

15 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			440	7,3	7,5	69,8	375	
Каша пшенная жидкая <u>на воде</u>			200	3,7	5,5	20,5	146	№311-2004
крупa пшено	25	25						
<u>вода питьевая</u>	185	185						
сахар	3	3						
соль йодированная	1,2	1,2						
<u>масло растительное</u>	<u>5</u>	<u>5</u>						
Бутерброд с джемом или повидлом			20/20	1,8	0,2	24,4	107	№2-2004
батон	20	20						
джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	20,2	20						
Чай на молоке специализированном			200	1,5	1,6	18,3	94	№495-2013, Пермь
чай - заварка	0,5	0,5						
<u>молоко безлактозное или молоко растительное</u>	50	50						
сахар	15	15						
Хлеб пшеничный			15	0,3	0,2	6,6	29	

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
Обед				640	16,8	25,7	95,8	682
Салат из капусты белокочанной			50	0,8	4,0	4,2	56	№1-2013, Пермь
капуста белокочанная (стертая с солью)	77	39						
морковь до 01.01 - 20%	6	5						
с 01.01 - 25%	7	5						
лук репчатый (бланшированный)	6	5						
лук репчатый, капусту и морковь старого урожая использовать только до 1 марта, после 1 марта овощи нового урожая или другой салат								
или лук зеленый	6,3	5						
лимон (для сока)	6	2,5						
сахар	0,6	0,6						
масло растительное	4	4						
или								
Салат из квашеной капусты с луком			50	0,8	4,0	2,5	49	№48-2013, Пермь
капуста белокочанная квашенная промышленного производства	59	42						
лук репчатый	6	5						
лук репчатый (использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый)								

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

или лук зеленый	6,3	5						
сахар	0,6	0,6						
<u>масло растительное</u>	<u>4</u>	<u>4</u>						
Суп картофельный с мелкошинкованными овощами БЕЗ СМЕТАНЫ			180	1,8	4,3	14,4	104	№1.72-1995, Екатеринбург
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	106	80						
01.11.-31.12. -30%	114	80						
01.01-29.02 - 35%	120	80						
01.03 - 40%	134	80						
морковь до 01.01 - 20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	6	5						
<u>масло растительное</u>	<u>4</u>	<u>4</u>						
помидоры свежие парниковые	10,2	10						
или помидоры свежие грунтовые	11,8	10						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Зразы рыбные рубленые, запеченные			80	9,7	6,7	11,9	147	№344-2013, Пермь
горбуша (кета) потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	93	62						
или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	113	62						

или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	84	62						
хлеб пшеничный	7	7						
яйцо куриное	4	4						
вода питьевая	6	6						
лук репчатый	4,8	4						
рыбная котлетная масса		80						
масса фарша		16						
зелень свежая (петрушка, укроп)	2	1,5						
морковь до 01.01 - 20%	25	20						
с 01.01 - 25%	27	20						
масса отварной натертой на мелкой терке моркови		16						
сухари пшеничные	10	10						
масло растительное для смазки листа	2	2						
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						

Автономное учреждение Пермского края
 «Центр технологического контроля»
 ОГРН 1077203065147
 ИНН 7203208134

отвар картофельный	25	25						
<u>масло растительное</u>	<u>10</u>	<u>10</u>						
Кисель из свежих ягод			180	0,3	0,2	14,1	59	№505-2013, Пермь
брусника свежемороженая	26,6	24						
или клюква свежемороженая	25,2	24						
или смородина черная свежемороженая	24,5	24						
сахар	10	10						
крахмал	6	6						
Хлеб пшеничный			30	0,6	0,3	13,2	58	
Хлеб ржаной			50	1,1	0,7	18,9	86	
Полдник			250	9,0	9,4	40,0	281	
Мучное изделие без содержания молочных продуктов промышленного производства в ассортименте			50	3,5	4,4	28,0	166	
Молоко безлактозное или молоко растительное	200	200	200	5,5	5,0	12,0	115	№515-2013, Пермь
Ужин			500	16,7	18,9	54,0	453	
Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и маслом растительным			150	3,1	7,6	10,4	122	№32/1-2011, Екатеринбург
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	104	78						
01.11.-31.12. -30%	112	78						
01.01-29.02 - 35%	120	78						

01.03 - 40%	130	78						
масса отварного картофеля		75						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	39	25						
огурцы соленые без уксуса	46	25						
яйцо куриное	20	20						
<u>масло растительное</u>	<u>5</u>	<u>5</u>						
Котлеты, биточки из говядины			70	9,2	8,8	8,3	149	№451-2004
говядина 1 категории	72	53						
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>						
Напиток овсяный с какао пастеризованный			180	4,0	2,0	19,0	110	№517-2013, Пермь
какао - порошок в составе напитка	1,5	1,5						
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,4	12,5	54	№458-2006, Москва

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

Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)								
Хлеб ржаной	10	0,3	0,1	3,8	17			
ИТОГО:		50	62	281	1881			
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ:		54	60	260	1804			
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ и ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (95%):		51	57	248	1710	При 12 часовом пребывании детей		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (100%)*:		54	60	261	1800			
16 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			420	8,1	11,4	55,3	356	
Каша 5 злаков жидкая <u>на воде</u>			200	3,2	5,5	22,0	150	№311-2004
крупa (овсяная, кукурузная, пшеничная, ячневая, гречневая)	30	30						
<u>вода питьевая</u>	183	183						
сахар	3	3						
соль йодированная	1	1						
<u>масло растительное</u>	<u>5</u>	<u>5</u>						
Мучное изделие без содержания молочных продуктов промышленного производства в ассортименте			40	4,4	5,7	14,0	125	

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						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
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
Обед			630	21,4	24,4	78,6	620	
Винегрет овощной			60	1,2	4,0	5,7	64	№71-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	19	14						
01.11.-31.12. -30%	20	14						
01.01-29.02 - 35%	22	14						
01.03 - 40%	23	14						
масса отварного картофеля		12						
свекла до 01.01 -20%	23	18						
с 01.01 - 25%	24	18						
масса отварной свеклы		16						
морковь до 01.01 - 20%	18	14						

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

с 01.01 - 25%	19	14						
масса отварной моркови		12						
огурцы соленые без уксуса	20	11						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	9	6						
лук репчатый (бланшированный)	2,4	2						
лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый или зелень свежую								
или лук зеленый	2,5	2						
<u>масло растительное</u>	<u>4</u>	<u>4</u>						
Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом БЕЗ СМЕТАНЫ			180/10	4,3	4,2	5,6	77	№142-2013, Пермь
говядина 1 категории	22	16						
или мясо - говядина жилованное замороженное в блоках	19	16						
или гуляш-полуфабрикат промышленного производства	16	16						
капуста белокочанная свежая	45	36						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	29	22						
01.11.-31.12. -30%	31	22						
01.01-29.02 - 35%	34	22						
01.03 - 40%	37	22						
морковь до 01.01 - 20%	12,5	10						

с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	8	7						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	2	2						
<u>масло растительное</u>	<u>4</u>	<u>4</u>						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Гуляш			70	10,2	9,3	2,1	133	№437-2004
говядина 1 категории	87	64						
или мясо - говядина жилованное замороженное в блоках	76	64						
или гуляш-полуфабрикат промышленного производства	64	64						
масса отварного мяса		40						
<u>масло растительное</u>	<u>4</u>	<u>4</u>						
лук репчатый	10	8						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	4	4						
мука пшеничная	1,5	1,5						
Каша гречневая вязкая отварная с <u>маслом растительным</u>			130	3,9	6,1	21,7	157	№510-2004
крупа гречневая	33	33						
вода питьевая	104	104						
<u>масло растительное</u>	<u>5</u>	<u>5</u>						

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

Компот из смеси сухофруктов			180	0,3	0,0	15,2	62	№508-2013, Пермь
сухофрукты	15	15						
сахар	8	8						
Хлеб пшеничный			30	0,6	0,3	13,2	58	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
Полдник			250	8,0	10,1	39,8	282	
Булочка домашняя (на воде и масле растительном)			50	2,5	5,1	27,8	167	№564-2013, Пермь
мука пшеничная	34	34						
сахар	5,5	5,5						
сахар для отделки	1,6	1,6						
<u>масло растительное</u>	<u>5,5</u>	<u>5,5</u>						
яйцо куриное для смазки изделия	0,8	0,8						
соль йодированная	0,3	0,3						
дрожжи хлебопекарные	0,9	0,9						
или дрожжи сухие хлебопекарные	0,23	0,23						
<u>вода питьевая</u>	14	14						
<u>масло растительное для смазки листа</u>	<u>0,2</u>	<u>0,2</u>						
Молоко безлактозное или молоко растительное	200	200	200	5,5	5,0	12,0	115	№515-2013, Пермь

Ужин			510	12,3	13,5	65,2	431	
Жаркое по - домашнему			200	11,3	12,9	22,7	252	№436-2004
говядина 1 категории	87	64						
или мясо - говядина жилованное замороженное в блоках	76	64						
или гуляш-полуфабрикат промышленного производства	64	64						
масса отварного мяса		40						
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	206	155						
01.11.-31.12. -30%	222	155						
01.01-29.02 - 35%	239	155						
01.03 - 40%	259	155						
морковь до 01.01 - 20%	28	22						
с 01.01 - 25%	29	22						
лук репчатый	12	10						
масло растительное	6	6						
Фрукт в ассортименте			130	0,3	0,3	21,5	90	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)								
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004
чай - заварка	0,5	0,5						

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

сахар	10	10						
Хлеб ржаной			10	0,3	0,1	3,8	17	
Хлеб пшеничный			10	0,3	0,2	6,6	29	
ИТОГО:			50	60	261	1780		
17 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			430	16,8	18,9	32,3	367	
Омлет натуральный <u>на воде</u>			130	11,1	12,1	0,0	153	№340-2004
яйцо куриное	100	100						
<u>вода питьевая</u>	38	38						
<u>масло растительное для смазки листа</u>	1,5	1,5						
или								
Яичная кашка натуральная <u>на воде</u>			130	11,2	12,7	0,0	159	№279-1996
яйцо куриное	101	101						
<u>вода питьевая</u>	49	49						
<u>масло растительное</u>	4	4						
Овощи на подгарнировку								

Кукуруза консервированная (после термической обработки)	117	70	70	1,1	0,2	4,4	24	№101-2004
Кондитерское изделие без содержания молочных продуктов промышленного производства в ассортименте			30	1,5	4,1	12,0	90,9	
<u>Кофейный напиток на молоке специализированном</u>			200	3,1	2,5	15,9	99	№501-2013, Пермь
кофейный напиток	3,6	3,6						
сахар	10	10						
<u>молоко безлактозное или молоко растительное</u>	100	100						
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
Обед			650	20,1	27,2	78,3	639	
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						
ИЛИ								
Салат из соленых огурцов с луком			50	0,5	4,0	2,7	49	№17-2004
огурцы соленые без уксуса	80	44						
лук репчатый	4,8	4						
лук репчатый (использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый)								

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

или лук зеленый	5	4						
масло растительное	4	4						
Суп картофельный с фасолью с курицей			180/15	5,7	5,1	14,5	127	№145-2013, Пермь
курица потрошенная 1 категории (разделка мякоть без кожи)	45	39						
или филе куриное промышленного производства	25	24						
или филе грудки индейки	25	24						
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						
фасоль	15	15						
или фасоль консервированная натуральная	53	32						
морковь до 01.01 - 20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	8	7						
масло растительное	4	4						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Котлета рыбная натуральная, запеченная			80	10,2	12,2	6,1	175	№9/7-2011, Екатеринбург
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	115	85						

или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	128	85						
или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	155	85						
лук репчатый	6	5						
яйцо куриное	16	16						
мука пшеничная	4	4						
<u>масло растительное</u>	<u>3</u>	<u>3</u>						
Картофель отварной с маслом растительным			150	2,5	5,1	17,9	128	№203 - 2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	206	155						
01.11.-31.12. -30%	222	155						
01.01-29.02 - 35%	239	155						
01.03 - 40%	259	155						
<u>масло растительное</u>	<u>5</u>	<u>5</u>						
Компот из свежих яблок			180	0,1	0,1	18,0	73	№631-2004
яблоки свежие с удаленным семенным гнездом	40	35						
сахар	10	10						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	52	

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