,7 0,9 5,6	18,9 0,1 8,4 3,0	166,9 5,5 32,0	959,1 26,0 226,0 116,0
Свекла отварная	№ 26- 2021 № 139-2004 № 139-2004 № 393-2004	80,4 67 72 77 84 20 12 16 17 5 38 0,5 77 15 16,7 3,3 16 16,3 17,3 1,6 1 1 5 53 110 5	50 50 50 50 50 50 20 10 13 13 5 32 0,5 58 15 16,7 3,3 92 16 13 13 1,6 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	100	28,7 0,9 5,6	18,9 0,1 8,4 3,0	166,9 5,5 32,0	959,1 26,0 226,0 116,0
Свекла отварная	№ 26- 2021 № 139-2004 № 139-2004 № 393-2004	80,4 67 72 77 84 20 12 16 17 5 38 0,5 77 15 16,7 3,3 16 16,3 17,3 1,6 1	50 50 50 50 50 50 20 10 13 13 5 32 0,5 58 15 16,7 3,3 92 16 13 13 14 15 16 17 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18	100	28,7 0,9 5,6 13,4	3,0 6,0	9,4 37,0	959,1 26,0 226,0 116,0
Свекла отварная	№ 26- 2021 № 139-2004 № 393-2004 № 512-2004	80,4 67 72 77 84 20 12 16 17 5 38 0,5 77 15 16,7 3,3 16 16,3 17,3 1,6 1 53 110 5 0,5	50 50 50 50 50 50 20 10 13 13 5 32 0,5 58 15 16,7 3,3 92 16 13 13 1,6 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	100	28,7 0,9 5,6	18,9 0,1 8,4 3,0	166,9 5,5 32,0	959,1 26,0 226,0 116,0
Свекла отварная	№ 26- 2021 № 139-2004 № 393-2004 № 591-1996	80,4 67 72 77 84 20 12 16 17 5 38 0,5 77 15 16,7 3,3 16 16,3 17,3 1,6 1 1 5 53 110 5	50 50 50 50 50 50 20 10 13 13 5 32 0,5 58 15 16,7 3,3 92 16 13 13 1,6 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	100	28,7 0,9 5,6 13,4 3,6	18,9 0,1 8,4 3,0 6,0	9,4 37,0 32,2	959,1 26,0 226,0 116,0 220,5
Свекла отварная	№ 26- 2021 № 139-2004 № 393-2004 № 512-2004	80,4 67 72 77 84 20 12 16 17 5 38 0,5 77 15 16,7 3,3 16 16,3 17,3 1,6 1 53 110 5 0,5	50 50 50 50 50 50 20 10 13 13 5 32 0,5 58 15 16,7 3,3 92 16 13 13 1,6 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	100 150 200 200	28,7 0,9 5,6 13,4 3,6 0,0	18,9 0,1 8,4 3,0 6,0 0,0	9,4 9,4 37,0 32,2 24,2	959,1 26,0 226,0 116,0 220,5
Свекла отварная	№ 26- 2021 № 139-2004 № 393-2004 № 591-1996	80,4 67 72 77 84 20 12 16 17 5 38 0,5 77 15 16,7 3,3 16 16,3 17,3 1,6 1 53 110 5 0,5	50 50 50 50 50 50 20 10 13 13 5 32 0,5 58 15 16,7 3,3 92 16 13 13 1,6 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	100 150 200 200 30	28,7 0,9 5,6 13,4 3,6 0,0 0,8 2,37	18,9 0,1 8,4 3,0 6,0 0,0 0,8 0,3	9,4 9,4 37,0 32,2 24,2 14,3	226,0 226,0 216,0 226,0 116,0 220,5 134,0 107 69,5
Свекла отварная свекла до 01.01 - 20% свекла до 01.01 - 25% Суп гороховый с гренками картофель - 01.0931.10 25% 01.01 - 29.02 - 35% 01.03 - 40% горох лущёный лук репчатый морков - до 01.01 - 20% с 01.01 - 25% масло сливочное хлеб пшеничный соль йодированная масла рыбная котлетная масла готового омлета масла сливочное соль йодированная Рис припущенный крупа рисовая вода питьевая масло сливочное соль йодированная Кисель из концентрата Кисель концентрат Фрукты свежие	№ 26- 2021 № 139-2004 № 393-2004 № 591-1996	80,4 67 72 77 84 20 12 16 17 5 38 0,5 77 15 16,7 3,3 16 16,3 17,3 1,6 1 53 110 5 0,5	50 50 50 50 50 50 20 10 13 13 5 32 0,5 58 15 16,7 3,3 92 16 13 13 1,6 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	100 150 200 200	28,7 0,9 5,6 13,4 3,6 0,0	18,9 0,1 8,4 3,0 6,0 0,0	9,4 9,4 37,0 32,2 24,2	959,1 26,0 226,0 116,0 220,5

		13 день	,					
Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пи	щевые вещес	ства	ЭЦ, ккал
		p., , -			Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
Завтр	ак	T		1	37,8	20,1	103,9	750,6
Запеканка из творога с повидлом или молоком	№366-2004			170/30	30,0	15,6	38,2	414,7
творог		160,8	158,6		·			
крупа манная		11,4	11,4					
		11,4	11,4					
сахар яйца		7	6,3					
		6,8	6,8					
сметана		3,5	3,5					
масло сливочное		3,3	3,3					
масло растительное		3,3						
масса запеканки		20	200					
повидло или молоко сгущенное	30 (02 2004	30	30	200	2.2	2.1	10.0	1167
Кофейный напиток	№692-2004	4	4	200	3,2	3,1	19,0	116,7
кофейный напиток		4	4					
caxap		15	15					
молоко питьевое		130	130					
Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной	1	Г	1	20	1,3	0,2	8,2	40,2
Фрукты свежие	№ 82-2021			200	0,8	0,8	24,2	107
Или Сок в ассортименте				200	0,0	0,0	20,0	80,0
Обед					26,7	26,6	106,0	764,6
Нарезка из свежих овощей	№18-2021 Перм	иь		60	0,6	0,1	2,2	12,0
огурцы свежие		64,8	60					
или помидоры свежие		64,2	60					
или								
Горошек зеленый консервированный с маслом растит	ельным			55/5	1,4	7,2	3,0	82,4
Горошек зеленый консервированный (после		85	55					
термической обработки)								
масло растительное		5	5					
Рассольник "Домашний", со сметаной	p.131-2004			250/5	2,7	9,4	9,5	133
капуста свежая белокочанная		25	20					
картофель - 01.0931.10 25%		86	65					
01.1131.1230%		93	65					
01.01-29.02 - 35%		100	65					
01.03 - 40%		109	65					
морковь - до 01.01 - 20%		12,5	10					
c 01.01 - 25%		13	10					
лук репчатый		12	10					
огурцы соленые (без уксуса)		27	15					
масло сливочное		4	4					
сметана		5	5					
соль йодированная		0,5	0,5					
*	№59-2006,	*,*		100	12.5	11.0	7.2	101.0
Котлеты из мяса и курицы "Школьные"	Екатеринбург			100	13,7	11,9	7,3	191,0
мясо свинина б/к		67	59					
филе цыпленка бройлера		18,8	17					
крупа рисовая		5	5					
молоко питьевое		16,7	16,7					
масса вязкой каши			20					
лук репчатый		4,6	3,9					
яйцо куриное		11,3	10					
мука пшеничная		6,2	6,2					
масло растительное для смазки листа		2,2	2,2					
Соль йодированная		0,5	0,5					
Пюре картофельное	№520-2004	- ,=	- ,	150	3,3	4,4	23,5	147,0
картофель - 01.0931.10 25%		170	128		- ,0	-,-		
01.1131.1230%		183	128					
01.01-29.02 - 35%		197	128					
01.03 - 40%		214	128					
молоко питьевое		24	24					
молоко питьевое масло сливочное		7	7					
Соль йодированная		0,5	0,5	200	0.4	ΛΛ	27.4	107.0
Компот из изюма	№638-2004	20	20	200	0,4	0,0	27,4	106,0
изюм		20 15	20 15					
сахар	<u>ļ</u>	13	13					
или Сок в ассортименте				200	0	0	20	80
Хлеб пшеничный				50	3,95	0,5	23,8	115,5
Хлеб ржаной				30	2,0	0,3	12,3	60,1
ИТОГО:				<u> </u>	64,5	46,7	209,9	1515,2
11010.					04,3	40,7	209,9	1313,2

		14 день			Пи	щевые вещес	тва	
Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтр	ак				30,7	21,5	78,8	632,5
Окорочка куриные запеченные	№494-2004			100	19,2	12,1	0,7	188
окорочка куриные		170	150					
томатное паста (без искусственных ароматизаторов,		1,8	1,8					
красителей и консервантов)		· ·	r					
чеснок свежий		3	3					
масло растительное		1	1					
Соль йодированная Макаронные изделия отварные	№516-2004	1	1	150	5,6	5,0	29,6	184,5
макаронные изделия отварные макаронные изделия	N2310-2004	51	51	130	3,0	3,0	23,0	104,5
масло сливочное		7	7					
Соль йодированная		0,5	0,5					
Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"	№686-2004	*,*	*,-	200	0,2	0,0	15,5	62,8
чай-заварка		1	1		*,-	*,*		,-
caxap		15	15					
лимон		11	10					
апельсин		10,5	10					
Хлеб пшеничный витаминизированный			I	30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				20	1,3	0,2	8,2	40,2
Биомороженое "Bifi boom"				50	1,9	3,8	10,5	85,0
Обед	ı				33,2	28,7	93,4	763,7
Салат из капусты белокочанной с морковью	№4-2013,			60	1,1	3,2	6,0	54,6
· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	Пермь			00	1,1	3,2	0,0	J-7,U
капуста белокочанная свежая		70,2	50					
морковь - до 01.01 - 20%		7,5	6					
с 01.01 - 25% капуста и морковь старого урожая используется в		8	6					
	сыром виде до т 10рковь нового у							
caxap	Горковь повето у	2,2	2,2					
ЛИМОН		0,87	0,75					
масло растительное на полив при подаче		3	3					
соль йодированная		0,5	0,5					
или								
Салат из свежих огурцов или помидоров с маслом	№17-2021 Пер	NAT.		55/5	0,6	5,1	2,2	57,0
растительным	31217-2021 Hep!	ı		33/3	0,0	3,1	2,2	37,0
огурцы свежие		60	55					
или помидоры свежие		58	55					
масло растительное		5	5					
Суп-харчо	№109-2021			250	8,1	13,0	12,3	198,0
Вода		250	250					
окорочка куриные		18	16					
масса отварного мяса			10					
крупа рисовая		15	15					
лук репка		11	9,5					
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)		2	2					
масло растительное		5	5					
чеснок		1	1					
зелень сушеная (петрушка или укроп)		0,1	0,1					
Соль йодированная		0,5	0,5					
Запеканка картофельная с печенью	№354-2021			230	18,5	9,8	22,8	253,1
картофель - 01.0931.10 25%		287	216					
01.1131.1230%		309	216					
01.01-29.02 - 35%		333	216					
01.03 - 40%		361	216					
печень говяжья		65	53					
масса печени припущенной			45					
лук репчатый		10,5	8,8					
сухари панировочные		5	5					
масло сливочное		4	4					
яйцо куриное для смазки		2	2					
масло растительное для смазки		2	2					
Соль йодированная		0,5	0,5					
масса п/ф			285,0					
				200	0,0	0,0	20,0	80,0
Сок в инд.уп.				200				
Хлеб пшеничный				50	3,95	0,5	23,8	115,5

	ı	15 день		ı	1			
Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда		щевые вещес		ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	,
Завтр				I	33,9	14,7	79,3	589,1
Рыба тушеная в томате с овощами	№374-2004	ı		100	26,4	8,7	5,0	203,7
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)		143	105					
или горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без		172,3	120					
костей)		172,3						
масса готовой рыбы		262	70					
Морковь		26,3	21					
Лук репчатый		10,7	9					
Томатная паста		4	4					
Масло растительное		5	5					
Caxap		2	2					
масса овощей		1	30					
соль йодированная	30 520 2004	1	1	150	2.2	4.4	22.5	147.0
Пюре картофельное	№520-2004	170	128	150	3,3	4,4	23,5	147,0
картофель - 01.0931.10 25%		170						
01.1131.1230%		183	128					
01.01-29.02 - 35%		183	128					
01.03 - 40%		214	128					
молоко питьевое		24	24					
масло сливочное		7	7					
Соль йодированная	10.605.206	0,5	0,5	200	2.1			
Облепиховый чай	№685-2004			200	0,4	1,0	16,1	77,2
чай-заварка		1	1					
облепиха замороженная		10	10					
caxap		15	15					
Джем в инд.уп.				18			12,2	49,0
Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				20	1,3	0,2	8,2	40,2
Обед	,				35,9	27,5	111,1	837,4
Нарезка из свежих овощей	№18-2021 Перм			60	0,6	0,1	2,2	12,0
огурцы свежие		64,8	60					
или помидоры свежие		64,2	60					
или	20101 2001	100.0	60			0.4	- 10	
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	№101-2004 № 188 - 1997	109,8	60	60	0,5	0,1	1,0	6,5
Шулэн (суп-лапша с мясом)	№ 188 - 1997 Москва			250	9,3	4,5	13,2	130,8
Мясо свинина б/к	WIUCKBA	19	16					
Масса отварного мяса		17	10					
Лапша для лагмана		24	24					
соль йодированная		0,5	0,5					
морковь		6,3	5					
Лук репчатый		8,9	7,5					
вода питьевая		290	290					
Чахохбили	№ 491 - 2004	290	290	100	15,6	15,2	12	254
Филе куриной грудки	Nº 491 - 2004	82	73	100	13,0	13,2	12	234
масло растительное		8	8					
масло растительное масса тушеных кур		0	50					
лук репчатый		75	63					
лук репчатыи масса пассерованного лука		13	31					
масса пассерованного лука томатная паста		2	2					
		1	1					
мука пшеничная зелень сушеная (укроп)	-	0,1	0,1					
зелень сушеная (укроп) соль йодированная		0,1	0,1					
	№534-2004	0,5	0,3	150	3,8	6,9	16,2	141
Капуста тушеная капуста белокочанная свежая	J12334-2004	215	172	130	3,0	0,9	10,2	141
капуста оелокочанная свежая морковь - до 01.01 - 20%	1							
морковь - до 01.01 - 20%		11			•			
2.01.01 250/		11	9,2					
с 01.01 - 25% томатная паста (без содержания искусственных		12	9,2					
томатная паста (без содержания искусственных			9,2 1,5					
		12 1,5 8	9,2 1,5 6,7					
томатная паста (без содержания искусственных ароматизаторов, красителей, консервантов)		12 1,5	9,2 1,5					
томатная паста (без содержания искусственных ароматизаторов, красителей, консервантов) лук репчатый		12 1,5 8	9,2 1,5 6,7					
томатная паста (без содержания искусственных ароматизаторов, красителей, консервантов) лук репчатый мука пшеничная		12 1,5 8 1,7	9,2 1,5 6,7 1,7					
томатная паста (без содержания искусственных ароматизаторов, красителей, консервантов) лук репчатый мука пшеничная масло растительное	№638-2004	12 1,5 8 1,7 6	9,2 1,5 6,7 1,7 6	200	0,6	0,0	31,4	124,0
томатная паста (без содержания искусственных ароматизаторов, красителей, консервантов) лук репчатый мука пшеничная масло растительное Соль йодированная	№638-2004	12 1,5 8 1,7 6	9,2 1,5 6,7 1,7 6	200	0,6	0,0	31,4	124,0
томатная паста (без содержания искусственных ароматизаторов, красителей, консервантов) лук репчатый мука пшеничная масло растительное Соль йодированная Напиток из сухофруктов	№638-2004	12 1,5 8 1,7 6 0,5	9,2 1,5 6,7 1,7 6 0,5	200	0,6	0,0	31,4	124,0
томатная паста (без содержания искусственных ароматизаторов, красителей, консервантов) лук репчатый мука пшеничная масло растительное Соль йодированная Напиток из сухофруктов	№638-2004	12 1,5 8 1,7 6 0,5	9,2 1,5 6,7 1,7 6 0,5	200	0,6	0,0	31,4	124,0
томатная паста (без содержания искусственных ароматизаторов, красителей, консервантов) лук репчатый мука пшеничная масло растительное Соль йодированная Напиток из сухофруктов сухофрукты сахар	№638-2004	12 1,5 8 1,7 6 0,5	9,2 1,5 6,7 1,7 6 0,5		-	,	,	,

		16 день			Пи	щевые вещес	тра	
Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Белки, г	щевые вещес Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтра	l				18,3	17,9	97,9	627,2
Каша пшеничная жидкая с маслом	№311-2004			200	7,7	7,9	27,6	212,1
крупа пшеничная	0.2011 2001	40	40	200	.,,.	.,,-	2.,0	
вода питьевая		0	0					
молоко питьевое		168	168					
caxap		3	3					
соль йодированная		0,5	0,5					
масло сливочное		10	10					
Бутерброд с маслом и сыром	№ 1, 3-2004			30/10/20	5,4	7,1	15,9	149,0
батон "Особый"	ŕ	30	30			·	,	<u> </u>
масло сливочное		10	10					
сыр		21	20					
Чай с молоком	№630-1996			200	2,8	2,5	20,1	114,1
чай-заварка		1	1					
caxap		15	15					
молоко питьевое		100	100					
Хлеб пшеничный витаминизированный		•		30	2,5	0,4	14,3	72
Сок в инд. уп.				200	0,0	0,0	20,0	80,0
Йогурт 2,5% - 3,2 % жирн.				100	1,9	3,2	16,4	100
Обед					29,6	23,4	101,5	728,7
Свекла отварная	№ 26- 2021			60	0,9	0,1	5,5	26,0
свекла до 01.01 - 20%		75,6	60					
свекла с 01.01 - 25%		80,4	60					
Уха рыбацкая	№120-2021			250	7,4	5,9	8,4	116
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без		41	30					
костей)								
масса готовой рыбы		0.0	25					
картофель - 01.0931.10 25%		80	60					
01.1131.1230%		86	60					
01.01-29.02 - 35%		92	60					
01.03 - 40%		100	60					
лук репчатый		15	13					
масло растительное		5	5					
масло сливочное			0,1					
зелень сушеная (петрушка, укроп) Соль йодированная		0,1	0,1					
-	№371-2021	0,3	0,3	100	11,5	10,3	5,4	160,0
Кнели из птицы с рисом		75	66	100	11,5	10,5	3,4	100,0
филе цыпленка бройлера		7,5	7,5					
молоко питьевое крупа рисовая		7,5	7,5					
масса готовой каши		7,5	33					
масло сливочное		3,5	3,5					
соль йодированная		1	1					
масса п/ф		1	110					
Сложный гарнир (пюре картофельное, капуста тушен	 		110	150	3,4	6,3	18,7	145,1
Пюре картофельное	№520-2004			100	2,2	3,3	14,8	97,7
картофель - 01.0931.10 25%		114	86	200	-,-	-,-	,0	~ . , ,
01.1131.1230%		123	86					
01.01-29.02 - 35%		132	86					
01.03 - 40%		144	86					·
молоко питьевое		16	16					
масло сливочное		4	4					
Соль йодированная		0,5	0,5				_	
Капуста тушеная	№534-2004			50	1,2	3,0	3,9	47,4
капуста свежая белокочанная		75	60					
морковь - до 01.01 - 20%		5,0	4					
с 01.01 - 25% томатная паста(без искусственных ароматизаторов,		5,3	4					
томатная паста (оез искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)		1,5	1,5					
лук репчатый		2,4	2					
мука пшеничная		1,5	1,5					
масло растительное		3	3					
сахар		0,5	0,5				-	
Соль йодированная		0,5	0,5					
Компот из изюма	№638-2004			200	0,4	0,0	27,4	106,0
изюм		20	20					
caxap	<u> </u>	15	15		2.05	0.7	22.0	***
Хлеб пшеничный Хлеб ржаной				50	3,95	0,5	23,8	115,5
хлео ржанои ИТОГО:				30	2,0	0,3	12,3	60,1
11010.					47,9	41,3	199,4	1355,9

		17 день			Пи	щевые вещес	TDO	
Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда				ЭЦ, ккал
Завтр	9 <i>V</i>				Белки, г 27,3	Жиры, г 23,7	Угл. г 109,3	760,4
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	№101-2004	109,8	60	60	0,5	0,1	1,0	6,5
или	3(2101-2004	100,0	- 00	- 00	0,0	0,1	1,0	0,5
Нарезка из свежих овощей	№18-2021 Перв	МЬ		60	0,6	0,1	2,2	12,0
огурцы свежие	1	64,8	60		- ,-	- ,	,	,-
или помидоры свежие	;	64,2	60					
Жаркое по - домашнему	№436-2004			250	15,7	17,9	32,3	352,9
мясо свинина б/в	:	92	80					
масса готового мяса	l .		50					
картофель - 01.0931.10 25%		219	165					
01.1131.1230%		236	165					
01.01-29.02 - 35%	1	254	165					
01.03 - 40%		276	165					
морковь до 01.0120%		31	25					
c 01.01 - 25%		33 24	25 20					
лук репчатый	1	12	12					
масло растительное Соль йодированная		0,5	0,5					
Чай с сахаром	№685-2004	0,5	0,3	200	0,20	0,00	15,00	60,80
чай-заварка		0,5	0,5	200	0,20	0,00	13,00	00,00
чан-заварка		15	15					
Бутерброд с сыром	№ 1, 3-2004	1.0	1.0	30/15	6,3	4,3	14,3	121,0
батон		30	30	30/13	0,5	7,0	17,0	121,0
Сыр	1	16	15					
Хлеб пшеничный витаминизированный	ı	10	10	30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				20	1,3	0,2	8,2	40,2
Фрукты свежие	№ 82-2021			200	0,8	0,8	24,2	107
Или Сок в ассортименте				200	0,0	0,0	20,0	80,0
Обе	ц				27,6	34,2	113,9	865,6
Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком	№4/1-2011,			60	0,9	3,0	2,2	39
или кукурузой	Екатеринбург			00	0,9	3,0	2,2	39
капуста свежая белокочанная		57	45,8					
капуста старого урожая используется в сыром виде кукуруза консервированная или горошек зеленыи	едо Імарта, с Ім	иарта только	10					
× (10,0	12					
ЛИМОЕ		1,2	1,2					
масло растительное	1	0,5	0,5					
соль йодированная	l.	0,3	0,3					
ИЛИ	PART HEIM			55/5	1,4	7,2	3,0	82,4
Горошек зеленый консервированный с маслом расти	Ствиви	85	55	33/3	1,7	7,2	3,0	62,4
масло растительное		5	5					
Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	№110-2004		-	250/5	2,2	6,05	6,18	85
свекла до 01.01 -20%)	50	40		,	- /	-, -	
c 01.01 - 25%)	53	40					
капуста свежая белокочанная		25	20					
картофель - 01.0931.10 25%		27	20					
01.1131.1230%		29	20					
			20					
01.01-29.02 - 35%		31	20					
01.01-29.02 - 35% 01.03 - 40%		31 33	20 20					
01.01-29.02 - 35% 01.03 - 40% морковь - до 01.01 - 20%	,	31 33 16,3	20 20 13					
01.01-29.02 - 35% 01.03 - 40% морковь - до 01.01 - 20% с 01.01 - 25%		31 33 16,3 17,3	20 20 13 13					
01.01-29.02 - 35% 01.03 - 40% морковь - до 01.01 - 20% с 01.01 - 25% лук репчатый		31 33 16,3	20 20 13					
01.01-29.02 - 35%		31 33 16,3 17,3	20 20 13 13					
01.01-29.02 - 35%		31 33 16,3 17,3 12 6	20 20 13 13 10 6					
01.01-29.02 - 35%		31 33 16,3 17,3 12 6	20 20 13 13 10 6					
01.01-29.02 - 35%		31 33 16,3 17,3 12 6 5 0,5	20 20 13 13 10 6 5 0,5					
01.01-29.02 - 35%		31 33 16,3 17,3 12 6 5 0,5	20 20 13 13 10 6 5 0,5 5					
01.01-29.02 - 35% 01.03 - 40% морковь - до 01.01 - 20% с 01.01 - 25% лук репчатый томатная паста (без искусственных ароматизаторов красителей и консервантов масло сливочное сахар сметана		31 33 16,3 17,3 12 6 5 0,5	20 20 13 13 10 6 5 0,5	100	13.4	19.4	6.9	256 0
01.01-29.02 - 35%	№ 456 - 2004	31 33 16,3 17,3 12 6 5 0,5 5	20 20 13 13 10 6 5 0,5 5	100	13,4	19,4	6,9	256,0
01.01-29.02 - 35%	№ 456 - 2004	31 33 16,3 17,3 12 6 5 0,5 5 0,5	20 20 13 13 10 6 5 0,5 5 0,5 60	100	13,4	19,4	6,9	256,0
01.01-29.02 - 35%	№ 456 - 2004	31 33 16,3 17,3 12 6 5 0,5 5 0,5 68 12	20 20 13 13 10 6 5 0,5 5 0,5 60 12	100	13,4	19,4	6,9	256,0
01.01-29.02 - 35%	№ 456 - 2004	31 33 16,3 17,3 12 6 5 0,5 5 0,5 68 12 18	20 20 13 13 10 6 5 0,5 5 0,5 60 12 18	100	13,4	19,4	6,9	256,0
01.01-29.02 - 35% 01.03 - 40% морковь - до 01.01 - 20% с 01.01 - 25% лук репчатый томатная паста (без искусственных ароматизаторов красителей и консервантов масло сливочное сахар сметана соль йодированная Зразы рубленые мясо свинина б/к хлеб пшеничный молоко питьевое	№ 456 - 2004	31 33 16,3 17,3 12 6 5 0,5 5 0,5 68 12	20 20 13 13 10 6 5 0,5 5 0,5 60 12	100	13,4	19,4	6,9	256,0
01.01-29.02 - 35%	№ 456 - 2004	31 33 16,3 17,3 12 6 5 0,5 5 0,5 68 12 18 32	20 20 13 13 10 6 5 0,5 5 0,5 60 12 18 28	100	13,4	19,4	6,9	256,0
О1.01-29.02 - 35% О1.03 - 40% Морковь - до 01.01 - 20% С 01.01 - 25% Лук репчатый томатная паста (без искусственных ароматизаторов красителей и консервантов Масло сливочное сахар С оль йодированная Зразы рубленые Мясо свинина б/к хлеб пшеничный Молоко питьевое Яйце сухари панировочные масло растительное масло растительное масло сливочное	№ 456 - 2004	31 33 16,3 17,3 12 6 5 0,5 5 0,5 68 12 18 32 8	20 20 13 13 10 6 5 0,5 5 0,5 12 18 28 8	100	13,4	19,4	6,9	256,0
01.01-29.02 - 35% 01.03 - 40% морковь - до 01.01 - 20% с 01.01 - 25% лук репчатый томатная паста (без искусственных ароматизаторов красителей и консервантов масло сливочное сахар сметане соль йодированная Зразы рубленые мясо свинина б/к хлеб пшеничный молоко питьевое Яйцс сухари панировочные	№ 456 - 2004	31 33 16,3 17,3 12 6 5 0,5 5 0,5 5 12 18 32 8 6	20 20 13 13 10 6 5 0,5 5 0,5 12 18 28 8	100	13,4	19,4	6,9	256,0
О1.01-29.02 - 35% О1.03 - 40% Морковь - до 01.01 - 20% С 01.01 - 25% Лук репчатый Томатная паста (без искусственных ароматизаторов красителей и консервантов Масло сливочное Сахар Соль йодированная Зразы рубленые Мясо свинина б/к хлеб пшеничный Молоко питьевое Яйце Сухари панировочные Масло растительное Масло сливочное Соль йодированная Перловка рассыпчатая	№ 456 - 2004 № 456 - 2004	31 33 16,3 17,3 12 6 5 0,5 5 0,5 68 12 18 32 8 6 5 0,5	20 20 13 13 10 6 5 0,5 5 0,5 60 12 18 28 8 6 5 0,5	100	13,4	19,4	6,9	256,0
01.01-29.02 - 35% 01.03 - 40% морковь - до 01.01 - 20% с 01.01 - 25% лук репчатый томатная паста (без искусственных ароматизаторов красителей и консервантов) масло сливочное сахар сметана соль йодированная Зразы рубленые мясо свинина б/к хлеб пшеничный молоко питьевое Яйце сухари панировочные масло растительное масло растительное соль йодированная	№ 456 - 2004 № 456 - 2004	31 33 16,3 17,3 12 6 5 0,5 5 0,5 68 12 18 32 8 6 5 0,5 5	20 20 13 13 10 6 5 0,5 5 0,5 60 12 18 28 8 6 5 0,5 5					
О1.01-29.02 - 35% О1.03 - 40% Морковь - до 01.01 - 20% С 01.01 - 25% Пук репчатый Томатная паста (без искусственных ароматизаторов красителей и консервантов Масло сливочное сахар сметана соль йодированная Зразы рубленые Мясо свинина б/к хлеб пшеничный Молоко питьевое Яйце сухари панировочные масло растительное масло сливочное соль йодированная Перловка рассыпчатая Крупа перловая вода питьевая	№ 456 - 2004 № 456 - 2004	31 33 16,3 17,3 12 6 5 0,5 5 0,5 68 12 18 32 8 6 5 0,5 5	20 20 13 13 10 6 5 0,5 5 0,5 12 18 28 8 6 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 12 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18					
01.01-29.02 - 35% 01.03 - 40% морковь - до 01.01 - 20% с 01.01 - 25% лук репчатый томатная паста (без искусственных ароматизаторов красителей и консервантов масло сливочное сахар сметана соль йодированная Зразы рубленые мясо свинина б/к хлеб пшеничный молоко питьевое Яйце сухари панировочные масло растительное масло сливочное соль йодированная Перловка рассыпчатая Крупа перловая вода питьевая вода питьевая	№ 456 - 2004 № 456 - 2004	31 33 16,3 17,3 12 6 5 0,5 5 0,5 68 12 18 32 8 6 5 0,5 5 0,5	20 20 13 13 10 6 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 12 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18					
01.01-29.02 - 35% 01.03 - 40% морковь - до 01.01 - 20% с 01.01 - 25% лук репчатый томатная паста (без искусственных ароматизаторов красителей и консервантов масло сливочное сахар соль йодированная Зразы рубленые мясо свинина б/к хлеб пшеничный молоко питьевое Яйце сухари панировочные масло растительное масло растительное соль йодированная Перловка рассыпчатая Крупа перловая вода питьевая Соль йодированная масло сливочное слов йодированная	№ 456 - 2004 № 156 - 2004 № 207-2021	31 33 16,3 17,3 12 6 5 0,5 5 0,5 68 12 18 32 8 6 5 0,5 5	20 20 13 13 10 6 5 0,5 5 0,5 12 18 28 8 6 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 12 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18	150	4,5	4,9	31,2	186,0
01.01-29.02 - 35% 01.03 - 40% морковь - до 01.01 - 20% с 01.01 - 25% лук репчатый томатная паста (без искусственных ароматизаторов красителей и консервантов масло сливочное сахар сметана соль йодированная Зразы рубленые мясо свинина б/к хлеб пшеничный молоко питьевое Яйце сухари панировочные масло растительное масло сливочное соль йодированная Перловка рассыпчатая Крупа перловая вода питьевая Соль йодированная масло сливочное слов йодированная обеспь и одированная одированная обеспь и одированная одированная обеспь и одирован	№ 456 - 2004 Nº 207-2021 Nº 638-2004	31 33 16,3 17,3 12 6 5 0,5 5 0,5 5 0,5 8 12 18 32 8 6 5 0,5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5	20 20 13 13 10 6 5 0,5 5 0,5 60 12 18 28 8 6 5 0,5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 6 6 7 7 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8					
01.01-29.02 - 35% 01.03 - 40% морковь - до 01.01 - 20% с 01.01 - 25% лук репчатый томатная паста (без искусственных ароматизаторов красителей и консервантов масло сливочное сахар соль йодированная Зразы рубленые мясо свинина б/к хлеб пшеничный молоко питьевое Яйце сухари панировочные масло растительное масло сливочное соль йодированная Перловка рассыпчатая Крупа перловая вода питьевая Соль йодированная масло сливочное сливочное сливочное соль йодированная образованная вода питьевая соль йодированная образованная масло сливочное сухофрукты	№ 456 - 2004 Nº 207-2021 Nº 638-2004	31 33 16,3 17,3 12 6 5 0,5 5 0,5 68 12 18 32 8 6 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 0,	20 20 13 13 10 6 5 0,5 5 0,5 60 12 18 28 8 6 5 0,5 5 5 0,5 5 5 0,5 5 5 0,5 5 5 0,5 5 5 0,5 5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 0,	150	4,5	4,9	31,2	186,0
01.01-29.02 - 35% 01.03 - 40% морковь - до 01.01 - 20% с 01.01 - 25% лук репчатый томатная паста (без искусственных ароматизаторов красителей и консервантов масло сливочное сахар сметана соль йодированная Зразы рубленые мясо свинина б/к хлеб пшеничный молоко питьевое Яйце сухари панировочные масло растительное масло растительное соль йодированная Перловка рассыпчатая Крупа перловая вода питьевая Соль йодированная масло сливочное сливочное сливочное сливочное сухофрукты сухофрукты сахар	№ 456 - 2004 Nº 207-2021 Nº 638-2004	31 33 16,3 17,3 12 6 5 0,5 5 0,5 5 0,5 8 12 18 32 8 6 5 0,5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5	20 20 13 13 10 6 5 0,5 5 0,5 60 12 18 28 8 6 5 0,5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 6 6 7 7 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8	150	4,5	4,9	31,2	186,0
01.01-29.02 - 35%	№ 456 - 2004 Nº 207-2021 Nº 638-2004	31 33 16,3 17,3 12 6 5 0,5 5 0,5 68 12 18 32 8 6 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 0,	20 20 13 13 10 6 5 0,5 5 0,5 60 12 18 28 8 6 5 0,5 5 5 0,5 5 5 0,5 5 5 0,5 5 5 0,5 5 5 0,5 5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 0,	150 200 50	0,6	0,0	31,2	186,0
01.01-29.02 - 35% 01.03 - 40% морковь - до 01.01 - 20% с 01.01 - 25% лук репчатый томатная паста (без искусственных ароматизаторов красителей и консервантов масло сливочное сахар сметана соль йодированная Зразы рубленые мясо свинина б/к хлеб пшеничный молоко питьевое Яйце сухари панировочные масло растительное масло растительное соль йодированная Перловка рассыпчатая Крупа перловая вода питьевая Соль йодированная масло сливочное сливочное сливочное сливочное сухофрукты сухофрукты сахар	№ 456 - 2004 Nº 207-2021 Nº 638-2004	31 33 16,3 17,3 12 6 5 0,5 5 0,5 68 12 18 32 8 6 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 0,	20 20 13 13 10 6 5 0,5 5 0,5 60 12 18 28 8 6 5 0,5 5 5 0,5 5 5 0,5 5 5 0,5 5 5 0,5 5 5 0,5 5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 5 0,5 0,	150	4,5	4,9	31,2	186,0

	•	18 день		T	1			
Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда		цевые вещес		ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
Завтр	aк №444-2004	l		200	32,9 16,3	23,7 18,2	82,0 35,0	677,9 369,0
Гречка по-купечески мясо свинина б/в		90	80	200	10,3	10,2	35,0	309,0
мясо свинина от масса тушеного мяса		70	50					
масло растительное		15	15					
крупа гречневая		50	50					
томатная паста		1,2	1,2					
морковь - до 01.01 - 20%		50	40					
c 01.01 - 25%		53	40					
лук репчатый		15	13					
Соль йодированная		0,5	0,5					
или				100	10.5	0.4	= .	102.0
Печень говяжья по-строгановски	№356-2021	143	118	100	19,5	9,4	7,6	193,0
печень говяжья масса печени припущенной		143	80					
масса печени припущенной масло растительное		5	5					
Соль йодированная		0,5	0,5					
Cove № 408-2021	•	0,0	40,0					
вода		32,0	32,0					
сметана		10,0	10,0					
масло сливочное	;	1	1					
мука пшеничная		1	1					
масса п/ф			125,0					
Гречка вязкая отварная	№510-2004		_	150	4,5	6,8	22,4	171
крупа гречневая		37,5	37,5					
вода питьевая	+	120	120					
соль йодированная		0,5 5	0,5 5					
масло сливочное Кофейный напиток	№692-2004	3	3	200	3,2	3,1	19,0	116,7
кофейный напиток		2,4	2,4	200	3,2	3,1	19,0	110,7
caxar	1	15	15					
молоко питьевое		130	130					
Хлеб пшеничный витаминизированный	•	I		30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				20	1,3	0,2	8,2	40,2
Биомороженое "Bifi boom"				50	1,9	3,8	10,5	85,0
Обе	•				34,6	26,8	126,9	892,2
Нарезка из свежих овощей	№18-2021 Перм			60	0,6	0,1	2,2	12,0
огурцы свежие	:	64,8	60					
или помидоры свежие	:	64,2	60					
или Икра кабачкова	№ 26- 2021			60	0,5	1,1	2,4	21,6
Икра кабачкова про. пр-ва		63	60	00	0,3	1,1	2,4	21,0
Суп гороховый с гренками	№139-2004	03	00	250/20	5,6	8,4	32,0	226,0
картофель - 01.0931.10 25%	1	67	50	230/20	3,0	0,1	02,0	220,0
01.1131.1230%		72	50					
01.01-29.02 - 35%		77	50					
01.03 - 40%		84	50					
горох лущёный		20	20					
лук репчатый		12	10					
морковь - до 01.01 - 20%		16	13					
c 01.01 - 25%		17	13					
масло сливочное	+	5	5					
хлеб пшеничный		38 0,5	32 0,5					
соль йодированная Окорочка куриные запеченные	№494-2004	0,3	0,3	100	19,2	12,1	0,7	188
окорочка куриные запеченные окорочка куриные		170	150	100	17,4	14,1	υ, /	100
томатное паста (без искусственных ароматизаторов,								
красителей и консервантов		1,8	1,8					
чеснок свежий		1	1					
масло растительное		3	3					
Соль йодированная Пюре картофельное	№520-2004	1	1	150	3,3	4,4	23,5	147,0
картофельное		170	128	130	3,3	7,7	23,3	177,0
01.1131.1230%		183	128					
		183	128					
01.01-29.02 - 35%			128					
01.01-29.02 - 35%		214						
01.03 - 40% молоко питьевое		24	24					
01.03 - 40% молоко питьевое масло сливочное		24 7	24 7					
01.03 - 40% молоко питьевое масло сливочное Соль йодированная		24	24	200	0.0	0.0	22.2	1240
01.03 - 40% молоко питьевое масло сливочное Соль йодированная Кисель из концентрата	№ 591-1996	24 7 0,5	24 7 0,5	200	0,0	0,0	32,2	134,0
01.03 - 40% молоко питьевое масло сливочное Соль йодированная Кисель из концентрата Кисель концентрата	№ 591-1996	24 7	24 7	200	0,0	0,0	32,2	134,0
01.03 - 40% молоко питьевое масло сливочное Соль йодированная Кисель из концентрата Кисель концентрата	№ 591-1996	24 7 0,5	24 7 0,5		0,0	0,0	32,2	134,0
01.03 - 40% молоко питьевое масло сливочное Соль йодированная Кисель из концентрата Кисель концентрата	№ 591-1996	24 7 0,5	24 7 0,5	200 200 50		Í		Í
01.03 - 40% молоко питьевое масло сливочное Соль йодированная Кисель из концентрата Кисель концентрат или Сок в инд. уп.	№ 591-1996	24 7 0,5	24 7 0,5	200	0	0	20	80

	No nelielitynki – Enytto F						евые вещества	
Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтр	ак				33,0	39,3	89,8	843,6
Омлет натуральный с маслом	№340-2004			170	15,9	24,2	4,0	295,0
яйца		125	110					
молоко питьевое		66	66					
масло растительное		2,5	2,5					
масса омлета			165					
масло сливочное		5	5					
соль йодированная		0,5	0,5					
Сыр полутвердый (порциями)	№75-2021	16	15	15	3,5	4,4	0	53,2
Какао с молоком	№642-1996			200	3,4	3,2	21,2	127,2
какао - порошок		3	3		,	,		,
молоко питьевое		130	130					
caxap		15	15					
Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				20	1,3	0,2	8,2	40,2
Молоко или молочный коктейль 2,5-3,2 % в инд.уп.				200	5,2	5,0	19,0	142,0
Кондитерское изделий пром.производства				30	1,2	1,9	23,1	114,0
Обед	•			30	28,7	25,9	137,4	893,2
	№18-2021 Перг			60	0,6	0,1	2,2	12,0
Нарезка из свежих овощей		64,8	60	00	0,0	0,1	2,2	12,0
огурцы свежие								
или помидоры свежие		64,2	60	250/5	4.4	(0	0.5	107
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной				250/5	4,4	6,0	8,5	106
капуста белокочанная свежая	1	63	50					
картофель - 01.0931.10 25%		40	30					
01.1131.1230%		43	30					
01.01-29.02 - 35%		46	30					
01.03 40%		50	30					
морковь - до 01.01 - 20%		16	13					
c 01.01 - 25%		17	13					
лук репчатый		12	10					
масло сливочное		5	5					
сметана		5	5					
соль йодированная		1	1					
Плов из мяса по-узбекски	№444-2004			200	16,3	18,2	35,0	369,0
свинина мясная		90	80					
масса тушеного мяса			50					
масло растительное		15	15					
крупа рисовая		50	50					
томатная паста		1,2	1,2					
морковь - до 01.01 - 20%		50	40					
c 01.01 - 25%	†	53	40					
лук репчатый		15	13					
Соль йодированная		0,5	0,5					
Напиток из сухофруктов	№638-2004			200	0,6	0,0	31,4	124,0
сухофрукты		20	20					
caxap		15	15					
Фрукты свежие	№ 82-2021	-	-	200	0,8	0,8	24,2	107
Хлеб пшеничный		l	1	50	3,95	0,5	23,8	115,5
Хлеб ржаной				30	2,0	0,3	12,3	60,1
итого:					61,7	~ ;-	,-	1736,8

		20 день			ı			
Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда		щевые вещес		ЭЦ, ккал
2					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	(01.1
Завтр				100	23,8	22,9	92,9	681,1
Чахохбили	№ 491 - 2004	9.6	72	100	15,6	15,2	12	254
Филе куриной грудки	†	86 7,7	73					
масло растительное		7,7	8 50					
масса тушеных кур лук репчатый	+	75	63					
лук репчатыи масса пассерованного лука		13	31					
томатная паста		2	2					
мука пшеничная		1	1					
зелень сушеная (укроп)	†	0,1	0,1					
соль йодированная	†	1	1					
или								
Шницель мясной	№451-2004			100	9,4	13,0	17,0	222,5
мясо свинина б/к	:	84	74					
хлеб пшеничный		18,7	18,7					
молоко питьевое	:	14	14					
лук репчатый	I	6	5					
яйцо куриное	†	5	5					
сухари		6	6					
масло растительное		2	2					
Соль йодированная		0,5	0,5					
Капуста тушеная	№534-2004			150	3,8	6,9	16,2	141
капуста белокочанная свежая		215	172					
морковь - до 01.01 - 20%	,	11	9,2					
c 01.01 - 25%	,	12	9,2					
томатная паста (без содержания искусственных		1,5	1,5					
ароматизаторов, красителей, консервантов)								
лук репчатый	+	8	6,7					
мука пшеничная		1,7	1,7					
масло растительное	1	6	6					
Соль йодированная		0,5	0,5					
или				1.50	2.1			
Сложный гарнир (пюре картофельное, капуста тушен				150	3,4	6,3	18,7	145,1
Пюре картофельное	№520-2004	114	0.6	100	2,2	3,3	14,8	97,7
картофель - 01.0931.10 25%		114	86					1
01.1131.1230%		123	86	<u> </u>				
01.01-29.02 - 35%	-	132	86	<u> </u>				
01.03 - 40%		144	86					
молоко питьевое		16	16					
масло сливочное		4	4					
Соль йодированная		0,5	0,5		1.0	2.0	2.0	45.4
Капуста тушеная	№534-2004	7.5	60	50	1,2	3,0	3,9	47,4
капуста свежая белокочанная		75	60	<u> </u>				
морковь - до 01.01 - 20%		5,0	4					
с 01.01 - 25% томатная паста(без искусственных ароматизаторов,		5,3	4					
томатная паста (остя искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)		1,5	1,5					
лук репчатый		2,4	2					
мука пшеничная		1,5	1,5					
масло растительное	:	3	3					
сахар		0,5	0,5					
Соль йодированная		0,5	0,5					
Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"	№686-2004			200	0,2	0,0	15,5	62,8
чай-заварка	ı	1	1					
сахар		15	15					
лимон	[11	10					
апельсин	[10,5	10					
Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				20	1,3	0,2	8,2	40,2
Фрукты свежие	№ 82-2021			200	0,8	0,8	24,2	107
Или Сок в ассортименте				200	0,0	0,0	20,0	80,0
Обед	•				25,0	26,7	94,8	717,0
Салат из капусты белокочанной с морковью	№4-2013,		1	60	1,1	3,2	6,0	54,6
капуста белокочанная свежая	Пермь	70,2	50					
		70,2	6					
Μορκορι πο Ω1 Ω1 - 200/.								•
морковь - до 01.01 - 20% с 01.01 - 25%		1						
морковь - до 01.01 - 20% с 01.01 - 25% капуста и морковь старого урожая используется в сыром		8	6					

coven		2,2	2,2					
сахар лимон		0,87	0,75					
масло растительное на полив при подаче		3	3					
соль йодированная		0,5	0,5					
или		0,5	0,5					
Нарезка из свежих овощей	№18-2021 Пер	ML		60	0,6	0,1	2,2	12,0
огурцы свежие	7.210 2021 Hep	64,8	60		0,0	0,1		12,0
или помидоры свежие		64,2	60					
Рассольник Ленинградский со сметаной	№100-2021	*		250/5	2,7	5,8	13,4	118,0
картофель - 01.0931.10 25%	0,2100 2021	100	75	20070	-,-		10,1	110,0
01.1131.1230%		107	75					
01.01-29.02 - 35%		116	75					
01.03 - 40%		125	75					
морковь - до 01.01 - 20%		11,3	9					
c 01.01 - 25%		12	9					
лук репчатый		3	2,5					
огурцы соленые (без уксуса)		25	13					
крупа рисовая		5	5					
масло растительное		5	5					
соль йодированная		0,5	0,5					
сметана		5	5					
Фрикадельки мясные с соусом	№409,001- 2004			100/50	13,2	12,4	11,5	210
мясо свинина б/к		79	70					
хлеб пшеничный		14	14					
молоко питьевое или вода питьевая		20	20					
лук репчатый		10	8					
масло растительное		6	6					
мука пшеничная		8	8					
соус сметанный с томатом			50					
мука пшеничная		3,8	3,8					
сметана		12,5	12,5					
вода питьевая		37,5	37,5					
томатное паста (без содержания искусственных		2	2					
ароматизаторов, красителей, консервантов) Соль йодированная		0,5	0,5					
Макаронные изделия отварные	№516-2004	0,5	0,5	150	5,6	5,0	29,6	184,5
макаронные изделия отварные макаронные изделия	J 12310-2004	51	51	130	3,0	3,0	27,0	104,3
масло сливочное		6	6					
Соль йодированная		0,5	0,5					
Сок в инд.уп.	l .	0,0	0,5	200	0,0	0,0	20,0	80,0
Хлеб пшеничный				30	2,37	0,3	14,3	69,5
итого:					48,8	49,6	187,7	1398,1
					10,0	.5,0	107,7	10,0,1
ИТОГО в среднем за 20 дней					60	52	208	1522
Потребность в пищевых веществах для детей с 7 - 11 лет по н	ормативу (100 %	от суточных но	ррм)*		77	79	335	2350

ИТОГО в среднем за 20 дней	60	52	208	1522
Потребность в пищевых веществах для детей с 7 - 11 лет по нормативу (100 % от суточных норм)*	77	79	335	2350
60% от суточной потребности в пищевых веществах и энергии для обучающихся в общеобразовательных учреждениях с учетом двух возрастов (с 7 - 11 лет)	46	47	201	1410
Потребность в пищевых веществах для детей с 7 - 11 лет по нормативу (60% от суточных норм) +5%	49	50	211	1481
Потребность в пищевых веществах для детей с 7 - 11 лет по нормативу (60% от суточных норм) -5%	44	45	191	1340

^{*}Приложение № 10 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Таблица 1 "Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществ (суточная)"

НАКОПИТЕЛЬНАЯ ВЕДОМОСТЬ к примерному 20 - ти дневному меню (Комплекс 1) (Завтрак, обед) для питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях (осенне-зимний-весенний сезон) в возрасте 7 - 11 лет с ноября 2025 года

		Норма	Норма в										тически г		г, мл,										1	
Nº	Продукты	питания в г*, мл, нетто на 1	день (завтрак-										Д	ни										за 20 дней,		
	продумы.	обучающегося в возрасте 7 - 11 лет	обед), г мл, нетто,	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	Г	г, мл,	выполнения
1	Хлеб ржаной	80	48	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	30	50	50	50	50	980	49	102
2	Хлеб пшеничный	150	90	95	66	60	109	80	60	90	63	92	92	113	137	80	85	80	110	122	112	80	74	1801	90	100
3	Мука пшеничная	15	5	5	2	3	4	1	30	15	0	5	5	7	0	6	0	3	2	0	1	0	11	97	5	95
4	Крупы, бобовые	45	32	30	50	11	20	38	0	49	31	73	0	38	73	16	15	0	48	50	58	50	5	654	33	102
5	Макаронные изделия	15	13	0	0	0	51	24	16	0	0	0	0	51	0	0	51	24	0	0	0	0	51	268	13	103
6	Картофель	187	135	165	122	210	110	128	153	193	127	215	38	40	50	193	216	128	146	185	178	30	161	2788	139	104
7	Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соленые и квашеные, в т.ч. Томат-пюре, г.	280	168	121	228	136	224	72	102	164	96	123	311	172	312	119	79	361	141	252	85	187	223	3507	175	104
8	Фрукты свежие	185	102	0	0	241	5	201	10	5	201	30	200	0	205	200	20	10	0	201	0	200	220	1949	97	96
9	Сухофрукты	15	10	0	20	0	0	20	20	0	20	0	20	0	0	20	0	20	20	20	0	20	0	200	10	103
10	Соки плодоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. Инстантные	200	94	200	0	0	200	0	0	200	0	200	0	200	0	0	200	0	200	0	200	0	200	1800	90	96
11	Мясо 1-й категории	70	52	0	85	0	165	16	0	150	0	80	79	67	95	59	16	16	0	110	0	80	70	1087	54	105
12	Субпродукты (печень, сердце)	30	18	0	0	0	0	118	0	0	0	85	0	0	0	0	53	0	0	0	118	0	0	374	19	102
13	Птица (цыплята-бройлеры - 1 кат)	35	34	0	100	50	0	0	79	0	29	0	0	91	0	17	100	0	66	0	100	0	73	705	35	105
14	Рыба(филе), в т.ч. Слабо или малосоленые	58	26	85	0	30	0	83	30	0	85	0	0	0	58	0	0	105	30	0	0	0	0	506	25	97
15	Молоко	300	165	344	216	160	66	154	200	224	130	50	234	36	217	201	50	24	292	18	204	396	36	3251	163	99
16	Кисломолочная пищевая продукция	150	21	100	0	0	0	0	100	0	0	0	0	100	0	0	0	0	100	0	0	0	0	400	20	95
17	Творог (5%-9% м.д.ж.)	50	28	0	0	159	0	0	70	0	159	0	0	0	0	159	0	0	0	0	0	0	0	546	27	99
18	Сыр	10	6	25	0	0	0	0	0	15	5	0	15	0	15	0	0	0	20	15	0	15	0	125	6	104
19	Сметана	10	6	15	5	16	0	10	0	5	22	8	0	5	0	12	0	0	0	5	10	5	18	134	7	105
20	Масло сливочное	30	15	15	19	17	29	13	13	18	12	10	10	18	12	15	11	7	28	15	18	10	10	297	15	99
21	Масло растительное	15	11	2	6	17	6	10	5	11	8	22	7	8	5	6	13	19	6	21	8	18	25	222	11	104
22	Яйцо	40	17	0	8	6	0	4	14	0	8	0	110	11	19	16	2	0	0	28	0	110	0	338	17	98
23	Сахар	35	26	34	31	41	15	32	42	15	41	15	30	16	15	41	17	30	33	31	15	30	16	540	27	103
24	Кондитерские изделия	10	7	0	30	0	0	0	30	0	0	0	0	30	0	0	0	18	0	0	0	30	0	138	7	105
25	Чай	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	13	1	104
26	Какао-порошок	2	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0	3	0	9	0	98
27	Кофейный напиток	2	1	0	0	4	0	4	0	0	0	0	0	0	0	4	0	0	0	0	2	0	0	14	1	95
28	Дрожжи хлебопекарные	0,2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Соль пищевая поваренная йодированная	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	40	2	104

^{*} 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 оргинизации питания детей от 7 до 18 лет

^{**} Количество потребленных продуктов округлено до целого числа