

## 1 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
<b>Завтрак</b>					<b>17,3</b>	<b>16,8</b>	<b>94,9</b>	<b>610,1</b>
<b>Макароны, запеченные с сыром</b>	<b>№334-2004</b>			<b>200</b>	<b>10,8</b>	<b>12,34</b>	<b>42,6</b>	<b>334</b>
макаронные изделия		63	63					
масса отварных макарон			180					
масло сливочное		5	5					
Сыр		16	15					
соль йодированная		1	1					
масло сливочное		5	5					
<b>Чай с лимоном</b>	<b>№686-2004</b>			<b>200/5</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>15,2</b>	<b>59</b>
чай - заварка		1	1					
сахар		15	15					
лимон		6	5					
<b>Биомороженое "Бифибум"</b>				<b>50</b>	<b>1,9</b>	<b>3,8</b>	<b>10,5</b>	<b>85,0</b>
<b>Хлеб пшеничный витаминизированный</b>				<b>30</b>	<b>2,5</b>	<b>0,4</b>	<b>14,3</b>	<b>72</b>
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>20</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,3</b>	<b>60,1</b>

## 2 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
<b>Завтрак</b>					<b>24,1</b>	<b>29,3</b>	<b>45,6</b>	<b>541,1</b>
<b>Омлет натуральный с маслом</b>	<b>№340-2004</b>			<b>170</b>	<b>15,9</b>	<b>24,2</b>	<b>4,0</b>	<b>295,0</b>
яйца		125	110					
молоко питьевое		66	66					
масло растительное		2,5	2,5					
масса омлета			<b>165</b>					
масло сливочное		5	5					
соль йодированная		0,5	0,5					
<b>Сыр полутвердый (порциями)</b>	<b>№75-2021</b>	<b>16</b>	<b>15</b>	<b>15</b>	<b>3,5</b>	<b>4,4</b>	<b>0</b>	<b>53,2</b>
<b>Чай с сахаром</b>	<b>№685-2004</b>			<b>200</b>	<b>0,20</b>	<b>0,00</b>	<b>15,00</b>	<b>60,80</b>
чай-заварка		1	1					
сахар		15	15					
<b>Хлеб пшеничный витаминизированный</b>				<b>30</b>	<b>2,5</b>	<b>0,4</b>	<b>14,3</b>	<b>72</b>
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>20</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,3</b>	<b>60,1</b>

## 3 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
<b>Завтрак</b>					<b>23,0</b>	<b>26,9</b>	<b>87,3</b>	<b>683,1</b>
<b>Зразы рубленые</b>	<b>№456-2004</b>			<b>100</b>	<b>13,4</b>	<b>19,4</b>	<b>6,9</b>	<b>256,0</b>
мясо свинина б/к		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					
<b>Гречка вязкая отварная</b>	<b>№510-2004</b>			<b>150</b>	<b>4,5</b>	<b>6,8</b>	<b>22,4</b>	<b>171</b>
крупа гречневая		37,5	37,5					
вода питьевая		120	120					
соль йодированная		0,5	0,5					
масло сливочное		5	5					
<b>Узвар (Напиток теплый из сухофруктов)</b>	<b>№638-2004</b>			<b>200</b>	<b>0,6</b>	<b>0,0</b>	<b>31,4</b>	<b>124,0</b>
сухофрукты		20	20					
сахар		15	15					
<b>Хлеб пшеничный витаминизированный</b>				<b>30</b>	<b>2,5</b>	<b>0,4</b>	<b>14,3</b>	<b>72</b>
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>20</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,3</b>	<b>60,1</b>

## 4 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭП, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
<b>Завтрак</b>					<b>25,90</b>	<b>19,80</b>	<b>93,90</b>	<b>662,90</b>
Рыба запеченная	№ 378 - 2004			100	14,4	9,9	9,1	183,1
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)		182	133					
Мука пшеничная		6	6					
Масло растительное		6	6					
соль йодированная		0,5	0,5					
Рис припущеный	№512-2004			150	3,6	6,0	37,0	220,5
крупа рисовая		53	53					
вода питьевая		110	110					
масло сливочное		5	5					
Соль йодированная		0,5	0,5					
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	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				20	2,0	0,3	12,3	60,1

## 5 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭП, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
<b>Завтрак</b>					<b>19,5</b>	<b>15,4</b>	<b>70,5</b>	<b>499,9</b>
Кнели из птицы с рисом	№371-2021			100	11,5	10,3	5,4	160,0
филе цыпленка бройлера		75	66					
молоко питьевое		7,5	7,5					
крупа рисовая		7,5	7,5					
масса готовой каши			33					
масло сливочное		5	5					
соль йодированная		1	1					
масса п/ф			110					
Пюре картофельное	№520-2004			150	3,3	4,4	23,5	147,0
картофель - 01.09.-31.10. - 25%		170	128					
01.11.-31.12. -30%		183	128					
01.01-29.02 - 35%		183	128					
01.03 - 40%		214	128					
молоко питьевое		24	24					
масло сливочное		7	7					
Соль йодированная		0,5	0,5					
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	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				20	2,0	0,3	12,3	60,1

## 6 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭП, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
<b>Завтрак</b>					<b>24,7</b>	<b>24,3</b>	<b>77,7</b>	<b>631,5</b>
Плов из мяса по-узбекски	№444-2004			200	16,3	18,2	35,0	369,0
свинина мясная 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					
Сыр полутвердый (порциями)	№75-2021	16	15	15	3,5	4,4	0	53,2
Облепиховый чай	№685-2004			200	0,4	1,0	16,1	77,2
чай-заварка		1	1					
облепиха замороженная		10	10					
сахар		15	15					
Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				20	2,0	0,3	12,3	60,1

## 7 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭП, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
<b>Завтрак</b>					<b>26,3</b>	<b>10,1</b>	<b>70,5</b>	<b>479,3</b>
Запеканка картофельная с печенью	№354-2021			250	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		89	73					
масса печени припущенной			62					
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		2	2					
молоко питьевое		130	130					
сахар		15	15					
Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				20	2,0	0,3	12,3	60,1

## 8 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭП, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
<b>Завтрак</b>					<b>18,4</b>	<b>20,9</b>	<b>83,9</b>	<b>597,6</b>
Шницель мясной	№451-2004			100	9,4	13,0	17,0	222,5
мясо свинина б/к		84	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	2					
Соль йодированная		0,5	0,5					
Капуста тушеная	№534-2004			150	3,8	6,9	16,2	141
капуста белокочанная свежая		215	172					
морковь - до 01.01 - 20%		11	9,2					
с 01.01 - 25%		12	9,2					
томатная паста (без содержания искусственных ароматизаторов, красителей, консервантов)		1,5	1,5					
лук репчатый		8	6,7					
мука пшеничная		1,7	1,7					
масло растительное		6	6					
Соль йодированная		0,5	0,5					
или								
<b>Сложный гарнир (пюре картофельное, капуста тушеная)</b>					<b>150</b>	<b>3,4</b>	<b>6,3</b>	<b>18,7</b>
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			50	1,2	3,0	3,9	47,4
капуста свежая белокочанная		75	60					
морковь - до 01.01 - 20%		5,0	4					
с 01.01 - 25%		5,3	4					
томатная паста(без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)		1,5	1,5					
лук репчатый		2,4	2					
мука пшеничная		1,5	1,5					
масло растительное		3	3					
сахар		0,5	0,5					
Соль йодированная		0,5	0,5					
Отвар из шиповника	№685-2004			200	0,70	0,30	24,10	102,00
Плоды шиповника сушёные		20	20					
Сахар		10	10					
Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				20	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	
<b>Завтрак</b>					<b>38,8</b>	<b>18,0</b>	<b>106,1</b>	<b>744,8</b>
Каша манная жидккая с маслом	№311-2004			200	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		8	8					
Сырники из творога запеченные с повидлом или молоком сгущенным	№286 -2021			80/10	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					
повидло или молоко сгущенное		10	10					
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	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				20	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	
<b>Завтрак</b>					<b>25,8</b>	<b>20,9</b>	<b>83,4</b>	<b>629,6</b>
Чахохбили	№491-2004			100	15,6	15,2	12	254
Филе куриной грудки		98,2	80,3					
масло растительное		7,7	7,7					
масса тушеных кур			55					
лук репчатый		75	63					
масса пассерованного лука			31					
томатная паста		2	2					
мука пшеничная		1	1					
зелень сушеная (укроп)		0,1	0,1					
соль йодированная		1	1					
Макаронные изделия отварные	№516-2004			150	5,6	5,0	29,6	184,5
макаронные изделия		51	51					
масло сливочное		6	6					
Соль йодированная		0,5	0,5					
Чай с лимоном	№686-2004			200/5	0,1	0,0	15,2	59
чай - заварка		1	1					
сахар		15	15					
лимон		6	5					
Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				20	2,0	0,3	12,3	60,1

## 11 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
<b>Завтрак</b>					<b>62,1</b>	<b>19,5</b>	<b>114,2</b>	<b>709,3</b>
Сырники из творога запеченные с повидлом или молоком сгущенным	№286 -2021			130/20	54,4	15,7	68,6	460,5
творог		120	118,4					
мука пшеничная		15,6	15,6					
сахар		10,4	10,4					
яйцо куриное		6,5	5,8					
сметана		3,6	3,6					
масло растительное для смазки		3,2	3,2					
соль йодированная		0,5	0,5					
масса п/ф			212					
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	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				20	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	
<b>Завтрак</b>					<b>14,2</b>	<b>12,4</b>	<b>102,6</b>	<b>577,4</b>
Каша пшенная с маслом	№302-2004			200	7,2	7,9	34,1	236
крупа пшенная		40	40					
молоко питьевое		168	168					
вода питьевая		0	0					
сахар		4	4					
соль йодированная		0,5	0,5					
масло сливочное		6,4	6,4					
Узвар (Напиток теплый из сухофруктов)	№638-2004			200	0,6	0,0	31,4	124,0
сухофрукты		20	20					
сахар		15	15					
Биомороженое "Бифибум"				50	1,9	3,8	10,5	85,0
Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				20	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	
<b>Завтрак</b>					<b>28,0</b>	<b>23,0</b>	<b>81,9</b>	<b>647,5</b>
Азы	№325-2021			<b>100</b>	<b>13,3</b>	<b>12,7</b>	<b>4,0</b>	<b>184,0</b>
мясо свинина 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			<b>150</b>	<b>4,5</b>	<b>4,9</b>	<b>31,2</b>	<b>186,0</b>
Крупа перловая		50	50					
вода питьевая		120	120					
Соль йодированная		0,5	0,5					
масло сливочное		5	5					
Яйцо куриное отварное 1 шт	№337-2004			<b>50</b>	<b>5,0</b>	<b>4,6</b>	<b>0,3</b>	<b>63</b>
Чай "Витаминный"	№493-2013, Пермь			<b>200</b>	<b>0,7</b>	<b>0,1</b>	<b>19,8</b>	<b>82,9</b>
чай-заварка		<b>1,0</b>	1,0					
шиповник		10	10					
сахар		15	15					
Хлеб пшеничный витаминизированный				<b>30</b>	<b>2,5</b>	<b>0,4</b>	<b>14,3</b>	<b>72</b>
Хлеб ржаной				<b>20</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,3</b>	<b>60,1</b>

## 14 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
<b>Завтрак</b>					<b>20,9</b>	<b>19,0</b>	<b>92,3</b>	<b>625,0</b>
Биточки рыбные запеченные	№388-2004			<b>100</b>	<b>10,33</b>	<b>9,25</b>	<b>12,92</b>	<b>176,25</b>
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)		122	83					
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 припущеный с овощами "Мозаика"	№416-2013, Пермь			<b>150</b>	<b>2,7</b>	<b>5,8</b>	<b>31,6</b>	<b>189,4</b>
крупа рисовая		39	39					
кукуруза консервированная		42	25					
морковь - до 01.01 - 20%		23	18					
с 01.01 - 25%		24	18					
масло сливочное		8	8					
Соль йодированная		0,5	0,5					
Какао с молоком	№642-1996			<b>200</b>	<b>3,4</b>	<b>3,2</b>	<b>21,2</b>	<b>127,2</b>
какао - порошок		2	2					
молоко питьевое		130	130					
сахар		15	15					
Хлеб пшеничный витаминизированный				<b>30</b>	<b>2,5</b>	<b>0,4</b>	<b>14,3</b>	<b>72</b>
Хлеб ржаной				<b>20</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,3</b>	<b>60,1</b>

## 15 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
<b>Завтрак</b>					<b>22,5</b>	<b>16,6</b>	<b>66,1</b>	<b>505,2</b>
Запеканка картофельная с мясом и маслом	№430-1996			210	14,8	12,8	20,5	256
картофель - 01.09.-31.10. - 25%		259	195					
01.11.-31.12. -30%		279	195					
01.01-29.02 - 35%		300	195					
01.03. - 40%		326	195					
мясо свинина б/к		71	63,2					
<b>масса готовых мясных продуктов</b>			<b>40</b>					
масло растительное		4	4					
лук репчатый		21	18					
сухари панировочные		4	4					
<b>масса п/ф</b>			<b>246</b>					
масло сливочное		5	5					
Соль йодированная		1	1					
<b>Кофейный напиток</b>	<b>№692-2004</b>			<b>200</b>	<b>3,2</b>	<b>3,1</b>	<b>19,0</b>	<b>116,7</b>
кофейный напиток		2,4	2,4					
сахар		15	15					
молоко питьевое		130	130					
<b>Хлеб пшеничный витаминизированный</b>				<b>30</b>	<b>2,5</b>	<b>0,4</b>	<b>14,3</b>	<b>72</b>
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>20</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,3</b>	<b>60,1</b>

## 16 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
<b>Завтрак</b>					<b>21,3</b>	<b>19,1</b>	<b>104,7</b>	<b>677,3</b>
<b>Плов из мяса по-узбекски</b>	<b>№444-2004</b>			200	16,3	18,2	35,0	369,0
свинина мясная		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					
<b>Компотик теплый из свежих яблок</b>	<b>№507-2013, Пермь</b>			<b>200</b>	<b>0,5</b>	<b>0,2</b>	<b>23,1</b>	<b>96,2</b>
яблоки свежие с удаленной семенным гнездом		45,6	40					
сахар		15	15					
<b>Хлеб пшеничный витаминизированный</b>				<b>30</b>	<b>2,5</b>	<b>0,4</b>	<b>14,3</b>	<b>72</b>
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>20</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,3</b>	<b>60,1</b>
<b>Сок в инд. уп.</b>				<b>200</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>20,0</b>	<b>80,0</b>

## 17 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
<b>Завтрак</b>					<b>30,0</b>	<b>15,6</b>	<b>78,5</b>	<b>577,0</b>
<b>Запеканка из творога с повидлом или молоком сгущенным</b>	<b>№366-2004</b>			<b>130/20</b>	<b>22,1</b>	<b>11,7</b>	<b>30,7</b>	<b>317,7</b>
творог		123	121,3					
крупа манная		8,7	8,7					
сахар		8,7	8,7					
яйца		3,9	3,5					
сметана		5,2	5,2					
масло сливочное		5	5					
масло растительное		2,5	2,5					
масса запеканки			153					
повидло или молоко сгущенное		20	20					
<b>Какао с молоком</b>	<b>№642-1996</b>			<b>200</b>	<b>3,4</b>	<b>3,2</b>	<b>21,2</b>	<b>127,2</b>
какао - порошок		2	2					
молоко питьевое		130	130					
сахар		15	15					
<b>Хлеб пшеничный витаминизированный</b>				<b>30</b>	<b>2,5</b>	<b>0,4</b>	<b>14,3</b>	<b>72</b>
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>20</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,3</b>	<b>60,1</b>

## 18 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
<b>Завтрак</b>					<b>21,1</b>	<b>14,0</b>	<b>91,4</b>	<b>576,8</b>
Тефтели с рисом "Ёжики" в соусе	№350-2021			90/30	10,50	8,10	12,10	164,00
мясо 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					
<b>соус(№419-2021)</b>			<b>30</b>					
Вода		15	15					
масло сливочное		1,5	1,5					
мука пшеничная		1,5	1,5					
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)		1,8	1,8					
<b>масса п/ф</b>			<b>140</b>					
<b>Макаронные изделия отварные</b>	<b>№516-2004</b>			<b>150</b>	<b>5,6</b>	<b>5,0</b>	<b>29,6</b>	<b>184,5</b>
макаронные изделия		51	51					
масло сливочное		6	6					
Соль йодированная		0,5	0,5					
<b>Компотик теплый из свежих яблок и изюма</b>	<b>№507-2013, Порядок</b>			<b>200</b>	<b>0,5</b>	<b>0,2</b>	<b>23,1</b>	<b>96,2</b>
яблоки свежие с удаленным семенным гнездом		34,2	30					
изюм		10	10					
сахар		15	15					
<b>Хлеб пшеничный витаминизированный</b>			<b>30</b>		<b>2,5</b>	<b>0,4</b>	<b>14,3</b>	<b>72</b>
<b>Хлеб ржаной</b>			<b>20</b>		<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,3</b>	<b>60,1</b>

## 19 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
<b>Завтрак</b>					<b>22,0</b>	<b>20,0</b>	<b>74,8</b>	<b>583,9</b>
<b>Котлеты из мяса и курицы "Школьные"</b>	<b>№59-2006, Екатеринбург</b>			<b>100</b>	<b>13,7</b>	<b>11,9</b>	<b>7,3</b>	<b>191,0</b>
мясо свинина б/к		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					
<b>Картофель тушеный</b>	<b>№ 216-2004</b>			<b>180</b>	<b>3,6</b>	<b>7,4</b>	<b>25,9</b>	<b>200,0</b>
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					
<b>Чай с сахаром</b>	<b>№685-2004</b>			<b>200</b>	<b>0,20</b>	<b>0,00</b>	<b>15,00</b>	<b>60,80</b>
чай-заварка		1,0	1,0					
сахар		15	15					
<b>Хлеб пшеничный витаминизированный</b>			<b>30</b>		<b>2,5</b>	<b>0,4</b>	<b>14,3</b>	<b>72</b>
<b>Хлеб ржаной</b>			<b>20</b>		<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,3</b>	<b>60,1</b>

## 20 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
<b>Завтрак</b>					<b>24,8</b>	<b>19,5</b>	<b>86,3</b>	<b>621,3</b>
Рыба запеченная	№ 378 - 2004			100	14,4	9,9	9,1	183,1
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)		182	133					
Мука пшеничная		6	6					
Масло растительное		6	6					
соль йодированная		0,5	0,5					
Рис припущеный с овощами "Мозаика"	№416-2013, Пермь			150	2,7	5,8	31,6	189,4
крупа рисовая		45	45					
кукуруза консервированная		10	10					
морковь - до 01.01 - 20%		23	18					
с 01.01 - 25%		24	18					
масло сливочное		8	8					
Соль йодированная		0,5	0,5					
Кофеинный напиток	№692-2004			200	3,2	3,1	19,0	116,7
кофеинный напиток		2,4	2,4					
сахар		15	15					
молоко питьевое		130	130					
Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				20	2,0	0,3	12,3	60,1

<b>ИТОГО в среднем за 20 дней</b>	<b>26</b>	<b>19</b>	<b>85</b>	<b>609</b>
Потребность в пищевых веществах для детей с 7 - 11 лет по нормативу (100 % от суточных норм)*	77	79	335	2350
25% от суточной потребности в пищевых веществах и энергии для обучающихся в общеобразовательных учреждениях с учетом двух возрастов (с 7 - 11 лет)	19	20	84	588
Потребность в пищевых веществах для детей с 7 - 11 лет по нормативу (25% от суточных норм) +5%	20	21	88	617
Потребность в пищевых веществах для детей с 7 - 11 лет по нормативу (25% от суточных норм) -5%	18	19	80	558

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

**НАКОПИТЕЛЬНАЯ ВЕДОМОСТЬ к примерному 20 -ти дневному меню (Комплекс 2) (завтрак) для питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях (осенне-зимний-весенний сезон) в возрасте 7 - 11 лет с января 2026 года**

№	Продукты	Норма питания в г*, мл, нетто на 1 обучающегося в возрасте 7 - 11 лет	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	80	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	400	20	100				
2	Хлеб пшеничный	150	38	30	30	42	30	30	30	35	49	30	30	30	30	30	50	34	30	30	30	30	30	730	36	97			
3	Мука пшеничная	15	3	0	0	0	6	0	0	0	2	10	1	16	0	4	0	0	0	0	11	6	0	55	3	96			
4	Крупы, бобовые	45	21	0	0	38	53	8	50	0	0	31	0	0	40	50	39	0	50	9	11	5	45	428	21	101			
5	Макаронные изделия	15	9	63	0	0	0	0	0	0	0	0	51	0	0	0	0	0	0	51	0	0	165	8	96				
6	Картофель	187	36	0	0	0	0	128	0	216	0	0	0	0	0	0	0	0	195	0	0	0	153	0	692	35	97		
7	Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соленые и квашеные, в т.ч. Томат-пюре, зелень, г.	280	29	0	0	0	0	0	54	9	194	0	65	0	0	29	46	18	53	0	20	54	28	570	29	97			
8	Сухофрукты	15	4	0	0	20	0	0	0	0	20	0	0	0	20	10	0	0	0	0	0	0	0	70	4	97			
9	Мясо 1-й категории	70	27	0	0	60	0	0	80	0	74	0	0	0	0	78	0	63	80	0	72	59	0	566	28	104			
10	Субпродукты (печень, сердце)	30	4	0	0	0	0	0	0	73	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	73	4	97			
11	Птица (цыплята-бройлеры - 1 кат)	35	7	0	0	0	0	66	0	0	0	0	55	0	0	0	0	0	0	0	0	17	0	138	7	99			
12	Рыба(филе), в т.ч. Слабо или малосоленые	58	14	0	0	0	133	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	133	266	13	95		
13	Молоко	300	75	50	66	18	130	32	0	130	0	306	0	130	218	0	83	130	0	150	0	0	0	130	1573	79	105		
14	Творог (5%-9% м.д.ж.)	50	17	0	0	0	0	0	0	0	73	0	118	0	0	0	0	0	0	121	0	0	0	313	16	95			
15	Сыр	10	2	15	15	0	0	0	15	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	45	2	98			
16	Сметана	10	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4	0	0	0	0	0	5	0	0	0	9	0	105			
17	Масло сливочное	30	5	10	5	10	5	12	0	4	0	8	6	0	6	5	0	5	0	5	8	6	8	103	5	95			
18	Масло растительное	15	5	0	3	6	6	0	15	2	8	2	8	3	0	4	8	4	15	3	7	2	6	101	5	96			
19	Яйцо	40	11	0	110	28	0	0	0	2	5	4	0	6	0	50	2	0	0	4	0	10	0	220	11	102			
20	Сахар	35	16	15	15	15	15	15	15	10	25	15	25	19	15	4	15	15	24	15	15	15	318	16	101				
21	Кондитерские изделия	10	2	0	0	0	0	0	0	0	10	0	20	0	0	15	0	0	0	0	0	0	0	45	2	98			
22	Чай	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	7	0	100				
23	Какао-порошок	2	0	0	0	0	3	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	7	0	97			
24	Кофейный напиток	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	2	0	0	2	2	0	0	0	0	2	12	1	104			
25	Дрожжи хлебопекарные	0,2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
26	Соль пищевая поваренная йодированная	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	0	1	1	0	1	1	15	1	100			

\* 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 дрожжам т.к. данные продукты не предназначены для потребления в прием пищи горячий завтрак СанПиН 2.3/2.4.3590-20