

Утверждено:
Генеральный директор
ООО «Магия вкуса»
М.Г. Сыслова



**ПРИМЕРНОЕ 20 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ, ОБЕДОВ ДЛЯ ДВУХРАЗОВОГО ПИТАНИЯ
ДЕТЕЙ С 7ми до 11 ЛЕТ (осенне-зимний сезон)**

Тюмень 2025 год

ПРИМЕРНОЕ 20 - тв ДНЕВНОЕ МЕНЮ								
ГОРЯЧИЕ ОБЕДЫ для детей с 7 до 11 лет (сезон осень, зима, весна)								
Меню содержит обязательные вложения - титульный лист, накопительную ведомость, яннотвщню. таблицу по соли и специям.								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭД, кквл	
		Завтрак						
Бутерброд с маслом			17/5	1,48	6,17	9,13	98,44	N•1-2014
хлеб пшеничный	17,00	17,00						
масло сливочное 72.5 %	5,00	5,00						
Каша жидкая молочная			200/5	2,61	*, ^	28,29	180,00	Nя182-2011
крупа рисовая	23,00	23,00						
вода	56,00	56,00						
молоко питьевое 2,5% жирности	126,00	126,00						
сахар песок	5,00	5,00						
масса каши		200,00						
масло сливочное 72.5 %	5,00	5,00						
Сырники из творога со сгущенным молоком			100 /20	15,0	6,00	19,86	227,45	R• 231-2011
творог	87,87	87,00						
крупа манная	21,00	21,00						
сахар песок	8,00	8,00						
ванилин	0,01	0,01						
масса полуфабриката		116,00						
масло растительное	1,20	1,20						
сахарная пудра	1,00	1,00						
молоко сгущенное	20,00	20,00						
или сырники вром. произ-ва	116,00	116,00	100 /20					
Чай с лимоном			200/2	0,01	0,04	9,98	39,98	N• 377-2011
чай заварка	2,00	2,00						
лимон	2,28	2,00						
вода питьевая	200,00	200,00						
сахар песок	10,00	10,00						
Чай с лимоном и апельсинами "Цитрусовый заряд"			200/20/10	0,2	0,0	15,5	62,8	Nr686-2004
чай-заварка	1,5	1,5						
сахар	11	11						
лимон	11	10						
апельсин	21	20						
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			50	3,30	0,60	17,10	86,00	
ИТОГО:				22,40	22,67	84,30	631,87	
Нарезка из свежих огурцов с маслом			80	0,42	3,05	1,14	47,46	Nя 14/1-2011
огурцы свежие грунтовые	76,65	73,00						
или огурцы свежие парниковые	76,65	73,00						
масло растительное	4,00	4,00						
соль йодированная	0,85	0,85						
зелень свежая	1,35	1,00						
Суп овощной на мясном бульоне и сухариками			250/10	1,98	6,23	13,43	167,75	99-2011
Говядина гуляш	8,4	8,00						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	66,50	50,00						
01.11.-31.12. -30%	71,50	50,00						
01.01-29.02 - 35%	77,00	50,00						
01.03 - 40%	83,50	50,00						
морковь по 01.01.-20%	25,00	20,00						
с 01.01 - 25%	26,60	20,00						

лук репчатый	11,90	10,00						
зеленный горошек консервированный	11,55	750						
лавровый лист	0,01	0,01						
капуста б/к	25,00	20,00						
масло растительное	3,23	3,23						
соль йодированная	1,50	1,50						
вода	188,00	188,00						
хлеб пшеничный витаминизированный	16,00	10,00						
Филе рыбы "Морской замок"		90	90,00	22,14	9,27	6,73	171,43	337-2004
Филе минтая промышленного производства	145,80	108,00						
филе горбуша с/м	134,55	103,50						
масло растительное	6,00	6,00						
соль йодированная	0,80	0,80						
Пюре картофельное			150	3,25	4,70	22,01	143,76	312-2011
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	170,24	128,00						
01.11.-31.12. -30%	183,04	128,00						
01.01-29.02 - 35%	197,12	128,00						
01.03 - 40%	213,76	528,00						
молоко питьевое 2,5% жирности	23,63	2250						
масло сливочное 72.5 %	10,00	10,00						
Компот из ягодной смеси			200,00	0,10	0,00	11,68	47,90	357-2002
ягодная смесь "Рябинка"	20,00	20,00						
или ягодная смесь "Я Вишенка"	20,00	20,00						
или ягодно-яблочная смесь	20,00	20,00						
сахар песок	12,00	12,00						
Хлеб ржаной или хлеб ржвнй с содержанием витаминов и минералов			50	3,30	0,60	17,10		
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			50	4,05	0,50	24,40	97,00	
ИТОГО:				35,14	24,35	96,49	761,30	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				57,54	47,02	180,79	1393,17	
2 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белин, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
		311,90						
Овощи на варку :			60,00					
Баранка из отварной свеклы с сыром			60	0,66	5,20	9,40	40,05	Ni 1112001
свекла - до 01.01 - 20%	70,85	56,68						
с 01.01 - 25%	75,38	56,68						
масса отварной свеклы		32,00						
сыр сулугуни	6,06	6,00						
масло растительное	2,00	2,00						
зелень свежая	0,68	0,50						
Нарезка из свежих помидор с маслом			60	0,68	3,50	3,90	50,50	Ус 15/1-2011
помидоры свежие грунтовые	58,80	56,00						
или помидоры свежие парниковые	58,80	56,00						
масло растительное	4,00	4,00						
зелень свежая	0,68	0,50						
филе лосося с соусом сметанным- томатным			90/30	12,05	8,62	9,88	164,50	N• 316а -2006
грудка куриная н/к (филе п кожей без костей)	52,65	39,00						

[illegible]

Кукуруза консервированная			60	2,59	0,39	13,99	69,99	2011,00
кукуруза консервированная	99,00	60,00						
Суп-лапша с мясом			200/15	3,81	4,28	14,66	132,00	217-2006
говядина 1 категории	25,20	24,00						
или свинина нежирная	22,05	21,00						
или филе куриное	20,13	18,30						
масса отварного мяса		15,00						
макаронные изделия	8,00	8,00						
морковь до 01.01.-20%	15,00	12,00						
с 01.01 - 25%	15,96	12,00						
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	63,84	48,00						
01.11.-31.12. -30%	68,64	48,00						
01.01-29.02 - 35%	73,92	48,00						
01.03. - 40%	80,16	48,00						
лук репчатый	7,62	6,40						
лавровый лист	0,01	0,01						
масло сливочное	10,00	10,00						
или масло растительное	5,00	5,00						
соль	1,20	1,20						
вода	152,00	152,00						
Плов с мясом			250	24,40	7,16	45,63	383,33	№ 403-1996
говядина 1 категории	84,00	80,00						
или свинина нежирная	73,50	70,00						
или филе куриное	67,10	61,00						
масса тушеного мяса		50,00						
крупа рис пропаренный	56,67	56,67						
вода питьевая	122,22	122,22						
соль йодированная	1,67	1,67						
морковь до 01.01.-20%	34,73	27,78						
с 01.01 - 25%	36,95	27,78						
лук репчатый	13,22	11,11						
томатная паста (без консервантов и красителей)	5,56	5,56						
масло растительное	5,00	5,00						
Компот из ягодно-яблочной смеси			200	0,78	0,01	13,68	55,88	№ 344-2011
ягодно-яблочная смесь	20,00	20,00						
сахар песок	12,00	12,00						
вода питьевая	180,00	180,00						
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			50	3,30	0,60	17,10	86,00	
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			60	4,86	0,60	29,28	116,40	
ИТОГО:				39,74	13,04	134,34	843,60	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				63,83	32,67	230,81	1496,36	

3 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак								
Бутерброд с сыром			20/15	5,3	3,7	7,2	83,3	№ 3-2004
сыр сулугуни	15,15	15,00						
хлеб пшеничный	20,00	20,00						
Борщ с мясом и сметаной			250/10/5	5,79	5,00	12,93	195,00	№ 170-2005

говядина гуляш	16,80	16,00						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	33,25	25,00						
01.11.-31.12. -30%	35,75	25,00						
01.01-29.02 - 35%	38,50	25,00						
01.03 - 40%	41,75	25,00						
капуста белокочанная свежая	25,00	20,00						
свекла - до 01.01 - 20%	50,00	40,00						
с 01.01 - 25%	53,20	40,00						
морковь до 01.01.-20%	16,25	13,00						
с 01.01 - 25%	17,29	13,00						
томатная лаза (без консервантов и красителей)	3,25	3,25						
лук репчатый	11,90	10,00						
лавровый лист	0,01	0,01						
масло растительное	3,00	3,00						
сметана	5,00	5,00						
соль йодированная	1,50	1,50						
сахар песок	1,75	1,75						
Ойрог Царскнй			80	7,50	9,00	34,23	183,00	N. • 85-2006
масло слнвочное 72.5 %	9,84	9,84						
мука пшеничная в/с	28,40	28,40						
сода пищевая	0,19	0,19						
лимонная кислота	0,08	0,08						
вода питьевая	0,24	0,24						
яйцо куриное	10,72	10,72						
творог 9%	34,72	34,72						
сакар песок	3,84	3,84						
масса п/ф		88,03						
масло растнтельное для смазки листа	1,00	1,00						
Чай с молоком и сахаром			200	1,55	1,28	14,41	75,64	Nя 685-2004
чай чёрный	0,50	0,50						
сахар песок	10,00	10,00						
молоко питьевое 2.5% жнрности	150,00	150,00						
вода питьевая	50,00	50,00						
Кофейный вввнток			200	2, }	2,9	21,4	124	Ns692-2004
кофейный напиток	5 00	5 00						
вода питьевая	50 00	50 00						
молоко нийевое х,э*20 жнрности	150 00	150 00						
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			2л	1,12	0,22	11,58	55,25	
ИТОГО:				23.4	22.1	101.8	640.6	
		Обед						
Яйцо отвярное			40	5,08	4,60	0,28	62,80	
яйцо куриное	40,00	40,00						
Суп "Солнечный день"			200/10/3	5,25	10,29	24,25	202,25	204-2006
говядина I категорин	16,80	16,00						
или фипе куриное	13,42	12,20						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	63,84	48,00						
01.11.-31.12. -30%	68,64	48,00						
01.01-29.02 - 35%	73,92	48,00						
01.03. - 40%	80,16	48,00						
морковь до 01.01 -20%	13,00	10,40						
морковь от 01.01-25%	13,83	10,40						
лук репчатый	9,52	8,00						

лавровый лист	0,01	0,01						
вода	150,00	150,00						
крупа рис пропаренный	4,80	4,80						
масло сливочное	7,00	7,00						
или масло растительное	3,00	3,00						
соль йодированная	1,20	1,20						
сметана 15%	5,00	5,00						
Жаркое по-домашнему			200	18,02	12,40	30,11	620,00	(№ 369-2013)
грудка куриная (филе без кожи и костей)	67,50	50,00						
или свинина	58,80	56,00						
масса тушеного мяса		40,00						
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	172,90	130,00						
01.11.-31.12. -30%	185,90	130,00						
01.01-29.02 - 35%	199,94	130,00						
01.03 - 40%	217,10	130,00						
лук репчатый	11,90	10,00						
морковь до 01.01.-20%	30,00	24,00						
морковь с 01.01.-25%	31,92	24,00						
лавровый лист	0,01	0,01						
томатная паста	5,00	5,00						
соль йодированная	1,50	1,50						
масло растительное	5,00	5,00						
вода	15,00	15,00						
Напиток Витаминизированный "Витошка"			200			19,00	111,00	РЦ 10.86.10.5900-003-17840891-2016
Смесь сухая с витаминами, железом и прибиотиком	20,00	20,00						
вода питьевая	180,00	180,00						
ИЛИ								
Чай фруктовый			200	0,78	0,01	13,68	55,88	№ 106-2006
ягодно-яблочная смесь с/м	10,00	10,00						
или ягодно- яблочная смесь "Рябина" с/м	10,00	10,00						
брусника с/м	10,00	10,00						
сахар песок	12,00	12,00						
вода питьевая	180,00	180,00						
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			50	3,30	0,60	17,10	86,00	
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			50	4,05	0,50	24,40	97,00	
ИТОГО:				36,5	28,4	115,1	1179,1	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				59,8	50,5	216,9	1819,6	
4 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак								
Нарезка из свежих огурцов с маслом			60	0,42	3,05	1,14	47,46	№ 14/1-2011
огурцы свежие грунтовые	58,80	56,00						
или огурцы свежие парниковые	58,80	56,00						

масло растительное	4,00	4,00						
соль йодированная	0,30	0,30						
зелень свежая	0,68	0,50						
или								
Салат из белокачанной капусты с морковью до 1.03			60	0,99	3,05	5,66	54,48	№ 4-2005
капуста б/кочанная	60,00	48,00						
морковь до 01.01.-20%	7,50	6,00						
с 01.01 - 25%	7,98	6,00						
кислота лимонная	0,15	0,15						
вода	2,00	2,00						
сахар песок	3,00	3,00						
зелень свежая	1,35	1,00						
масло растительное	3,00	3,00						
вода	1,98	1,98						
Бефстроганов	й		100	9,10	7,90	2,96	120,04	№ 250-2011
говядина гуляш	84,00	80,00						
или грудка куриная (филе без кожи и костей)	108,00	80,00						
лук репчатый	9,52	8,00						
сметана	15,00	15,00						
вода питьевая	30,00	30,00						
мука пшеничная в/с	2,50	2,50						
соль йодированная	0,60	0,60						
масло растительное	1,50	1,50						
или								
Печень по строгановски			90	11,3	7,5	0,8	116	582-2006
печень говяжья	71,00	59,00						
масло сливочное 72,5%	5,00	5,00						
соус		50,00						
сметана	10,00	10,00						
мука пшеничная	3,80	3,80						
вода питьевая	40,00	40,00						
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	1,30	1,30						
Макаронь отварные			150	5,82	1,90	37,08	176,00	№ 309-2011
макаронь отварные	50,00	50,00						
соль йодированная	1,20	1,20						
вода питьевая	157,50	157,50						
масло сливочное 72.5 %	5,00	5,00						
или								
Капуста тушеная			150	3,6	6,3	17,8	142	№245-1997
капуста б/к	193,75	155,00						
морковь до 01.01.-20%	22,50	18,00						
морковь от 01.01-25%	23,94	18,00						
лук репчатый	10,71	9,00						
мука пшеничная	2,30	2,30						
вода питьевая	12,00	12,00						
лавровый лист	0,01	0,01						
масло растительное	8,00	8,00						
Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"			200/20/10	0,2	0,0	15,5	62,8	№686-2004
чай-заварка	1,5	1,5						
сахар	15	15						
лимон	11	10						
апельсин	21	20						
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			30	1,98	0,36	10,26	51,60	
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			50	4,05	0,50	24,40	97,00	
				21,57	13,71	91,34	609,38	
Обед								
Нарезка из отварной свеклы с сыром			80	0,88	6,93	13,66	53,40	№ 10-2001
свекла - до 01.01 - 20%	94,46	75,57						
с 01.01 - 25%	100,51	75,57						
масса отварной свеклы		69,33						
сыр сулугуни	10,10	10,00						
масло растительное	2,00	2,00						

зелень свежая	0,68	0,50						
Нврезка из свежих помидор с маслом			80	0,68	3,50	6,50	67,00	У. 15/1-2011
помидоры свежие грунтовые	78,33	74,60						
или помидоры свежие парниковые	78,33	74,60						
масло растительное	5,00	5,00						
зелень свежая	1,35	1,00						
Щи из свежей капусты на мясном бульоне и сметной (тк 120-1996)			200/т0/3	4,77	5,40	7,95	147,70	
капуста б/кочанная	50,00	40,00						
кашопель - 01.09.-31.10. - 21%	31,92	24,00						
01.11.-31.12. - 30%	34,32	24,00						
01.01.-29.02 - 35%	36,96	24,00						
01.03. - 40%	40,08	24,00						
морковь до 01.01.-20%	12,00	9,60						
п 01.01 - 25%	12,77	9,60						
яг репчатый	9,52	8,00						
масло сливочное	15,00	15,00						
или масло растительное	5,00	5,00						
пшеничный лист	0,01	0,01						
вода питьевая	160,00	160,00						
соль йодированная	1,20	1,20						
сметана 15%	5,00	5,00						
Мясные старики в сырном соусе			130	15,97	11,80	23,74	212,70	69-2017
Филе куриное	72,90	54,00						
фарш говяжий	55,08	54,00						
хлеб пшеничный 60%	13,50	13,50						
вода питьевая	11,00	11,00						
лук репчатый	8,57	7,20						
соль йодированная	0,80	0,80						
яйцо куриное	3,00	3,00						
мука пшеничная в/с	8,00	8,00						
масса п/ф		96,0						
масло растительное для смазки писта	0,00	3,00						
молоко питьевое 2,5%	28,35	27,00						
сыр сулугуни тертый	14,30	13,00						
мука пшеничная в/с	2,00	2,00						
вода питьевая	13,00	13,00						
чеснок	0,64	0,70						
		Или						
Печень по строгановски			90	11,3	7,5	0,8	130	582-2006
печень говяжья	71,00	59,00						
масло сливочное 72,5%	5,00	5,00						
соус		50,00						600-2004
сметана	10,00	10,00						
мука пшеничная	3,80	3,80						
вода питьевая	40,00	40,00						
томатный паста (без искусственных ароматизаторов)	1,30	1,30						
		или						
Сердце говяжье в соусе			100	10,30	8,30	9,00	134,95	Уг. 593-2006
Сердце говяжье в соусе	79,03	72,60						
		50,00						
морковь до 01.01.-20%	6	5						
с 01.01 - 25%	7	5						
лук репчатый	6	5						
соус		50,00						600-2004
сметана	10,00	10,00						
мука пшеничная	3,80	3,80						
вода питьевая	40,00	40,00						
томатный паста (без искусственных ароматизаторов)	1,30	1,30						
Гречка рассыпчатая			150	4,00	5,28	28,62	187,05	(Уг 67-2011)

крупа гречневая	50,00	50,00							
вода питьевая	106,50	106,50							
масло сливочное 72,5 %	10,00	10,00							
Кисель с витаминами "Витошка"			200			24,00	121,00		
Смесь для киселя	20,00	20,00							
вода питьевая	200,00	200,00							
		или							
Е0шлогнзг0дн0-яблочн0йсшеси			200	0,78	0,01	13,68	55,89	344-2011	
ягодно-яблочная смесь	20,00	20,00							
сахар песок	12,00	12,00							
вода питьевая	180,00	180,00							
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			50	3,30	0,60	17,10	86,00		
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			50	4,05	0,50	24,40			
ИТОГО:				32,77	30,55	139,47	918,84		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				54,34	44,26	230,81	1528,22		
Сдень									
Наименование блюда	КД	О, К	Н4'УТО, Г	Химический состав				Номер рецептуры	
				Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г		ЭЦ, ккал
			Завтра						
Бутерброд с повидлом				20/5/25	1,44	3,86	18,84	114,24	№2-2011
хлеб пшеничный	20,00	20,00							
масло сливочное 72,5 %	5,00	5,00							
повидло	25,00	25,00							
Омлет натуральный				170	13,00	11,10	17,00	235,20	Ая 210-2011
яйцо куриное	152,00	152,00							
молоко питьевое 2,5% жирности	45,30	45,30							
соль йодированная	0,90	0,90							
масса полуфабриката		197,30							
масло растительное	2,00	2,00							
или масло сливочное 72,5 %	2,00	2,00							
любовосмолоиом				200	3,80	4,54	18,58	119,05	ff. 382-2011
какао-порошок	3,00	3,00							
вода питьевая	50,00	50,00							
сахар песок	10,00	10,00							
молоко питьевое 2,5% жирности	150,00	150,00							
или молоко концентрированное	45,00	45,00							
Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность - яблоко, апельсин, груша, мандарин, банан)			170	0,66	0,38	14,25	85,00		
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			25	1,12	0,22	11,58	56,70		
ИТОГО:					20,02	20,10	80,25	610,19	
Обед									
Нарезка из свежих огурцов с маслом				80	0,68	3,50	6,53	67,33	№. 14/1-2011
огурцы свежие грунтовые	76,65	73,00							
или огурцы свежие парниковые	76,65	73,00							
масло растительное	4,00	4,00							
соль йодированная	0,85	0,85							
зелень свежая	1,35	1,00							
Суп Лагман на мясном бульоне со сметаной				250/13/5	15,80	9,60	21,80	237,40	
спагетти	8 00	8 00							
масса отварных спагетти		50							
чеснок	1 54	1,20							
лук репчатый	14,88	12 50							
масло растительное	4 94	4 94							
картофель - 01.09.-31.10 - 25%	33,25	25 00							
01.11.-31.12. -30%	35 75	25 00							
01.01.-29.02 - 35%	38 50	25 00							
01.03 - 40%	41,75	25 00							
морковь до 01.01 -20%	15 00	12 00							
с 01.01 - 25%	15 96	12 00							

соль йодированная	1,50	1,50						
бульон Куриный	180,00	180 00						
сметана 15%	5 00	5 00						
Грудка запеченная в молочном соусе			100	7,53	9,25	8,96	113,00	494-2004
грудка куриная (на кости)	65,63	62,50						
масло растительное	6,00	6,00						
мвсса запеченной куры		50,00						
соус молочный		50,00						597-2004
молоко пнтьевое	50,00	50,00						
мука пшеничная в/с	2,00	2,00						
Рие отварной			150	3,64	5,37	36,69	209,70	305-2011
крупа рис пропареный	45,00	45,00						
вода пнтьевая	110,20	110,20						
масло сливочное 72.5 %	10,00	10,00						
Компот с нзюмом + Витамин С			200	0,12	0,12	15,06	62,28	34&2011
патока	15,00	15,00						
сахар песок	12,00	12,00						
аскорбиновая кислота	0,06	0,06						
вода пнтьевая	180,00	180,00						
Напиток витаминизированный "Витошка"			200,0			19,0	111,0	РД 10.86.10.590-003-17840891-2016
Смесь для напитка	20,00	20,00						
Вода для напитка	200,00	200,00						
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			50	3,30	0,60	17,10	86,00	
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			50	4,05	0,50	24,40	97,00	
ИТОГО:				35,12	28,94	134,48	983,71	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				55,14	49,04	214,73	1593,90	

6 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					
		Завтра						
Кукуруза консервированная			60	2,59	0,39	13,99	69,99	N• 245-2006
кукуруза консервированная	99,00	60,00						
Белокачанная капуста с морковью / до 1.0Э			60	0,99	3,05	5,66	54,48	У• 4-2005
капуста б/кочанная	60,00	48,00						
морковь до 01.01.-20%	7,50	6,00						
с 01.01 - 25%	7,98	6,00						
кислота лимонная	0,15	0,15						
вода	2,00	2,00						
сахар песок	3,00	3,00						
зелень свежая	1,31	1,00						
масло растительное	3,00	3,00						
вода	1,98	1,98						
Гречка по купечески			G80	2,52	15,70	30,50	252,20	N• 220-2005
филе куриное	48,13	43,75						
или говядина 1 категории	58,80	56,00						
крупа гречневая	48,00	48,00						
вода для варки	90,00	90,00						
морковь	14,36	10,80						
лук репчатый	23,80	20,00						

овощи всевозможные	20,00							
соль	1,50	1,50						
масло растительное	5,00	5,00						
продукты с низкой средней пищевой ценностью - яблоко, апельсин, груша, мандарин, банан			150	0,66	0,38	14,25	80,00	
цукаты с сахаром			200	0,01	0,00	9,98	39,98	N. 268-2004
чай заварка	0,50	1,50						
вода питьевая	200,00	200,00						
сахар песок	10,00	10,00						
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			25	1,65	0,30	8,55	43,00	
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			50	4,05	0,50	24,40	97,00	
ИТОГО:				20,21	20,32	107,33	636,65	
Обед								
Кукуруза консервированная			60	2,59	0,39	13,99	69,99	
кукуруза консервированная	99,00	60,00						
Овощи натуральные соленные			60	0,48	0,07	1,22	8,20	N. 732011
огурцы соленные	100,20	60,00						
Рассольник Ленинградский со сметаной			200/15/3	3,3	7,02	15,2	99,02	129-1996
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	55,86	42,00						
01.11.-31.12. -30%	60,06	42,00						
01.01.-29.02 - 35%	64,68	42,00						
01.03 - 40%	70,14	42,00						
крупа перловая	4,80	4,80						
морковь до 01.01.-20%	10,00	8,00						
с 01.01 - 25%	10,64	8,00						
лук репчатый	7,62	6,40						
лавровый лист	0,01	0,01						
огурцы соленные	13,36	8,00						
масло сливочное	3,00	3,00						
или масло растительное	3,00	3,00						
вода	150,00	150,00						
сметана 15%	3,00	3,00						
зелень свежая	1,35	1,00						
Рыба запеченная			90	22,14	9,27	5,73	171,43	337-2004
Филе минтая промышленного производства	145,80	108,00						
или горбуша с/м	118,80	108,00						
масло растительное	6,00	6,0						
соль йодированная	0,80	0,80						
Соус сметанно - томатный			30	2,20	4,05	4,86	114,10	ЭЭ-2011
томатная паста (без консервантов и красителей)	3,00	3,00						
сметана	7,50	7,50						
мука пшеничная в/с	1,50	1,50						
вода	22,50	22,50						
соль йодированная	0,18	0,18						
Пюре картофельное			150	3,25	5,70	25,01	143,76	312 - 2011
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	170,24	128,00						
01.11.-31.12. -30%	183,04	128,00						
01.01.-29.02 - 35%	197,12	128,00						
01.03 - 40%	213,76	128,00						
молоко питьевое 2,5% жирности	23,63	22,50						
масло сливочное 72,5 %	10,00	10,00						
Компот из яблок + Витамин С			200	0,08	0,08	14,94	57,28	342 - 2011
яблоки свежие	22,60	20,00						

аскорбиновая кислота	0,06	0,06						
сахар песок	12,00	12,00						
вода питьевая	180	180						
Напиток витаминизированный "Витошка"		200,0			23,0	11,0		РД 10.86.10.590-00Э-17840891-2016
Смесь для напитка "Витошка"	20	20						
Вода для напитка	200	200						
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов		25	1,65	0,30	8,55	43,00		
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов		50	4,05	0,50	24,40	97,00		
ИТОГО:				38,90	27,24	120,48	849,30	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				59,11	47,56	227,81	1485,95	
7 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Животный состав					
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
		Завтрак						
Слойки с сахаром			50	1,70	6,90	19,00	149,00	
тесто слоеное промышленного производства	62,50	62,50						
сахар песок	0,50	0,50						
мука пшеничная в/с	3,00	3,00						
яйцо куриное	0,60	0,60						
масло растительное	1,00	1,00						
Шлов с мясом			250	15,4	15,9	48,7	999,5	УТ. 265-2011
говядина 1 категории	107	79						
или грудка куриная (филе без кожи и костей)	82	61						
или говядина тушиш полуфабрикат промышленного	79	79						
или свинина мясная	87	74						
массв тушеяого мясв		50						
масло растительное	12	12						
крупа рисовая	70	70						
морковь до 01.01.-20%	25	20						
с 01.01 - 25%	27	20						
лук репчатый	19	16						
томатное пюре (без консервантов и ароматизаторов)	1,2	1,2						
	10	10						
Чай с лимоном			200/2	0,01	0,00	9,98	99,98	У. 377-2011
чай заварка	0,50	0,50						
вода питьевая	200,00	200,00						
лимон	5,70	5,00						
сахар песок	10,00	10,00						
		НЛи						
Квасомолочный напиток "Снежок" 2,5%			200	5д	6,4	9	114	
Хлеб ржаной или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			20	1,00	0,30	8,10	38,90	
Квас пшеничный или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			25	3,97	0,25	19,28	56,74	
				20,08	23,35	99,06	609,14	
Обед								
Парезкв из отварной свеклы с сыром			80	0,66	5,20	9,40	129,60	У. 3 10-2001
свекла - до 01.01 - 20%	93,33	74,66						
с 01.01 - 25%	99,30	74,66						
масса отварной свеклы		68,50						
сыр сулугуни	6,06	6,00						
масло растительное	2,00	2,00						
зелень свежая	0,68	0,50						
Суп гороховый с гречками			250/15	9,10	8,60	97,51	215,87	(УТ 36-2011)
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	79,80	60,00						
01.11.-31.12. -30%	85,80	60,00						
01.01-29.02 - 35%	92,40	60,00						
01.03. -40%	100,20	60,00						

горох лущёный	20,00	20,00						
Масло сливочное	5,00	5,00						
лук репчатый	9,52	8,00						
морковь до 01.01.-20%	16,25	13,00						
с 01.01 - 25%	17,29	13,00						
соль йодированная	1,50	1,50						
Бульон мясной	175,00	175,00						
хлеб пшеничный	24,00	15,00						
Котлета по-хлыновски с соусом сметанно- томатным			90/30	12,05	8,62	19,88	189,65	№ 316а -2006
грудка куриная н/к (филе с кожей без костей)	52,65	39,00						
или фарш говяжий	36,72	36,00						
или фарш домашний	68,34	67,00						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	22,61	17,00						
01.11.-31.12. -30%	24,31	17,00						
01.01-29.02 - 35%	26,18	17,00						
01.03 - 40%	28,39	17,00						
лук репчатый	9,52	8,00						
яйцо куриное	2,00	2,00						
соль йодированная	0,60	0,60						
масса полуфабриката		108,00						
сухарь панировочный	6,00	6,00						
масса полуфабриката		96,00						
масло растительное	0,70	0,70						
Соус сметанно- томатный			30				114,90	№ 601-2004
сметана	6,00	6,00						
паста томатная	3,00	3,00						
мука пшеничная	1,50	1,50						
вода	25,50	25,50						
соль йодированная	0,20	0,20						
Капуста тушеная			150	3,50	5,10	17,89	142,63	708-2006
капуста б/к	193,75	155,00						
морковь	22,50	18,00						
томатная паста	4,00	4,00						
лук репчатый	10,71	9,00						
мука пшеничная в/с	2,30	2,30						
соль йодированная	1,50	1,50						
масло растительное	5,00	5,00						
Компот с изюмом + Витамин С			200	0,12	0,12	15,06	62,28	348-2011
изюм	15,00	15,00						
сахар песок	10,00	10,00						
аскорбиновая кислота	0,06	0,06						
вода питьевая	180,00	180,00						
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			25	1,65	0,30	8,55	43,00	
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			50	4,05	0,50	24,40	97,00	
ИТОГО:				31,13	28,44	132,69	994,93	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				51,21	51,79	231,75	1604,07	

8 день

			Химический состав				
--	--	--	-------------------	--	--	--	--

Наименование блюда		Брутто, г	Ефетто, г						
Завтрак									
Пюре из отварной свеклы				60	0,98	0,10	5,28	20,20	ЛТ. 44-1996
	свекла - до 01.01 - 20%	81,75	65,40						
	с 01.01 - 25%	86,98	65,40						
	масса отварной свеклы		60,00						
	зелень свежая	0,50	0,50						
Пюре из свежих помидор с маслом				80	0,68	0,50	6,50	67,00	Л. 15/1-2011
	помидоры свежие грунтовые	78,00	74,60						
	или помидоры свежие парниковые	78,33	74,60						
	масло растительное	4,00	4,00						
	зелень свежая	0,68	0,50						
Суп из говядины с овощами				100	10,30	6,00	5,00	113,00	Л. 593-2006
	Суп из говядины	79,00	72,50						
	масса отварного мяса		50,00						
	морковь до 01.01.-20%	6	5						
	п 01.01 - 25%	7	5						
	лук печеный	6	5						
	соус		50,00						
	сметана	10,00	10,00						
	макаронная	3,80	3,80						
	вода питьевая	40,00	40,00						
		1,30	1,30						
Печенье по строгановски			или	90	11,3	7,5	0,8	116	
	* печенье говяжья	71,00	59,00						
	масло сливочное 72,5%	5,00	5,00						
	соус		50,00						
	сметана	10,00	10,00						
	макаронная	3,80	3,80						
	вода питьевая	40,00	40,00						
		1,30	1,30						
Макароны отварные				150	5,82	1,90	07,08	176,00	Л. 309-2011
	макароны изделия	50,00	50,00						
	соль йодированная	1,20	1,20						
	вода питьевая	157,00	157,50						
	масло сливочное 72.5 %	5,00	5,00						
Кофейный напиток				200	2 }	29	2{ 4	124	ЛТ. 692-2004
	кофейный напиток	5,00	5,00						
	вода питьевая	50,00	50,00						
	сахар песок	10,00	10,00						
	молоко питьевое 2,5% жирности	150,00	150,00						
Чай с молоком и сахаром				200	1,55	1,28	14,41	75,64	Л. 685-2004
	чай черный	0,50	0,50						
	сахар песок	10,00	10,00						
	молоко питьевое 2,5% жирности	150,00	150,00						
	вода питьевая	50,00	50,00						
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов				20	0,70	0,10	9,40	41,00	
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов				40	2,00	0,60	16,20	77,80	
Обед									
Пюре из свежих огурцов с маслом				80	0,42	3,05	1,14	109,60	Л. 14/1-2011
	огурцы свежие (грунтовые)	76,65	73,00						
	или огурцы свежие (парниковые)	76,65	73,00						
	масло растительное	4,00	4,00						
	соль йодированная	0,85	0,85						
	зелень свежая	1,35	1,00						
Щи из свежей капусты с мясом и сметаной				250/10/3	4,77	9,10	8,80	178,92	(120-1996)
	говядина 1 категории	16,80	16,00						
	или филе куриное	13,42	12,20						
капуста б/кочанная		50,00	40,00						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%		31,92	24,00						

01.11.-31.12. -30%	34,32	24,00						
01.01-29.02 - 35%	36,96	24,00						
01.03. - 40%	40,08	24,00						
морковь до 01.01.-20%	12,00	9,60						
с 01.01 - 25%	12,77	9,60						
лук репчатый	9,52	8,00						
масло сливочное	5,00	5,00						
или масло растительное	5,00	5,00						
лавровый лист	0,01	0,01						
вода питьевая	160,00	160,00						
соль йодированная	1,20	1,20						
сметана 15%	3,00	3,00						
томатная паста(без консервантов и красителей)	2,00	2,00						
масло сливочное	3,00	3,00						
Бедро или грудка куриные запеченные "Домашние"			100	16,2	15,1	2,1	232,1	№494-2004
грудка куриная на кости	157	149						
или бедро куриное	157	149						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5	5						
чеснок	0,6	0,5						
масло растительное	2	2						
Соус сметанный			30					
сметана	7,50	7,50						
мука пшеничная	2,25	2,25						
вода	22,50	22,50						
соль йодированная	0,20	0,20						
Рис отварной			150	3,64	5,37	36,69	209,70	305-2011
крупа рис пропаренный	45,00	45,00						
вода питьевая	110,20	110,20						
масло сливочное 72.5 %	10,00	10,00						
Компот из ягодной смеси			200,00	0,10	0,00	12,68	47,90	357-2002
ягодная смесь "Рябинка"	20,00	20,00						
или ягодная смесь "Я Вишенка"	20,00	20,00						
или ягодно-яблочная смесь	20,00	20,00						
сахар песок	10,00	10,00						
Или								
Чай с лимоном			200	0,78	0,01	13,68	55,88	№ 106-2006
Лимон	10,00	10,00						
Чай черный	0,50	0,50						
сахар песок	10,00	10,00						
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			25	1,65	0,30	8,55	43,00	
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			50	4,05	0,50	24,40	97,00	
ИТОГО:				27,64	28,01	95,33	974,10	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				48,99	46,91	182,70	1573,53	

булерброд с масломсырош				20/5/8	4,08	4,70	9,14	105,00	(JГ. 3-2011)
мапло сливочное 72.5 %				5,00	5,00				
сыр сулугуни				11,11	11,00				
Хлеб пшеничный				20,00	20,00				
Рыба запеченная с овощами				90	9,60	9,30	29,30	175,60	N 374 -2004
филе лосося свежемороженого в ледяной глазури				120,64	84,96				
или филе горбуши свежемороженого в ледяной глазури				102,24	72,00				
магса запеченной рыбы					60,00				
масло растительное				2,00	2,00				
соль йодированная				1,00	1,00				
лук репчатый				17,85	15,00				
морковь до 01.01.-20%				37,50	30,00				
с 01.01 - 25%				39,90	30,00				
томатная паста (без искусственных ароматизаторов)				5,00	5,00				
Пюре картофельное				150	3,25	4,70	22,01	143,76	(X. 312-2011)
картофель - 01.09.-31.10.- 25%				170,24	128,00				
01.11.-31.12. -30%				183,04	128,00				
01.01-29.02 - 35%				197,12	128,00				
01.03 -40%				213,76	128,00				
молоко питьевое 2,5% жирности				23,63	22,50				
масло сливочное 72.5 %				6,00	6,00				
Чай с сахаром				200	0,01	0,00	9,98	39,98	(N. 268-2004)
чай заварка				1,50	1,50				
вода питьевая				200,00	200,00				
сахар песок				10,00	10,00				
Погурт молочный в индивидуальной упаковке				12л	2,2	2,8	11,0	78,0	
р/л					0,70	0,10	9,40	41,30	
Обед									
Овощи натуральные соленные (N. 702011)				60	0,48	0,07	1,22	8,20	
огурцы соленные				100,20	60,00				
7^Fгг^a консервированная				60	2,59	0,39	13,99	69,99	2011,00
кукуруза консервированная				99,00	60,00				
Свекольник с мясом со сметаной				200/5/0	2,13	12,80	12,45	156,00	55-2011
говядина 1 категории				25,20	24,00				
или филе куриное				20,13	18,30				
свекла до 01.01 -20%				60,00	48,00				
с 01.01 - 25%				63,84	48,00				
картофель - 01.09.-31.10.- 25%				42,56	32,00				
01.11.-31.12. -30%				45,76	32,00				
01.01-29.02 - 35%				49,28	32,00				
01.03. - 40%				53,44	32,00				
морковь до 01.01.-20%				10,00	8,00				
с 01.01 - 25%				10,64	8,00				
лук репчатый				7,62	6,40				
томатная паста(без консервантов и красителей)				2,00	2,00				
или сливочное				4,00	4,00				
или масло растительное				4,00	4,00				
сметана				2,40	2,40				
Гуляш из мяса				90	11,19	11,75	3,06	333,42	тк 260-20d 1
говядина 1 категории				67,20	64,00				
или грудка куриная (филе без кожи и костей)				67,50	50,00				
или свиная нежирная				58,80	56,00				
масса тушеного мяса					40,00				
томатная паста (без консервантов и красителей)				5,00	5,00				
лук репчатый				7,14	6,00				
мука пшеничная в/с				2,00	2,00				
масло растительное				3,00	3,00				
вода питьевая				50,00	50,00				

Капуста тушеная			150	Э,50	6,10	17,89	142,69	ЮГ 70Ф200d
капуста б/к	193,75	155,00						
морковь	22,50	18,00						
томатная паста	4,00	4,00						
лук репчатый	10,71	9,00						
мука пшеничная в/с	2,30	2,30						
соль йодированная	1,50	1,50						
масло раптовительное	3,00	5,00						
Макаронь отварные			150	5,82	1,90	37,08	176,00	Гр. 309-2011
макаронь отварные	60,00	60,00						
солъ йодированная	1,20	1,20						
вода питьевая	157,50	157,50						
масло сливочное 72.5 %	5,00	5,00						
Напиток витаминизированный "Витощка"			200,0			23,0	111,0	РЦ 10.86.10.590-003-d7840891-2016
Смесь для напитков Витощка	20,00	20,00						
Вода для напитка	200 00	200,00						
Компот из входной смеси			200,00	0,10	0,00	12,60	47,90	357-2002
ягодная смесь "Рябница"	20,00	20,00						
или ягодная смесь "Я Вишенка"	20,00	20,00						
или ягодно-яблочная смесь	20,00	20,00						
сахар песок	0 00	10,00						
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			50	Э,30	0,60	17,10	86,00	
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			60	4,86	0,60	29,28	116,40	
ИТОГО:				30,67	32,96	152,46	1048,81	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				50,51	54,56	243,29	1632,45	

10 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угль. г	ЭУ, ккал	
		Завтра						
Салат из белокочанной капусты с морковью до 1.03			60	0,99	3,05	5,66	54,48	(№4-2005)
капуста б/кочанная	60,00	48 00						
морковь до 01 01 -20%	7 50	6,00						
п 01.01 - 25%	7,98	6,00						
кислота лимонная	0,15	0 15						
вода	2 00	2,00						
сахар песок	3,00	3,00						
зелень свежая	1 35	1 00						
масло растительное	3 00	3 00						
вода	1 98	1,98						
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	114	60	60	0,5	0,1	1,0	6,4	Гр 01-2004
Фрикадельки в соусе			80/30	8,01	9,00	19,49	180,00	(Гр 280-211)
грудка куриная н/к (филе с кожей без костей	35 10	26 00						
фарш говяжий	28 56	28,00						
или фарш домашний	55 08	54 00						
хлеб пшеничный	13,50	13 50						
вода питьевая	1 00	11 00						
лук репчатый	8,57	7 20						
соль йодированная	0,80	0 80						
яйцо куриное	3,00	3 00						
мука пшеничная	8 00	8 00						
масса п/ф		96,00						
масло растительное для смазки листа	0 65	0 65						
Соус сметанный		30						(Гр 330-2011)
сметана 15%	7 88	7,50						

мука пшеничная	2,25	2,25						
вода	22,50	22,50						
Гречка рассыпчатая			150	4,00	5,28	28,62	187,05	(У. 67-2011)
крупка гречневая	40,00	40,00						
вода питьевая	106,50	106,50						
масло сливочное 72.5 %	6,00	6,00						
соль йодированная	1,50	1,50						
Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"			200/20/10	0,2	0,0	15,5	62,8	У.686-2004
чай-заварка	1,0	1,0						
сахар	13	13						
лимон	11	10						
апельсин	21	20						
или								
Чай с сахаром			200	0,01	0,00	9,98	39,98	(У. 268-2004)
чай заварка	0,50	0,50						
вода питьевая	200,00	200,00						
сахар песок	10,00	10,00						
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			20	0,70	0,10	9,40	41,30	
Хлеб пшеничный или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			25	1,97	0,22	13,28	56,74	
Фрукты в ассортименте				0,4	0,0	14,4	69,2	№458-2006
ИТОГО:				16,27	17,65	91,89	603,45	
Обед								
Салат па свежих огурцов с перцем болгарским			80					61-2006
перец	33,75	27,00		0,80	3,00	2,80	67,20	
огурец свежий	52,50	50,00						
зелень	1,35	1,00						
соль	1,00	1,00						
масло растительное	3,00	3,00						
Или								
Нарезка из свежих огурцов с маслом			80	0,80	3,05	2,60	63,28	№ 14/1-2011
огурцы свежие грунтовые	78,39	74,66						
или огурцы свежие парниковые	78,39	74,66						
масло растительное	5,00	5,00						
соль йодированная	0,30	0,30						
зелень свежая	0,68	0,50						
Рассольник Ленинградский со сметаной			200/15/3	4,8	5,02	15,07	100,20	129-1996
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	55,86	42,00						
01.11.-31.12. -30%	60,06	42,00						
01.01-29.02 - 35%	64,68	42,00						
01.03 - 40%	70,14	42,00						
крупка перловая	4,80	4,80						
морковь до 01.01.-20%	10,00	8,00						
с 01.01 - 25%	10,64	8,00						
лук репчатый	7,62	6,40						
лавровый лист	0,01	0,01						
огурцы соленые	13,36	8,00						
масло сливочное	3,00	3,00						
или масло растительное	3,00	3,00						
вода	150,00	150,00						
сметана 15%	5,00	5,00						
зелень свежая	1,35	1,00						
Или								
Суп "Солнечный день"			200/10/3	6,19	6,86	12,84	202,50	204-2006
говядина 1 категории	16,80	16,00						
или филе куриное	13,42	12,20						
масса готового продукта								
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	63,84	48,00						
01.11.-31.12. -30%	68,64	48,00						
01.01-29.02 - 35%	73,92	48,00						
01.03. - 40%	80,16	48,00						
морковь до 01.01 -20%	13,00	10,40						

морковь от 01.01-25%	13,83	10,40						
лук репчатый	9,52	8,00						
лавровый лист	0,01	0,01						
вода	150,00	150,00						
крупа рис пропаренный	4,80	4,80						
масло сливочное	3,00	3,00						
или масло растительное	3,00	3,00						
соль йодированная	1,20	1,20						
сметана 15%	3,00	3,00						
Рагу овощное с мясом			200	8,00	11,90	35,25	250,00	(№ 89-2010)
свинина	67,20	64,00						
или грудка н/к	52,50	50,00						
масса готового мяса		40,00						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	106,40	80,00						
01.11.-31.12. -30%	114,40	80,00						
01.01-29.02 - 35%	123,20	80,00						
01.03 - 40%	133,60	80,00						
морковь до 01.01.-20%	31,25	25,00						
с 01.01 - 25%	33,25	25,00						
капуста б/кочанная	87,50	70,00						
лавровый лист	0,01	0,01						
лук репчатый	14,28	12,00						
томатная паста	5,00	5,00						
соль йодированная	1,50	1,50						
масло растительное	4,00	4,00						
Компот из ягодной смеси			200,00	0,10	0,00	12,78	65,41	357-2002
ягодная смесь "Рябинка"	20,00	20,00						
или ягодная смесь "Я Вишенка"	20,00	20,00						
или ягодно-яблочная смесь	20,00	20,00						
сахар песок	10,00	10,00						
Или								
Компот из яблок + Витамин С			200	0,08	0,08	11,94	49,3	342-2011
яблоки свежие	22,60	20,00						
аскорбиновая кислота	0,06	0,06						
сахар песок	10,00	10,00						
вода питьевая	180	180						
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			50	3,30	0,60	17,10	86,00	
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			50	4,05	0,50	24,40	97,00	
ИТОГО:				26,27	30,66	122,84	915,48	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				42,54	48,31	214,73	1518,93	

11 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак								
Бутерброд с маслом			20/10	1,60	8,70	9,90	124,00	№ 1-2014
хлеб пшеничный	20,00	20,00						
масло сливочное 72,5%	10,00	10,00						
Каша пшеничная с маслом			200/5	2,01	13,10	28,23	180,00	(№264-2013)
крупа пшеничная	25,00	25,00						
вода	86,00	86,00						
молоко питьевое 2,5% жирности	96,00	96,00						
сахар песок	5,00	5,00						

масса каши		200,00						
масло сливочное 72.5 %	5,00	5,00						
Сырники из творога			100	15,0	6,00	19,86	227,45	(У. 231-2011)
творог	87,87	87,00						
крупа манная	21,00	21,00						
сахар песок	8,00	8,00						
ванилин	0,01	0,01						
масса полуфабриката								
масло растительное	1,20	1,20						
сахарная пудра	1,00	1,00						
сырники пром. произ-ва	116,00	116,00	100	15,0	6,00	19,86	227,45	(У. 231-2011)
Чай с лимоном			200/10	0,01	0,00	9,98	39,98	(У. 377-2011)
чай заварка	0,50	0,50						
лимон	11,40	10,00						
вода питьевая	200,00	200,00						
сахар песок	11,00	11,00						
		Итого						
Исломочный напиток "Снежок" 2,5%			200	5,2	6,4	9	114	
Хлеб ржвнй или хлеб ржвнй с содержанием витаминов и минералов			20	0,70	0,10	9,40	41,30	
Итого:				19,3	27,9	77,4	612,7	
			Обед					
Нарезка из свежих помидор с маслом			80	0,68	3,50	3,90	67,33	У. 15/1 2011
помидоры свежие грунтовые	78,33	74,60						
или помидоры свежие парниковые	78,33	74,60						
масло растительное	5,00	5,00						
зелень свежая	0,68	0,50						
		Итого						
Белокочанная капуста с морковью			80	0,96	3,08	5,76	72,74	У. 2006
капуста б/кочанная	80,00	64,00						
морковь до 01.01.-20%	10,00	8,00						
с 01.01 - 25%	10,64	8,00						
кислота лимонная	0,15	0,15						
вода	2,00	2,00						
сахар песок	3,00	3,00						
масло растительное	5,00	5,00						
вода	1,98	1,98						
Суп картофельный со сметаной			250/3	3,39	4,05	13,21	147,43	У. 2011
морковь до 01.01.-20%	18,75	15,00						
с 01.01 - 25%	19,95	15,00						
лук репчатый	11,90	10,00						
масло сливочное 72.5 %	5,00	5,00						
или масло растительное	5,00	5,00						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	99,75	75,00						
01.11.-31.12. -30%	107,25	75,00						
01.01-29.02 - 35%	115,50	75,00						
01.03 - 40%	125,25	75,00						
лавровый лист	0,01	0,01						
сметана 15%	10,00	10,00						
вода питьевая	188,00	188,00						
Говядина тушеная с овощами			90	14,14	15,37	12,59	333,10	У. 2018
говядина 1 категории	75,60	72,00						
масса отварного мяса		45						
морковь до 01.01	29,25	23,40						
морковь с 01.01	31,12	23,40						
лук репчатый	6,43	5,40						
зеленый горошек консервированный	15,25	9,90						

томатная паста (без консервантов и красителей)	2,70	2,70						
соль йодированная	0,90	0,90						
масло растительное	5,00	5,00						
вода питьевая	18,00	18,00						
Картофель отварной с маслом сливочным			150	3,05	3,11	26,85	147,59	№ 125-2011
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	199,50	150,00						
01.11.-31.12. -30%	214,50	150,00						
01.01-29.02 - 35%	231,00	150,00						
01.03 - 40%	250,50	150,00						
масло сливочное 72.5 %	5,00	5,00						
соль йодированная	1,50	1,50						
Компот из ягодной смеси			200	0,10	0,00	12,68	47,90	
ягодно-яблочная смесь	20,00	20,00						
или ягодная смесь "Рябинка"	20,00	20,00						
или ягодня смесь "Я Вишенка"	20,00	20,00						
сахар песок	10,00	10,00						
вода питьевая	180	180,00						
Или								
Напиток витаминизированный "Витошка"			200,0	-	-	19,0	111,0	РЦ 10.86.10.590-003-17840891-2016
Смесь для напитка Витошка	20	20						
Вода	200	200						
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			50	3,30	0,60	17,10	86,00	
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			50	4,05	0,50	24,40	97,00	
ИТОГО:				28,9	27,1	88,9	994,9	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				48,3	55,0	166,3	1607,6	
12 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак								
Горячий бутерброд с сыром			30/10/15	5,55	9,75	15,75	172,50	(№ 7-2011)
сыр сулугуни	15,15	15,00						
масло сливочное 72.5 %	10,00	10,00						
хлеб пшеничный	30,00	30,00						
Суп гороховый с мясом			250/12	9,10	8,60	32,50	185,00	(№ 36-2011)
курица тушка	21,08	14,64						
или кролик (тушка)	22,82	15,96						
масса отварного мяса		12,00						
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	79,80	60,00						
01.11.-31.12. -30%	85,80	60,00						
01.01-29.02 - 35%	92,40	60,00						
01.03. - 40%	100,20	60,00						
горох лущёный	20,00	20,00						
масло растительное	3,00	3,00						
лук репчатый	9,52	8,00						
морковь до 01.01.-20%	16,25	13,00						
с 01.01 - 25%	17,29	13,00						
соль йодированная	1,50	1,50						
вода	175,00	175,00						
хлеб пшеничный	16,00	10,00						
или								
Какао с молоком			200	3,80	4,54	18,58	119,05	(№ 382-2011)
какао-порошок	3,00	3,00						
вода питьевая	50,00	50,00						

сахар песок	10,00	10,00						
молоко питьевое 2,5% жирности	150,00	150,00						
или молоко концентрированное	45,00	45,00						
Чай с молоком и сахаром			200	1,55	1,28	14,41	75,64	(№ 685-2004)
чай чёрный	1,00	1,00						
сахар песок	10,00	10,00						
молоко питьевое 2,5% жирности	150,00	150,00						
вода питьевая	50,00	50,00						
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			20	0,70	0,10	9,40	41,30	
Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность - яблоко, апельсин, груша, мандарин, банан)			150	0,4	0,0	14,4	59,2	
ИТОГО:				19,55	19,73	86,46	577,05	
Обед								
Нарезка из свежих огурцов с маслом			80	0,42	3,05	1,14	64,80	(№ 14/1-2011)
огурцы свежие грунтовые	78,33	74,60						
или огурцы свежие парниковые	78,33	74,60						
масло растительное	5,00	5,00						
соль йодированная	0,30	0,30						
зелень свежая	1,30	1,00						
или								
Нарезка из соленых огурцов			60	0,60	0,15	1,35	10,73	70-2011
огурцы соленые	100,20	60,00						
Или								
Нарезка из отварной свеклы с сыром			80	0,86	1,56	5,02	53,40	702011
свекла - до 01.01 - 20%	92,51	74,12						
с 01.01 - 25%	98,58	74,12						
масса отварной свеклы		68,00						
сыр сулугуни	9,09	9,00						
соль йодированная	0,30	0,30						
Суп с рыбными консервами			250	8,60	13,36	19,60	246,58	№ 142 - 2004
консервы рыбные	36,00	30,00						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	93,10	70,00						
01.11.-31.12. -30%	100,10	70,00						
01.01.-29.02 - 35%	107,80	70,00						
01.03 - 40%	116,90	70,00						
морковь до 01.01.-20%	18,75							
с 01.01 - 25%	19,95	15,00						
крупа пшено	5,00	5,00						
или крупа рисовая	9,00	9,00						
лавровый лист	0,01	0,01						
лук репчатый	11,90	10,00						
масло растительное	4,25	4,25						
вода	180,00	180,00						
соль		1,						
Сердце говяжье в соусе			100	10,30	8,30	9,00	134,85	№ 593-2006
Сердце говяжье в соусе	79,03	72,50						
масса отварного мяса		50,00						
морковь до 01.01.-20%	6	5						
с 01.01 - 25%	7	5						
лук репчатый	6	5						
соус		50,00						600-2004
сметана	10,00	10,00						
мука пшеничная	3,80	3,80						
вода питьевая	40,00	40,00						
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	1,30	1,30						
или								
Печень по строгановски			90	11,3	7,5	0,8	116	582-2046
печень говяжья	71,00	59,00						

масло сливочное 72,5%	5,00	5,00						
соус		50,00						600-2004
сметана	10,00	10,00						
мука пшеничная	3,80	3,80						
вода питьевая	40,00	40,00						
томатная паста (без искусственных ароматизаторов красителей и консервантов)	1,30	1,30						
Маттароны отвлрные			150	5,82	1,90	37,08	176,00	(ffc 309-2011)
маваронные изделия	43,00	43,00						
поль йодированная	1,20	1,20						
вода питьевая	157,50	157,50						
масло сливочное 72.5 %	5,00	5,00						
Кисель с витаминами "Витошка"			200,00			24,00	95,00	10.86.10.590002-17840891-2016
Смесь для киселя	20,00	20,00						
Вода	200,00	200,00						
Кисель из свежнх ягод			200	0,10	0,20	15,10	56,68	№ 505-2013
ягодно-яблочная смесь	2000	20,00						
ягоднв смесь Я Вншенка	20 00	20,00						
сах,р лесок	0 00	10,00						
вода пнтьевая	95 00	195,00						
:q,ug	5,00	5,00						
Хлеб піленнчный няи хлеб піленичный с содержанием внтвминов и минервяов			50	4,05	0,50	24,40	97,00	
ИТОГО:			28,74	27,11	111,24	867,63		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			19,55	46,84	197,70	1444,68		
13 день								
Нвнменованне блтодв	Брутто, г	Шеффо, Г	Химичесмий состав					
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
		Завтра						
Нярэзнь из свежих огурцов с маслом			60	0,42	3,05	1.14	47,46	(№т 14/1-2011)
огурцы свежие грунтовые	58 80	56 00						
или огурцы свежие папниковые	58 80	56 00						
масло пастильное	4 00	4 00						
соль йодированая	0 30	0 30						
зелень свежая	0 50	0 50						
Вннегрет овощной			60	1.5	5.0	14.9	111	№я71-2004
картофель -01 09 -31 10 -25%	19	15						
0111 -3112 -30%	20	15						
01 01-2902-35%	21	15						
0103-40%	25	15						
масса отварного картофеля		14						
свекла до 0101 -20%	14	11						
с0101-25%	14	11						
мвсса отварной свеклы		10						
морковь до 01 01 -20%	9	7						
с 01 01 - 25%	9	7						
маеся отварной мовковн		6						
огурцы соленные без уксуса	58	17						
лук репчатый	11	9						
или лук зеленый	9	9						
і ігк НЧЕМ іт ІІ 2й?ні9.лб3080м0 мНІІаКО 6 ІІ [wD								
масло растительное	3	3						
зелень свежая (петгвшка. вкноп	1 35	1						
Бедро или грудкв куриные запеченные "Домашние"			100	16,2	15.1	0,7	203.5	№494-2004
грудка куриная на кости	137	149						
или бедпо купиноое	157	149						
томатное пюре (без искусственных аооматизаторов	5	5						
чеснок	86	05						
масло пастильное	2	2						
Макароны отварные			150	5.82	1.90	37,08	176.00	(N.• 309-2011)
макароны отварные	60 00	60 00						
соль йодипованная	1 20	1 20						
вода пнтьевая	157 50	157 50						
масло сливочное 72 5 %	5 00	5 00						

Макаронны отварныы с оводца.мн			150	4,83	1,72	34,60	162,00	
цакаронныы нзделя	40 00	40 00						
вода	157 50	157 50						
соль иопнрванная	1 50	1 50						
морковь очнценная	45 00	45 00						
масса прнпущенной моркови		30 00						
масло растнтельное	3 00	3 00						
Капнтотк Внтамннзнтроваый "Внтотшкв"			200	12,04	5,56	1,36	88,80	
Смесь сухая с внтамннами железом и пднотнотком	20 00	20 00						
вода пнтъевая	180 00	180 00						
Чай фруктовый			200	0,78	0,01	11,68	55,88	1,1 106-2006
ягодн-яблочная смесь с/м	10 00	10 00						
нлн ягодн- яблочная смесь "Рябнна" с/м	10 00	10 00						
опуснка с/м	10 00	10 00						
схво песок	12 00	12 00						
вода пнтъевая	180 00	180 00						
Хлеб ржаной нлн хлеб ржаной с содержаннем внтямннов		н мннепалов	20	0,30	0,10	9,40	41,30	
Хлеб пшннчннн нлн хлеб пшннчннн с содержаннем в		тамннов н мннепалов	25	1,97	0,25	13,28	90,74	
ИТОГО				1,11	1,11	62,96	599,80	
Горошек консервнроввапый			45	1,98	0,18	5,67	31,05	11, 22-2016
Горошек консервнрванный	45,00	45,00						
Кукуруза консервнрванная			60	2,59	0,39	13,99	69,99	
кукуруза консервнрванная	99,00	60,00						
Суфн картофельный с фрнзкдельками мяенымн			200/40	7,80	8,57	11,24	229,61	82-2011
морковь до 01.01.-20%	15,00	12,00						
с 01.01 - 25%	15,96	12,00						
лук репчатый	9,52	8,00						
масло сливочное 72,5%	5,00	5,00						
нлн масло растмтельное	5,00	5,00						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	79,80	60,00						
01.11.-31.12. -30%	85,80	60,00						
01.01-29.02 - 35%	92,40	60,00						
01.03 -40%	100,20	60,00						
соль йоднрванная	1,20	1,20						
лавровый лнст	0,01	0,01						
воьяв	144,00	144,00						
фарш промышленного производства говяжнй	46,92	46,00						
лук репчатый	2,14	1,80						
яйцо куруное	1,30	1,30						
соль ноднрванная	0,20	0,20						
масса пол фабрнката		49,10						
Жаркое по-домашнему			200	8,50	10,71	26,81	237,41	(11я 369-2013)
грудка куруная (фнле без кожн н костей)	67,50	50,00						
нлн свннна	58,80	56,00						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	172,90	130,00						
01.11.-31.12. -30%	185,90	130,00						
01.01-29.02 - 35%	199,94	130,00						
01.03 - 40%	217,10	130,00						
лук репчатый	11,90	10,00						
морковь до 01.01.-20%	30,00	24,00						
морковь с 01.01.-25%	31,92	24,00						
лавровый лнст	0,01	0,01						
томатная паста	5,00	5,00						
соль йоднрванная	1,50	1,50						

	масло растительное	5,00	5,00						
	вода	15,00	15,00						
Компот из кураги				200	0,45	0,16	21,63	85,98	348-2011
	курага	15,00	15,00						
	сахар песок	10,00	10,00						
	вода питьевая	185,00	185,00						
	Папнток внямяннзир ввнний "Внтошка"			200,00	-	-	19,00	80,00	10.86.10.590-003-17840891-2016
	Смесь для напнтка Витошка	20,00	20,00						
	Вода для напитка	200,00	200,00						
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минервалов				25	1,65	0,30	8,55	43,00	
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минервалов				50	4,05	0,50	24,40	97,00	

14 день

Яшменованиблюда	Брутто, г	Петто, г	Химический состав					ЭЦ, кквл	Помер рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Мнры, г	Угу. г				
Завтрак										
Овощи на подга нн овк : К к зв консе ви ованная Ns 245-2006			60	2,59	0,39	13,99	69,99	0 42		
за консе ви ованная	99,00	60,00								
Ня езкв из свежих помидо с мвслон			60	0,68	3,50	3,90	50,50	Ns 15/1-2011		
помндо ы свежне г товые	58,80	56,00								
или помндо ы свежие па ннковые	58,80	56,00								
масло астительное	4,00	4,00								
зелень свежая	0,68	0,50								
Жа кое по-домвшнем			200	8,50	5,70	19,45	193,47	ha 369-201Э		
г дка иная иле без кожн н костей	67,50	50,00								
или свиннна	58,80	56,00								
ка то ель - 01.09.-31.10.- 25%	172,90	130,00								
01.11.-31.12. -30%	185,90	130,00								
01.01-29.02 - 35%	199,94	130,00								
01.03 - 40%	217,10	130,00								
к епчатый	11,90	10,00								
мо ковь до 01.01.-20%	30,00	24,00								
мо ковь с 01.01.-25%	31,92	24,00								
лав вый лист	0,01	0,01								
томатная паста	5,00	5,00								
соль йоди ванная	1,50	1,50								
масло астительное	5,00	5,00								
вода	15,00	15,00								
Слойкв с повядлом			50	2,43	9,00	30,23	163,00			
тесто слоеное п мышленного п оизводства	50,00	50,00								
повидпо	20,00	20,00								
яйцо иное	0,60	0,60								
м ка пшеничная в/с	3,00	3,00								
масло астителяьное	1,00	1,00								
хян ссвеядов			200	0,01	0,00	9,98	39,98	bt 268-2004		
чай зава ка	0,50	1,50								
вода пнтьевая	200,00	200,00								
саха песок	10,00	10,00								
или										
Вяй с лимоном и впельснном "Цит усовый за яд"			200/20/10	0,2	0,0	15,5	62,8	N•686-2044		
чай-зава ка	0,5	0,5								
сеха	13	13								
лимон	11	10								
впельпин	21	20								
Хлеб жаной или хлеб жвной с соде жаннем внянннов и мннералов			20	1,32	0,24	6,84	Э4,40			
Хлеб пшеничный или хлеб пивенчный с содержанием внянннов и мннервалов			40	3,24	0,40	19,52	7760			

[illegible]

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеб., г	Энергетическая ценность	
		Завтрак						
Овощи натуральные соленные			60	0,48	0,07	11	8,20	Ns 702011
Овощи соленные	100,20	60,00						
Внегет овощной			60	1,5	5,0	14,9	111	@71-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	19	15						
01.11.-31.12. -30%	20	15						
01.01-29.02-35%	21	15						
01.03-40%	25	15						
мвсв отварного картофеля		14						
свежая до 01.01.-20%	14	11						
с 01.01 - 25%	14	11						
масса отварной свеклы		10						
морковь до 01.01.-20%	9	7						
с 01.01 - 25%	9	7						
масса отварной моркови		6						
огурцы соленные без уксуса	58	17						
лук репчатый	11	9						
лук зеленый	9	9						
лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта - лук зеленый								
масло растительное	3	3						
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,35	1						
филе куриное свежемороженое в ледяной глазури			90	11,04	8,04	17,80	190,30	Nc593 -2006
филе куриное свежемороженое в ледяной глазури	88,20	63,00						
филе куриное свежемороженое в ледяной глазури	88,20	63,00						
мясо потрошенное обезжиренное	108,00	80,00						
лук репчатый	17,85	15,00						
цельнозерновая	1,00	1,00						
хлеб пшеничный	10,00	12,00						
вода питьевая	10,00	10,00						
Мука пшеничная	6,00	6,00						
яйцо куриное	2,00	2,00						
масло растительное	5,00	5,00						
Блюдо: Сэртофельная			150	3,25	4,70	22,01	143,76	(Ne 312-2011)
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	170,24	128,00						
01.11.-31.12. -30%	183,04	128,00						
01.01-29.02 - 35%	195,84	128,00						
01.03-40%	213,76	128,00						
молоко питьевое 2,5% жирности	23,63	22,50						
масло сливочное 72,5 %	6,00	6,00						
Кофейный напиток			200	2,1	2,9	21,4	124	N•692-2004
кофейный напиток	5,00	5,00						
вода питьевая	100,00	100,00						
сахар песок	10,00	10,00						
молоко питьевое 2,5% жирности	100,00	100,00						
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			20	0,70	0,10	9,40	41,30	
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			30	1,10	0,20	14,10		
ИТОГО:				18,63	18,80	85,93	569,56	
Обед								
Нарезка из соленных огурцов			60	0,48	0,07	1,22	8,20	7112011
огурцы соленные	100,20	60,00						
Суп - пюре овощной с мясом и грибами			250/10	4,87	6,03	9,14	155,00	104-2018
филе куриное	20,13	18,30						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	119,70	90,00						
01.11.-31.12. -30%	128,70	90,00						
01.01-29.02 - 35%	138,60	90,00						
01.03. -40%	150,30	90,00						
морковь по 01.01.-20%	25,00	20,00						
с 01.01 - 25%	26,60	20,00						
лук репчатый	14,28	12,00						
молоко питьевое 2,5% жирности	50,00	50,00						

бульон от картофеля	100,00	100,00						
масло сливочное	5,00	5,00						
или масло растительное	5,00	5,00						
соль йодированное	1,50	1,50						
хлеб пшеничный	16,00	10,00						
Азу			90	11,90	12,50	12,00	173,51	(Уя 402-2006)
говядина гуляш	84,00	80,00						
или грудка куриная (филе без кожи и костей)	108,00	80,00						
томатная паста (без консервантов и красителей)	3,00	3,00						
лук репчатый	7,14	6,00						
огурцы соленые	13,36	8,00						
мука пшеничная в/с	2,50	2,50						
масло растительное	2,00	2,00						
вода питьевая	40,00	40,00						
масло растительное	3,00	3,00						
Пюре картофельное			150	3,25	4,70	22,01	143,76	312-2011
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	170,24	128,00						
01.11.-31.12. -30%	183,04	128,00						
01.01-29.02 - 35%	197,12	128,00						
01.03 - 40%	213,76	128,00						
молоко питьевое 2,5% жирности	23,63	22,50						
масло сливочное 72.5 %	5,00	5,00						
ИЛИ								
Гречка в рассыпчатом виде			150	4,00	6,28	28,62	187,05	(№. 67-2011)
крупа гречневая	50,00	50,00						
вода питьевая	106,50	106,50						
масло сливочное 72.5 %	5,00	5,00						
соль йодированная	1,50	1,50						
ИЛИ								
Капуста тушеная			150	3,50	5,10	19,99	142,63	708-2006
капуста б/к	193,75	155,00						
морковь	22,50	18,00						
томатная паста	4,00	4,00						
лук репчатый	10,71	9,00						
мука пшеничная в/с	2,30	2,30						
соль йодированная	1,50	1,50						
масло растительное	5,00	5,00						
Компот из кураги			200	0,45	0,06	20,63	85,98	348-2011
курага	15,00	15,00						
сахар песок	10,00	10,00						
вода питьевая	185,00	185,00						
ИЛИ								
Напиток витаминизированный "Внтошка"			200,0			19	80	РЦ 10.86.10.590-003-17840891-2016
Смесь для напитка	20	20						
вода питьевая	200	200						
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			25	1,65	0,30	8,55	43,00	
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			50	4,05	0,50	24,40	97,00	
ИТОГО:				27,40	25,74	124,55	893,50	0,00
							1463,06	

16 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Итого
			Витамин С	Белки, г	Жиры, г	Углеб. г	Энерг. ккал	

				№ 158-2013			№ 85-2006		
Завтрак									
С п с мака онным изделиямн кя то елем и к ищей				200/8	5,98	3 66	22 6	130 00	№ 158-2013
иша га									
или дка нная н/к иле без кожи н кости									
массв отвл нoR к н ы									
мака онные изделня лапша									
мо ковь до 01.01.-20%									
с 01.01 - 25%									
к пчатый									
масло встительное									
ка о ель - 01.09.-31.10.- 25%									
01.11.-31.12. -30%									
01.01-29.02 - 35%									
01.03 - 40%									
соль йоди ованная									
вода									
Пн ог я екнй				80	750	9 00	34 23	183 00	№ 85-2006
масло сливочное 72.5 %									
м ка пшеничная в/с									
сода пищевая									
лимонная кислота									
вода питьевая									
яйцо иное									
тво ог 9%									
саха песок									
масло астительное для смазки листв									
Кисель Витаминнзи ованный "Витошка"				200	1 70	695	15 05	111 00	
С хая смепь "Витошка"									
вода питьевая									
Алеб птенмчннй ний хлеб пшеничный с соде жаннеи витаминов н мине алов				20	200	060	1620	7780	
Хлеб жаной ний хлеб жаной с соде жаннем витаминов и мине вяов				20	112	022	1158	44 00	
Ф хт лосчмтаив с едияя лмшевав иенлость - ябяюко, впельсин г іла мвида ин,				170	04	00	144	592	
Обед									
Белокаячянявя капуста с морковью / до 1.03				60	0,99	3,05	6,58	54,48	У• 4-2005
капуста б/кочанная									
морковь до 01.01.-20%									
с 01.01 - 25%									
кислота лимонная									
вода									
сахар песок									
зелень свежая									
масло растительное									
вода									
Ярезкя из свежнх помндор с мвслом				60	0,68	3,50	3,90	50,50	№ 15/1-2011
помидоры свежне грунтовые									
нлн помндоры свежне парниковые									
ыасло растительное									
зелень свежая									
Борщ с мясом н сметаной				250/10/5	5,79	6,21	12,93	195,00	N• 170-2005
говядина гуляш									
картофель -01.09.-31.10.-25%									
01.11.-31.12. -30%J									
01.01-29.02-35%J									
01.03-40%J									
капустабелокочаннаясвежаяJ									
свекла-до 01.0I -20%J									
с01.01-25%J									
морковь до 01.01.-20%J									
с01.01-25%J									

томатная паста (без консервантов и красителей)	3,25	3,25						
лук репчатый	11,90	10,00						
лавровый лист	0,01	0,01						
масло растительное	3,00	3,00						
сметана	5,00	5,00						
соль йодированная	1,50	1,50						
сахар песок	1,75	1,75						
Котлета по-волжски с соусом сметанно- томатном			80/50	17,15	10,25	21,83	208,13	58-2017
горбуша с/м филе	27,50	25,00						
или минтай с/м (филе без кожи и костей)	33,75	25,00						
филе куриное	60,50	55,00						
лук репчатый	952	8,00						
соль	0,80	080						
яйцо куриное	2,00	2,00						
сухарь панировочный	6,00	6,00						
		96,00						
масло растительное	0,75	0,75						
Соус сметанно- томатный		50						334-2011
сметана 15%	8,30	8,30						
томатная паста	5,00	5,00						
мука пшеничная в/с	330	3,30						
вода	43,30	43,30						
соль	0,30	0,30						
масло сливочное 72,5 %	4,00	4,00						
Рис отварной			150	3,64	5,37	46,85	209,70	305-2011
крупа рис пропаренный	45,00	45,00						
вода питьевая	110,20	110,20						
масло сливочное 72,5 %	10,00	10,00						
Компот с изюмом + Витамин С			200	0,12	0,12	17,80	62,28	348-2011
изюм	15,00	15,00						
сахар песок	10,00	10,00						
аскорбиновая кислота	0,06	0,06						
вода питьевая	180,00	180,00						
Компот из ягодной смеси			200,00	0,10	0,16	11,68	47,90	357-2002
ягодная смесь "Рябинка"	20,00	20,00						
или ягодная смесь "Я Вишенка"	20,00	20,00						
или ягодно-яблочная смесь	20,00	20,00						
сахар песок	10,00	10,00						
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			25	1,65	0,30	8,55	43,00	
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			50	4,05	0,50	24,40	97,00	
ИТОГО:				35,04	26,26	138,94	869,59	

17 день

Наименование блюда		Нетто, г	Химический состав					Яомер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
рак								
Бутерброд с маслом			30/10	1,60	8,70	9,90	124,00	У. 1-2014
хлеб пшеничный	30,00	30,00						
масло сливочное 72,5%	10,00	10,00						
Овощная поджарнировка:								
Горошек зеленый отварной			60	1,86	0,10	3,90	24,00	(ff- 131/1-2013)
горошек консервированный	92,40	60,00						
и								
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным			60	0,9	5,0	3,1	61,0	Уя14/1; 15/1-2011
помидоры свежие парниковые	51	30						

или ломияоры свежие грунтовые	59	30						
огурцы свежие ларниковые	46	25						
или огурцы свежие грунтовые	47	25						
масло растительное ка полив при подаче	5	5						
зелень свежая (петрушка, укроп)	2	1,5						
Рагу овощной с мвсом			200	6,00	11,90	14,90	223,70	(Х.• 89-2010)
свинина	67,20	64,00						
или грудка н/п	52,50	50,00						
масса сотового мяса		40,00						
картофель - 01.09.-31. 10.- 25%	106,40	80,00						
01.11.-31.12. -30%	114,40	80,00						
01.01-29.02 - 35%	123,20	80,00						
01.03 - 40%	133,60	80,00						
морковь до 01.01.-20%	31,25	25,00						
с 01.01 - 25%	33,25	25,00						
капуста б/кочанная	87,50	70,00						
лавровый лист	0,01	0,01						
лук репчатый	14,28	12,00						
томатная паста	5,00	5,00						
соль йодированная	1,50	1,50						
масло растительное	4,00	4,00						
Какао с молоком			200	3,80	4,54	25,80	119,05	(Fs382-2011)
какао-порошок	2,00	2,00						
водв питьевая	100,00	100,00						
сахар песок	12,00	12,00						
молоко питьевое 2,5% жирности	100,00	100,00						
или монопо концентрированное	45,00	45,00						
Молоко питьевое 2,5% жирности непастеризованное			200	3,1	2,9	21,4	124	
молоко питьевое 2,5% жирности	210,00	200,00						
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			10	1,00	0,30	8,10	38,90	
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			20	1,12	0,22	11,58	44,00	
ИТОГО:				14,40	21,96	73,41	610,65	
Обед								
Винегрет овощной			60	1,5	5,0	14,9	111	Ns71•2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	19	15						
01.11.-31.12. -30%	20	15						
01.01-29.02 - 35%	21	15						
01.03 - 40%	25	15						
масса отварного картофеля		14						
свекла до 01.01.-20%	14	11						
с 01.01 - 25%	14	11						
масса отварной свеклы		10						
морковь до 01.01.-20%	9	7						
с 01.01 - 25%	9	7						
масса отварной моркови		6						
огурцы соленные без уксуса	58	17						
лук репчатый	11	9						
или лук зеленый	9	9						
лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый								
масло растительное	3	3						
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,35	1						
соль йодированная	0,30	0,30						
Суп "Солнечный день"			200/10/Э	5,25	10,29	Э8,45	198,25	204-2006
говяжья 1 категории	16 80	16 00						
или филе куриное	13,42	12,20						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	63,84	48,00						
01.11.-31.12. -30%	68,64	48,00						
01.01-29.02 - 35%	73,92	48,00						
01.03. - 40%	80,16	48,00						

морковь до 01.01 -20%	13,00	10,40						
морковь от 01.01-25%	13,83	10,40						
лук репчатый	9,52	8,00						
лавровый лист	0,01	0,01						
вода	150,00	150,00						
крупа рис пропаренный	4,80	4,80						
масло сливочное	7,00	7,00						
или масло растительное	3,00	3,00						
соль йодированная	1,20	1,20						
сметана 15%	5,00	5,00						
Или								
Суп Лагман на мясном бульоне со сметаной			250/5	20,59	17,08	47,68	294,00	№ 5-2004
спагетти	20,00	20,00						
масса отварных спагетти		50						
чеснок	1,54	1,20						
лук репчатый	14,88	12,50						
масло растительное	4,94	4,94						
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	33,25	25,00						
01.11.-31.12. - 30%	35,75	25,00						
01.01-29.02 - 35%	38,50	25,00						
01.03 - 40%	41,75	25,00						
морковь до 01.01.-20%	15,00	12,00						
с 01.01 - 25%	15,96	12,00						
соль йодированная	1,50	1,50						
бульон мясной	180,00	180,00						
сметана 15%	5,00	5,00						
Бедро или грудка куриные запеченные "Домашние"			100	16,2	15,1	14,4	203,5	№494-2004
грудка куриная на кости	157	149						
или бедро куриное	157	149						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и	5	5						
чеснок	0,6	0,5						
масло растительное	2	2						
Гречка рассыпчатая			150	4,00	5,28	28,62	187,05	(№ 67-2011)
крупа гречневая	50,00	50,00						
вода питьевая	106,50	106,50						
масло сливочное 72.5 %	8,00	8,00						
Компот из кураги			200	0,45	0,06	20,63	85,98	348-2011
курага	15,00	15,00						
сахар песок	10,00	10,00						
вода питьевая	185,00	185,00						
Или								
Компот из ягодно-яблочной смеси			200	0,78	0,01	13,68	55,88	344-2011
ягодно-яблочная смесь	20,00	20,00						
сахар песок	10,00	10,00						
вода питьевая	200,00	200,00						
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			25	1,65	0,30	8,55	43,00	
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			50	4,05	0,50	24,40	97,00	
ИТОГО:				30,93	31,30	159,16	1021,03	

18 neis

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Овощи на поджаривку :								

соль йодированная	0,60	0,60						
масло растительное	1,50	1,50						
Макаронные отварные			150	5,82	5,68	37,08	176,00	(У. 309-2011)
макаронные изделия	43,00	43,00						
соль йодированная	1,20	1,20						
вода питьевая	157,50	157,50						
масло сливочное 72.5 %	5,00	5,00						
Кисель из свежих ягод			200	0,10	0,24	15,10	56,68	У. 505-2013
ягодно-яблочная смесь	20,00	20,00						
ягодная смесь Я Вишенха	20300	20,00						
сахар песок	10,00	10,00						
вода питьевая	195,00	195,00						
крахмал	5,00	5,00						
Или								
Чай с молоком и сахаром			200	1,55	1,28	14,41	75,64	У. 685-2004
чай черный	0,50	0,50						
сахар песок	12,00	12,00						
молоко питьевое 2,5% жирности	100,00	100,00						
вода питьевая	100,00	100,00						
Кисель с витаминами "Витоска"			200,0			25	95	РЦ 10.86.10.590002-17840891-2016
Смесь уже киселя Витоска	20,00	20,00						
вода питьевая	200,00	200,00						
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			50	3,30	0,60	17,10	86,00	
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			50	4,05	0,50	24,40	97,00	
ИТОГО:				28,10	27,84	143,63	686,70	

19 деНь

Наименование блюда		Нетто, г	Химический состав					Пример рецептур
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак								
Бутерброд с маслом								
хлеб пшеничный	3000	30.00	30/10	1.60	8.70	9.90	124.00	№ 1-2014
масло сливочное 72,5%	10.00	1000						
Шницель из свежей капусты с картофелем с мясом свинины			250/10/5	10,80	5,10	9.73	142,13	(№ 124-2004)
говядина гуляш	16.80	16.00						
масса отварного мяса		00						
капуста белокочанная	62.50	50.00						
картофель - 01.09 - 31.10. - 25%	39.9	30.00						
01.11 - 31.12. - 30%	42.90	30.00						
01.01 - 29.02 - 35%	46.20	30.00						
01.03. - 40%	50.10	30.00						
морковь до 01.01. - 20%	15.00	12.00						
с 01.01 - 25%	15.96	12.00						
лук репчатый	11.90	10.00						
масло растительное	3.00	3.00						
лавровый лист	0.01	0.01						
вода питьевая	200.00	200.00						
соль йодированная	1.50	1.50						
сметана 15%	5.00	5.00						
Пирог с какао			80	4,96	7,31	36,46	232,00	(№ 563-2013)
кефир	27.00	27.00						
крупа манная	21.50	21.50						
сахар	13.00	13.00						
масло сливочное 72,5%	6.00	6.00						
или масло растительное	6.00	6.00						
какао порошок	0.20	0.20						
сода пищевая	0.12	0.12						
лимонная кислота	0.10	0.10						
вода для разведения лимонной кислоты	0.15	0.15						
ванилин	0.10	0.10						
мука пшеничная в/с	10.00	10.00						
яйцо куриное	6.00	6.00						
масса п/ф		90						
сахарная пудра	1.00	1.00						
Компот из ягодно-яблочной смеси			200	0,78	0,01	24,80	55,88	№507-2011
ягодно-яблочная смесь	20.00	20.00						
или ягодно-яблочная смесь "Рябина"	20.00	20.00						
сахар песок	11.00	11.00						

водапиіеваg		180,00	180,00						
ТЧЯЯ СВОЛОБЕОЩ Н СВЕЕДОМ				200	1,55	1,28	14,41	75,64	не_683-2004]
ра		песок	12,00	12,00					
ооо		ео							
		вода питьевая	50,00	50,00					
Алеб ржаной или хлеб ржанон с содержанием витаминов		н минералов		20	0,70	0,10	9,4и	аL30	
Фрукт	посчитана средняя пищевая ценность - яблоко, апельсин, груша, мандарин,			100	0,4	0,0	4,4	9,2	
ИТОГ					14,61	2,40	16,00	4,18,62	
			Обед						
Варезня нз свежнх огурцов с маслом				60	0,42	3,05	1,14	47,46	(Тз 14/1-20] 1)
огурцы свежие грунтовые		58,80	56,00						
или огурцы свежие парниковые		58,80	56,00						
масло растительное		4,00	4,00						
соль йодированная		0,30	0,30						
зелень свежая		0,50	0,50						
соль йодированная		0,30	0,30						
Суп с макароннымн изделиямн, картофелем н курицей				200/8	4,98	5,66	25,6	130,00	be 158-2013
курица тушка		14,2 J	9,80						
или грудка курнная и/к (филе без кожн и костей)		13,23	9,80						
массв отвярной курицы			8,00						
макаронные изделия (лапша)		8,00	8,00						
морковь до 01.01.-20%		12,50	10,00						
с 01.01 - 25%		13,30	10,00						
лук репчатый		9,52	8,00						
масло растительное		2,50	2,50						
картофель - 01.09.-31. 10.- 25%		79,80	60,00						
01.11.-31.12. -30%		85,80	60,00						
01.01-29.02 - 35%		92,40	60,00						
01.03 - 40%		100,20	60,00						
соль йодированная		1,50	1,50						
вода		144,00	144,00						
Суфле рыбное с томатным соусом				90/30	14,10	19,33	21,11	207,10	хг 268-2011
горбуша с/м с/г(филе с кожей без костей)		44,73	31,50						
минтай с/м (филе)		18,23	13,50						
молоко питьевое 2,5% жирности		4,16	4,16						
хлеб пшеничный		9,28	9,28						
яйцо куриное		5,51	5,51						
морковь до 01.01.-20%		38,63	30,90						
морковь с 01.01.-25%		41,10	30,90						
лук репчатый		16,47	13,84						
масло растительное		1,00	1,00						
соус томатный (331-2011)			30,00						
мука пшеничная в/с		1,50	1,50						
томатная паста (без консервантов и красителей)		7,50	7,50						
соль йодированная		0,20	0,20						
вода питьевая		25,50	25,50						
Пюре картофельное				150	3,25	6,70	22,01	143,76	ггг 312-2011
картофель - 01.09.-31.10.- 25%		170,24	128,00						
01.11.-31.12. -30%		183,04	128,00						
01.01-29.02 - 35%		197,12	128,00						

	01.03 - 40%	213,76	128,00						
	молоко пнтьеовое 2,5% жирности	23,63	22,50						
	маспо сливочное 72.5 %	8.00	8,00						
Компот из ягодной смеск				200	0,10	0,16	11,68	47,30	N• 344-201 I
	ягодно-яблочная смесь	20,00	20,00						
	или ягодная смепь "Рябинка"	20.00	20,00						
	или ягодня смесь "Я Вишенка"	20,00	20,00						
	саха лесок	10,00	10,00						
	вода питьевая	180	180,00						
				200,00			20,00	80,00	10.86.10.590-003-37840891-2016
Напиток витаминизированный "Внтошка"									
Смесь для напитка Внтошка	20	20							
Вода	200	200							
Хлео ржаной нли хлеб ржвной с содержанием внтвмннов н мннералов				40	2,64	0,48	13,68	68,80	
Хлеб пшеНичный иян хлеб пшеничный с содержвием витаминов н минервлов				50	4,05	0,50	24,40	97,00	

20 день

Наименование блюда			Химический состав					Помер репертуры
	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Уг. г	ЭЭ, ккал	
Наличие из отварной свеклы с соусом			60	0,66	5,20	9,40	40,05	6. 10-2001
	свекла - до 01.01 - 20%	70,85	56,68					
	с 01.01 - 25%	75,38	56,68					
	масса отварной свеклы		52,00					
	сыр сушеный	6,06	600					
	масло растительное	2,00	2,00					
	зелень свежая	0,68	0,50					
Азу			90	11,90	11,50	15,83	173,51	х. 402-2006
	говядина гуляш	84,00	80,00					
	филе куриное (без кожи и костей)	108,00	80,00					
	томатная паста (без консервантов и красителей)	3,00	3,00					
	лук репчатый	7,14	6,00					
	огурцы соленые	13,36	8,00					
	мука пшеничная в/с	2,50	2,50					
	масло растительное	2,00	2,00					
	вода питьевая	40,00	40,00					
Гречка рассыпчатая			150	4,00	5,28	29,62	187,05	(хр 67-201d)
	крупка гречневая	50,00	50,00					
	вода питьевая	106,50	106,50					
	масло сливочное 72.5 %	6,00	6,00					
	соль йодированная	1,50	1,50					
Кисло-молочный напиток "Снежок" 2,5%			200	5,2	6,4	9	114	
	Чай с сахаром		200	0,01	0,00	11,08	39,98	N. 268-2004)
	чай заварка	0,50	0,50					
	вода питьевая	200,00	200,00					
	сахар-песок	10,00	10,00					

Хлеб ржатсойт или хлеб ржаной с содержанием витвмпнов tt минералоа	20	1,32	0,24	6,84	34,40
ХлеG пшенттчный или хлеб пшеничий с содержвнкем витаминов и минераяов	30	2,43	0,30	14,64	58,20

Обед

Парезка из отварной свеклы с сыром	60	0,6	1,60	5,02	37,49	70-2011
свесла - до 01.01 - 20%	69,49	55,59				
с 0т.0т - 25%	73,93	55,59				
масса отвврной свехлы		51,00				
сыр судуі-уни	9,09	9,00				
соль йодировннвя	0,30	0,30				

Или								
Нарезка из свежих помидор с маслом			60	0,68	5,54	3,90	50,50	№ 15/1-2011
помидоры свежие грунтовые	58,80	56,00						
или помидоры свежие парниковые	58,80	56,00						
масло растительное	4,00	4,00						
зелень свежая	0,68	0,50						
Суп - пюре овощной с мясом и гречками			250/10	6,97	10,04	12,14	155,00	№ 104-2018
филе куриное	20,13	18,30						
масса отварного мяса		15,00						
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	119,70	90,00						
01.11.-31.12. - 30%	128,70	90,00						
01.01.-29.02 - 35%	138,60	90,00						
01.03. - 40%	150,30	90,00						
морковь до 01.01.-20%	25,00	20,00						
с 01.01 - 25%	26,60	20,00						
лук репчатый	14,28	12,00						
молоко питьевое 2,5% жирности	50,00	50,00						
бульон от картофеля	100,00	100,00						
масло сливочное	8,00	8,00						
или масло растительное	5,00	5,00						
соль йодированное	1,50	1,50						
хлеб пшеничный	16,00	10,00						
Плов с мясом			250	13,40	10,60	45,63	383,33	№ 403-1996
говядина 1 категории	84,00	80,00						
или свинина нежирная	73,50	70,00						
или филе куриное	67,10	61,00						
масса тушеного мяса		50,00						
крупа рис пропаренный	56,67	56,67						
вода питьевая	122,22	122,22						
соль йодированная	1,67	1,67						
морковь до 01.01.-20%	34,73	27,78						
с 01.01 - 25%	36,95	27,78						
лук репчатый	13,22	11,11						
томатная паста (без консервантов и красителей)	5,56	5,56						
масло растительное	5,00	5,00						
Кисель с витаминами "Витошка"			200,00			25,00	95,00	РЦ 10.86.10.590-002-117840891-2016
Смесь для киселя Витошка	20,00	20,00						
вода питьевая	200,00	200,00						
Или								
Компот из ягодной смеси			200,00	0,26	0,34	12,68	47,90	№ 357-2002
ягодная смесь "Рябинка"	20,00	20,00						
или ягодная смесь "Я Вишенка"	20,00	20,00						
или ягодно-яблочная смесь	20,00	20,00						
сахар песок	10,00	10,00						
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			40	2,64	0,48	13,68	68,80	
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			50	4,05	0,50	24,40	97,00	
ИТОГО:				28,59	27,42	138,55	784,10	
Соль йодированная в расчете на 1 день		1,00	1,00					
ИТОГО в среднем за 20 дней				52,60	47,41	212,39	1674,95	
Потребность в пищевых веществах и энергии для детей с 7 до 11 лет и старше (35% от суточной потребности)				50,75	41,45	206,15	1549,50	
Исполнитель: технолог				Гребенщиков М.В.				

Дата:	год							
-------	-----	--	--	--	--	--	--	--

Рекомендуемая масса порций блюд (в граммах) для детей двух возрастных групп

Название блюд	Масса порции в граммах для двух возрастных групп	
	с 7 до 11 лет	с 12 до 18 лет
Каша, овощное, яичное, творожное, мясное блюдо	150-200	200-250
Напитки (чай, аакао, сок, компот, молоко, кефир и др.)	180-200	180-200
Салат	60-100	100-150
Суп	200-250	250-300
Мясо, котлета	90-120	100-120
Гарнир	150-200	180-230
Фрукты	100	100

В соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования", Приложение 1"Масса порций для детей в зависимости от возраста (в граммах)

НАКОПИТЕЛЬНАЯ ВЕДОМОСТЬ к примерному 20-ти дневному меню обеда для детей с 7 до 11 лет,осенне-зимний учебный сезон																										
3 Мука пшеничная	1S	9	0	1,5	28,4	4,50	2	1,5	1,5	6,05	2	2,25	0	7,8	0	2,25	30,90	8,4	0	4,00	1,50	2,5	106,85		59%	
4 @utm. bebekms	4S	ZT	za	га.,л	0	*S	*S	цмО	м.00	*S	0	щ, #0	ZS	Q	0	0	so	0	0	0.00	0	100.0r	als,e^	n.iel	40is	
5 Макаронные изделия	13T	113	eEs	ZMOe	BTOS	31e3	*Я S	aa	теВ	ая.ю	3ZSOO	1и4	eETS	1S	TeEO	3OSBO	зевто	es.ZS	+4зы	t4ca	3я.е	11BT	“э	lаmZZ	10zЯ	
7 Овощи свежие, зелень	280	1M	тВ,BS	1М.Ы	1ев.BS	4st.4s	1zs,тВ	M1.S4	ю3.ее	этa.3a	ьo.3S	сZ.1s	OT	с+В.ZS	1M.to	Sr,OZ	14e.B3	BB.SZ	з1o,3s	1в3.е3	1se,a	1M,S3	34ш	1т<э	ык	
8 Фрукты (плоды) свежие	185	III	gg	20	30	50,00	170	172.00	30	70	60	114.00	71,40	180.00	30	\$2	0	330.00	20	70.00	100.00	30	1В1Ц6	Ю,e4	Ts	
10 Соки плодовоовощные, напитки (включены в меню, в т.ч. Инстантные***																										
11 Субпродукты (печень, язык, сердце)	30	тВ	0	0	0	142,00	0	0	0	79,03	0	0	0	150,025	0	0	0	0	0	0	0	0	371,06	18,553	103%	
16 Птица (целиком, без костей и внутренностей)	3S	31	0	0	0	0	8S,8Z5	0	0	0	0	28,56	0	21,08	139,00	0	0	с14#	1*B	0	0	0	417,48	20,874	99%	
18 Рыба-филе	58	3S	134.55	88,2	0	0	0	145.8	0	0	120.64	0	0	36	0	0	88,2	27.5	0	17.04	44.73	0	702.68	35,133	101%	
20 Кисломолочные продукты (массовая доля жира 2,5% - 3,2%)	150	TS	0	0	0	0	0	0	200	0	125	0	200	0	0	0	0	0	0	0	27	200	752	37,6	50%	
22 Сметана с м. д. ж. не более 15%	1B	6		4.0	1щW	6	0	T.S	6	17,50	0	12,88	10	0	0	0	B	с3,3	0	15	5	0	116,68	5,834	97%	
24 Масло сливочное	30	18	20	15,00	16,84	30,00	17,00	20,00	5		10,00	12,00	25,00	10,00	10,00	16,00	21,00	23,84	25,00	16,00	24,00	14,00	348,68	17,434	97%	
26 Яйцо, шт	40	24	0	5	50,72	3	152	152	2,60	0	0	3	0	0	1,3	3,30	110,00	12,72	0	2	5,51	0	503,15	25,158	105%	
27 Сахар (в т. ч. при приготовлении блюд и напитков)	30	18	25	12	25,84	12	22,00	22,00	10,50	20,00	10	26,00	34,00	20,00	10	20,00	20,00	13,84	10	10	24,00	10	357,18	17,859	99%	
29 Кондитерские изделия	10	5	0	0	0	0	25	25	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	52	2,8	52%	
32 Соль пищевая (по ГОСТу)	3	2	2,35	2,00	190	190	175	188	2,70	155	2,20	1	2,10	180	2,00	2,00	2,50	080	180	160	2,00	0,80	37	1,8	102%	

**** Тесто моеное прммсано а хлебу пшеичиному в 7,14 днях

Аннотация

Примерное 20 — ти дневное меню разработано для питания детей школьного возраста с 7 до 11 лет в общеобразовательном учреждении. Прием пищи — горячий обед

Нормы потребления продуктов питания рассчитаны для обеда - 35 % в соответствии Приложением 7, таблица №1 «Рекомендуемые среднесуточные наборы пищевых продуктов, в том числе, используемых для приготовления блюд и напитков, для обучающихся общеобразовательных учреждений» СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» (далее - СанПиН 2.3/2.4.3590-20).

Меню содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности, включая содержание витаминов и минеральных веществ в каждом готовом блюде и кулинарном изделии.

Меню разработано на основании СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Сборников технологических нормативов и в соответствии с требованиями:

- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, I часть - М.: Хлебпродинформ, 1996 г (N• рец. — 1996);
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах — М.: Хлебпродинформ, 2004г (N• рец. — 2004);
- Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции общественного питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, Том 1,2 — Москва, 2006г (Nг рец. — 2006. Москва);
- Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, I часть, II часть — Пермь: Уральский институт питания, 2004г (N•рец.-2004, Пермь);
- Сборник технических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной поддержке — Пермь, ООО «Уральский региональный центр питания» ГБОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е.А. Вагнера», 2013г (Nè дем. — 2013. Пермь);
- Сборник рецептур блюд и кулинарных для предприятий общественного питания, обслуживающих учащихся образовательных учреждений Свердловской области, - Е: Министерство торговли, питания и услуг Свердловской области, 2006г; (N9рец.-2006, Екатеринбург);
- Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях, г. Екатеринбург (экспертное заключение ФГУЗ «Центра гигиены и эпидемиологии в Свердловской области» №02-01-12-13-01/276), 2011г (Ns рец. - 2011, Екатеринбург);
- Сборник технических нормативов под редакцией М.П. Могильного 2017г.
- Практическое руководство под редакцией Тутельяна - 2014 г.
- Сборник рецептур и кулинарных изделий — 2010 г.

Блюда и кулинарные изделия следует изготавливать строго по технологическим и технико-технологическим картам.

Качество и безопасность продукции, произведенной по рецептурам меню, гарантируется только при строгом соблюдении: санитарных норм и правил, правил технологии приготовления блюд и изделий, последовательности технологических процессов, температурного режима, взаимозаменяемости продуктов, кулинарного назначения мясных и рыбных полуфабрикатов, указанных в технологических картах.

Нормы вложения продуктов массой брутто в рецептурах меню рассчитаны на стандартное сырье следующих кондиций:

- Говядина полуфабрикат или говядина 1 категории;
- Мясо птицы;
- Рыба мороженая, крупная, неразделанная или потрошенная, конкретно для данного блюда;
- В рецептурах предусмотрено использование: томатного пюре с содержанием сухих веществ 12%, яиц куриных средней массой 40 г без скорлупы;

- Для овощей приняты нормы отходов соответствие с Приложением №24 Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий 1996 г, необходимо строго следить за пересчетом процента отходов для расчета сырья по овощам, в соответствии с сезонностью.
- Соль в рецептурах меню и технологических карт указана для приготовления молочных каш и мучных изделий, закладка соли и специй (лавровый лист), предусмотренная в рецептурах блюд и кулинарных изделий не должна превышать норму потребления в день.
- При приготовлении блюд, предусматривающих замену продуктов, использовано приложение №11 «Таблица замены пищевой продукции в граммах (нетто) с учетом их пищевой ценности».

Кроме того, в меню использованы: хлеб и хлебобулочные изделия с содержанием витаминов и минералов, фрукты в свежем виде. Для дополнительного обогащения рациона микронутриентами могут быть использованы в меню специализированные продукты питания, обогащенные микронутриентами, а также инстантные витаминизированные напитки промышленного выпуска и витаминизация третьих блюд специальными витаминно-минеральными премиксами.

Продукты, входящие в состав рецептур блюд и кулинарных изделий согласно меню, указаны в граммах, кроме жидкости (сок, молоко, кисломолочный продукты, вода питьевая), которые указаны в миллилитрах.

При кулинарной обработке пищевых продуктов необходимо строго соблюдать **санитарно-эпидемиологические требования к технологическим процессам приготовления блюд:**

- при изготовлении вторых блюд из вареного мяса, птицы, рыбы или отпущенного вареного мяса (птицы) к первым блюдам, порционированное мясо обязательно подвергают вторичному кипячению в бульоне в течение 5-7 минут;
- порционированное для первых блюд мясо может до раздачи храниться в бульоне на горячей плите или мармите (не более 1 часа);
- при перемешивании ингредиентов, входящих в состав блюд, необходимо пользоваться кухонным инвентарем, не касаясь продукта руками;
- при изготовлении картофельного (овощного) пюре следует использовать механическое оборудование;
- масло сливочное, используемое для заправки гарниров и других блюд, должно предварительно подвергаться термической обработке (растопливаться и доводиться до кипения);
- яйцо варят в течение 10 минут после закипания воды;
- яйцо рекомендуется использовать для приготовления блюд из яиц, а также в качестве компонента в составе блюд;
- омлеты и запеканки, в рецептуру которых входит яйцо, готовят в жарочном шкафу, омлеты — в течение 8-10 минут при температуре 180-200 °С, слоем не более 2,5-3 см; запеканки — 20-30 минут при температуре 220-280 °С, слоем не более 3-4 см; хранение яичной массы осуществляется не более 30 минут при температуре не выше 432 °С;
- вареные колбасы, сардельки и сосиски варят не менее 5 минут после закипания;
- гарниры из риса и макаронных изделий в большом объеме воды (в соотношении не менее 1:6) без последующей промывки;
- салаты заправляют непосредственно перед подачей.

Готовые первые и вторые блюда могут находиться на мармите или горячей плите не более 2-х часов с момента изготовления либо в изотермической таре (термосах) - в течение времени, обеспечивающего поддержание температуры не ниже температуры раздачи, но не более 2-х часов. Подогрев остывших ниже температуры раздачи готовых горячих блюд не допускается.

Горячие блюда (супы, соусы, напитки) при раздаче должны иметь температуру не ниже 75 °С, вторые блюда и гарниры - не ниже 65 °С, холодные супы, напитки - не выше 14 °С.

Холодные закуски должны выставляться в порционированном виде в охлаждаемый прилавок-витрину и реализовываться в течение одного часа.

Готовые к употреблению блюда из сырых овощей могут храниться в холодильнике при температуре 4 +/- 2 °С не более 30 минут.

Свежую зелень, закладывают в блюда во время раздачи.

Использование сметаны и майонеза для заправки салатов не допускается.

Приготовление блюд должен соблюдаться принцип «щадящего питания»: для тепловой обработки применяется варка, запекание, припускание, тушение, приготовление на пару, приготовление в конвектомате; при приготовлении блюд не допускается жарка.

В целях профилактики гиповитаминозов проводят круглогодичную искусственную витаминизацию холодных напитков (компоты, кисели и др.) аскорбиновой кислотой, в соответствии санитарными правилами. Витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом). Подогрев витаминизированной пищи не допускается.

В соответствии с временными рекомендациями «Ассортимент и технология производства кулинарной продукции для питания детей и подростков в организованных коллективах» утвержденными Главным государственным санитарным врачом по Тюменской области (приказ №138 от 13.09.2006), **СанПиН 2.3.2.1293-03 «Гигиенические требования по применению пищевых добавок»**, п. 2.12.1:

- Томатное пюре, джем, повидло, кисели и др. продукты использовать без консервантов и искусственных добавок.
- Консервированные овощи (кукуруза, зеленый горошек) для приготовления салатов использовать после термической обработки.
- Консервированные, соленые овощи (огурцы, томаты) для приготовления салатов и других блюд использовать без добавления уксуса, не являющимися закусочными консервами.
- Чеснок добавлять с учетом индивидуальной переносимости.

В приготовлении блюд использовать только йодированную соль, соответствующую требованиям государственных стандартов. Соль в меню включена в состав рецептур блюд (каши, выпечные изделия), в другие блюда закладка соли осуществляется с закладкой с учетом приготовления качественных по органолептическим показателям в меру соленых блюд.

Следует учитывать, что выход фруктов и кондитерских изделий дан в меню ориентировочно. При формировании меню необходимо определять фактический выход фруктов и кондитерских изделий.

Меню для детей с ограниченными возможностями здоровья 7-11 лет. С 1 по 10 дек

		выход	1 день Завтрак	выход	3 день Завтрак	выход	4 день Завтрак	выход	5 день Завтрак	выход	6 день Завтрак		7 день Завтрак	выход	8 день Завтрак	выход	9 день Завтрак		10 день Завтрак	выход
Бутерброд с маслом	20/10	Салат из свежих помидор с зеленью	80	Бутерброд с сыром	20/15	Салат из огурцов с маслом и зеленью	80	Бутерброд с повидлом	20/5/15	Салат из свежей капусты с морковью			Помидоры свежие на	60	Бутерброд с маслом	20/5/8	Салат из свежей	80		
" "	200П	ш, угешзмianно	803Q	" " " "	250d9/5	Бефстроганов	50/50	Омлет натуральны	180	Гречка ао сугеясск	150	Плов с ципи	250	Гуляш в соусе	р/р	г	гр	гр/гр		
Суп с говядиной и картофелем (2вп)	ЮФ/20	Пюре картофельное	НО			Макароны отварные	150				ПН/15		Макароны отварные	150	Пюре картофельное	150	Гречка рассыпчатая	150		
Чай с лимоном	200Я	ампеееееаоаооой Виттошка	200		200	Чай с лимоном	200/2	Халва с орехом	200	Чай с сахаром	200	Снежок	2Ф	Кофе с молоком	2Ф	Чай с сахаром	2Ф	Миндальный "Цитрусовый заряд"	2Ф/10/10	
Хлеб "Свежий" пшеничный	25	Хлеб Николаевский (нарезной)	20	Хлеб Николаевский (нарезной)	25	Хлеб "Свежий" пшеничный	35,00	Хлеб Николаевский (нарезной)	50		Хлеб Николаевский (нарезной)	50	"Свежий" пшеничный	20	"Свежий" пшеничный	25	Хлеб Николаевский (нарезной)	25		
		Хлеб "Свежий" пшеничный	20							"Свежий" пшеничный	25	"Свежий" пшеничный	25	Хлеб Николаевский (нарезной)	20			"Свежий" пшеничный	25	
				Пирог "Пасхский"	100 00							Слойка с чаем	50		Рогалик	125 00				
								Фрукт (яблоко) 1 шт	150	Фрукт (мандарин)								Фрукт (мандарин) 1 шт	70	
Обед		Обед		Обед		Обед		Обед		Обед		Обед		Обед		Обед		Обед		
Нарезка из свежих	во	Кукуруза	45	Рис отварной	40	Нарезка из отварной свеклы с сыром	80	Салат из свежих	во	Кукуруза	40	Нарезка из отварной свеклы с	30	Нарезка из свежих	60	Нарезка из огурцов	40	Салат из свежих огурцов с перцем	80	
Суп овощной на мясном	250/10/1	Суп-лапша с мясом	250/15	Суп "Солнечный день"	250/15/5	Щи из свежей капусты с картофелем, на мясном	250/5	Суп лагман на мясном бульоне со	250/5	Рассольник Ленинградский со	250/5	Суп гороховый на мясном бульоне с	250/10	Щи из свежей капусты с картофелем, курой и	250/10/5	Свекольник со сметаной	250/5	Ленинградский на сметаной	250/5	
Филе рыбы "Морской"	80	Плов с мясом (свинина)	250	Жаркое по	250	Мясные шарики в сырном	90/50	Грудка запеченная в	100	Рыба запеченная	80	Котлета по	90	Кура запеченная (бедро)	100	Гуляш из мяса	90	Овощное рагу		
Соус сметанно-томатный	50					Каша гречневая рассыпчатая	150			Соус сметанно-томатный	30	Мясо тушеное	30	Соус сметанный	50					
						Кисель с витаминами	200	Рис припущенный	150	Пюре картофельное	150	Желе из фруктов	2Ф	Рис отварной	150	Макарон отварные	150	Макарон отварные	200	
компот из ягод	200	компот из ягодного	200	Витаминизированный и Виттошка	2Ф	Хлеб из злаков	25				200	Хлеб Николаевский	25	Компот из ягодной	200	Витаминизированный напиток	200	Хлеб Николаевский	25	
								Хлеб Николаевский	25	Хлеб Николаевский	25	Хлеб Пшеничный								
Хлеб Пшеничный	30	Хлеб Пшеничный	25	Хлеб Пшеничный	25			Хлеб Пшеничный	25	Хлеб Пшеничный	25			Хлеб Пшеничный	25	Хлеб Пшеничный	25			

Меню ялв детей с осраничеиннн вознояотостяни здороввв .С 7-11 лет. С 11 по 20 депь

11 день	выход	12 день	выход	13 день	выход	14 день	выход	15 день	выход	16 день	выход	17 день	выход	18 день	выход	19 день	выход	20 день	выход
Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак	
Бутерброд с маслом	30.окт	Горячий бутерброд с сыром	30.10.2015	Салат из огурцов с маслом и зеленью	80	Салат из свежих помидор с зеленью	80	Винегрет овощной	80	Пирог Царский	80	Бутерброд с маслом	30/10	Помидоры свежие	80	Бутерброд с маслом	30/10	Салат из отварной	60
	2Ф/5	Суп гороховый	250л2	Дура запеченая	100	Кермо по-	200	Тефтели рыбные	80	Суп с яв*арошнн изделиями,картофел	250/8		200	Клпвайаявю	#0	Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом	250/10/5	Азу	100
Сырники из творога молоком (2шт)	100/20			Макаронь отварные с овощами	130/20			Пюре шртфлексно	150			Парою ю свв<vx	70	Катва грассееас расщг*атве с	150/10			Гречка рассыпчатая	150
Чай с лимоном	200/2	Какао	200	Напиток витаминизированны	200	Чай с сахаром	200	Кофейный напиток	200	витаминами	200	Ка*аосшоло*ю*	200	вианттии	200	Напиток лу	200	Ч*йста*арош	200
"Свежий"пшеничный	35	Хлеб пшеничный (нарезной)	45	"Свежий"пшеничный	25	Хлеб Николаевский (нарезной)	25	Хлеб Николаевский (нарезной)	20	Хлеб Николаевский (нарезной)	20	"Свежий"пшеничный витаминизированны	20	"Свежий"пшеничный	25	Хлеб Николаевский (нарезной)	25	"Свежий"пшеничный витаминизированны	25
				Хлеб Николаевский (нарезной)	25				20	ХлоБл ишннекыZ	2000	Хлеб Николаевский (нарезной)	20	Хлеб Николаевский (нарезной)	25				
										Фрукт (Яблоко)	140.00			0	0	Фрукт(яблоко)	130	0	0
		Фрукт (мандарин)	100			Слойка с повидлом	50									Пирог с какао	80		
Обед		Обед		Обед		Обед		Обед		Обед		Обед		Обед		Обед		Обед	
Нарезка из свежих	50	огурцов с маслом и	80	Горошек консервированный	45	Айосоопорноу	40	Нарезка из соленых	40		80	Винегрет Овощной	аа		40		80	огурцов и свежих	80
Суп картофельный	250/5	Суп с рыбными	250/30	фрикадельками	250/20	Рыбный суп	250/20	Суп пюре овощной на мясном бульоне гренками	iso/io	Свекольник с мясом со сметаной	250/10/15	Борщ с мясом и сметаной	250/10/5	Уха рыбацкая	250/20	Суп с макаронными изделиями и мясом	250/15	Суп-пюре овощной с мясом и гренками	250/10/10
Пюре картофельное	ix	Пюре гороховое	2000	Пюре фасолевое	190	Ориаше*ихурицы	ix	Азу по татарски	50/50	котлета по волжски с соусом сметанно	80/50	Кура запеченая (бедро)	100	Бефстроганов	9Ф	Суп-пюре овощной с мясом	1000	Пюре овощной с мясом	100
Картофель отварной с маслом сливочным	150	Макаронь отварные					0	Пюре картофельное	150	Рис припущенный	150								
Компот из ягодной смеси	200	кисель с витаминами Витошка	200	Компот из кураги	200	витаминизированный Витошка	2Ф	Компот из кураги	200	Компот из изюма + витамин С	200	Гречка рассыпчатая	150	Макаронь отварные	150	Компот из кураги	2Н		
Хлеб николаевский	25	Хлеб николаевский	25	Хлеб николаевский	25	Хлеб николаевский	25	Хлеб николаевский	25	Хлеб николаевский	25	Компот из кураги	200		200	Хлеб николаевский	25	витаминами	200
Хлеб Пшеничный	25	Хлеб Пшеничный	25	Хлеб Пшеничный	25	Хлеб Пшеничный	25	Хлеб Пшеничный	25	Хлеб Пшеничный	25	Хлеб Николаевский	25	Хлеб Николаевский	25	Хлеб Пшеничный	25	Хлеб Николаевский	25
												Хлеб Пшеничный	25	Хлеб Пшеничный	25			Хлеб Пшеничный	25



Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека

Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения

«Центр гигиены и эпидемиологии в Тюменской области»

(ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Тюменской области»)

Холодильная, 57. Тюмень, 625027; Телефон (3452) 56-79-90, (3452) 56-79-91, (3452) 56-79-92

Тел/факс (3452) 20-50-06; e-mail: tocgsen@fduz-tyumen.ru; [http:// www.fguz-tyumen.ru](http://www.fguz-tyumen.ru)

ОКПО 74757016 ОГРН 1057200617759 ИНН/КПП 7203158959/720301001



УТВЕРЖДАЮ

Главный врач (займистель) ФБУЗ
«Центр гигиены и эпидемиологии в
Тюменской обла

А.Я. Фольмер

№ 46/Л

23 Августа 2021 г.

г. Тюмень

Экспертное заключение

1. Наименование услуги: экспертиза примерного 20-ти дневного меню горячих завтраков, обедов для двухразового питания детей в возрасте с 7 до 11 лет.
 2. Заявитель: ООО «Магв вкуса».
Юридический адрес: 625025, г. Тюмень, пер. Магнитогорский, д. 25;
ИНН 7204122539, ОГРН 1087232012262.
 3. Получатель: ООО «Магх вкуса».
Юридический адрес: 625025, г. Тюмень, пер. Магнитогорский, д. 25;
ИНН 7204122539, ОГРН 1087232012262.
 4. Нормативные документы, используемые экспертами при проведении экспертизы:
СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» (далее СанПиН 2.3/2.4.3590-20).
 5. Санитарно-эпидемиологической экспертизой установлено:
На основании заявки № 120031 от 12.08.2021 г. рассмотрено представленное примерное 20-ти дневное меню горячих завтраков, обедов для двухразового питания детей в возрасте с 7 до 11 лет.
Меню разработано на основании:
- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».
- При составлении меню использованы:
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, 1 часть - М.: Хлебпродинформ, 1996 г (Ня рец. — 1996);
 - Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при образовательных учреждениях — М.: Хлебпродинформ, 2004 г (Ня рец. — 2004);
 - Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции общественного питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, Том 1,2 — М.: 2006 г (Ня рец. — 2006, Москва);

- Сборник зехііа'тесхіх норіаттов, рецетур блюд в кулнарных изделіях для довікольних образовательных учреждевий, I ясть, II ясть - Пермь: Урвльскій нїізгїтур питания, 2004r (N. • рец. — 2004, Пермь);
- Сборник техніоесяк нормативов, рецеїгур бмоА » хупинаріїтах тіздепий дпе школ, іишоп-інтеріазов, дегих домов, детских оздоровіітетііях уеретдеііій, j рещдевий профессионального образования, специвлізіроваыых учреждений для несовервіеялтолетівіх, ітуждаювцікс в соцпвьНой реабилитації - Пермь, ООО «Уральскн8 региональьгй центр питаива» ГБОУ ВПО «Пермская госуда венвах оедтіцннская академия вм. акад. Е.А. Варііера», 2013 г (N. • рец. — 2013, Пермь);
- Сборник рецептов *бюоя и* кулнарных изделий для предприятий общезженного питанvw, обслуживающих учвшнхся образовательньтх учреждеііііх Свердловской обііасж, - E: Министерство торговли, питаия и услуг Свердловской областн. 2006r: (N. • рец. — 2006, Екатеринбург);
- Сборніш технических нормативов для ппытая детей в доівколньт оргааіізациях, г. E татеріубург (экспертное закюочевие ФГУЗ «Центрв гниены и эпидеіанолOrTІH в Свердловской области» К•02-01-12-13-01/276), 2011r (N. • рец. — 2011, Екатеринбург);

Предсзавпенія анвотацііс к меню, содержашчя ссышки на испоьзуез«уіо wzературу, нормативные документи, посцення к меню; накопіітепна ведомость; таблица расхода соля и специй при приготовлении бюод н изделий.

Для обеспечения здоровым питанием составлено примерное меню на 20 дней для возрастной группы детей 7-11 лет в соответствии с рекомендуемой формой составления примерного меню (приложение 8 СанПиН 2.3/2.4.3590-20), что соответствует п. 8.1.4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Примерное меню содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности (содержание белков, жиров и углеводов в каждом блюде). Принадлежит к категории информационных и консультативных изделий, в соответствии со стандартами рецептур.

Мейію включает аавзрак в обеп. На дото завзрвка в среднем за 20 двей пряходятся 20 - 25⁰/»от сутояной потребности в пищевых веществвх в энерши, на Аошо обеда в среднем за 20 дней приходится 30 - 35% от сууюіой потребовств в пищевых веществах и эяергин.

Примерное меню разработано с учетом физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастной группы от 7-11 лет (приложение 10, таблица 1, таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20), в течение дня допускается отступление от норм калорийности завтрака в пределах +/- 5%, ежедневный процент пищевой ценности за неделю соответствует нормам (приложение 10, таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20), что соответствует требованиям пп. 8.1.2, 8.1.2.3. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Суммарный объем готовым блюд для Сказанного возраста (7-11 лет) соответствует приложению 9 таблице 3, п. 8.1.2. СанПН Э.3/2.4.3590-20.

Масса порций готовых 6 А указанного возраста (7-11 лет) соответствует приложению 9 таблице 1 п. 8.1.2. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Для дополнительного обогащения рациона питания детей макронутриентами в мюви используется: хлеб и хлебобулочные изделия с содержанием витаминов и минералов, витаминизированный напиток. В целях профилактики дефицита в состоянии у детей используется соль поваренная пищевая йодированная при приготовлении блюд и кулинарных изделий, что соответствует требованию п. 8.1.6. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

В підприємстві не використовують блюда і кулінарні изделия, які можуть послужити причиною виникнення і поширення інфекційних і масових неінфекційних захворювань (отравлень), наведені в додатку 6 (СанПін

2.3/2.4.3590-20), ЧТО соответствует п. 8.1.9. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям общественного питания населения».

ЗАКЛЮЧЕНИЕ:

Представленное приложением № 20-го санитарно-эпидемиологическое заключение о горячих завтраках, обедах и полднях для детей в возрасте с 7 до 11 лет, разработанное ООО «Магистр вкуса» соответствует требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям общественного питания населения».

И. о. заведующего отделения гигиены
детей и подростков — врач по объектам гигиены



Е.А. Неаидннова