

Обед			625	23,1	26,0	71,0	610	
Салат из отварных овощей с маслом растительным			50	1,2	4,1	6,3	67	№29/1-2011, Екатеринбург
свекла до 01.01 -20%	41	33						
с 01.01 - 25%	44	33						
масса отварной свеклы		30						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	31	23						
01.11.-31.12. -30%	33	23						
01.01-29.02 - 35%	35	23						
01.03 - 40%	38	23						
масса отварного картофеля		20						
<u>масло растительное</u>	<u>4</u>	<u>4</u>						
Суп картофельный с клецками с курицей			180/15	5,4	5,3	9,2	106	№155-2004
курица потрошенная 1 категории (разделка мякоть без кожи)	45	39						
или филе куриное промышленного производства	25	24						
или филе грудки индейки	25	24						
мука пшеничная	8	8						
масло сливочное	0,7	0,7						
яйцо куриное	2	2						

вода питьевая	10	10						
соль йодированная	0,1	0,1						
масса готовых клецек:		20						
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	48	36						
01.11.-31.12. -30%	51	36						
01.01-29.02 - 35%	55	36						
01.03 - 40%	60	36						
морковь до 01.01 - 20%	8,8	7						
с 01.01 - 25%	9,3	7						
лук репчатый	8	7						
<u>масло растительное</u>	<u>4</u>	<u>4</u>						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Голубцы ленивые, запеченные с соусом томатным			200	15,1	15,9	17,2	272	№372-2013, Пермь
говядина 1 категории	82	60						
или мясо - говядина жилованное замороженное в блоках	71	60						
крупа рисовая	8	8						
масса отварного риса		21						
лук репчатый	7	6						

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

масло растительное	5	5						
яйцо куриное	5	5						
капуста белокочанная свежая	113	90						
масса отварной капусты		84						
масло растительное для смазки листа	2	2						
выход готовых голубцов 150г	2шт/75г							
Соус томатный		50						№453-2013, Пермь
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	7	7						
мука пшеничная	2,5	2,5						
масло растительное	2,5	2,5						
вода питьевая	41	41						
сахар	0,7	0,7						
Компот из свежих ягод			180	0,1	0,0	14,4	58	№634-2004
клюква свежемороженая	30,2	30						
или брусника свежемороженая	33,3	30						
или смородина черная свежемороженая	30,6	30						
сахар	10	10						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	

Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
Полдник			250	7,9	8,7	37,8	261	
Булочка ванильная (<u>на воде и масле растительном</u>)			50	2,4	3,7	25,8	146	№767-2004
мука пшеничная	35	35						
сахар	6	6						
<u>масло растительное</u>	4	4						
яйцо куриное	2	2						
яйцо куриное для смазки изделия	1	1						
соль йодированная	0,5	0,5						
дрожжи хлебопекарные	0,7	0,7						
или дрожжи сухие хлебопекарные	0,18	0,18						
ванилин	0,03	0,03						
<u>вода питьевая</u>	15	15						
<u>масло растительное для смазки листа</u>	0,2	0,2						
Молоко безлактозное или молоко растительное	200	200	200	5,5	5,0	12,0	115	№515-2013, Пермь
Ужин			550	13,9	14,4	61,3	431	
Котлеты, биточки из говядины			70	9,2	8,8	8,3	149	№451-2004
говядина 1 категории	72	53						

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

или мясо - говядина жилованное замороженное в блоках	63	53						
хлеб пшеничный	12	12						
<u>вода питьевая</u>	6	6						
лук репчатый	7,1	6						
яйцо куриное	6	6						
сухари пшеничные	7	7						
<u>масло растительное для смазки листа</u>	<u>2</u>	<u>2</u>						
Морковь с зеленым горошком, припущенные с маслом растительным			150	4,0	5,2	11,1	107	№432-2013, Пермь
морковь до 01.01 - 20%	150	120						
с 01.01 - 25%	160	120						
горошек зелёный консервированный	46	30						
масса припущенных овощей		145						
масло растительное	5	5						
мука пшеничная	3	3						
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004
чай - заварка	0,5	0,5						
сахар	10	10						
Фрукт в ассортименте			150	0,4	0,3	27,5	114	№458-2006, Москва

Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)								
Хлеб ржаной			10	0,2	0,1	3,8	17	
ИТОГО:				52	57	255	1740	
13 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			410	8,5	11,3	55,9	359	
Каша гречневая вязкая отварная с <u>маслом растительным</u>			200	6,2	7,8	33,4	229	№510-2004
крупa гречневая	50	50						
вода питьевая	160	160						
<u>масло растительное</u>	<u>6</u>	<u>6</u>						
Мучное изделие без содержания молочных продуктов промышленного производства в ассортименте			30	2,2	3,5	12,0	88	
Чай с лимоном			180	0,1	0,0	10,5	42	№686-2004
чай - заварка	0,5	0,5						
сахар	10	10						
лимон	6	5						
Второй завтрак				0,5	0,2	21,8	91	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,5	0,2	21,8	91	№518-2013, Пермь

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»

ОГРН 1077203035147
ИНН 7203208134

Обед			650	24,4	24,8	70,7	603	
Салат из свежих помидоров			50	0,9	4,1	3,4	54	№22-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	49	48						
или помидоры свежие грунтовые	57	48						
<u>масло растительное</u>	<u>4</u>	<u>4</u>						
ИЛИ								
Салат из свеклы с зеленым горошком			50	0,9	4,0	3,7	54	№58-2013, Пермь
свекла до 01.01 -20%	41	33						
с 01.01 - 25%	44	33						
масса отварной свеклы		30						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	28	18						
<u>масло растительное</u>	<u>4</u>	<u>4</u>						
Суп картофельный с крупой с мясом			180/10	4,2	4,5	15,2	118	№138-2004
говядина 1 категории	22	16						
или мясо - говядина жилованное замороженное в блоках	19	16						
или гуляш-полуфабрикат промышленного производства	16	16						
крупы: перловая, овсяная, пшеничная или пшено	4	4						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	73	55						

01.11.-31.12. -30%	79	55						
01.01-29.02 - 35%	85	55						
01.03 - 40%	92	55						
лук репчатый	8	7						
морковь до 01.01 - 20%	7,5	6						
с 01.01 - 25%	8	6						
<u>масло растительное</u>	<u>4</u>	<u>4</u>						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Рыба запечённая			80	15,7	6,3	3,9	135	№377-200
горбуша потрошенная с головой (филе без кожи без костей)	143	95						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	122	90						
или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	173	95						
мука пшеничная	4	4						
<u>масло растительное</u>	<u>5</u>	<u>5</u>						
Овощи припущенные с <u>маслом растительным</u>			150	2,0	5,3	20,3	137	№524-2004
морковь до 01.01 - 20%	81	65						
с 01.01 - 25%	86	65						
или морковь свежемороженая	74	65						

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

или кабачки	112	75						
лук репчатый	18	15						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	109	82						
01.11.-31.12. -30%	117	82						
01.01-29.02 - 35%	126	82						
01.03 - 40%	137	82						
мука пшеничная	3	3						
<u>масло растительное</u>	<u>5</u>	<u>5</u>						
Компот из кураги			180	0,5	0,0	17,1	70	№638-2004
курага	18	18						
сахар	5	5						
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34	
Полдник			250	15,7	10,4	30,0	276	
Мучное изделие без содержания молочных продуктов промышленного производства в ассортименте			50	10,2	5,4	18,0	161	
Молоко безлактозное или молоко растительное	200	200	200	5,5	5,0	12,0	115	№515-2013, Пермь
Ужин			450	17,9	22,4	48,3	466	
Яйца вареные			40	5,1	4,6	0,3	63	№300-2013, Пермь

Запеканка из печени с рисом			80	9,9	8,2	14,5	171	№482-2004
печень говяжья	72	60						
крупа рисовая	10	10						
вода питьевая	21	21						
масса рассыпчатого риса		28						
лук репчатый	24	20						
<u>масло растительное</u>	<u>5</u>	<u>5</u>						
масса прогретого с маслом лука		10						
яйцо куриное	4	4						
яйцо куриное для смазки изделия	2	2						
<u>масло растительное для смазки листа</u>	<u>2</u>	<u>2</u>						
Картофель толченный, по-деревенски			150	2,5	9,5	19,1	172	№208-2013, Пермь
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	173	130						
01.11.-31.12. -30%	186	130						
01.01-29.02 - 35%	200	130						
01.03 - 40%	217	130						
отвар картофельный	25	25						
<u>масло растительное</u>	<u>10</u>	<u>10</u>						

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

Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004
чай - заварка	0,5	0,5						
сахар	10	10						
Хлеб ржаной			10	0,3	0,1	3,8	17	
ИТОГО:				67	69	227	1796	
14 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			490	8,3	9,4	64,6	376	
Макароны изделия отварные, с маслом растительным			150	3,3	4,7	36,8	203	№516-2004
макаронные изделия	53	53						
масло растительное	4	4						
Десерт соевый с йогуртовой закваской в ассортименте			140	4,9	4,7	15,2	123	
Чай с сахаром			200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004
чай - заварка	0,5	0,5						
сахар	12	12						
Второй завтрак				0,5	0,2	21,8	91	
Сок в ассортименте			100	0,5	0,2	21,8	91	№518-2013, Пермь

Обед			625	19,2	24,2	80,1	615	
Пюре из цветной капусты или капусты брокколи с маслом растительным			50	0,4	3,9	2,5	47	№679-2002
капуста цветная	98	47						
или капуста цветная свежемороженая	55	52						
или капуста брокколи свежемороженая	55	52						
<u>вода питьевая</u>	8	8						
<u>масло растительное</u>	4	4						
ИЛИ								
Салат из огурцов с маслом			50	0,5	4,1	1,7	46	№14/1-2011г., Екатеринбург
огурцы свежие парниковые	48	47						
или огурцы свежие грунтовые	49	47						
<u>масло растительное</u>	4	4						
Борщ с мелкошинкованными овощами с курицей БЕЗ СМЕТАНЫ			180/15	4,1	4,7	8,8	94	№.1.78-1995, Екатеринбург
курица потрошенная 1 категории (разделка мякоть без кожи)	45	39						
или филе куриное промышленного производства	25	24						
или филе грудки индейки	25	24						
свекла до 01.01 -20%	38	30						
с 01.01 - 25%	40	30						

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

капуста белокочанная свежая	21	17						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	23	17						
01.11.-31.12. -30%	24	17						
01.01-29.02 - 35%	26	17						
01.03 - 40%	28	17						
морковь до 01.01 - 20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	8	7						
<u>масло растительное</u>	<u>4</u>	<u>4</u>						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5	5						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Котлеты по - хлыновски			70	7,7	8,8	9,8	149	№454-2004
говядина 1 категории	68	50						
или мясо - говядина жилованное замороженное в блоках	59	50						
или фарш промышленного производства	50	50						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	20	15						
01.11.-31.12. -30%	21	15						
01.01-29.02 - 35%	23	15						

01.03 - 40%	25	15						
лук репчатый	11	9						
яйцо куриное	9	9						
сухари пшеничные	7	7						
<u>масло растительное</u>	<u>3</u>	<u>3</u>						
Овощи запеченные с яйцом			130	5,3	5,9	17,1	143	№7.55.-1995, Екатеринбург
морковь до 01.01 - 20%	65	52						
с 01.01 - 25%	69	52						
масса отварной моркови		50						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	70	53						
01.11.-31.12. -30%	76	53						
01.01-29.02 - 35%	82	53						
01.03 - 40%	89	53						
масса отварного картофеля		50						
<u>вода питьевая</u>	20	20						
яйцо куриное	40	40						
<u>масло растительное</u>	<u>3</u>	<u>3</u>						
Компот из свежих плодов			180	0,4	0,1	18,0	75	№507-2013, Пермь
яблоки свежие с удаленным семенным гнездом	36,5	32						

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

	или вишня	33,9	32						
	или слива	35,5	32						
	или абрикосы	37,4	32						
	сахар	12	12						
Хлеб пшеничный				20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной				40	0,9	0,6	15,1	69	
Полдник				270	6,7	8,1	41,0	264	
Блинчики с джемом или повидлом				50/20	1,2	3,1	29,0	149	№531-2013, Пермь
	мука пшеничная	21	21						
	<u>вода питьевая</u>	52	52						
	яйцо куриное	5	5						
	сахар	1,5	1,5						
	соль йодированная	0,4	0,4						
	масса теста:		75						
	<u>масло растительное</u>	<u>2</u>	<u>2</u>						
	масса запеченных блинчиков		50						
	джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	20,2	20						
ИЛИ									

Мучное изделие без содержания молочных продуктов промышленного производства в ассортименте			70	1,2	3,1	29,0	149	№531-2013, Пермь
Молоко безлактозное или молоко растительное	200	200	200	5,5	5,0	12,0	115	№515-2013, Пермь
Ужин			450	3,9	5,6	101,8	473	
Плов вегетарианский с сухофруктами			150	3,3	5,2	51,4	266	№271-2013, Пермь
крупa рисовая	37	37						
вода питьевая	222	222						
масса вареного риса		100						
изюм	15	14						
масса вареного изюма		22						
курага	14,5	14						
масса вареной кураги		25						
сахар	3	3						
масло растительное	5	5						
Сок с содержанием витаминов и минералов в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,4	16,4	70	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)								
ИТОГО:				39	47	309	1819	

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