

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Начальник летнего оздоровительного лагеря

Директор МБОУ гимназия

с дневным пребыванием детей

Каменская И.В.

г. Советский

Лукина Е.А.

«29» апреля 2022 г.



«29» апреля 2022 г.



ПРИМЕРНОЕ 12 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ №2268 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 12 лет и старше.
Приемы пищи: завтрак, обед.



г. Тюмень, 2022 г.

**Меню приготавливаемых блюд для питания детей в детских общеобразовательных организациях в период отдыха и оздоровления, с дневным пребыванием
завтрак, обед**

Возрастная категория: с 12 лет и старше

12 - ти дневное меню № 2268 от 03 февраля 2022 г

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

1 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			680	20,7	22,0	117,4	750	
Каша рисовая жидкая с маслом			250/5	9,8	11,2	34,0	276	№311-2004
крупa рисовая	38	38						
молоко питьевое	238	238						
сахар	4	4						
соль йодированная	1	1						
масло сливочное	5	5						
Бутерброд горячий с сыром			35	5,8	6,4	7,9	112	№10-2004

батон или хлеб пшеничный	20	20						
масло сливочное	5	5						
сыр	11	10						
Какао с молоком			200	3,4	3,2	21,2	127	№642-1996
какао - порошок	5	5						
сахар	15	15						
молоко питьевое	130	130						
Фрукт в ассортименте			180	0,8	0,7	37,9	161	№458-2006, Москва
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34	
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Обед			920	33,0	36,7	142,3	1030,7	
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
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 индейки	15	14						

капуста свежая белокочанная	25	20						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	100	75						
01.11.-31.12. -30%	107	75						
01.01-29.02 - 35%	116	75						
01.03 - 40%	125	75						
морковь до 01.01 - 20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13	10						
лук репчатый	12	10						
огурцы соленые без уксуса	27	15						
масло сливочное	6	6						
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 по-домашнему (свинина мясная и говядина)			100	14,8	13,7	12,0	231	№416-1996
свинина мясная	43	37						
говядина 1 категории	50	37						
или говядина полуфабрикат	44	37						
хлеб пшеничный	18	18						
молоко питьевое или вода питьевая	12	12						
лук репчатый	9,5	8						
яйцо куриное	4	4						
чеснок свежий	1,3	1						
мука пшеничная или сухари	10	10						
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						
масло сливочное	2,5	2,5						
вода питьевая	37,5	37,5						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5	5						
Каша гречневая вязкая			200	6,3	6,5	28,1	196	№510-2004
крупa гречневая	50	50						
вода питьевая	160	160						
масло сливочное	8	8						
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			60	1,2	0,6	26,4	116	
Хлеб ржаной			60	1,4	0,8	22,7	103	
ИТОГО:				54	59	260	1780	
2 день								

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			565	20,2	24,2	106,3	723,5	
Каша молочная Попурри (крупа рисовая, гречневая, пшено) с маслом			250/5	6,4	7,6	32,5	224	№16/4-2011, Екатеринбург
крупа рисовая	12	12						
крупа гречневая	12	12						
крупа пшено	12	12						
молоко питьевое	234	234						
соль йодированная	1	1						
сахар	4	4						
масло сливочное	5	5						
Сыр (порциями)	31	30	30	7,8	10,2	0,0	123	№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	3,0	3						
яйцо куриное для смазки изделия	2,0	2,0						
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	2	2						
сахар	15	15						
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34	
Хлеб пшеничный			30	0,6	0,3	13,2	58	
Обед			1035	34,1	35,6	160,5	1099,0	
Салат витаминный			100	1,1	5,0	3,3	63	№2-2013, Пермь
капуста 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 (с удаленной сердцевинной, очищенные от кожицы)	36	25						
лимонная кислота	0,1	0,1						
вода для разведения лимонной кислоты	5	5						
сахар	1,5	1,5						
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 гренками, 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 лущёный	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			300	19,9	22,0	37,0	426	№436-2004
говядина 1 категории	132	97						
или говядина полуфабрикат	114	97						
или свинина мясная	104	89						
масса отварного мяса		60						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	259	195						
01.11.-31.12. -30%	279	195						
01.01-29.02 - 35%	300	195						

01.03 - 40%	326	195						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	12	12						
лук репчатый	29	24						
масло растительное	15	15						
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						
Хлеб пшеничный			50	1,0	0,5	22,0	97	
Хлеб ржаной			50	1,1	0,6	18,9	86	
Фрукт в ассортименте			150	0,6	0,6	21,0	92	№458-2006, Москва
ИТОГО:			54	60	267	1823		
3 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			605	35,9	33,8	75,5	749,8	
Суфле "Чизкейк" (творожное с печеньем) с молоком сгущенным			200/30	17,8	14,8	36,4	350	№19/5-2011, Екатеринбург
печенье сахарное	40	40						
творог	151	149						

мука пшеничная	17	17						
яйцо куриное	20	20						
сахар	10	10						
сметана	15	15						
сухари	10	10						
масло сливочное для смазки листа	5	5						
масса готового суфле		200						
молоко сгущенное с сахаром	30,2	30						
ИЛИ								
Суфле творожное с молоком сгущенным			200/20	19,1	15,1	38,9	368	№365-2004
творог	147	145						
сметана	20	20						
яйцо куриное	10	10						
сахар	15	15						
мука пшеничная	15	15						
молоко питьевое	30	30						
масло сливочное для смазки листа	5	5						
масса готового суфле		200						
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20						

Овощи свежие, огурцы (нарезанные)			100	0,7	0,1	1,9	11	№70-2006, Москва
огурцы свежие грунтовые	105	100						
или огурцы свежие парниковые	102	100						
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 (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			250	16,5	17,2	45,0	401	№443-2004
говядина 1 категории	129	95						
или говядина полуфабрикат	112	95						
или свинина мясная	104	89						
масло растительное	10	10						
масса тушеного мяса		60						

крупa рисовая	64	64						
морковь до 01.01.-20%	31	25						
с 01.01 - 25%	33	25						
лук репчатый	12	10						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	10	10						
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			80	1,9	1,1	30,3	137	
ИТОГО:				73	63	224	1750	

4 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			607	20,4	24,3	111,5	744,6	
Яйца вареные			40	5,1	4,1	0,3	58	№300-2013, Пермь
Суп молочный с крупой			300	11,2	11,9	34,0	288	№164-2013, Пермь
молоко питьевое	210	210						
вода питьевая	90	90						
крупa гречневая или рисовая, или ячневая, или пшено	24	24						
сахар	6	6						

соль йодированная	1,2	1,2						
масло сливочное	4	4						
Бутерброд с маслом и джемом			30/10/20	2,1	7,4	32,2	204	№1,2-2004
батон или хлеб пшеничный	30	30						
масло сливочное	10	10						
джем абрикосовый, малиновый, вишневый, персиковый, 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	2	2						
смородина черная или смородина красная	12,8	12						
сахар	12	12						
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	76	
Обед			1000	28,7	30,6	171,0	1073,5	
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						
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 индейки	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			100	12,5	12,8	5,9	189	№458-2004
свинина мясная	32	27						
говядина 1 категории	37	27						

или говядина полуфабрикат	32	27						
хлеб пшеничный	11	11						
молоко питьевое	17	17						
фарш		27						
лук репчатый	40	34						
масло сливочное	4	4						
масса припущенного с маслом лука		17						
яйцо куриное	10	10						
яйцо куриное для смазки изделия	6	6						
сухари	3	3						
масло растительное для смазки листа	1	1						
ИЛИ								
Зразы рубленые из мяса, запеченные			100	14,8	9,3	8,9	179	№457-2004
свинина мясная	39	33						
говядина 1 категории	45	33						
или говядина полуфабрикат	39	33						
хлеб пшеничный	14	14						
молоко питьевое	20	20						
котлетная масса		95						

яйцо куриное отварное для фарша	35	35						
мука пшеничная	7	7						
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						
Компот из кураги			200	0,8	0,0	27,2	112	№638-2004
курага	20	20						
сахар	15	15						
Хлеб пшеничный			80	1,6	0,8	35,2	154	
Хлеб ржаной			60	1,4	0,8	22,7	103	
Фрукт в ассортименте			150	1,5	0,5	25,2	111	№458-2006, Москва
ИТОГО:			49	55	282	1818		
5 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			570	32,8	31,6	85,7	758,4	
Каша пшеничная рассыпчатая			180	8,2	8,7	39,1	268	№243-2013, Пермь
крупа пшеничная	72	72						

вода питьевая	130	130						
масса каши		170						
масло сливочное	10	10						
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						
Тефтели из мяса с соусом (свинина мясная и говядина)			100/50	12,7	12,9	12,8	218	№461-2004
свинина мясная	39	33						
говядина 1 категории	45	33						
или говядина полуфабрикат	39	33						
хлеб пшеничный	15	15						
молоко питьевое	20	20						
лук репчатый	25	21						
масло сливочное	10	10						
масса припущенного с маслом лука		15						
мука пшеничная	3	3						
масло растительное	3,5	3,5						

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%	5,3	4						
лук репчатый	1,2	1						
масло сливочное для заправки соуса	0,8	0,8						
сахар	0,5	0,5						
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте			40	9,2	7,3	10,2	143	
Кофейный напиток			200	2,3	2,5	14,8	91	№690-2004
кофейный напиток	4	4						
сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Обед			1025	28,5	31,0	162,2	1041,8	
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 "Сибирский" с мясными 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			120/5	14,5	12,2	5,8	191	№6/7-2011, Екатеринбург
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	153	113						
или горбуша или кета потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	170	119						
или горбуша (кета) потрошенная без головы (филе с кожей без костей)	179	119						
или горбуша (кета) неразделанная (филе с кожей без костей)	205	119						
или треска потрошенная обезглавленная (филе с кожей без костей)	157	119						
яйцо куриное	20	20						
молоко питьевое	14	14						
сухари пшеничные	10	10						
масло растительное	5	5						
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
Хлеб пшеничный			60	1,2	0,6	26,4	116	
Хлеб ржаной			60	1,4	0,8	22,7	103	
Фрукт в ассортименте			150	0,5	0,5	21,0	90	№458-2006, Москва
ИТОГО:				61	63	248	1800	

6 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			685	17,1	17,8	133,9	761,5	
Каша манная жидкая с маслом			250/5	8,5	9,8	33,5	256	№311-2004
крупа манная	25	25						
молоко питьевое	238	238						
соль йодированная	1	1						

сахар	4	4						
масло сливочное	5	5						
Бутерброд горячий с сыром			35	5,8	6,4	7,9	112	№10-2004
батон или хлеб пшеничный	20	20						
масло сливочное	5	5						
сыр	11	10						
Чай с сахаром			200	0,2	0,0	15,0	61	№685-2004
чай-заварка	2	2						
сахар	15	15						
Фрукт в ассортименте			180	0,8	0,7	37,9	161	№458-2006, Москва
Хлеб ржаной			30	1,2	0,6	26,4	114	
Хлеб пшеничный			30	0,6	0,3	13,2	57	
Обед			885	45,8	47,5	106,2	1035,3	
Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами			100	2,8	5,7	3,7	77	№54-63-2020, Новосибирск
капуста белокочанная свежая	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	21,0	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 индейки	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						
лапша домашняя		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			100/5	18,8	17,5	1,1	237	№52-2006, Екатеринбург
свинина мясная	44	38						
говядина 1 категории	52	38						
или говядина полуфабрикат	45	38						
молоко питьевое	23	23						
хлеб пшеничный	19	19						
лук репчатый	18	15						
сухари пшеничные	11	11						
сыр	6	5						

масло растительное для смазки листа	2	2						
масло сливочное	5	5						
Рагу из овощей с кабачками			180	3,1	8,9	14,1	149	№54-24г-2020, 2021 Новосибирск
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	80	60						
01.11.-31.12. -30%	86	60						
01.01-29.02 - 35%	92	60						
01.03 - 40%	100	60						
морковь до 01.01 - 20%	38	30						
с 01.01 - 25%	40	30						
лук репчатый	18	15						
кабачки	97	65						
горошек зеленый	15	10						
масло растительное	5	5						
сметана	15	15						
вода питьевая	40	40						
масло сливочное	1,3	1,3						
мука пшеничная	1,3	1,3						
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			40	11,5	6,0	10,8	143	
Хлеб пшеничный			60	1,2	0,6	26,4	116	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
ИТОГО:			63	65	240	1797		
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ:			59	61	253	1795		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:			90	92	383	2720		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:			99	101	421	2992		<i>При 2-х разовом питании детей (завтрак, обед)</i>
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (60%):			59	61	253	1795		
7 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			632	23,1	30,2	93,4	737,6	
Каша "Дружба" с маслом			250/5	9,8	10,9	29,0	253	№260-2013, Пермь
крупя рисовая	22	22						
крупя пшено	15	15						

молоко питьевое	228	228						
соль йодированная	1	1						
сахар	4	4						
масло сливочное	5	5						
Бутерброд с маслом			30/15	2,5	9,9	14,5	157	№1-2004
батон	30	30						
масло сливочное или с масло сливочное шоколадное	15	15						
Чай с лимоном			200/7	0,3	0,0	15,2	62	№686-2004
чай-заварка	2	2						
сахар	15	15						
лимон	8	7						
Йогурт промышленного производства в ассортименте	125	125	125	9,2	8,7	10,2	156	№698-2004
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	51	
Хлеб пшеничный			30	0,6	0,3	13,2	58	
Обед			1005	29,2	24,3	171,3	1020,9	
Овощи свежие, огурцы (нарезанные)			100	0,7	0,1	1,9	11	№70-2006, Москва
огурцы свежие грунтовые	105	100						
или огурцы свежие парниковые	102	100						
Рассольник ленинградский с птицей со сметаной			250/15/5	6,8	6,5	14,4	143	№129-1996

курица 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						
крупя перловая	5	5						
огурцы соленые без уксуса	27	15						
морковь до 01.01 - 20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	6	5						
масло сливочное	5	5						
сметана	5	5						
Шницель из мяса (свинина мясная и говядина)			100	14,8	12,7	12,0	222	№451-2004

свинина мясная	43	37						
говядина 1 категории	50	37						
или говядина полуфабрикат	44	37						
хлеб пшеничный	18	18						
молоко питьевое или вода питьевая	12	12						
лук репчатый	9,5	8						
яйцо куриное	4	4						
мука пшеничная или сухари	10	10						
масло растительное	2	2						
ИЛИ								
Котлета особая (из свинины мясной и филе индейки)			100	17,4	14,2	10,2	238	№452-2004
свинина мясная	29	25						
филе индейки	47	45						
хлеб пшеничный	14	14						
молоко питьевое	17	17						
лук репчатый	36	30						
масло сливочное	4	4						
масса припущенного с маслом лука		15						
яйцо куриное	6	6						

сухари пшеничные	7	7						
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						
Хлеб пшеничный			50	1,0	0,5	22,0	97	
Хлеб ржаной			50	1,1	0,6	18,9	86	
Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь
Фрукт в ассортименте			150	0,5	0,5	27,0	115	№458-2006, Москва
ИТОГО:				52	55	265	1759	

8 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			650	27,7	23,3	111,6	767,0	
Запеканка " Царская" из творога с молоком сгущенным			200/20	18,5	14,4	44,0	380	№10/5-2011, Екатеринбург
творог	140	137						
крупа манная	7	7						
яйцо куриное	24	24						
сахар	14	14						

крошка		33						
масло сливочное	14	14						
мука пшеничная	14	14						
сахар	7	7						
масло сливочное для смазки листа	4,5	4,5						
масса готовой запеканки		200						
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20						
ИЛИ								
Сырники из творога запечённые с молоком сгущенным			200/20	19,5	15,5	41,0	382	№321-2013, Пермь
творог	185	184						
крупа манная	25	25						
яйцо куриное	9	9						
сахар	9	9						
ванилин	0,01	0,01						
мука пшеничная	13	13						
сметана	9	9						
масло сливочное для смазки листа	6	6						
масса готовых сырников (4 шт. по 50 г)		200						
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20						

Бутерброд с сыром			30/20	6,1	6,4	14,9	142	№3-2004
батон или хлеб пшеничный	30	30						
сыр	21	20						
Фрукт в ассортименте			180	0,8	0,0	37,9	155	№458-2006, Москва
Кофейный напиток			200	2,3	2,5	14,8	91	№690-2004
кофейный напиток	4	4						
сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
Обед			945	39,1	35,3	138,8	1028,5	
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						
крупa пшено	4	4						
морковь до 01.01.-20%	15	12						
с 01.01 - 25%	16,0	12						
лук репчатый	14,3	12						
масло сливочное	5	5						
яйцо куриное	20	20						
Рыба, тушеная в томате с овощами			120/50	17,5	12,5	7,2	211	№374-2004
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	200	148						
или горбуша или кета потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	220	144						
или горбуша (кета) потрошенная без головы (филе с кожей без костей)	216	144						
или горбуша (кета) неразделанная (филе с кожей без костей)	248	144						
или треска потрошенная обезглавленная (филе с кожей без костей)	190	144						
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						
Хлеб пшеничный			60	1,2	0,6	26,4	116	
Хлеб ржаной			60	1,4	0,8	22,7	103	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте (печенье)	30	30	30	5,6	4,1	22,5	149	
ИТОГО:				67	59	250	1795	
9 день								

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			580	23,1	21,2	109,2	720,0	
Котлеты по-домашнему (свинина мясная и говядина)			100	14,8	13,7	12,0	231	№416-1996
свинина мясная	43	37						
говядина 1 категории	50	37						
или говядина полуфабрикат	44	37						
хлеб пшеничный	18	18						
молоко питьевое или вода питьевая	12	12						
лук репчатый	9,5	8						
яйцо куриное	4	4						
чеснок свежий	1,3	1						
мука пшеничная или сухари	10	10						
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						
масло сливочное	2,5	2,5						
вода питьевая	37,5	37,5						

томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5	5						
Макаронные изделия отварные			180	3,8	3,4	41,1	210	№516-2004
макаронные изделия группы А	64	64						
масло сливочное	4	4						
Бутерброд с джемом			30/20	1,9	0,2	32,2	138	№1,2-2004
батон или хлеб пшеничный	30	30						
джем абрикосовый, малиновый, вишневый, персиковый, апельсиновый (без искусственных ароматизаторов, консервантов и красителей)	20,2	20						
Чай со смородиной и сахаром			200	0,3	0	12,3	50	№54-6гн-2020, 2021, Новосибирск
чай-заварка	2	2						
смородина черная или смородина красная	12,8	12						
сахар	12	12						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Обед			1070	32,4	31,9	160,5	1057,9	
Салат из капусты белокочанной с морковью			100	1,6	5,0	9,7	90	№4-2013, Пермь
капуста белокочанная	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						
масло сливочное	5	5						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	3	3						
сахар	0,6	0,6						
сметана	5	5						
Печень, тушенная в соусе			100/50	12,9	12,4	5,5	185,2	№401-2013, Пермь

печень говяжья	172	142						
мука пшеничная	6	6						
масло растительное	5	5						
масса тушеной печени		100						
соус сметанный №442-2013, Пермь		50						
сметана	12,5	12,5						
мука пшеничная	1,3	1,3						
вода питьевая	40	40						
масло сливочное	1,3	1,3						
ИЛИ								
Колобки мясо-картофельные			100/30	13,0	12,4	7,4	194	№316-2006, Москва
свинина мясная	49	42						
говядина 1 категории	57	42						
или говядина полуфабрикат	50	42						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	13	10						
01.11.-31.12. -30%	14,3	10						
01.01-29.02 - 35%	15,4	10						
01.03 - 40%	17	10						
яйцо куриное	9	9						

лук репчатый	14	12						
сухари	10	10						
масло растительное для смазки листа	3	3						
масса готового изделия		100						
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			200	6,3	6,5	28,1	196	№510-2004
крупа гречневая	50	50						
вода питьевая	160	160						
масло сливочное	8	8						
Компот из урюка			200	1,0	0,0	31,2	129	№638-2004
урюк	25	25						
сахар	15	15						
Хлеб пшеничный			60	1,2	0,6	26,4	116	
Хлеб ржаной			60	1,4	0,8	22,7	103	
Фрукт в ассортименте			150	2,9	0,7	15,9	82	№458-2006, Москва

ИТОГО:			55	53	270	1778		
10 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			560	20,4	30,0	103,4	765,2	
Каша 5 злаков жидкая с маслом			250/5	8,8	7,6	29,1	220	№311-2004
крупa (овсяная, кукурузная, пшеничная, ячневая, гречневая)	38	38						
вода питьевая	90	90						
молоко питьевое	140	140						
соль йодированная	1	1						
сахар	4	4						
масло сливочное	5	5						
Масло сливочное (порциями)	15	15	15	0,2	11,0	0,2	101	№96-2004
Яйца вареные			40	5,1	4,1	0,3	58	№300-2013, Пермь
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						
соль йодированная	0,6	0,6						

дрожжи хлебопекарные	0,6	0,6						
или дрожжи сухие хлебопекарные	0,15	0,15						
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	
Какао с молоком			200	3,4	3,2	21,2	127	№642-1996
какао - порошок	5	5						
сахар	15	15						
молоко питьевое	130	130						
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34	
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77	
Обед			1065	39,8	38,4	149,3	1101,8	
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						
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 лущёный	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			100/50	24,2	19,2	4,8	289	№405-2013, Пермь
грудка куриная	146	140						
или филе куриное или филе индейки	135	128						
масло растительное	8	8						
масса тушеной мякоти птицы		100						

лук репчатый	9,5	8						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	10	10						
мука пшеничная	2	2						
чеснок свежий	1,2	0,9						
морковь до 01.01 - 20%	10	8						
с 01.01 - 25%	11	8						
вода питьевая	50	50						
или на случай отсутствия возможности использования птицы в учреждении								
Котлета из мяса (свинина мясная и говядина)			100	14,8	12,7	12,0	222	№451-2004
свинина мясная	43	37						
говядина 1 категории	50	37						
или говядина полуфабрикат	44	37						
хлеб пшеничный	18	18						
молоко питьевое или вода питьевая	12	12						
лук репчатый	9,5	8						
яйцо куриное	4	4						
мука пшеничная или сухари	10	10						
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			180	1,4	6,1	25,9	165	№208-2013, Пермь
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	226	170						
01.11.-31.12. -30%	243	170						
01.01-29.02 - 35%	262	170						
01.03 - 40%	284	170						
отвар картофельный	30	30						
лук репчатый	21	18						
масло сливочное	6	6						
масса припущенного с маслом лука		12						
Фрукт в ассортименте			150	0,6	0,0	14,2	59	№458-2006, Москва
Сок в ассортименте	200	200	200	0,3	0,0	22,0	89	№518-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			60	1,2	0,6	26,4	116	
Хлеб ржаной			60	1,4	0,8	22,7	103	
ИТОГО:			60	68	253	1867		
11 день								

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			715	24,2	33,5	92,3	767	
Каша пшенная жидкая с маслом			250/5	9,8	11,5	44,8	322	№267-2013, Пермь
крупы пшеничные	50	50						
вода питьевая	70	70						
молоко питьевое	140	140						
соль йодированная	1	1						
сахар	4	4						
масло сливочное	5	5						
Бутерброд с маслом с сыром			60	6,5	12,9	14,9	202	№1,3-2004
батон или хлеб пшеничный	30	30						
масло сливочное	10	10						
сыр	21	20						
Йогурт питьевой промышленного производства в ассортименте	207	200	200	5,2	6,4	9,0	114	№698-2004
Кофейный напиток			200	2,3	2,5	14,8	91	№690-2004
кофейный напиток	4	4						
сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						

Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Обед			1110	38,7	25,1	167,1	1048,3	
Овощи свежие, огурцы (нарезанные)			100	0,7	0,1	1,9	11	№70-2006, Москва
огурцы свежие грунтовые	105	100						
или огурцы свежие парниковые	102	100						
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 (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						
крупя рисовая	6	6						
лук репчатый	12	10						
масло сливочное	5	5						
Биточки по-белорусски			100	11,5	7,8	8,4	150	№467-2004
свинина мясная	60	51						
говядина 1 категории	69	51						

или говядина полуфабрикат	60	51						
лук репчатый	16,7	14						
яйцо куриное	10	10						
молоко питьевое	18	18						
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 вишен и яблок			200	0,2	0,1	19,1	78	№513-2013, Пермь
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	26,22	23						
вишня или смородина или облепиха или клубника свежемороженые	18,9	18						
сахар	15	15						
Хлеб пшеничный			70	1,4	0,7	30,8	135	
Хлеб ржаной			60	1,4	0,8	22,7	103	
Фрукт в ассортименте			180	0,8	0,0	37,9	155	№458-2006, Москва

ИТОГО:			63	59	259	1815		
12 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			657	25,4	35,1	78,2	730,3	
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						
помидоры свежие парниковые	20,4	20						
или помидоры свежие грунтовые	24	20						
сыр	21	20						
Омлет натуральный с маслом			170	17,2	19,2	6,2	266	№284-1996
яйцо куриное	125	125						
молоко питьевое	47	47						
масло растительное	3	3						
масса готового омлета		165						
масло сливочное на полив	5	5						
Чай с лимоном			200/7	0,3	0,0	15,2	62	№686-2004
чай-заварка	2	2						

	сахар	15	15						
	лимон	8	7						
Фрукт в ассортименте				150	0,5	0,5	27,0	115	№458-2006, Москва
Хлеб ржаной				40	0,9	0,5	15,1	69	
Обед				880	33,9	39,5	141,4	1056,9	
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	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			100	18,5	18,7	0,7	245	№493-2004
филе куриное или индейки	121	115						
зелень сушеная (хмели-сунели)	0,1	0,1						
масло сливочное	5	5						
масса тушеной птицы		80						
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			180	3,5	4,4	30,5	176	№512-2004
крупа рисовая	64	64						
вода питьевая	132	132						
масло сливочное	6	6						
ИЛИ								
Булгур припущенный			180	6,8	3,9	33,2	195	№54-22г-2020, Новосибирск
крупа 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
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте	30	30	30	0,9	4,1	15,5	103	

Хлеб пшеничный	50	1,0	0,5	22,0	97	
Хлеб ржаной	50	1,1	0,6	18,9	86	
ИТОГО:		59	75	220	1787	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ:		59	61	253	1800	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:		90	92	383	2720	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:		99	101	421	2992	<i>При 2-х разовом питании детей (завтрак, обед)</i>
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (60%):		59	61	253	1795	