

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Начальник летнего оздоровительного лагеря

И.В. Каменская
с дневным пребыванием детей
Каменская И.В.

«29» *апреля* 2022 г.



ПРИМЕРНОЕ 12 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ №2267 от 03.02.2022 г.

для питания в детских общеобразовательных организациях в период отдыха и оздоровления,
разработано в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20
"Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"

Возрастная категория детей: с 7 до 11 лет.
Приемы пищи: завтрак, обед.



г. Тюмень, 2022 г.

масло сливочное	5	5						
сыр	11	10						
Какао с молоком			200	3,2	3,0	21,1	124	№642-1996
какао - порошок	4	4						
молоко питьевое	130	130						
сахар	15	15						
Фрукт в ассортименте			180	0,8	0,7	37,9	161	№458-2006, Москва
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34	
Обед			885	28,9	33,2	119,6	893	
Салат из свежих помидоров			100	1,0	5,1	3,5	64	№22-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	97	95						
или помидоры свежие грунтовые	112	95						
масло растительное	5	5						
Рассольник домашний с птицей, со сметаной			250/10/5	5,9	6,3	12,8	132	№132-2013, Пермь
курица потрошенная 1 категории (разделка на мякоть без кожи)	29	26						
или грудка куриная (разделка на мякоть без кожи)	19	18						
или филе куриное или филе индейки промышленного производства	15	14						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	100	75						

01.11.-31.12. -30%	107	75						
01.01-29.02 - 35%	116	75						
01.03 - 40%	125	75						
капуста свежая белокочанная	25	20						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	12	10						
огурцы соленые без уксуса	27	15						
масло сливочное	5	5						
сметана	5	5						
или на случай отсутствия возможности использования птицы в учреждении								
Рассольник домашний с мясом со сметаной			250/10/5	5,7	5,9	12,8	127	№131-2004
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	100	75						
01.11.-31.12. -30%	107	75						
01.01-29.02 - 35%	116	75						
01.03 - 40%	125	75						
капуста свежая белокочанная	25	20						

морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	12	10						
огурцы соленые без уксуса	27	15						
масло сливочное	5	5						
сметана	5	5						
Котлеты из мяса по домашнему (свинина мясная и говядина)			90	12,3	11,4	9,1	188	№416-1996
свинина мясная	40	34						
говядина 1 категории	46	34						
или говядина полуфабрикат	40	34						
хлеб пшеничный	16	16						
молоко питьевое или вода питьевая	11	11						
лук репчатый	8,3	7						
яйцо куриное	3,5	3,5						
чеснок свежий	1,0	0,8						
мука пшеничная или сухари	9	9						
масло растительное	2	2						
Соус сметанный с томатом			50	1,9	3,7	2,8	52	№601-2004
сметана	12,5	12,5						

мука пшеничная	2,5	2,5						
вода питьевая	37,5	37,5						
масло сливочное	2,5	2,5						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5	5						
Каша гречневая вязкая отварная			180	5,6	5,8	24,7	173	№510-2004
крупa гречневая	45	45						
вода питьевая	144	144						
масло сливочное	6	6						
ИЛИ								
Булгур припущенный			180	6,8	3,9	33,2	195	№54-22г-2020, Новосибирск
крупa булгур	60	60						
вода питьевая	140	140						
масло сливочное	5	5						
Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
ИТОГО:				46	51	228	1556	

2 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			505	16,4	19,3	99,8	637,7	
Каша молочная Попурри (крупа рисовая, гречневая, пшено) с маслом			200/5	5,1	6,1	26,0	179	№16/4-2011, Екатеринбург
крупа рисовая	10	10						
крупа гречневая	10	10						
крупа пшено	10	10						
молоко питьевое	187	187						
соль йодированная	0,8	0,8						
сахар	3	3						
масло сливочное	5	5						
Сыр (порциями)	21	20	20	5,2	6,8	0,0	82	№97-2004
Булочка российская			80	4,8	5,8	38,0	223	№775-2004
мука пшеничная	45	45						
мука пшеничная на подпыл	1,4	1,4						
сахар	14	14						
сахар для отделки	3	3						
масло сливочное	7	7						

молоко питьевое	7	7						
яйцо куриное	3	3						
яйцо куриное для смазки изделия	2	2						
дрожжи прессованные	1,4	1,4						
или дрожжи сухие	0,35	0,35						
соль йодированная	0,5	0,5						
ванилин	0,02	0,02						
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2						
ИЛИ на случай невозможности приготовления выпечного изделия собственного производства								
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			80	4,8	5,8	38,0	223	
Чай с сахаром			200	0,2	0,0	15,0	61	№685-2004
чай-заварка	1,0	1,0						
сахар	15	15						
Хлеб пшеничный			30	0,6	0,3	13,2	58	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34	
Обед			985	30,8	32,4	129,9	934,2	
Салат витаминный			100	1,1	5,0	3,3	63	№2-2013, Пермь
капуста свежая белокочанная	89	71						
масса капусты, стертой с солью		45						

морковь до 01.01.-20%	33	26						
с 01.01 - 25%	35	26						
(в свежем виде морковь и капусту старого урожая использовать до 1 марта, после 1 марта свежего урожая или другой салат из вареных овощей)								
яблоки свежие, очищенные от кожицей с удаленной сердцевиной	36	25						
сахар	1,5	1,5						
лимонная кислота	0,1	0,1						
вода для разведения лимонной кислоты	5	5						
масло растительное	5	5						
ИЛИ								
Салат "Пестрый" (из отварной свеклы и моркови с солеными огурцами)			100	1,1	5,0	4,8	69	№23/1-2011, Екатеринбург
свекла до 01.01.-20%	41	33						
с 01.01 - 25%	44	33						
масса отварной свеклы		30						
морковь до 01.01.-20%	34	27						
с 01.01 - 25%	36	27						
масса отварной моркови		25						
огурцы соленые без уксуса	73	40						
масло растительное	5	5						

Суп гороховый с гречками, с мясом			250/20/15	9,9	6,7	30,2	221	№139-2004
говядина 1 категории	33	24						
или говядина полуфабрикат	28	24						
горох	17,2	17						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	82	62						
01.11.-31.12. -30%	89	62						
01.01-29.02 - 35%	95	62						
01.03 - 40%	104	62						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	15	13						
масло сливочное	5	5						
хлеб пшеничный	37	31						
Жаркое по - домашнему			250	17,4	19,2	22,8	334	№436-2004
говядина 1 категории	107	79						
или говядина полуфабрикат	93	79						
или свинина мясная	87	74						
масса готового мяса		50						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	213	160						

01.11.-31.12. -30%	229	160							
01.01-29.02 - 35%	246	160							
01.03 - 40%	267	160							
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	10	10							
лук репчатый	24	20							
масло растительное	12	12							
Компот из ягод			200	0,5	0,2	28,1	116		№511-2013, Пермь
вишня свежемороженая	21	20							
или смородина свежемороженая	21	20							
сахар	20	20							
Фрукт в ассортименте			150	0,6	0,6	21,0	92		№458-2006, Москва
Хлеб пшеничный			30	0,6	0,3	13,2	58		
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	51		
ИТОГО:				47	52	230	1572		

3 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			570	30,8	27,0	70,2	647,0	
Суфле "Чизкейк" (творожное с печеньем) с молоком сгущенным			180/20	13,5	10,8	31,2	276	№19/5-2011, Екатеринбург
печенье сахарное	36	36						
творог	136	134						
мука пшеничная	15	15						
яйцо куриное	18	18						
сахар	9	9						
сметана	14	14						
сухари	9	9						
масло сливочное для смазки листа	4	4						
масса готового суфле		180						
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20						
ИЛИ								
Суфле творожное с молоком сгущенным			180/20	16,2	13,9	27,0	298	№365-2004
творог	131	130						
сметана	17	17						

яйцо куриное	9,5	9,5						
сахар	14	14						
мука пшеничная	14	14						
молоко питьевое	28	28						
масло сливочное для смазки листа	5	5						
масса готового суфле		180						
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20						
ИЛИ								
Вареники ленивые с молоком сгущенным			180/20	17,1	11,6	28,8	288	№325-2013, Пермь
творог	148	147						
мука пшеничная	22	22						
яйцо куриное	12	12						
сахар	5	5						
соль йодированная	0,7	0,7						
масса готовых вареников		180						
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20						
Бутерброд с сыром			30/15	5,5	3,8	14,9	116	№3-2004
хлеб пшеничный или батон	30	30						
сыр	16	15						

Шоколадный напиток "Несквик"			200	4,1	3,7	14,9	109	№621-2013, Пермь
быстрорастворимый витаминизированный шоколадный напиток "Несквик"	9	9						
<i>в том числе какао - порошок в составе напитка</i>	4	4						
сахар	5	5						
молоко питьевое	150	150						
Йогурт промышленного производства в ассортименте	125	125	125	7,7	8,7	9,2	146	№698-2004
Обед			830	32,6	24,6	126,9	859,4	
Овощи свежие, огурцы (нарезанные)			80	0,6	0,1	1,6	10	№70-2006, Москва
огурцы свежие грунтовые	84	80						
или огурцы свежие парниковые	82	80						
Уха рыбацкая			250/100	16,6	9,8	10,5	197	№181-1996
горбуша или кета потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	180	120						
или горбуша или кета неразделанная(филе без кожи и костей)	218	120						
или форель потрошенная без головы (филе без кожи и костей)	166	125						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	100	75						
01.11.-31.12. -30%	107	75						
01.01-29.02 - 35%	116	75						
01.03 - 40%	125	75						
лук репчатый	15	13						

масло растительное	5	5						
Плов из мяса			200	12,6	13,5	35,5	314	№443-2004
говядина 1 категории	107	79						
или говядина полуфабрикат	93	79						
или свинина мясная	87	74						
масса тушеного мяса		50						
масло растительное	8	8						
крупа рисовая	51	51						
морковь до 01.01.-20%	21	17						
с 01.01 - 25%	23	17						
лук репчатый	10	8						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	8	8						
Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			60	1,2	0,6	26,4	116	
Хлеб ржаной			50	1,1	0,6	18,9	86	
ИТОГО:				63	52	197	1506	

4 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			557	15,4	21,4	96,0	636,4	
Яйца вареные			40	5,1	4,1	0,3	58	№300-2013, Пермь
Суп молочный с крупой			250	6,5	9,3	26,0	214	№164-2013, Пермь
молоко питьевое	175	175						
вода питьевая	75	75						
крупa гречневая или пшено, или ячневая или рисовая	20	20						
сахар	5	5						
соль йодированная	1	1						
масло сливочное	3	3						
Бутерброд с маслом и джемом			30/10/20	2,1	7,4	32,2	204	№1,2-2004
хлеб пшеничный или батон	30	30						
масло сливочное	10	10						
джем абрикосовый, малиновый, персиковый, вишневый, апельсиновый (без искусственных ароматизаторов, консервантов и красителей)	20,2	20						
Чай со смородиной и сахаром			200	0,3	0,0	12,3	50	№54-6гн-2020-2021, Новосибирск
чай-заварка	1,0	1,0						

смородина черная или смородина красная	12,8	12							
сахар	12	12							
Хлеб ржаной			20	0,6	0,2	7,6	35		
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	76		
Обед			990	26,2	28,6	145,3	943,4		
Салат из свежих помидоров			100	1,0	5,1	3,5	64		№22-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	97	95							
или помидоры свежие грунтовые	112	95							
масло растительное	5	5							
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной			250/15/5	6,1	7,2	10,2	130		№142-2013, Пермь
говядина 1 категории	33	24							
или говядина полуфабрикат	28	24							
ИЛИ									
Щи из свежей капусты с картофелем с птицей со сметаной			250/10/5	6,4	7,5	10,2	134		№142-2013, Пермь
кураца потрошенная 1 категории (разделка на мякоть без кожи)	29	26							
или грудка куриная (разделка на мякоть без кожи)	19	18							
или филе куриное или филе индейки промышленного производства	15	14							
капуста свежая белокочанная	66	53							
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	40	30							

01.11.-31.12. -30%	43	30						
01.01-29.02 - 35%	46	30						
01.03 - 40%	50	30						
морковь до 01.01.-20%	13	10						
с 01.01 - 25%	13	10						
лук репчатый	12	10						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	3	3						
масло растительное	5	5						
сметана	5	5						
Рулет с луком и яйцом			90	11,3	11,5	5,4	170	№458-2004
говядина 1 категории	34	25						
или говядина полуфабрикат	30	25						
свинина мясная	29	25						

хлеб пшеничный	10	10						
молоко питьевое	15	15						
фарш		25						
лук репчатый	37	31						
масло сливочное	3,5	3,5						
масса припущенного с маслом лука		15						
яйцо куриное	9	9						
яйцо куриное для смазки изделия	5	5						
сухари	2,7	2,7						
масло растительное для смазки листа	1	1						
ИЛИ								
Зразы рубленые из мяса, запеченные			90	13,3	8,4	8,0	161	№457-2004
свинина мясная	35	30						
говядина 1 категории	41	30						
или говядина полуфабрикат	35	30						
хлеб пшеничный	13	13						
молоко питьевое	18	18						
котлетная масса		85						
яйцо куриное отварное для фарша	32	32						

мука пшеничная	6	6						
масло растительное для смазки листа	1	1						
Макаронные изделия отварные			180	3,8	3,4	41,1	210	№516-2004
макаронные изделия группы А	64	64						
масло сливочное	4	4						
Компот из кураги			200	0,8	0,0	27,2	112	№638-2004
курага	20	20						
сахар	15	15						
Фрукт в ассортименте			150	1,5	0,5	25,2	111	№458-2006, Москва
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
ИТОГО:			42	50	241	1580		

5 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			530	29,8	28,6	77,2	685,4	
Каша пшеничная рассыпчатая			150	6,5	7,0	32,6	219	№243-2013, Пермь
крупы пшеничная	60	60						
вода питьевая	108	108						
масса каши		145						
масло сливочное	8	8						
ИЛИ								
Булгур припущенный			180	6,8	3,9	33,2	195	№54-22г-2020, Новосибирск
крупы булгур	60	60						
вода питьевая	140	140						
масло сливочное	5	5						
Тефтели из мяса с соусом (свинина мясная и говядина)			90/50	11,4	11,6	10,8	193	№461-2004
свинина мясная	35	30						
говядина 1 категории	41	30						
или говядина полуфабрикат	35	30						
хлеб пшеничный	14	14						

молоко питьевое	18	18						
лук репчатый	24	20						
масло сливочное	9	9						
масса припущенного с маслом лука		14						
мука пшеничная	2,7	2,7						
масло растительное	3	3						
Соус томатный		50						№587-2004
вода питьевая	45	45						
масло сливочное	2,3	2,3						
мука пшеничная	2,3	2,3						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	12	12						
морковь до 01.01.-20%	5	4						
с 01.01 - 25%	5	4						
лук репчатый	1,2	1						
масло сливочное для заправки соуса	0,8	0,8						
сахар	0,5	0,5						
Кофейный напиток			200	2,3	2,5	14,8	91	№690-2004
кофейный напиток	4	4						

сахар	10	10							
молоко питьевое	100	100							
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте			40	9,2	7,3	10,2	143		
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39		
Обед			1005	24,7	29,0	148,6	954,3		
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным			100	0,9	5,0	3,1	61	№14/1; 15/1-2011, Екатеринбург	
помидоры свежие парниковые	51	50							
или помидоры свежие грунтовые	59	50							
огурцы свежие парниковые	46	45							
или огурцы свежие грунтовые	47	45							
масло растительное на полив при подаче	5	5							
Борщ "Сибирский" с фрикадельками со сметаной			250/15/5	5,7	6,1	22,5	168	№111-2004	
фрикадельки мясные		15						№112-2004	
говядина 1 категории	23	17							
или говядина полуфабрикат	20	17							
лук репчатый	2	1,5							
вода питьевая	1,5	1,5							
яйцо куриное	1,2	1,2							
свекла до 01.01.-20%	50	40							

с 01.01 - 25%	53	40						
капуста свежая белокочанная	25	20						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	13	10						
01.11.-31.12. -30%	14	10						
01.01-29.02 - 35%	15	10						
01.03 - 40%	17	10						
фасоль	10	10						
морковь до 01.01.-20%	15	12						
с 01.01 - 25%	16	12						
лук репчатый	12	10						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	6	6						
масло сливочное	5	5						
сахар	0,5	0,5						
сметана	5	5						
Рыба, запечённая в сухарной корочке с маслом			100/5	11,3	10,5	4,8	159	№6/7-2011, Екатеринбург
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	127	94						
или горбуша или кета потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	142	99						
или горбуша (кета) потрошенная без головы (филе с кожей без костей)	149	99						

или горбуша или кета неразделанная (филе с кожей без костей)	170	99						
или треска потрошенная обезглавленная (филе с кожей без костей)	131	99						
яйцо куриное	17	17						
молоко питьевое	12	12						
сухари	8	8						
масло растительное	4	4						
масло сливочное	5	5						
Пюре картофельное			180	3,9	5,9	26,7	176	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	205	154						
01.11.-31.12. -30%	220	154						
01.01-29.02 - 35%	237	154						
01.03 - 40%	257	154						
молоко питьевое	29	29						
масло сливочное	7	7						
Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь
Фрукт в ассортименте			150	0,5	0,5	21,0	90	№458-2006, Москва
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77	
Хлеб ржаной			50	1,1	0,6	18,9	86	
ИТОГО:				54	58	226	1640	

6 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			620	14,2	14,5	106,5	612,2	
Каша манная жидкая с маслом			200/5	6,1	6,7	21,2	170	№311-2004
крупы манная	20	20						
молоко питьевое	190	190						
соль йодированная	0,8	0,8						
сахар	3	3						
масло сливочное	5	5						
Бутерброд горячий с сыром			35	5,8	6,4	7,9	112	№10-2004
хлеб пшеничный или батон	20	20						
масло сливочное	5	5						
сыр	11	10						
Чай с сахаром			200	0,2	0,0	15,0	61	№685-2004
чай-заварка	1,0	1,0						
сахар	15	15						
Фрукт в ассортименте			180	0,8	0,7	37,9	161	№458-2006, Москва
Хлеб пшеничный			30	0,6	0,3	13,2	57	

Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	51	
Обед			845	38,9	37,3	97,6	881,7	
Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами			100	2,8	5,7	3,7	77	№54-6з-2020, Новосибирск
капуста свежая белокочанная	99	80						
масса капусты, стертой с солью		50						
(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	20,4	20						
или помидоры свежие грунтовые	23,6	20						
огурцы свежие парниковые	20,4	20						
или огурцы свежие грунтовые	21	20						
яйцо куриное	10	10						
масло растительное	5	5						
ИЛИ								
Салат из свежих помидоров с кукурузой консервированной			100	2,1	5,1	9,8	94	№23-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	61,2	60						
или помидоры свежие грунтовые	71	60						
кукуруза консервированная (после термической обработки)	58	35						
масло растительное	5	5						

Суп-лапша домашняя, с птицей			250/10	7,1	8,1	13,5	155	№148-2004
кураца потрошенная 1 категории (разделка на мякоть без кожи)	29	26						
или грудка куриная (разделка на мякоть без кожи)	19	18						
или филе куриное или филе индейки промышленного производства	15	14						
или на случай отсутствия возможности использования птицы в учреждении								
Суп-лапша домашняя, с мясом			250/10	4,5	7,1	13,5	136	№148-2004
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
<i>лапша домашняя</i>		20						№549-2004
мука пшеничная	18	18						
мука пшеничная на подпыл	1,2	1,2						
яйцо куриное	5	5						
вода питьевая	3,5	3,5						
соль йодированная	0,5	0,5						
или лапша промышленного производства	20	20						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	12	10						
масло сливочное	5	5						

Котлета из мяса (свинина мясная и говядина), запеченная с сыром с маслом			90/5	15,8	13,5	0,8	188	№52-2006, Екатеринбург
свинина мясная	40	34						
говядина 1 категории	46	34						
или говядина полуфабрикат	40	34						
молоко питьевое	21	21						

хлеб пшеничный	17	17						
лук репчатый	17	14						
сухари	10	10						
сыр	5	4						
масло растительное для смазки листа	2	2						
масло сливочное	5	5						
Рагу из овощей с кабачками			150	2,6	4,5	13,2	104	№54-24г-2020, 2021 Новосибирск
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	64	48						
01.11.-31.12. -30%	69	48						
01.01-29.02 - 35%	74	48						
01.03 - 40%	80	48						
морковь до 01.01.-20%	30	24						
с 01.01 - 25%	32	24						
лук репчатый	14	12						
кабачки	82	55						
горошек зеленый	12	8						
масло растительное	4	4						
сметана	12,5	12,5						
вода питьевая	35	35						

масло сливочное	1,1	1,1						
мука пшеничная	1,1	1,1						
Кисель из свежих ягод			200	0,3	0,2	21,5	89	№505-2013, Пермь
вишня свежемороженая	25,2	24						
или смородина свежемороженая	25,2	24						
или клюква свежемороженая	25,2	24						
сахар	15	15						
крахмал	7	7						
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте	30	30	30	8,4	4,3	7,8	104	
Хлеб пшеничный			50	1,0	0,5	22,0	97	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
ИТОГО:			53	52	204	1494		
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ:			51	52	221	1558		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ по нормативу (100%)*:			77	79	335	2350		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ по нормативу (+10%)*:			85	87	369	2585	При 2-х разовом питании детей (завтрак, обед)	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (60%):			51	52	221	1551		

7 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			577	18,5	22,5	85,6	618,7	
Каша "Дружба" с маслом			200/5	5,4	5,7	21,2	158	№260-2013, Пермь
крупя рисовая	17	17						
крупя пшено	12	12						
молоко питьевое	182	182						
соль йодированная	0,8	0,8						
сахар	3	3						
масло сливочное	5	5						
Бутерброд с маслом			30/10	2,3	7,4	14,5	134	№1-2004
хлеб пшеничный или батон	30	30						
масло сливочное или масло сливочное шоколадное	10	10						
Чай с лимоном			200/7	0,3	0,0	15,2	62	№686-2004
чай-заварка	1,0	1,0						
сахар	15	15						
лимон	8	7						
Йогурт промышленного производства в ассортименте	125	125	125	9,2	8,7	10,2	156	№698-2004

Хлеб пшеничный			30	0,6	0,3	13,2	58	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	51	
Обед			1000	26,7	21,8	156,2	927,7	
Овощи свежие, огурцы (нарезанные)			80	0,6	0,1	1,6	10	№70-2006, Москва
огурцы свежие грунтовые	84	80						
или огурцы свежие парниковые	82	80						
Рассольник ленинградский с птицей со сметаной			250/15/5	6,8	6,5	14,4	143	№129-1996
кураца потрошенная 1 категории (разделка мякоть без кожи)	45	40						
или филе куриное промышленного производства	25	24						
или филе грудки индейки	25	24						
или на случай отсутствия возможности использования птицы в учреждении								
Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной			250/15/5	7,9	6,1	14,4	144	№129-1996
говядина 1 категории	33	24						
или говядина полуфабрикат	28	24						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	100	75						
01.11.-31.12. -30%	107	75						

01.01-29.02 - 35%	116	75						
01.03 - 40%	125	75						
крупа перловая	5	5						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	6	5						
огурцы консервированные без уксуса	27	15						
масло сливочное	5	5						
сметана	5	5						
Шницель из мяса (свинина мясная и говядина)			90	13,3	11,4	10,8	199	№451-2004
свинина мясная	40	34						
говядина 1 категории	46	34						
или говядина полуфабрикат	40	34						
хлеб пшеничный	16	16						
молоко питьевое или вода питьевая	11	11						
лук репчатый	8,3	7						
яйцо куриное	3,5	3,5						
мука пшеничная или сухари	9	9						
масло растительное	2	2						

ИЛИ								
Котлета особая (из свинины мясной и филе индейки)			90	15,7	12,8	9,2	215	№452-2004
свинина мясная	25	21						
филе индейки	41	39						
хлеб пшеничный	13	13						
молоко питьевое	16	16						
лук репчатый	32	27						
масло сливочное	3	3						
масса припущенного с маслом лука		14						
яйцо куриное	5	5						
сухари	6	6						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Макаронные изделия отварные			180	3,8	3,4	41,1	210	№516-2004
макаронные изделия группы А	64	64						
масло сливочное	4	4						
Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь
Фрукт в ассортименте			180	0,8	0,0	37,9	155	№458-2006, Москва
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34	

ИТОГО:	45	44	242	1546	
---------------	-----------	-----------	------------	-------------	--

8 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			625	24,1	19,2	99,3	666,3	
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным			180/20	15,5	12,9	31,7	305	№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						
ИЛИ								
Сырники из творога запечённые с молоком сгущенным			150/20	16,7	14,0	28,5	307	№321-2013, Пермь
творог	140	139						

крупa манная	19	19							
яйцо куриное	7	7							
сахар	7	7							
ванилин	0,01	0,01							
мука пшеничная	10	10							
сметана	7	7							
масло сливочное для смазки листа	5	5							
масса готовых сырников (3 шт. по 50 г)		150							
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20							
Бутерброд с сыром			30/15	5,5	3,8	14,9	116	№3-2004	
хлеб пшеничный или батон	30	30							
сыр	16	15							
Кофейный напиток			200	2,3	2,5	14,8	91	№690-2004	
кофейный напиток	4	4							
сахар	10	10							
молоко питьевое	100	100							
Фрукт в ассортименте			180	0,8	0,0	37,9	155	№458-2006, Москва	
Обед			905	33,8	30,5	115,0	869,5		
Салат из свежих помидоров			100	1,0	5,1	3,5	64	№22-2013, Пермь	

помидоры свежие парниковые	97	95						
----------------------------	----	----	--	--	--	--	--	--

или помидоры свежие грунтовые	112	95						
масло растительное	5	5						
Суп с картофелем и крупой, с мясом			250/15	8,2	6,1	8,3	121	№16/2-2011, Екатеринбург
говядина 1 категории	33	24						
или говядина полуфабрикат	28	24						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	60	45						
01.11.-31.12. -30%	64	45						
01.01-29.02 - 35%	69	45						
01.03 - 40%	75	45						
крупка пшено	4	4						
лук репчатый	14,3	12						
морковь до 01.01.-20%	15	12						
с 01.01 - 25%	16	12						
яйцо куриное	20	20						
масло сливочное	5	5						
Рыба, тушеная в томате с овощами			90/50	13,9	11,3	6,4	183	№374-2004
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	150	111						
или горбуша или кета потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	154	108						
или горбуша (кета) потрошенная без головы (филе с кожей без костей)	162	108						

или горбуша или кета неразделанная (филе с кожей без костей)	186	108						
или треска потрошенная обезглавленная (филе с кожей без костей)	143	108						
морковь до 01.01.-20%	23	18						
с 01.01 - 25%	24	18						
лук репчатый	14,3	12						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	8	8						
вода питьевая	19	19						
масло растительное	5	5						
сахар	1	1						
Пюре картофельное			180	3,9	5,9	26,7	176	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	205	154						
01.11.-31.12. -30%	220	154						
01.01-29.02 - 35%	237	154						
01.03 - 40%	257	154						
молоко питьевое	29	29						
масло сливочное	7	7						
Кисель из свежих ягод			200	0,3	0,2	21,5	89	№505-2013, Пермь
вишня свежемороженая	25,2	24						

или смородина свежемороженая	25,2	24						
или клюква свежемороженая	25,2	24						
сахар	15	15						
крахмал	7	7						
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			20	4,8	1,0	15,9	92	
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
ИТОГО:			58	50	214	1536		

9 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			570	20,6	18,9	106,3	677,7	
Макаронные изделия отварные			180	3,8	3,4	41,1	210	№516-2004
макаронные изделия группы А	64	64						
масло сливочное	4	4						
Котлеты из мяса по домашнему (свинина мясная и говядина)			90	12,3	11,4	9,1	188	№416-1996
свинина мясная	40	34						
говядина 1 категории	46	34						
или говядина полуфабрикат	40	34						
хлеб пшеничный	16	16						
молоко питьевое или вода питьевая	11	11						
лук репчатый	8,3	7						
яйцо куриное	3,5	3,5						
чеснок свежий	1,0	0,8						
мука пшеничная или сухари	9	9						
масло растительное	2	2						
Соус сметанный с томатом			50	1,9	3,7	2,8	52	№601-2004

сметана	12,5	12,5						
мука пшеничная	2,5	2,5						
вода питьевая	37,5	37,5						
масло сливочное	2,5	2,5						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5	5						
Бутерброд с джемом			30/20	1,9	0,2	32,2	138	№2-2004
хлеб пшеничный или батон	30	30						
джем абрикосовый, малиновый, персиковый, вишневый, апельсиновый (без искусственных ароматизаторов, консервантов и красителей)	20,2	20						
Чай со смородиной и сахаром			200	0,3	0,0	12,3	50	№54-6гн-2020-2021, Новосибирск
чай-заварка	1,0	1,0						
смородина черная или смородина красная	12,8	12						
сахар	12	12						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Обед			1020	26,6	28,4	137,9	913,6	
Салат из капусты белокачанной с морковью			100	1,6	5,0	9,7	90	№4-2013, Пермь
капуста свежая белокачанная	158	126						
масса капусты, стертой с солью		80						

лимон (для сока)	12	5						
сахар	1,2	1,2						
морковь до 01.01.-20%	15	12						
с 01.01 - 25%	16	12						
(в свежем виде морковь и капусту старого урожая использовать до 1 марта, после 1 марта свежего урожая или другой салат из вареных овощей)								
масло растительное	5	5						
ИЛИ								
Салат (картофельный с кукурузой и морковью) "Мозаика"			100	2,1	5,0	12,5	103	№73-2013, Пермь
кукуруза консервированная (после термической обработки)	42	25						
огурцы свежие грунтовые	26	25						
или огурцы свежие парниковые	26	25						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	37	28						
01.11.-31.12. -30%	40	28						
01.01-29.02 - 35%	43	28						
01.03 - 40%	47	28						
масса отварного картофеля		25						
морковь до 01.01.-20%	28	22						
с 01.01 - 25%	29	22						

масса отварной моркови		20						
масло растительное	5	5						
Свекольник с мясными фрикадельками, со сметаной			250/15/5	5,1	5,9	21,0	158	№34-2004, Пермь
фрикадельки мясные		15						№112-2004
говядина 1 категории	23	17						
или говядина полуфабрикат	20	17						
лук репчатый	2	1,5						
вода питьевая	1,5	1,5						
яйцо куриное	1,2	1,2						
свекла до 01.01.-20%	80	64						
с 01.01 - 25%	85	64						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	57	43						
01.11.-31.12. -30%	61	43						
01.01-29.02 - 35%	66	43						
01.03 - 40%	72	43						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	13	11						

томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	3	3						
масло сливочное	5	5						
сахар	0,6	0,6						
сметана	5	5						
Печень, тушенная в соусе			90/50	11,5	11,1	5,5	168	№401-2013, Пермь
печень говяжья	162	134						
мука пшеничная	4	4						
масло растительное	4	4						
масса тушеной печени		90						
соус сметанный		50						№442-2013, Пермь
сметана	12,5	12,5						
мука пшеничная	1,3	1,3						
вода питьевая	40	40						
масло сливочное	1,3	1,3						
ИЛИ								
Колобки мясо-картофельные с соусом			90/30	11,1	10,8	6,3	167	№316-2006, Москва
говядина 1 категории	51	38						
или говядина полуфабрикат	45	38						

свинина мясная	44	38						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	12	9						
01.11.-31.12. -30%	13	9						
01.01-29.02 - 35%	14	9						
01.03 - 40%	15	9						
лук репчатый	12	10						
яйцо куриное	8	8						
сухари	9	9						
масло растительное для смазки листа	2	2						
масса готового изделия		90						
Соус сметанный с томатом		30						№601-2004
сметана	8	8						
мука пшеничная	2,3	2,3						
вода питьевая	22	22						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	3	3						
Каша гречневая вязкая отварная			180	5,6	5,8	24,7	173	№510-2004
крупа гречневая	45	45						
вода питьевая	144	144						

масло сливочное	6	6						
Компот из урюка			200	1,0	0,0	31,2	129	№638-2004
урюк	25	25						
сахар	15	15						
Фрукт в ассортименте			130	0,5	0,0	12,3	51	№458-2006, Москва
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
ИТОГО:				47	47	244	1591	

10 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			505	17,9	23,4	88,6	636,4	
Каша 5 злаков жидкая с маслом			200/5	7,0	5,1	23,3	167	№311-2004
крупa овсяная, кукурузная, пшеничная, ячневая, гречневая	30	30						
вода питьевая	74	74						
молоко питьевое	110	110						
соль йодированная	0,8	0,8						
сахар	3	3						
масло сливочное	5	5						

Масло (порциями)	10	10	10	0,1	7,3	0,1	67	№96-2004
Булочка с сахаром			50	1,6	3,5	27,5	148	№772-2004
мука пшеничная	40	40						
сахар	2,5	2,5						
масло сливочное	1,2	1,2						
дрожжи хлебопекарные	0,6	0,6						
или дрожжи сухие хлебопекарные	0,15	0,15						
соль йодированная	0,6	0,6						
молоко питьевое	18	18						
сахар для отделки	0,5	0,5						
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2						
ИЛИ на случай невозможности приготовления выпечного изделия собственного производства								
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			50	1,6	3,5	27,5	148	
Яйца вареные			40	5,1	4,1	0,3	58	№300-2013, Пермь
Какао с молоком			200	3,2	3,0	21,1	124	№642-1996
какао - порошок	4	4						
молоко питьевое	130	130						
сахар	15	15						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	

Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34	
Обед			1005	27,8	29,1	132,7	903,9	
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным			100	0,9	5,0	3,1	61	№14/1; 15/1-2011, Екатеринбург
помидоры свежие парниковые	51	50						
или помидоры свежие грунтовые	59	50						
огурцы свежие парниковые	46	45						
или огурцы свежие грунтовые	47	45						
масло растительное на полив при подаче	5	5						
Суп гороховый с гречками, с мясом			250/20/15	9,9	6,7	30,2	221	№139-2004
говядина 1 категории	33	24						
или говядина полуфабрикат	28	24						
горох	17,2	17						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	82	62						
01.11.-31.12. -30%	89	62						
01.01-29.02 - 35%	95	62						
01.03 - 40%	104	62						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	15	13						

масло сливочное	5	5						
хлеб пшеничный	37	31						
Птица, в соусе с томатом			90/50	17,2	15,4	4,8	227	№405-2013, Пермь
грудка куриная	131	126						
или филе куриное или филе индейки промышленного производства	123	117						
масло растительное	4	4						
масса тушеной мякоти птицы		90						
лук репчатый	9,5	8						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	10	10						
мука пшеничная	2	2						
чеснок свежий	1,2	0,9						
морковь до 01.01.-20%	10	8						
с 01.01 - 25%	11	8						
вода питьевая	50	50						
ИЛИ								
Котлеты из мяса (свинина мясная и говядина)			90	13,3	11,4	10,8	199	№451-2004
свинина мясная	40	34						
говядина 1 категории	46	34						

или говядина полуфабрикат	40	34						
хлеб пшеничный	16	16						
молоко питьевое или вода питьевая	11	11						
лук репчатый	8,3	7						
яйцо куриное	3,5	3,5						
мука пшеничная или сухари	9	9						
масло растительное	2	2						
Соус томатный			50	0,5	1,7	3,5	31	№453-2013, Пермь
вода питьевая	50	50						
масло сливочное	2,3	2,3						
мука пшеничная	2,3	2,3						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	10	10						
Картофель толченый, по-деревенски			150	1,2	5,1	21,6	137	№208-2013, Пермь
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	200	150						

01.11.-31.12. -30%	215	150							
01.01-29.02 - 35%	231	150							
01.03 - 40%	251	150							
отвар картофельный	25	25							
лук репчатый	19	16							
масло сливочное	5	5							
масса припущенного с маслом лука		8							
Сок в ассортименте	200	200	200	0,3	0,0	22,0	89	№518-2013, Пермь	
Фрукт в ассортименте			130	0,5	0,0	12,3	51	№458-2006, Москва	
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77		
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69		
ИТОГО:				46	53	221	1540		
11 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			665	21,8	31,3	74,5	667		
Каша пшенная жидкая с маслом			200/5	7,8	9,5	35,8	260	№267-2013, Пермь	
крупы пшеничные	40	40							
вода питьевая	56	56							

молоко питьевое	112	112						
соль йодированная	0,8	0,8						
сахар	3	3						
масло сливочное	5	5						
Бутерброд с маслом с сыром			60	6,5	12,9	14,9	202	№1,3-2004
хлеб пшеничный или батон	30	30						
масло сливочное	10	10						
сыр	21	20						
Кофейный напиток			200	2,3	2,5	14,8	91	№690-2004
кофейный напиток	4	4						
сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
Йогурт питьевой промышленного производства в ассортименте	207	200	200	5,2	6,4	9,0	114	№698-2004
Обед			1080	36,4	24,2	145,2	944,0	
Овощи свежие, огурцы (нарезанные)			80	0,6	0,1	1,6	10	№70-2006, Москва
огурцы свежие грунтовые	84	80						
или огурцы свежие парниковые	82	80						
Уха с крупой			250/100	18,8	9,7	19,6	241	№152-2013, Пермь
горбуша или кета потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	180	120						

или горбуша или кета неразделанная(филе без кожи и костей)	218	120						
или форель потрошенная без головы (филе без кожи и костей)	166	125						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	133	100						
01.11.-31.12. -30%	143	100						
01.01-29.02 - 35%	154	100						
01.03 - 40%	167	100						
крупа рисовая	6	6						
лук репчатый	12	10						
масло сливочное	5	5						
Биточки по-белорусски			90	10,4	7,5	7,6	140	№467-2004
свинина мясная	54	46						
говядина 1 категории	63	46						
или говядина полуфабрикат	54	46						
лук репчатый	14	12						
яйцо куриное	9	9						
молоко питьевое	16	16						
масло растительное	2	2						
Пюре картофельное			180	3,9	5,9	26,7	176	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	205	154						

01.11.-31.12. -30%	220	154						
01.01-29.02 - 35%	237	154						
01.03 - 40%	257	154						
молоко питьевое	29	29						
масло сливочное	7	7						
Компот из ягод и яблок			200	0,2	0,1	19,1	78	№513-2013, Пермь
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	26	23						
вишня или смородина или облепиха или клубника свежемороженные	19	18						
сахар	15	15						
Фрукт в ассортименте			180	0,8	0,0	37,9	155	№458-2006, Москва
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
ИТОГО:				58	55	220	1611	

12 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			602	23,3	33,0	70,7	672,2	
Омлет натуральный с маслом			155	15,5	17,3	6,2	243	№284-1996
яйцо куриное	114	114						
молоко питьевое	43	43						
масло растительное	2,5	2,5						
масса готового омлета		150						
масло сливочное на полив	5	5						
Бутерброд горячий с сыром и помидорами			90	6,5	14,9	14,7	219	№10-2004
хлеб пшеничный или батон	40	40						
масло сливочное	10	10						
сыр	21	20						
помидоры свежие парниковые	20,4	20						
или помидоры свежие грунтовые	24	20						
Чай с лимоном			200/7	0,3	0,0	15,2	62	№686-2004
чай-заварка	1,0	1,0						
сахар	15	15						

	лимон	8	7						
Фрукт в ассортименте				150	0,5	0,5	27,0	115	№458-2006, Москва
Хлеб ржаной				20	0,5	0,3	7,6	34	
Обед				830	26,7	32,7	117,0	868,5	
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным				100	0,9	5,0	3,1	61,0	№14/1; 15/1-2011, Екатеринбург
	помидоры свежие парниковые	51	50						
	или помидоры свежие грунтовые	59	50						
	огурцы свежие парниковые	46	45						
	или огурцы свежие грунтовые	47	45						
	масло растительное на полив при подаче	5	5						
Борщ с капустой и картофелем с мясом со сметаной				250/15/5	7,5	6,2	16,7	153	№110-2004
	говядина 1 категории	33	24						
	или говядина полуфабрикат	28	24						
	свекла до 01.01.-20%	50	40						
	с 01.01 - 25%	53	40						
	капуста свежая белокочанная	25	20						
	картофель - 01.09.-31.10.- 25%	27	20						
	01.11.-31.12. -30%	29	20						
	01.01-29.02 - 35%	31	20						

01.03 - 40%	33	20						
морковь до 01.01.-20%	16,3	13						
с 01.01 - 25%	17,3	13						
лук репчатый	12	10						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	6	6						
масло сливочное	5	5						
сахар	0,5	0,5						
сметана	5	5						
Фрикасе из птицы			90	12,1	14,8	0,6	184	№493-2004
филе куриное или индейки	95	90						
масло сливочное	4	4						
зелень сушеная (хмели-сунели)	0,1	0,1						
масса тушеной птицы		70						
лук репчатый	24	20						
сметана	20	20						
или на случай отсутствия возможности использования птицы в учреждении								
Бефстроганов из отварной говядины			100	12,5	10,9	5,6	171	54-1м-2020, 2021, Новосибирск
говядина 1 категории	88	65						

или говядина полуфабрикат	77	65						
масса отварного мяса		40						
масса соуса		60						
мука пшеничная	6	6						
сметана	12	12						
бульон	48	48						
лук репчатый	18	15						
масло растительное	5	5						
Рис припущенный			150	3,5	3,1	25,4	144	№512-2004
крупа рисовая	53	53						
вода питьевая	110	110						
масло сливочное	4	4						
ИЛИ								
Булгур припущенный			150	5,6	3,3	27,7	163	№54-22г-2020-2021 Новосибирск
крупа булгур	50	50						
вода питьевая	117	117						
масло сливочное	4	4						
Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			20	0,7	2,8	8,2	61	

Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	51	
ИТОГО:		50	66	188	1541	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ:		51	52	221	1561	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ по нормативу (100%)*:		77	79	335	2350	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ по нормативу (+10%)*:		85	87	369	2585	При 2-х разовом питании детей (завтрак, обед)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (60%):		51	52	221	1551	