

1 день

| Наименование блюда | № рецептуры | Брутто, г | Нетто, г | Вес блюда | Пищевые вещества | | | ЭЦ, ккал |
|--|------------------|-----------|----------|--------------|------------------|-------------|--------------|--------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | |
| Завтрак | | | | | 16,2 | 14,6 | 104,2 | 608,3 |
| Макароны, запеченные с сыром | №334-2004 | | | 210 | 8 | 9,6 | 34,2 | 255,2 |
| макаронные изделия в виде бантиков | | 63 | 63 | | | | | |
| масса отварных макарон | | | 180 | | | | | |
| масло сливочное | | 10 | 10 | | | | | |
| Сыр | | 26 | 25 | | | | | |
| соль йодированная | | 1 | 1 | | | | | |
| масло сливочное | | 10 | 10 | | | | | |
| Чай с лимоном | №686-2004 | | | 200/5 | 0,1 | 0,0 | 15,2 | 59 |
| чай - заварка | | 1,0 | 1,0 | | | | | |
| сахар | | 15 | 15 | | | | | |
| лимон | | 6 | 5 | | | | | |
| Йогурт 2,5% - 3,2 % жирн. | | | | 100 | 1,9 | 3,2 | 16,4 | 100 |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | | | | 50 | 4,15 | 1,45 | 26,1 | 134 |
| Хлеб ржаной | | | | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,3 | 60,1 |

2 день

| Наименование блюда | № рецептуры | Брутто, г | Нетто, г | Вес блюда | Пищевые вещества | | | ЭЦ, ккал |
|---|------------------------|-----------|-------------|------------|------------------|-------------|-------------|--------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | |
| Завтрак | | | | | 32,2 | 24,3 | 96,3 | 733,0 |
| Печень говяжья по-строгановски | №431-2004 | | | 90 | 19,5 | 9,4 | 7,6 | 193,0 |
| печень говяжья | | 107 | 89 | | | | | |
| масло растительное | | 6 | 6 | | | | | |
| масса печени припущенной | | | 60 | | | | | |
| Соль йодированная | | 0,5 | 0,5 | | | | | |
| Соус № 600-2004 | | | 30,0 | | | | | |
| вода | | 24,0 | 24,0 | | | | | |
| сметана | | 10,0 | 10,0 | | | | | |
| масло сливочное | | 1,5 | 1,5 | | | | | |
| мука пшеничная | | 1,5 | 1,5 | | | | | |
| томатная паста | | 3,0 | 3,0 | | | | | |
| или | | | | | | | | |
| Сердце в соусе | №361-2021 | | | 90 | 20,4 | 6,2 | 6,4 | 141,0 |
| сердце говяжье | | 116 | 97 | | | | | |
| масса отварного сердца | | | 58 | | | | | |
| лук репка | | 6 | 5 | | | | | |
| вода питьевая | | 80 | 80 | | | | | |
| томатная паста | | 4,8 | 4,8 | | | | | |
| масло сливочное | | 4 | 4 | | | | | |
| Мука пшеничная | | 4 | 4 | | | | | |
| масса соуса | | | 70 | | | | | |
| чеснок | | 1 | 0,85 | | | | | |
| соль йодированная | | 0,5 | 0,5 | | | | | |
| масса п/фабриката | | | 159 | | | | | |
| Сложный гарнир (пюре картофельное, капуста тушеная) | | | | 180 | 4,1 | 8,1 | 21,0 | 173,7 |
| Пюре картофельное | №520-2004 | | | 100 | 2,2 | 3,3 | 14,8 | 97,7 |
| картофель - 01.09.-31.10. - 25% | | 114 | 86 | | | | | |
| 01.11.-31.12. - 30% | | 123 | 86 | | | | | |
| 01.01.-29.02 - 35% | | 132 | 86 | | | | | |
| 01.03 - 40% | | 144 | 86 | | | | | |
| молоко питьевое | | 16 | 16 | | | | | |
| масло сливочное | | 4 | 4 | | | | | |
| Соль йодированная | | 0,5 | 0,5 | | | | | |
| Капуста тушеная | №534-2004 | | | 80 | 1,9 | 4,8 | 6,2 | 76,0 |
| капуста свежая белокочанная | | 120 | 96 | | | | | |
| морковь - до 01.01 - 20% | | 7,5 | 6 | | | | | |
| с 01.01 - 25% | | 8,0 | 6 | | | | | |
| томатная паста(без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов) | | 2,4 | 2,4 | | | | | |
| лук репчатый | | 3,6 | 3 | | | | | |
| мука пшеничная | | 2,4 | 2,4 | | | | | |
| масло растительное | | 5 | 5 | | | | | |
| сахар | | 1,0 | 1,0 | | | | | |
| Соль йодированная | | 1,0 | 1,0 | | | | | |
| Компотик теплый из свежих яблок и ягод | №507-2013, Перм | | | 200 | 0,5 | 0,2 | 23,1 | 96,2 |
| яблоки свежие с удаленной семенным гнездом | | 22,8 | 20 | | | | | |
| смородина или клюква или брусника свежемороженная | | 21 | 20 | | | | | |
| сахар | | 15 | 15 | | | | | |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | | | | 50 | 4,15 | 1,45 | 26,1 | 134 |
| Хлеб ржаной | | | | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,3 | 60,1 |

3 день

| Наименование блюда | № рецептуры | Брутто, г | Нетто, г | Вес блюда | Пищевые вещества | | | ЭЦ, ккал |
|--|----------------|-----------|----------|-----------|------------------|-------------|-------------|--------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | |
| Завтрак | | | | | 24,3 | 28,7 | 79,6 | 674,2 |
| Нарезка из свежих овощей | №18-2021 Пермь | | | 80 | 0,8 | 0,1 | 2,9 | 16,0 |
| огурцы свежие | | 86,6 | 80 | | | | | |
| или помидоры свежие | | 85,3 | 80 | | | | | |
| или | | | | | | | | |
| Овощи консервированные без уксуса (огурцы) | №101-2004 | 110 | 60 | 60 | 0,51 | 0,06 | 0,96 | 6,45 |
| Зразы рубленые | № 456 - 2004 | | | 100 | 13,4 | 19,4 | 6,9 | 256,0 |
| мясо свинина | | 68 | 60 | | | | | |
| хлеб пшеничный | | 12 | 12 | | | | | |
| молоко питьевое | | 18 | 18 | | | | | |
| Яйцо | | 31,6 | 28 | | | | | |
| сухари панировочные | | 8 | 8 | | | | | |
| масло растительное | | 6 | 6 | | | | | |
| масло сливочное | | 5 | 5 | | | | | |
| соль йодированная | | 0,5 | 0,5 | | | | | |
| Гречка вязкая отварная | №510-2004 | | | 180 | 5,4 | 8,0 | 26,8 | 201 |
| крупа гречневая | | 45 | 45 | | | | | |
| вода питьевая | | 144 | 144 | | | | | |
| соль йодированная | | 1 | 1 | | | | | |
| масло сливочное | | 6 | 6 | | | | | |
| Чай с сахаром | №685-2004 | | | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 60,80 |
| чай-заварка | | 1,0 | 1,0 | | | | | |
| сахар | | 15 | 15 | | | | | |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | | | | 30 | 2,5 | 0,9 | 15,7 | 80,5 |
| Хлеб ржаной | | | | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,3 | 60,1 |

4 день

| Наименование блюда | № рецептуры | Брутто, г | Нетто, г | Вес блюда | Пищевые вещества | | | ЭЦ, ккал |
|---|--------------|-----------|----------|-----------|------------------|--------------|---------------|---------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | |
| Завтрак | | | | | 24,95 | 18,85 | 107,10 | 701,20 |
| Рыба запеченая | № 378 - 2004 | | | 80 | 14,4 | 9,9 | 9,1 | 183,1 |
| минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей) | | 128 | 96 | | | | | |
| или горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей) | | 140 | 96 | | | | | |
| Мука пшеничная | | 6 | 6 | | | | | |
| Масло растительное | | 6 | 6 | | | | | |
| соль йодированная | | 0,5 | 0,5 | | | | | |
| Рис припущенный | №512-2004 | | | 180 | 4,3 | 7,2 | 44,4 | 265,0 |
| крупа рисовая | | 64 | 64 | | | | | |
| вода питьевая | | 132 | 132 | | | | | |
| масло сливочное | | 5 | 5 | | | | | |
| Соль йодированная | | 1,0 | 1,0 | | | | | |
| Чай с лимоном | №686-2004 | | | 200/5 | 0,1 | 0,0 | 15,2 | 59 |
| чай - заварка | | 1,0 | 1,0 | | | | | |
| сахар | | 15 | 15 | | | | | |
| лимон | | 6 | 5 | | | | | |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | | | | 50 | 4,15 | 1,45 | 26,1 | 134 |
| Хлеб ржаной | | | | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,3 | 60,1 |

5 день

| Наименование блюда | № рецептуры | Брутто, г | Нетто, г | Вес блюда | Пищевые вещества | | | ЭЦ, ккал |
|--|------------------|-----------|----------|------------|------------------|-------------|--------------|--------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | |
| Завтрак | | | | | 23,9 | 19,3 | 109,4 | 705,3 |
| Кнели из птицы с рисом | №371-2021 | | | 100 | 12,8 | 11,5 | 6,0 | 177,8 |
| филе цыпленка бройлера | | 75 | 66 | | | | | |
| молоко питьевое | | 7,5 | 7,5 | | | | | |
| крупа рисовая | | 7,5 | 7,5 | | | | | |
| масса готовой каши | | | 33 | | | | | |
| масло сливочное | | 3,5 | 3,5 | | | | | |
| соль йодированная | | 0,5 | 0,5 | | | | | |
| масса п/ф | | | 124 | | | | | |
| Пюре картофельное | №520-2004 | | | 180 | 4,0 | 5,3 | 28,2 | 176,0 |
| картофель - 01.09.-31.10. - 25% | | 205 | 154 | | | | | |
| 01.11.-31.12. - 30% | | 220 | 154 | | | | | |
| 01.01-29.02 - 35% | | 237 | 154 | | | | | |
| 01.03 - 40% | | 257 | 154 | | | | | |
| молоко питьевое | | 28,8 | 28,8 | | | | | |
| масло сливочное | | 6 | 6 | | | | | |
| Соль йодированная | | 1,0 | 1,0 | | | | | |
| Чай с сахаром | №685-2004 | | | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 60,80 |
| чай-заварка | | 1,0 | 1,0 | | | | | |
| сахар | | 15 | 15 | | | | | |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | | | | 50 | 4,15 | 1,45 | 26,1 | 134 |
| Хлеб ржаной | | | | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,3 | 60,1 |
| Фрукты свежие | № 82-2021 | | | 180 | 0,72 | 0,72 | 21,8 | 97 |
| Или Сок в ассортименте | | | | 200 | | | 24,0 | 96,0 |

6 день

| Наименование блюда | № рецептуры | Брутто, г | Нетто, г | Вес блюда | Пищевые вещества | | | ЭЦ, ккал |
|---|-------------------------|-----------|----------|------------|------------------|-------------|--------------|--------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | |
| Завтрак | | | | | 24,9 | 23,4 | 112,9 | 759,3 |
| Плов из мяса по-узбекски | №444-2004 | | | 200 | 16,3 | 18,2 | 35,0 | 369,0 |
| или свинина б/к | | 70 | 63 | | | | | |
| масса тушеного мяса | | | 40 | | | | | |
| масло растительное | | 15 | 15 | | | | | |
| крупа рисовая | | 53 | 53 | | | | | |
| томатная паста | | 1,2 | 1,2 | | | | | |
| морковь - до 01.01 - 20% | | 50 | 40 | | | | | |
| с 01.01 - 25% | | 53 | 40 | | | | | |
| лук репчатый | | 15 | 13 | | | | | |
| Соль йодированная | | 0,5 | 0,5 | | | | | |
| Компотик теплый из свежих яблок и ягод | №507-2013, Пермь | | | 200 | 0,5 | 0,2 | 23,1 | 96,2 |
| яблоки свежие с удаленной семенным гнездом | | 22,8 | 20 | | | | | |
| смородина или клюква или брусника свежемороженная | | 21 | 20 | | | | | |
| сахар | | 15 | 15 | | | | | |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | | | | 50 | 4,15 | 1,45 | 26,1 | 134 |
| Хлеб ржаной | | | | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,3 | 60,1 |
| Йогурт 2,5% - 3,2 % жирн. | | | | 100 | 1,9 | 3,2 | 16,4 | 100 |

7 день

| Наименование блюда | № рецептуры | Брутто, г | Нетто, г | Вес блюда | Пищевые вещества | | | ЭЦ, ккал |
|--|-------------------|-----------|----------|------------|------------------|-------------|--------------|--------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| | | | | | 29,8 | 12,4 | 117,3 | 699,3 |
| Свекла отварная | № 26- 2021 | | | 60 | 1,8 | 1,2 | 11,0 | 62,0 |
| свекла до 01.01 - 20% | | 72 | 60 | | | | | |
| свекла с 01.01 - 25% | | 78 | 60 | | | | | |
| Запеканка картофельная с печенью | №354-2021 | | | 230 | 18,4 | 6,2 | 22,7 | 220,0 |
| картофель - 01.09.-31.10. - 25% | | 287 | 216 | | | | | |
| 01.11.-31.12. -30% | | 309 | 216 | | | | | |
| 01.01-29.02 - 35% | | 333 | 216 | | | | | |
| 01.03 - 40% | | 361 | 216 | | | | | |
| печень говяжья | | 72 | 59 | | | | | |
| масса печени припущенной | | | 50 | | | | | |
| лук репчатый | | 10,5 | 8,8 | | | | | |
| сухари панировочные | | 5 | 5 | | | | | |
| масло сливочное | | 4 | 4 | | | | | |
| яйцо куриное для смазки | | 2 | 2 | | | | | |
| масло растительное для смазки | | 2 | 2 | | | | | |
| Соль йодированная | | 0,5 | 0,5 | | | | | |
| масса п/ф | | | 285,0 | | | | | |
| Какао с молоком | №642-1996 | | | 200 | 3,4 | 3,2 | 21,2 | 127,2 |
| какао - порошок | | 3 | 3 | | | | | |
| молоко питьевое | | 130 | 130 | | | | | |
| сахар | | 15 | 15 | | | | | |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | | | | 50 | 4,15 | 1,45 | 26,1 | 134 |
| Хлеб ржаной | | | | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,3 | 60,1 |
| Сок в инд. уп. | | | | 200 | | | 24,0 | 96,0 |

8 день

| Наименование блюда | № рецептуры | Брутто, г | Нетто, г | Вес блюда | Пищевые вещества | | | ЭЦ, ккал |
|---|-----------------------|-----------|----------|------------|------------------|-------------|--------------|--------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| | | | | | 19,3 | 22,6 | 81,6 | 604,9 |
| Нарезка из свежих овощей | №18-2021 Пермь | | | 60 | 0,6 | 0,1 | 2,2 | 12,0 |
| огурцы свежие | | 65 | 60 | | | | | |
| или помидоры свежие | | 64 | 60 | | | | | |
| или | | | | | | | | |
| Овощи консервированные без уксуса (огурцы) | №101-2004 | 110 | 60 | 60 | 0,51 | 0,06 | 0,96 | 6,45 |
| Шницель из мясной | №451-2004 | | | 100 | 9,4 | 13,0 | 17,0 | 222,5 |
| свинина б/к | | 83 | 74 | | | | | |
| или говядина б/к | | 83 | 74 | | | | | |
| хлеб пшеничный | | 18,7 | 18,7 | | | | | |
| молоко питьевое | | 14 | 14 | | | | | |
| лук репчатый | | 6 | 5 | | | | | |
| яйцо куриное | | 5 | 5 | | | | | |
| сухари | | 6 | 6 | | | | | |
| масло растительное | | 2,0 | 2,0 | | | | | |
| Соль йодированная | | 0,5 | 0,5 | | | | | |
| Капуста тушеная | №534-2004 | | | 180 | 4,6 | 8,3 | 19,4 | 169 |
| капуста белокочанная свежая | | 258 | 206 | | | | | |
| морковь - до 01.01 - 20% | | 13,5 | 11 | | | | | |
| с 01.01 - 25% | | 15 | 11 | | | | | |
| томатная паста (без содержания искусственных ароматизаторов, красителей) | | 1,8 | 1,8 | | | | | |
| лук репчатый | | 10 | 8 | | | | | |
| мука пшеничная | | 2 | 2 | | | | | |
| масло растительное | | 7 | 7 | | | | | |
| Соль йодированная | | 1 | 1 | | | | | |
| или | | | | | | | | |
| Сложный гарнир (пюре картофельное, капуста тушеная) | | | | 180 | 4,1 | 8,1 | 21,0 | 173,7 |
| Пюре картофельное | №520-2004 | | | 100 | 2,2 | 3,3 | 14,8 | 97,7 |
| картофель - 01.09.-31.10. - 25% | | 114 | 86 | | | | | |
| 01.11.-31.12. -30% | | 123 | 86 | | | | | |
| 01.01-29.02 - 35% | | 132 | 86 | | | | | |
| 01.03 - 40% | | 144 | 86 | | | | | |
| молоко питьевое | | 16 | 16 | | | | | |
| масло сливочное | | 4 | 4 | | | | | |
| Соль йодированная | | 0,5 | 0,5 | | | | | |
| Капуста тушеная | №534-2004 | | | 80 | 1,9 | 4,8 | 6,2 | 76,0 |
| капуста свежая белокочанная | | 120 | 96 | | | | | |
| морковь - до 01.01 - 20% | | 7,5 | 6 | | | | | |
| с 01.01 - 25% | | 8,0 | 6 | | | | | |
| томатная паста(без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов) | | 2,4 | 2,4 | | | | | |
| лук репчатый | | 3,6 | 3 | | | | | |
| мука пшеничная | | 2,4 | 2,4 | | | | | |
| масло растительное | | 5 | 5 | | | | | |
| сахар | | 1,0 | 1,0 | | | | | |
| Соль йодированная | | 1,0 | 1,0 | | | | | |
| Чай с сахаром | №685-2004 | | | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 60,80 |
| чай-заварка | | 1,0 | 1,0 | | | | | |
| сахар | | 15 | 15 | | | | | |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | | | | 30 | 2,5 | 0,9 | 15,7 | 80,5 |
| Хлеб ржаной | | | | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,3 | 60,1 |

9 день

| Наименование блюда | № рецептуры | Брутто, г | Нетто, г | Вес блюда | Пищевые вещества | | | ЭЦ, ккал |
|--|-------------------|-----------|----------|---------------|------------------|-------------|--------------|--------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | |
| Завтрак | | | | | 38,8 | 18,5 | 107,5 | 753,3 |
| Каша манная жидкая с маслом | №311-2004 | | | 200/10 | 6,7 | 7,1 | 29,4 | 208,3 |
| крупа манная | | 31 | 31 | | | | | |
| молоко питьевое | | 176 | 176 | | | | | |
| сахар | | 4 | 4 | | | | | |
| соль йодированная | | 0,5 | 0,5 | | | | | |
| масло сливочное | | 10 | 10 | | | | | |
| Сырники из творога запеченные с джемом или повидлом или молоком сгущенным | №286 -2021 | | | 80/20 | 24,4 | 7,1 | 31,1 | 287,7 |
| Творог | | 73,5 | 72,8 | | | | | |
| Мука пшеничная | | 9,6 | 9,6 | | | | | |
| сахар | | 6,4 | 6,4 | | | | | |
| яйцо куриное | | 4 | 3,5 | | | | | |
| сметана | | 2,4 | 2,4 | | | | | |
| масло растительное для смазки | | 1,6 | 1,6 | | | | | |
| Соль йодированная | | 0,5 | 0,5 | | | | | |
| масса п/ф | | | 94 | | | | | |
| джем или повидло или молоко сгущенное | | 20 | 20 | | | | | |
| Кофейный напиток | №692-2004 | | | 200 | 3,2 | 3,1 | 19,0 | 116,7 |
| кофейный напиток | | 2,4 | 2,4 | | | | | |
| сахар | | 15 | 15 | | | | | |
| молоко питьевое | | 130 | 130 | | | | | |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | | | | 30 | 2,5 | 0,9 | 15,7 | 80,5 |
| Хлеб ржаной | | | | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,3 | 60,1 |

10 день

| Наименование блюда | № рецептуры | Брутто, г | Нетто, г | Вес блюда | Пищевые вещества | | | ЭЦ, ккал |
|--|---------------------|-----------|----------|--------------|------------------|-------------|--------------|--------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | |
| Завтрак | | | | | 27,6 | 23,1 | 112,5 | 771,6 |
| Чахохбили | № 491 - 2004 | | | 120 | 15,6 | 15,2 | 12 | 254 |
| Филе куриной грудки | | 123 | 110 | | | | | |
| масло растительное | | 10 | 10 | | | | | |
| масса тушеных кур | | | 75 | | | | | |
| лук репчатый | | 75 | 63 | | | | | |
| масса пассерованного лука | | | 31 | | | | | |
| томатная паста | | 2 | 2 | | | | | |
| мука пшеничная | | 1 | 1 | | | | | |
| зелень сушеная (петрушка или укроп) | | 0,1 | 0,1 | | | | | |
| соль йодированная | | 0,5 | 0,5 | | | | | |
| Макаронные изделия отварные | №516-2004 | | | 180 | 6,7 | 6,0 | 35,5 | 221,4 |
| макаронные изделия | | 61 | 61 | | | | | |
| масло сливочное | | 7 | 7 | | | | | |
| Соль йодированная | | 1 | 1 | | | | | |
| Чай с лимоном | №686-2004 | | | 200/5 | 0,1 | 0,0 | 15,2 | 59 |
| чай - заварка | | 1,0 | 1,0 | | | | | |
| сахар | | 15 | 15 | | | | | |
| лимон | | 6 | 5 | | | | | |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | | | | 30 | 2,5 | 0,9 | 15,7 | 80,5 |
| Хлеб ржаной | | | | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,3 | 60,1 |
| Фрукты свежие | № 82-2021 | | | 180 | 0,72 | 0,72 | 21,8 | 97 |
| или | | | | | | | | |
| Сок в ассортименте | | | | 200 | | | 24,0 | 96,0 |

11 день

| Наименование блюда | № рецептуры | Брутто, г | Нетто, г | Вес блюда | Пищевые вещества | | | ЭЦ, ккал |
|---|-------------|-----------|----------|-----------|------------------|-------------|-------------|--------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | |
| Завтрак | | | | | 48,4 | 18,4 | 87,7 | 709,3 |
| Сырники из творога запеченные с джемом или повидлом или молоком сгущенным | №286 -2021 | | | 130/25 | 35,5 | 9,4 | 38,2 | 379,0 |
| Творог | | 119 | 118,0 | | | | | |
| Мука пшеничная | | 15,6 | 15,6 | | | | | |
| сахар | | 10,4 | 10,4 | | | | | |
| яйцо куриное | | 6,5 | 5,7 | | | | | |
| сметана | | 4 | 4,0 | | | | | |
| масло растительное для смазки | | 2,6 | 2,6 | | | | | |
| Соль йодированная | | 0,5 | 0,5 | | | | | |
| масса п/ф | | | 153 | | | | | |
| джем или повидло или молоко сгущенное | | 25 | 25 | | | | | |
| Яйцо куриное отварное 1 шт | №337-2004 | | | 50 | 5,0 | 4,6 | 0,3 | 63 |
| Какао с молоком | №642-1996 | | | 200 | 3,4 | 3,2 | 21,2 | 127,2 |
| какао - порошок | | 3 | 3 | | | | | |
| молоко питьевое | | 130 | 130 | | | | | |
| сахар | | 15 | 15 | | | | | |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | | | | 30 | 2,5 | 0,9 | 15,7 | 80,5 |
| Хлеб ржаной | | | | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,3 | 60,1 |

12 день

| Наименование блюда | № рецептуры | Брутто, г | Нетто, г | Вес блюда | Пищевые вещества | | | ЭЦ, ккал |
|--|------------------|-----------|------------|-----------|------------------|------------|--------------|--------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | |
| Завтрак | | | | | 18,3 | 9,5 | 124,5 | 654,2 |
| Каша "Янтарная" (из пшена с яблоками) | №305-2004 | | | 240 | 6,0 | 1,4 | 41,2 | 201,4 |
| крупя пшеничная | | 50 | 50 | | | | | |
| молоко питьевое | | 150 | 150 | | | | | |
| масса каши | | | 196 | | | | | |
| сироп: | | | 36 | | | | | |
| сахар | | 6 | 6 | | | | | |
| вода | | 30 | 30 | | | | | |
| яблоки свежие | | 32 | 28 | | | | | |
| масса припущенных яблок | | | 19 | | | | | |
| масло сливочное | | 10 | 10 | | | | | |
| масса п/ф | | | 250 | | | | | |
| Бутерброд с сыром и маслом | № 1, 3-2004 | | | 30/5/15 | 5,4 | 3,5 | 15,8 | 116,0 |
| батон | | 30 | 30 | | | | | |
| масло сливочное | | 5 | 5 | | | | | |
| сыр | | 16 | 15 | | | | | |
| Компотик теплый из свежих яблок и ягод | №507-2013, Пермь | | | 200 | 0,5 | 0,2 | 23,1 | 96,2 |
| яблоки свежие с удаленной семенным гнездом | | 22,8 | 20 | | | | | |
| смородина или клюква или брусника свежемороженая | | 21 | 20 | | | | | |
| сахар | | 15 | 15 | | | | | |
| Йогурт 3,2 % в инд. уп. | | | | 100 | 1,9 | 3,2 | 16,4 | 100 |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | | | | 30 | 2,5 | 0,9 | 15,7 | 80,5 |
| Хлеб ржаной | | | | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,3 | 60,1 |

13 день

| Наименование блюда | № рецептуры | Брутто, г | Нетто, г | Вес блюда | Пищевые вещества | | | ЭЦ, ккал |
|---|-------------------------|-----------|----------|--------------|------------------|-------------|--------------|--------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | |
| Завтрак | | | | | 30,8 | 24,3 | 105,7 | 763,7 |
| Нарезка из свежих овощей | №18-2021 Пермь | | | 60 | 0,6 | 0,1 | 2,2 | 12,0 |
| огурцы свежие | | 65 | 60 | | | | | |
| или помидоры свежие | | 64 | 60 | | | | | |
| или | | | | | | | | |
| Овощи консервированные без уксуса (огурцы) | №101-2004 | 110 | 60 | 60 | 0,51 | 0,06 | 0,96 | 6,45 |
| Азу | №325-2021 | | | 100 | 13,3 | 12,7 | 4,0 | 184,0 |
| свинина б/к | | 88 | 78 | | | | | |
| или говядина б/к | | 88 | 78 | | | | | |
| масса отварного мяса | | | 48 | | | | | |
| огурцы соленые | | 28 | 16 | | | | | |
| лук репка | | 9,5 | 8 | | | | | |
| томатная паста | | 2,8 | 2,8 | | | | | |
| масло растительное | | 4 | 4 | | | | | |
| мука пшеничная | | 4 | 4 | | | | | |
| чеснок | | 3 | 2,5 | | | | | |
| соль йодированная | | 0,5 | 0,5 | | | | | |
| масса соуса и овощей | | | 77 | | | | | |
| масса п/ф | | | 125 | | | | | |
| Перловка рассыпчатая | №207-2021 | | | 180 | 5,4 | 5,9 | 37,4 | 223,2 |
| Крупа перловая | | 60 | 60 | | | | | |
| вода питьевая | | 144 | 144 | | | | | |
| Соль йодированная | | 1 | 1 | | | | | |
| масло сливочное | | 6 | 6 | | | | | |
| Чай "Витаминный" | №493-2013, Пермь | | | 200 | 0,7 | 0,1 | 19,8 | 82,9 |
| чай-заварка | | 1,0 | 1,0 | | | | | |
| шиповник | | 10 | 10 | | | | | |
| сахар | | 15 | 15 | | | | | |
| Бутерброд с сыром | р.3-2004 | | | 30/15 | 6,3 | 4,3 | 14,3 | 121,0 |
| батон | | 30 | 30 | | | | | |
| сыр | | 16 | 15 | | | | | |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | | | | 30 | 2,5 | 0,9 | 15,7 | 80,5 |
| Хлеб ржаной | | | | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,3 | 60,1 |

14 день

| Наименование блюда | № рецептуры | Брутто, г | Нетто, г | Вес блюда | Пищевые вещества | | | ЭЦ, ккал |
|---|-------------------------|-----------|----------|------------|------------------|-------------|--------------|---------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | |
| Завтрак | | | | | 18,2 | 17,5 | 118,4 | 702,7 |
| Биточки рыбные запеченные | №388-2004 | | | 100 | 10,33 | 9,25 | 12,92 | 176,25 |
| минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей) | | 56 | 41,5 | | | | | |
| горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей) | | 62 | 41,5 | | | | | |
| хлеб пшеничный | | 15 | 15 | | | | | |
| вода питьевая | | 13 | 13 | | | | | |
| лук репчатый | | 4 | 3 | | | | | |
| яйцо куриное | | 4 | 4 | | | | | |
| сухари | | 5 | 5 | | | | | |
| масло растительное | | 2 | 2 | | | | | |
| Соль йодированная | | 0,5 | 0,5 | | | | | |
| Рис припущенный с овощами "Мозаика" | №416-2013, Пермь | | | 180 | 3,2 | 7,0 | 38,0 | 227,0 |
| крупа рисовая | | 47 | 47 | | | | | |
| кукуруза консервированная | | 50 | 30 | | | | | |
| морковь - до 01.01 - 20% | | 28 | 22 | | | | | |
| с 01.01 - 25% | | 29 | 22 | | | | | |
| масло сливочное | | 10 | 10 | | | | | |
| Соль йодированная | | 0,5 | 0,5 | | | | | |
| Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд" | №686-2004 | | | 200 | 0,2 | 0,0 | 15,5 | 62,8 |
| чай-заварка | | 1,0 | 1,0 | | | | | |
| сахар | | 15 | 15 | | | | | |
| лимон | | 11 | 10 | | | | | |
| апельсин | | 10,5 | 10 | | | | | |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | | | | 30 | 2,5 | 0,9 | 15,7 | 80,5 |
| Хлеб ржаной | | | | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,3 | 60,1 |
| Сок в ассортименте | | | | 200 | | | 24,0 | 96,0 |

15 день

| Наименование блюда | № рецептуры | Брутто, г | Нетто, г | Вес блюда | Пищевые вещества | | | ЭЦ, ккал |
|--|------------------|-----------|------------|--------------|------------------|-------------|-------------|--------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | |
| Завтрак | | | | | 23,2 | 17,8 | 89,3 | 610,3 |
| Запеканка картофельная с мясом и маслом | №430-1996 | | | 210/5 | 14,8 | 12,8 | 20,5 | 256 |
| картофель - 01.09.-31.10. - 25% | | 273 | 205 | | | | | |
| 01.11.-31.12. - 30% | | 293,15 | 205 | | | | | |
| 01.01.-29.02 - 35% | | 316 | 205 | | | | | |
| 01.03. - 40% | | 342 | 205 | | | | | |
| Свинина мясная | | 53 | 47,4 | | | | | |
| масса готовых мясных продуктов | | | 30 | | | | | |
| масло растительное | | 4 | 4 | | | | | |
| лук репчатый | | 21 | 18 | | | | | |
| сухари панировочные | | 4 | 4 | | | | | |
| масса п/ф | | | 246 | | | | | |
| масло сливочное | | 5 | 5 | | | | | |
| Соль йодированная | | 1 | 1 | | | | | |
| Кофейный напиток | №692-2004 | | | 200 | 3,2 | 3,1 | 19,0 | 116,7 |
| кофейный напиток | | 2,4 | 2,4 | | | | | |
| сахар | | 15 | 15 | | | | | |
| молоко питьевое | | 130 | 130 | | | | | |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | | | | 30 | 2,5 | 0,9 | 15,7 | 80,5 |
| Хлеб ржаной | | | | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,3 | 60,1 |
| Фрукты свежие | № 82-2021 | | | 180 | 0,72 | 0,72 | 21,8 | 97 |
| Или Сок в инд. уп. | | | | 200 | | | 24,0 | 96,0 |

16 день

| Наименование блюда | № рецептуры | Брутто, г | Нетто, г | Вес блюда | Пищевые вещества | | | ЭЦ, ккал |
|--|------------------|-----------|----------|--------------|------------------|-------------|-------------|--------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | |
| Завтрак | | | | | 22,8 | 22,6 | 94,6 | 668,6 |
| Плов из мяса по-узбекски | №444-2004 | | | 200 | 16,3 | 18,2 | 35,0 | 369,0 |
| говядина б/к | | 90 | 80 | | | | | |
| или свинина б/к | | 90 | 80 | | | | | |
| масса тушеного мяса | | | 50 | | | | | |
| масло растительное | | 15 | 15 | | | | | |
| крупа рисовая | | 50 | 50 | | | | | |
| томатная паста | | 1,2 | 1,2 | | | | | |
| морковь - до 01.01 - 20% | | 50 | 40 | | | | | |
| с 01.01 - 25% | | 53 | 40 | | | | | |
| лук репчатый | | 15 | 13 | | | | | |
| Соль йодированная | | 0,5 | 0,5 | | | | | |
| Чай с лимоном | №686-2004 | | | 200/5 | 0,1 | 0,0 | 15,2 | 59 |
| чай - заварка | | 1,0 | 1,0 | | | | | |
| сахар | | 15 | 15 | | | | | |
| лимон | | 6 | 5 | | | | | |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | | | | 30 | 2,5 | 0,9 | 15,7 | 80,5 |
| Хлеб ржаной | | | | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,3 | 60,1 |
| Йогурт 2,5% - 3,2 % жирн. | | | | 100 | 1,9 | 3,2 | 16,4 | 100 |

17 день

| Наименование блюда | № рецептуры | Брутто, г | Нетто, г | Вес блюда | Пищевые вещества | | | ЭЦ, ккал |
|---|------------------|-----------|----------|---------------|------------------|-------------|-------------|--------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | |
| Завтрак | | | | | 36,4 | 20,8 | 86,3 | 677,4 |
| Запеканка из творога со сгущенным молоком или повидлом | №366-2004 | | | 130/20 | 22,0 | 11,3 | 28,6 | 304 |
| творог | | 122 | 121 | | | | | |
| крупа манная | | 8,9 | 8,9 | | | | | |
| сахар | | 7,3 | 7,3 | | | | | |
| яйца | | 4,9 | 4,9 | | | | | |
| сметана | | 4,9 | 4,9 | | | | | |
| масло сливочное | | 4,9 | 4,9 | | | | | |
| масло растительное | | 2 | 2 | | | | | |
| масса запеканки | | | 130 | | | | | |
| сгущенное молоко с сахаром или повидло | | 20 | 20 | | | | | |
| Яйцо куриное отварное 1 шт | №337-2004 | | | 50 | 5,0 | 4,6 | 0,3 | 63 |
| Кофейный напиток | №692-2004 | | | 200 | 3,2 | 3,1 | 19,0 | 116,7 |
| кофейный напиток | | 2,4 | 2,4 | | | | | |
| сахар | | 15 | 15 | | | | | |
| молоко питьевое | | 130 | 130 | | | | | |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | | | | 50 | 4,15 | 1,45 | 26,1 | 134 |
| Хлеб ржаной | | | | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,3 | 60,1 |

18 день

| Наименование блюда | № рецептуры | Брутто, г | Нетто, г | Вес блюда | Пищевые вещества | | | ЭЦ, ккал |
|--|-------------------------|-----------|------------|--------------|------------------|-------------|--------------|---------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | |
| Завтрак | | | | | 23,9 | 16,1 | 133,1 | 771,7 |
| Тефтели с рисом "Ёжики" в соусе | №350-2021 | | | 90/30 | 10,50 | 8,10 | 12,10 | 164,00 |
| свинина б/к | | 82 | 72 | | | | | |
| лук репчатый | | 21,4 | 18 | | | | | |
| вода питьевая | | 5,4 | 5,4 | | | | | |
| крупа рисовая | | 11 | 11 | | | | | |
| масса готовой каши | | | 30,5 | | | | | |
| мука пшеничная | | 9 | 9 | | | | | |
| масло растительное | | 7,2 | 7,2 | | | | | |
| Соль йодированная | | 0,5 | 0,5 | | | | | |
| соус(№419-2021) | | | 30 | | | | | |
| Вода | | 15 | 15 | | | | | |
| масло сливочное | | 1,5 | 1,5 | | | | | |
| мука пшеничная | | 1,5 | 1,5 | | | | | |
| томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов без содержания крахмала и масса п/ф) | | 1,8 | 1,8 | | | | | |
| масса п/ф | | | 140 | | | | | |
| Макаронные изделия отварные | №516-2004 | | | 180 | 6,7 | 6,0 | 35,5 | 221,4 |
| макаронные изделия | | 61 | 61 | | | | | |
| масло сливочное | | 7 | 7 | | | | | |
| Соль йодированная | | 1 | 1 | | | | | |
| Компотик теплый из свежих яблок и ягод | №507-2013, Пермь | | | 200 | 0,5 | 0,2 | 23,1 | 96,2 |
| яблоки свежие с удаленной семенным гнездом | | 22,8 | 20 | | | | | |
| смородина или клюква или брусника свежемороженая | | 21 | 20 | | | | | |
| сахар | | 15 | 15 | | | | | |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | | | | 50 | 4,15 | 1,45 | 26,1 | 134 |
| Хлеб ржаной | | | | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,3 | 60,1 |
| Сок в ассортименте | | | | 200 | | | 24,0 | 96,0 |

19 день

| Наименование блюда | № рецептуры | Брутто, г | Нетто, г | Вес блюда | Пищевые вещества | | | ЭЦ, ккал |
|--|-------------------------------|-----------|----------|------------|------------------|-------------|--------------|--------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | |
| Завтрак | | | | | 22,6 | 20,6 | 78,4 | 604,4 |
| Нарезка из свежих овощей | №18-2021 Пермь | | | 60 | 0,6 | 0,1 | 2,2 | 12,0 |
| огурцы свежие | | 65 | 60 | | | | | |
| или помидоры свежие | | 64 | 60 | | | | | |
| или | | | | | | | | |
| Овощи консервированные без уксуса (огурцы) | №101-2004 | 110 | 60 | 60 | 0,51 | 0,06 | 0,96 | 6,45 |
| Котлеты из мяса и курицы "Школьные" | №59-2006, Екатеринбург | | | 100 | 13,7 | 11,9 | 7,3 | 191,0 |
| или говядина б/к | | 67 | 59 | | | | | |
| или свинина мясная | | 67 | 59 | | | | | |
| филе цыпленка бройлера | | 18,8 | 17 | | | | | |
| крупа рисовая | | 5 | 5 | | | | | |
| молоко питьевое | | 16,7 | 16,7 | | | | | |
| масса вязкой каши | | | 20 | | | | | |
| лук репчатый | | 4,6 | 3,9 | | | | | |
| яйцо куриное | | 11,3 | 10 | | | | | |
| мука пшеничная | | 6,2 | 6,2 | | | | | |
| масло растительное для смазки листа | | 2,2 | 2,2 | | | | | |
| Соль йодированная | | 0,5 | 0,5 | | | | | |
| Картофель тушеный | № 216-2004 | | | 180 | 3,6 | 7,4 | 25,9 | 200,0 |
| картофель - 01.09.-31.10. - 25% | | 203 | 153 | | | | | |
| 01.11.-31.12. -30% | | 219 | 153 | | | | | |
| 01.01-29.02 - 35% | | 236 | 153 | | | | | |
| 01.03 - 40% | | 256 | 153 | | | | | |
| морковь - до 01.01 - 20% | | 22,5 | 18 | | | | | |
| с 01.01 - 25% | | 23,9 | 18 | | | | | |
| лук репчатый | | 34 | 28,8 | | | | | |
| томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов) | | 2,9 | 2,9 | | | | | |
| Масло сливочное | | 6 | 6 | | | | | |
| Соль йодированная | | 1 | 1 | | | | | |
| Чай с сахаром | №685-2004 | | | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 60,80 |
| чай-заварка | | 1,0 | 1,0 | | | | | |
| сахар | | 15 | 15 | | | | | |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | | | | 30 | 2,5 | 0,9 | 15,7 | 80,5 |
| Хлеб ржаной | | | | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,3 | 60,1 |

20 день

| Наименование блюда | № рецептуры | Брутто, г | Нетто, г | Вес блюда | Пищевые вещества | | | ЭЦ, ккал |
|---|-------------------------|-----------|----------|------------|------------------|-------------|--------------|--------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | |
| Завтрак | | | | | 23,0 | 18,8 | 112,4 | 710,1 |
| Рыба запеченая | № 378 - 2004 | | | 90 | 14,4 | 9,9 | 9,1 | 183,1 |
| минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей) | | 144 | 108 | | | | | |
| или горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей) | | 157 | 108 | | | | | |
| Мука пшеничная | | 6 | 6 | | | | | |
| Масло растительное | | 6 | 6 | | | | | |
| соль йодированная | | 0,5 | 0,5 | | | | | |
| Рис припущенный с овощами "Мозаика" | №416-2013, Пермь | | | 180 | 3,2 | 7,0 | 38,0 | 227,0 |
| крупя рисовая | | 47 | 47 | | | | | |
| кукуруза консервированная | | 50 | 30 | | | | | |
| морковь - до 01.01 - 20% | | 28 | 22 | | | | | |
| с 01.01 - 25% | | 29 | 22 | | | | | |
| масло сливочное | | 10 | 10 | | | | | |
| Соль йодированная | | 0,5 | 0,5 | | | | | |
| Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд" | №686-2004 | | | 200 | 0,2 | 0,0 | 15,5 | 62,8 |
| чай-заварка | | 1,0 | 1,0 | | | | | |
| сахар | | 15 | 15 | | | | | |
| лимон | | 11 | 10 | | | | | |
| апельсин | | 10,5 | 10 | | | | | |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | | | | 30 | 2,5 | 0,9 | 15,7 | 80,5 |
| Хлеб ржаной | | | | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,3 | 60,1 |
| Фрукты свежие | № 82-2021 | | | 180 | 0,72 | 0,72 | 21,8 | 97 |
| или | | | | | | | | |
| Сок в ассортименте | | | | 200 | | | 24,0 | 96,0 |

| | | | | |
|---|-----------|-----------|------------|-------------|
| ИТОГО в среднем за 20 дней | 26 | 20 | 103 | 694 |
| Потребность в пищевых веществах для детей с 12 лет и старше по нормативу (100 % от суточных норм)* | 77 | 79 | 335 | 2720 |
| 25% от суточной потребности в пищевых веществах и энергии для обучающихся в общеобразовательных учреждениях с учетом двух возрастов (12 лет и старше) | 19 | 20 | 84 | 680 |
| Потребность в пищевых веществах для детей 12 лет и старше по нормативу (60% от суточных норм) +5% | 20 | 21 | 88 | 714 |
| Потребность в пищевых веществах для детей 12 лет и старше по нормативу (60% от суточных норм) -5% | 18 | 19 | 80 | 646 |

*Приложение № 10 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Таблица 1 "Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществ (суточная)"

НАКОПИТЕЛЬНАЯ ВЕДОМОСТЬ к примерному 20 - ти дневному меню (Комплекс 2) (завтрак) для питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях (осенне-зимний-весенний сезон) в возрасте 12 лет и старше с сентября 2023 года

| № | Продукты | Норма питания в г*, мл, нетто на 1 обучающегося в возрасте 12 лет и старше | Норма в день (завтрак), г мл, нетто, | Фактически получено г, мл, | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | за 20 дней, г | Факт в день г, мл, | % выполнения | |
|----|--|--|--------------------------------------|----------------------------|-----|----|----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----|-----|-----|-----|-----|----|-----|-----|---------------|--------------------|--------------|-----|
| | | | | Дни | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | | | | |
| 1 | Хлеб ржаной | 120 | 30 | 30 | 30 | 30 | 30 | 30 | 30 | 30 | 30 | 30 | 30 | 30 | 30 | 30 | 30 | 30 | 30 | 30 | 30 | 30 | 30 | 600 | 30 | 100 | |
| 2 | Хлеб пшеничный | 200 | 50 | 50 | 42 | 50 | 50 | 50 | 55 | 49 | 30 | 30 | 30 | 60 | 60 | 50 | 34 | 30 | 50 | 50 | 30 | 30 | 950 | 47 | 95 | | |
| 3 | Мука пшеничная | 20 | 5 | 0 | 4 | 0 | 6 | 0 | 0 | 0 | 2 | 10 | 1 | 16 | 0 | 4 | 0 | 0 | 0 | 0 | 11 | 6 | 0 | 59 | 3 | 59 | |
| 4 | Крупы, бобовые | 50 | 25 | 0 | 0 | 45 | 64 | 8 | 53 | 0 | 0 | 31 | 0 | 0 | 50 | 60 | 47 | 0 | 50 | 9 | 11 | 5 | 47 | 479 | 24 | 96 | |
| 5 | Макаронные изделия | 20 | 9 | 63 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 61 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 61 | 0 | 0 | 185 | 9 | 103 | |
| 6 | Картофель | 187 | 43 | 0 | 86 | 0 | 0 | 154 | 0 | 216 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 205 | 0 | 0 | 0 | 153 | 0 | 814 | 41 | 95 | |
| 7 | Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соленые и квашеные, в т.ч. Томат-пюре, зелень, г. | 320 | 56 | 0 | 108 | 80 | 0 | 0 | 54 | 69 | 292 | 0 | 65 | 0 | 0 | 89 | 55 | 18 | 53 | 0 | 20 | 114 | 52 | 1069 | 53 | 95 | |
| 8 | Фрукты свежие | 185 | 46 | 5 | 40 | 0 | 5 | 180 | 40 | 0 | 0 | 0 | 185 | 0 | 68 | 0 | 20 | 180 | 5 | 0 | 40 | 0 | 200 | 968 | 48 | 105 | |
| 9 | Сухофрукты | 20 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 10 | 1 | 10 | |
| 9 | Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные | 200 | 30 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 200 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 200 | 0 | 0 | 0 | 0 | 200 | 0 | 0 | 600 | 30 | 100 |
| 10 | Мясо 1-й категории | 78 | 27 | 0 | 0 | 60 | 0 | 0 | 63 | 0 | 74 | 0 | 0 | 0 | 0 | 78 | 0 | 47 | 80 | 0 | 72 | 59 | 0 | 533 | 27 | 98 | |
| 11 | Субпродукты (печень, сердце) | 40 | 8 | 0 | 89 | 0 | 0 | 0 | 0 | 59 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 148 | 7 | 97 | |
| 12 | Птица (цыплята-бройлеры - 1 кат) | 53 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 | 66 | 0 | 0 | 0 | 0 | 75 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 17 | 0 | 158 | 8 | 99 | |
| 13 | Рыба(филе), в т.ч. Слабо или малосоленые | 77 | 15 | 0 | 0 | 0 | 96 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 83 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 108 | 287 | 14 | 96 | |
| 14 | Молоко | 350 | 53 | 0 | 16 | 18 | 0 | 36 | 0 | 130 | 0 | 306 | 0 | 130 | 150 | 0 | 0 | 130 | 0 | 130 | 0 | 0 | 0 | 1046 | 52 | 100 | |
| 15 | Кисломолочная пищевая продукция | 180 | 21 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 100 | 0 | 0 | 0 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 400 | 20 | 97 | |
| 16 | Творог (5%-9% м.д.ж.) | 60 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 73 | 0 | 118 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 121 | 0 | 0 | 0 | 312 | 16 | 104 | |
| 17 | Сыр | 15 | 3 | 25 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 15 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 55 | 3 | 96 | |
| 18 | Сметана | 10 | 1 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 4 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 19 | 1 | 95 | |
| 19 | Масло сливочное | 35 | 7 | 20 | 6 | 11 | 5 | 10 | 0 | 4 | 0 | 10 | 7 | 0 | 15 | 6 | 10 | 5 | 0 | 5 | 9 | 6 | 10 | 137 | 7 | 98 | |
| 20 | Масло растительное | 18 | 5 | 0 | 11 | 6 | 6 | 0 | 15 | 2 | 9 | 2 | 10 | 3 | 0 | 4 | 2 | 4 | 15 | 2 | 7 | 2 | 6 | 105 | 5 | 101 | |
| 21 | Яйцо | 40 | 8 | 0 | 0 | 28 | 0 | 0 | 0 | 2 | 5 | 4 | 0 | 56 | 0 | 0 | 4 | 0 | 0 | 55 | 0 | 10 | 0 | 163 | 8 | 97 | |
| 22 | Сахар | 35 | 16 | 15 | 16 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 25 | 15 | 25 | 21 | 15 | 15 | 15 | 15 | 22 | 15 | 15 | 0 | 320 | 16 | 97 | |
| 23 | Кондитерские изделия | 10 | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 20 | 0 | 25 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 20 | 0 | 0 | 0 | 65 | 3 | 98 | |
| 24 | Чай | 2 | 1 | 1 | 0 | 1 | 1 | 1 | 0 | 0 | 1 | 0 | 1 | 0 | 0 | 1 | 1 | 0 | 1 | 0 | 0 | 1 | 1 | 11 | 1 | 95 | |
| 25 | Какао-порошок | 1,2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 3 | 0 | 0 | 0 | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 6 | 0 | 100 | |
| 26 | Кофейный напиток | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 7 | 0 | 100 | |
| 27 | Дрожжи хлебопекарные | 0,3 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| 28 | Соль пищевая поваренная йодированная | 5 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 0 | 2 | 2 | 2 | 1 | 0 | 2 | 2 | 1 | 24 | 1 | 96 | |

* Нормы питания в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения" приложение 7, таблица 2 "Среднесуточные наборы пищевой продукции для организации питания детей от 7 до 18 лет

** Количество потребленных продуктов округлено до целого числа

*** не выполнена норма по сухофруктам, дрожжам, муке т.к. данные продукты не предназначены к потребления в прием пищи горячий завтрак СанПиН 2.3/2.4.3590-20