СОГЛАСОВАНО

_____

_____

_____

«____» _____ 20 г.

УТВЕРЖДАЮ

Ген директор

АНО ДОЦ „Алые паруса"

Месников А.Ю.

«28» апреля 2022г.

14 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

№14-ЗЛ/3590-20/109 от 09.04.2021 г.

для питания детей в организациях, осуществляющих деятельность по отдыху и оздоровлению

разработано в соответствие с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно- эпидемиологические организации общественного питания населения"

Возрастная категория детей: с 12 лет и старше.

Приемы пищи: завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин.

г. Тюмень, 2022г.

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@fguz-tyumen.ru; http:// www.fguz-tyumen.ru
ОКПО 74757016 ОГРН 1057200617759 ИНН/КПП 7203158959/720301001

УТВЕРЖДАЮ
Главный врач (заместитель) ФБУЗ
«Центр гигиены и эпидемиологии в
Тюменской области»
_____ А.Я. Фольмер

№ 31/Д

«31» мая 2021 г.

г. Тюмень

Экспертное заключение

1. Наименование услуги: экспертиза примерного 14-ти дневного меню № 14-ЗЛ/3590-20/109 от 09.04.2021 для питания детей с 12 лет и старше в организациях, осуществляющих деятельность по отдыху и оздоровлению.
2. Заявитель: АУ ТО «Центр технологического контроля».
   Юридический адрес: 625026, г. Тюмень, ул. Рижская 47А;
   ИНН 7203208134, ОГРН 1077203065147.
3. Получатель: АУ ТО «Центр технологического контроля».
   Юридический адрес: 625026, г. Тюмень, ул. Рижская 47А;
   ИНН 7203208134, ОГРН 1077203065147.
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 № 116084 от 28.04.2021г. рассмотрено представленное примерное 14-ти дневное меню № 14-ЗЛ/3590-20/109 от 09.04.2021 для питания детей с 12 лет и старше в организациях, осуществляющих деятельность по отдыху и оздоровлению. Приемы пищи: завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин. Возрастная категория детей: с 12 лет и старше 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 рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, I часть — М.: Хлебпродинформ, 1996г.
- Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции общественного питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, Том 1,2 — Москва.: 2006 г.

- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах — М.: Хлебпродинформ, 2004г.
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для диетического питания – М.: Хлебпродинформ, 2002г.
- Сборник технических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации - Пермь, ООО «Уральский региональный центр питания» ГБОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е.А. Вагнера», 2013 г.
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. II часть — М.: Хлебпродинформ, 1997г.
- Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях, I часть, II часть - Екатеринбург, Уральский государственный экономический университет, ФГУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области», 2011г.

Представлены аннотация к меню, содержащая ссылки на используемую литературу, нормативные документы, пояснения к меню; накопительная ведомость; таблица распределения энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи; таблица суммарных объёмов блюд по приемам пищи.

Для обеспечения здоровым питанием составлено примерное меню на 14 дней для возрастной группы детей 12 лет и старше 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). Приводятся ссылки на рецептуры используемых блюд и кулинарных изделий, в соответствии со сборниками рецептур.

Организовано 5 разовое питание, меню включает завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин. На долю завтрака в среднем за 14 дней приходится 25% от суточной потребности в пищевых веществах и энергии, на долю обеда - 35%, на долю полдника –15%; на долю ужина – 20%; на долю второго ужина – 5% от суточной потребности в пищевых веществах и энергии. Примерное меню разработано с учетом физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастной группы с 12 лет и старше (приложение 10, таблица 1, таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20), увеличения норм питания, включая калорийность суточного рациона не менее чем на 10% в день, что соответствует требованиям пп. 8.1.2.1, 8.1.2.3., 8.1.2.4 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Суммарный объем готовых блюд для указанного возраста (12 лет и старше) соответствует приложению 9 таблице 3 п. 8.1.2. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Масса порций готовых блюд для указанного возраста (12 лет и старше) соответствует приложению 9 таблице 1 п. 8.1.2. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Для дополнительного обогащения рациона питания детей микронутриентами в меню используется: хлеб и хлебобулочные изделия с содержанием витаминов и минералов, витаминизированное молоко. В целях профилактики йододефицитных состояний у детей используется соль поваренная пищевая йодированная при приготовлении блюд и кулинарных изделий, что соответствует требованиям п. 8.1.6. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

В примерном меню отсутствуют блюда и кулинарные изделия, которые могут послужить причиной возникновения и распространения инфекционных и массовых неинфекционных заболеваний (отравлений), указанные в приложении 6 (СанПиН 2.3/2.4.3590-20), что соответствует п. 8.1.9. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

ЗАКЛЮЧЕНИЕ:

Представленное примерное 14-ти дневного меню № 14-ЗЛ/3590-20/109 от 09.04.2021 для питания детей с 12 лет и старше в организациях, осуществляющих деятельность по отдыху и оздоровлению, разработанное АУ ТО «Центр технологического контроля», соответствует требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Заведующий отделением гигиены детей и подростков – врач по гигиене детей и подростков Л.Г. Шаева

Автономное учреждение Тюменской области «Центр технологического контроля»
КОПИЯ ВЕРНА
Директор Л.В. Шилкова

Российская Федерация * Тюменская область * Автономное учреждение Тюменской области «Центр Технологического Контроля» * ИНН 7203208134 * ОГРН 1077203065147 *

Аннотация

Меню приготавливаемых блюд для организации питания детей в организациях, осуществляющих деятельность по отдыху и оздоровлению, разработано в соответствие с требованиями **СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно- эпидемиологические требования к организации общественного питания населения" (далее - СанПиН 2.3/2.4.3590-20), раздел VIII «Особенности организации общественного питания детей».**

Возрастная категория детей: с 12 лет и старше.

В соответствие с Приложение 10, Таблица 3 «Распределение в процентном отношении потребления пищевых веществ и энергии по приемам пищи в зависимости от времени пребывания в организации» **СанПиН 2.3/2.4.3590 – 20,** предусмотрены следующие приемы пищи **- завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин.**

Суточная потребность 2992 ккал в соответствие с **СанПиН 2.3/2.4.3590-20** Приложение 10, Таблица 1 «потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах (суточная). А также в соответствие с **п.8.1.2.4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20** «на период летнего отдыха и оздоровления (до 90 дней), в выходные, праздничные и каникулярные дни….нормы питания, включая калорийность суточного рациона, должны быть, увеличены не менее чем на 10% в день на каждого человека».

Соблюдено требование **п.8.1.2.3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20** «допускается в течение дня отступление от норм калорийности по отдельным приемам пищи в пределах +/- 5 % при условии, что средний % пищевой ценности за неделю будет соответствовать нормам, приведенным в таблице 3 Приложения №10 к настоящим правилам, по каждому приему пищи», с учетом увеличения на 10%.

Масса порций для детей в меню соответствует требованиям Приложения № 9, Таблица 1 «Масса порций для детей в зависимости от возраста (в граммах)».

Суммарные объемы блюда по приемам пищи соответствуют требованиям Приложения № 9, Таблица 3 «Суммарные объемы блюда по приемам пищи (в граммах не менее)».

Нормы питания рассчитаны в соответствии СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Приложение 7, Таблица 2 "Среднесуточные наборы пищевой продукции для организации питания детей от 7 до 18 лет (в нетто г., мл. на 1 ребенка в сутки)".

Меню содержит обязательные вложения - титульный лист, аннотацию, накопительную ведомость, таблицу распределения энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи, таблицу суммарных объемов блюд по приемам пищи (в граммах - не менее).

Форма меню в соответствие с требованиями **п.8.1.4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20**, Приложение 8 (рекомендуемый образец).

Меню содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической ценности, Расчеты проведены на программном комплексе: «Система расчетов для общественного питания», одобренный Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (свидетельство № 32 от 11.06.2009 г.)

Технологическая документация разработана на основании нормативных сборников рецептур:

- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, I часть - М.: Хлебпродинформ, 1996 г **(№рец.-1996).**
- Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции общественного питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, Том 1,2 – Москва.:2006г; **(№рец.-2006, Москва).**
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах — М.: Хлебпродинформ, 2004г **(№рец.-2004).**
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для диетического питания — М.: Хлебпродинформ, 2002 г **(№рец.-2002).**
- Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ – интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, I часть, II часть — Пермь: Пермская государственная медицинская академия, Уральский институт питания, 2001г **(№рец.-2001, Пермь).**

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр гигиенического контроля»
ОГРН 1027200777147
ИНН 7203208134

- 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 реабилитации – Пермь, ООО «Уральский региональный центр питания» ГБОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е.А. Вагнера», 2013 г. **(№рец.-2013, Пермь).**
- Сборник рецептур по производству мучных кондитерских и булочных изделий для предприятий общественного питания, 3 часть - М.: Хлебпродинформ, 1999 г **(№рец.-1999).**
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, II часть - М.: Хлебпродинформ, 1997 г **(№рец.-1997).**
- Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях, I часть, II часть – Екатеринбург, Уральский государственный экономический университет, ФГУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области», 2011г. **(№рец.-2011, Екатеринбург).**

Меню укомплектовано технологическими документами (технологическими картами) в соответствие с **п. 2.8. СанПиН 2.3/2.4.3590-20**. При приготовлении блюд соблюдается принцип «щадящего питания»: для тепловой обработки применяется варка, запекание, припускание, тушение, приготовление на пару, приготовление в конвектомате. Указана температура подачи блюд и срок реализации.

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. Закладка продуктов в блюда соответствует нормативным таблицам. Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий 1996 г.

В целях профилактики гиповитаминозов в соответствие с **п.8.1.6. СанПиН 2.3/2.4.3590-20** для дополнительного обогащения рациона питания детей микронутриентами в меню использованы: хлеб и хлебобулочные изделия с содержанием витаминов и минералов, витаминизированные напитки. Для дополнительного обогащения рациона микронутриентами рекомендуется использовать в меню специализированные продукты питания, обогащенные микронутриентами, а также инстантные витаминизированные напитки промышленного выпуска.

В целях профилактики йододефицитных состояний у детей должна использоваться **соль поваренная пищевая йодированная при** приготовлении блюд и кулинарных изделий. Соль в меню включена в состав рецептур блюд (каши, выпечные изделия), в другие блюда закладка соли осуществляется с учетом приготовления качественных по органолептическим показателям **в меру соленых блюд**.

Для предотвращения размножения патогенных микроорганизмов готовые блюда должны быть реализованы не позднее 2-х часов с момента изготовления, **п.8.1.2.8. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.**

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

Разработчик АУ ТО «Центр технологического контроля»
г. Тюмень ул. Рижская 47а
электронный адрес: tehkontrol2014@yandex.ru

НАКОПИТЕЛЬНАЯ ВЕДОМОСТЬ к меню №14-ЗЛ/3590-20/109 от 09.04.2021 г. для питания детей в загородном лагере с 12 лет и старше (завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин)

20	Продукты	Норма питания в г*, мл, нетто на 1 ребенка в сутки	Норма питания в г*, мл, нетто на 1 ребенка в сутки +10%	Фактически получено г, мл, Дни														за 14 дней, г	Факт в день г, мл,	% выполнения
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14			
1	Хлеб ржаной ****	120	131,5	120	130	120	120	140	130	130	145	120	165	120	90	120	100	1750	125	95
2	Хлеб пшеничный ***	200,0	220,0	234	150	219	186	219	201	208	233	202	197	255	249	180	195	2928	209	95
3	Мука пшеничная	20,0	22,0	86	16,6	3	59,3	2,4	5	30	14	54	0	21	15	6	4	316	23	102
4	Крупы, бобовые	50	55,5	96	60	60	42	50	60	97	18	36	107	32	0	64	67	789	56	102
5	Макаронные изделия	20	22,5	0	71	0	71	0	0	0	71	0	0	0	71	24	0	308	22	98
6	Картофель	187	206,2	256	120	135	75	257	229	250	275	184	248	278	214	194	238	2953	211	102
7	Овощи (свежие, мороженные, консервированные), включая соленые и квашеные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-пюре, зелень	320,0	352,0	263	332	512	316	517	303	242	239	419	354	447	326	270	266	4805	343	98
8	Фрукты свежие	185,0	203,5	253	270	305	170	295	140	265	130	310	150	205	155	160	150	2958	211	104
9	Сухофрукты	20,0	22	12	0	25	40	0	0	30	0	30	15	0	56	0	83	291	21	95
10	Соки плодоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные	200,0	220,0	200	200	200	200	200	200	200	200	200	400	200	200	200	200	3000	214	97
11	Сахар (в т.ч. для приготовления блюд и напитков, в случае использования пищевой продукции промышленного выпуска, содержащих сахар, выдача сахара должна быть уменьшена в зависимости от его содержания в используемой готовой пищевой продукции)	35,0	38	54	40,5	27	62	46	22	46,5	21	43	24	31	27	21	39	504	36	95
12	Кондитерские изделия	15,0	16,5	0	0	60	16	0	60	0	0	40	0	0	0	25	40	241	17	104
13	Какао	1,2	1,3	0	0	5	0	0	0	3	0	5	0	0	5	0	0	18	1,3	97
14	Чай	2,0	2,2	3,4	1,7	1,7	3,4	3,4	0,0	3,4	1,7	1,7	3,4	1,7	1,7	1,7	1,7	31	2	99
15	Кофейный напиток	2,0	2,2	0	6	0	0	0	6	0	6	0	0	6	0	6	0	30	2	97
16	Мясо 1-й категории	78,0	85,8	95	95	201	16	97	100	113	16	116	111	97	0	111	56	1224	87	102
17	Субпродукты (печень, язык, сердце)	40,0	44,0	0	0	0	171	0	0	125	0	120	0	0	171	0	0	587	42	95
18	Птица (цыплята-бройлеры потрошенные - 1 кат.)	53,0	58,3	0	179	0	0	26	0	0	75		0	205	105	0	182	772	55	95
19	Рыба (филе), в т.ч. филе слабо или малосоленое	77,0	84,7	125	0	123	143	96	131	0	119	0	118	0	123	148	0	1126	80	95
20	Молоко	350	385,0	240	518	404	20	249	288	442	462	398	410	478	398	464	359	5130	366	95
21	Кисломолочная пищевая продукция	180,0	197	325	325	0	325	200	325	125	200	0	125	200	0	325	125	2600	186	95
22	Творог (5%-9% м.д.ж.)	60,0	66,0	0	165	0	120	0	172	0	100	151	0	100	0	0	141	949	68	103
23	Сметана	10,0	11,0	0	13	10	17,5	5	17	10	0	21	5	0	28	17	18	161	12	105
24	Сыр	15,0	16,5	20	0	30	0	0	30	30	20	0	20	30	25	30	0	235	17	102
25	Масло сливочное	35,0	38,5	41	35	20	67,5	35	41	30	31	51	37	38	43	21	47	537	38	100
26	Масло растительное	18,0	19,8	15	19	31	22,2	25	16	21,7	17	19	19	20	15	18	20	278	20	100
27	Яйцо, шт.	40	44,4	48	8	155	40	7	19	16	80	37	5	12	150	40	34	651	47	105
28	Дрожжи хлебопекарные	0,3	0,3	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	2	0	35
29	Крахмал	4,0	4,4	7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	7	1	11
30	Специи	2,0	2,2	2,2	2,2	2,2	2,2	2,2	2,2	2,2	2,2	2,2	2,2	2,2	2,2	2,2	2,2	31	2	100
31	Соль пищевая поваренная йодированная	5,0	5,5	5,5	5,5	5,5	5,5	5,5	5,5	5,5	5,5	5,5	5,5	5,5	5,5	5,5	5,5	77	6	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 (в нетто г., мл. на 1 ребенка в сутки)"

** Количество потребленных продуктов округлено до целого числа

*** **Мучное, булочное, кондитерское изделие промышленного производства посчитано в 1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13 ,14 дни посчитано к норме хлеба пшеничного**

**** **Мучное изделие промышленного производства в 10 дне посчитано к норме хлеба ржаного (полдник)**

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 14-ЗЛ/3590-20/109
АУ ТО «Центр технологического контроля»

Распределение энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи для питания детей в загородном лагере с 12 лет и старше *

Суточная потребность СанПиН 2.3/2.4.3590-20 (2720 ккал)**	Завтрак, ккал		Обед, ккал		Полдник, ккал		Ужин, ккал		Второй ужин, ккал		Итого, ккал	
	25 % от суточного рациона	% выполнения	35% от суточного рациона	% выполнения	15 % от суточного рациона	% выполнения	20 % от суточного рациона	% выполнения	5 % от суточного рациона	% выполнения	100%	% выполнения
п.8.1.2.4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 УВЕЛИЧЕНИЕ НА 10 % (2992 ккал)	**748**		**1047**		**449**		**598**		**149,6**		**2992**	
1 день	721	24	1003	34	441	15	630	21	149	5	2944	98
2 день	768	26	1058	35	473	16	590	20	149	5	3039	102
3 день	754	25	1038	35	432	14	590	20	151	5	2964	99
4 день	733	25	1107	37	463	15	618	21	149	5	3070	103
5 день	750	25	1019	34	472	16	579	19	149	5	2969	99
6 день	783	26	1061	35	432	14	620	21	149	5	3046	102
7 день	724	24	1044	35	429	14	568	19	151	5	2915	97
ИТОГО в среднем за неделю	**748**	**25**	**1047**	**35**	**449**	**15**	**599**	**20**	**150**	**5**	**2992**	**100**
8 день	747	25	1019	34	428	14	568	19	149	5	2910	97
9 день	722	24	1058	35	441	15	583	19	151	5	2955	99
10 день	729	24	1087	36	471	16	609	20	151	5	3046	102
11 день	749	25	1013	34	451	15	602	20	149	5	2964	99
12 день	721	24	1085	36	442	15	622	21	151	5	3020	101
13 день	787	26	1034	35	451	15	629	21	149	5	3051	102
14 день	780	26	1044	35	458	15	580	19	151	5	3012	101
ИТОГО в среднем за неделю	**748**	**25**	**1049**	**35**	**449**	**15**	**599**	**20**	**150**	**5**	**2994**	**100**
ИТОГО в среднем за день	**748**	**25**	**1048**	**35**	**449**	**15**	**599**	**20**	**150**	**5**	**2993**	**100**

*Приложение 10, Таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно- эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"

**Приложение 10, Таблица 1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно- эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"

Суммарные объемы блюд по приемам пищи для детей с 12 лет и старше (не менее)

Приложение №9, таблица 3 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20	Завтрак, грамм	Обед, грамм	Полдник, грамм	Ужин, грамм	Второй ужин, грамм
	550	**800**	**350**	**600**	**200**
1 день	665	860	560	620	220
2 день	620	865	560	640	220
3 день	620	950	410	605	220
4 день	595	935	405	605	220
5 день	655	875	380	605	220
6 день	585	855	360	600	220
7 день	635	865	390	640	200
8 день	660	860	380	650	220
9 день	605	865	410	615	220
10 день	635	885	410	600	220
11 день	610	820	400	755	220
12 день	600	1020	350	620	220
13 день	650	965	390	600	220
14 день	580	865	390	600	220

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

Сборник рецептур блюд и
кулинарных изделий, 1996 г.
таблица № 28

Извлечение

Расход соли и специй при приготовлении блюд и изделий

Блюда	Наименование специй	
	Соль, г	Лавровый лист, г
1	2	5
1. **Холодные блюда (на порцию)**	2—3	0,01
2. **Супы (на 1000 г)'**	6—10	0,04
3. **Блюда из овощей (варка) на 1 л воды**	10	—
4. **Блюда из круп (на 1 кг крупы)**		
гречневая каша:		
рассыпчатая из ядрицы	21	—
вязкая	40	—
пшенная каша:		
рассыпчатая	25	—
вязкая	40	—
рисовая каша:		
рассыпчатая	28	—
вязкая	45	—
перловая каша:		
рассыпчатая	30	—
вязкая	45	—
овсяная каша вязкая	40	—
манная каша вязкая	45	—
кукурузная каша:		
рассыпчатая	30	—
вязкая	35	
5. **Блюда из бобовых (на 1 порцию отварных бобов)**	3—4	—
6. **Блюда из макаронных изделий (варка) на I кг изделий**	30	
7. **Блюда из яиц (на 1 шт.)**	0,25	
8. **Блюда из творога (на 1 кг)**	10	
9. **Блюда из рыбы и морепродуктов (на 1 порцию)**	3	0,01
10. **Блюда из мяса (на 1 порцию)**	4	0,02
11. **Блюда из сельскохозяйственной птицы (на 1 порцию)**	3—5	0,02

[1] Норма закладки соли в молочных супах — 6 г на **1000 г.**

Приложение N 11к
СанПиН 2.3/2.4.3590-20

ТАБЛИЦА ЗАМЕНЫ ПИЩЕВОЙ ПРОДУКЦИИ В ГРАММАХ (НЕТТО) С УЧЕТОМ ИХ ПИЩЕВОЙ ЦЕННОСТИ

Вид пищевой продукции	Масса, г	Вид пищевой продукции - заменитель	Масса, г
Говядина	100	Мясо кролика	96
		Печень говяжья	116
		Мясо птицы	97
		Рыба (треска)	125
		Творог с массовой долей жира 9%	120
		Баранина 2 кат.	97
		Конина 1 кат.	104
		Мясо лося (мясо с ферм)	95
		Оленина (мясо с ферм)	104
		Консервы мясные	120
Молоко питьевое с массовой долей жира 3,2%	100	Молоко питьевое с массовой долей жира 2,5%	100
		Молоко сгущенное (цельное и с сахаром)	40
		Сгущено-вареное молоко	40
		Творог с массовой долей жира 9%	17
		Мясо (говядина 1 кат.)	14
		Мясо (говядина 2 кат.)	17
		Рыба (треска)	17,5
		Сыр	12,5
		Яйцо куриное	22
Творог с массовой долей жира 9%	100	Мясо говядина	83
		Рыба (треска)	105
Яйцо куриное	41	Творог с массовой долей жира 9%	31
		Мясо (говядина)	26
		Рыба (треска)	30
		Молоко цельное	186
		Сыр	20
Рыба (треска)	100	Мясо (говядина)	87
		Творог с массовой долей жира 9%	105

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

Картофель	100	Капуста белокочанная	111
		Капуста цветная	80
		Морковь	154
		Свекла	118
		Бобы (фасоль), в том числе консервированные	33
		Горошек зеленый	40
		Горошек зеленый консервированный	64
		Кабачки	300
Фрукты свежие	100	Фрукты консервированные	200
		Соки фруктовые	133
		Соки фруктовые – ягодные	133
		Сухофрукты:	
		Яблоки	12
		Чернослив	17
		Курага	8
		Изюм	22

Меню приготавливаемых блюд для питания детей в организациях, осуществляющих деятельность по отдыху и оздоровлению (завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин)

Возрастная категория: с 12 лет и старше

14-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ №14-ЗЛ/3590-20/109 от 09.04.2021 г.

Меню содержит обязательные вложения - титульный лист, аннотацию, накопительную ведомость, таблицу распределения энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи, таблицу суммарных объемов блюд по приемам пищи (в граммах - не менее)

1 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			***665***	***23,2***	***33,1***	***82,7***	***720,5***	
Бутерброд с сыром и маслом			**30/10/20**	**7,5**	**11,8**	**11,9**	**183,8**	**№1,3-2004**
хлеб пшеничный	30	30						
масло сливочное	10	10						
сыр	21	20						
Каша пшеничная жидкая			**250**	**9,4**	**11,5**	**26,0**	**245**	**№264-2013, Пермь**
крупа пшеничная	30	30						
молоко питьевое	240	240						

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 14-ЗЛ/3590-20/109
АУ ТО «Центр технологического контроля»

сахар	4	4						
соль йодированная	1,3	1,3						
масло сливочное	5	5						
Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"			**200/20/10**	**0,2**	**0,0**	**15,5**	**62,8**	**№686-2004**
чай-заварка	1,7	1,7						
сахар	15	15						
лимон	11	10						
апельсин	21	20						
Йогурт в индивидуальной упаковке в ассортименте			**125**	**4,4**	**9,4**	**11,8**	**149**	
Хлеб ржаной			**20**	**0,7**	**0,1**	**9,4**	**40,5**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**20**					
Хлеб пшеничный			**20**	**1,0**	**0,3**	**8,1**	**38,9**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**20**					
Обед			***860***	***30,5***	***24,2***	***166,6***	***1003,0***	
Овощи натуральные			**100**	**1,1**	**0,1**	**3,8**	**20,5**	**№106-2013, Пермь**
помидоры свежие грунтовые	118	100						
или помидоры свежие парниковые	102	100						

Суп гороховый с мясом с гренками			**250/10/20**	**9,1**	**4,8**	**31,8**	**207**	**№139-2004**
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	19	16						
или говядина 1 категории	22	16						
горох	21	21						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	73	55						
01.11.-31.12. -30%	79	55						
01.01-29.02 - 35%	85	55						
01.03 - 40%	92	55						
морковь до 01.01 - 20%	17,5	14						
с 01.01 - 25%	18,6	14						
лук репчатый	14	12						
масло сливочное	5	5						
гренки из пшеничного хлеба		**20**						**№170-2013, Пермь**
хлеб пшеничный	38	32						
зелень свежая	1,4	1						
Гуляш из говядины			**100**	**10,2**	**11,9**	**2,2**	**156,7**	**№437-2004**
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	93	79						
или говядина 1 категории	107	79						

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

масло растительное	5	5						
масса тушеного мяса		50						
масса соуса		50						
лук репчатый	12	10						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5	5						
мука пшеничная	2,5	2,5						
Каша гречневая вязкая отварная			**180**	**2,0**	**5,4**	**29,2**	**173,4**	**№510-2004**
крупа гречневая	45	45						
вода питьевая	144	144						
масло сливочное	6	6						
Кисель из свежих ягод			**200**	**0,3**	**0,2**	**21,5**	**89,0**	**№505-2013, Пермь**
вишня свежемороженая	25,2	24						
или смородина свежемороженая	25,2	24						
или клюква свежемороженая	25,2	24						
или облепиха свежемороженая	26,6	24						
сахар	15	15						
крахмал	7	7						
Хлеб ржаной			**80**	**2,8**	**0,4**	**37,6**	**162,0**	

или Хлеб ржаной витаминизированный			**80**					
Хлеб пшеничный			**100**	**5,0**	**1,4**	**40,5**	**194,6**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**100**					
Полдник			***450***	***7,3***	***9,7***	***81,2***	***441,3***	
Штрудель яблочный			**100**	**6,8**	**9,5**	**51,2**	**318**	**№7/12-2011, Екатеринбург**
тесто слоеное промышленного производства	80	80						
мука пшеничная на подпыл	3	3						
начинка:								
яблоки свежие (очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом)	60	42						
лимон для сока	17	7						
сахар	8	8						
корица молотая	0,5	0,5						
изюм	13	12						
масло сливочное	5	5						
яйцо куриное для смазки изделия	3,3	3,3						
масло растительное для смазки листа	1	1						
Фрукты в ассортименте			**150**	**0,3**	**0,2**	**18,0**	**75**	**№458-2006, Москва**

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

Чай с сахаром			**200**	**0,2**	**0,0**	**12,0**	**48,8**	**№685-2004**
чай-заварка	1,7	1,7						
сахар	12	12						
Ужин			***620***	***26,5***	***24,1***	***77,1***	***630,3***	
Салат "Летний"			**100**	**5,1**	**9,9**	**5,9**	**133,1**	**№32-2013, Пермь**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	37	28						
01.11.-31.12. -30%	40	28						
01.01-29.02 - 35%	43	28						
01.03 - 40%	47	28						
масса отварного картофеля		25						
помидоры свежие грунтовые	18	15						
или помидоры свежие парниковые	15,3	15						
огурцы свежие грунтовые	16	15						
или огурцы свежие парниковые	15,3	15						
яйцо куриное	40	40						
лук репчатый	6	5						
лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый								
или лук зеленый	6,3	5						

масло растительное	5	5						
Шницель рыбный натуральный			**120**	**14,1**	**6,2**	**8,2**	**145**	**№391-2004**
горбуша или кета потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	179	125						
или горбуша или кета неразделанная (филе с кожей без костей)	215	125						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	169	125						
лук репчатый	12	10						
вода питьевая	10	10						
яйцо куриное	5	5						
сухари	12	12						
масло растительное	4	4						
Картофель тушеный			**200**	**5,2**	**7,6**	**23,5**	**183**	**№216-2004**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	230	173						
01.11.-31.12. -30%	247	173						
01.01-29.02 - 35%	266	173						
01.03 - 40%	289	173						
морковь до 01.01 - 20%	59	47						
с 01.01 - 25%	63	47						
лук репчатый	30	25						

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

масло сливочное	10	10						
Сок в ассортименте	**200**	**200**	**200**	**0,4**	**0,0**	**22,0**	**90**	**№518-2013, Пермь**
Хлеб ржаной			**20**	**0,7**	**0,1**	**9,4**	**40,5**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**20**					
Хлеб пшеничный			**20**	**1,0**	**0,3**	**8,1**	**38,9**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**20**					
Второй ужин			***220***	***8,6***	***6,9***	***13,2***	***149,3***	
Кисломолочный напиток в ассортименте	207	200	**200**	**6,4**	**6,4**	**9,3**	**120**	**№698-2004**
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			**20**	**2,2**	**0,5**	**3,9**	**29**	
ИТОГО:				***96***	***98***	***421***	***2944***	

2 день

Наименование блюда	**Брутто, г**	**Нетто, г**	**Химический состав**					**№ рецептуры**
			Выход, г	**Белки, г**	**Жиры, г**	**Угл. г**	**ЭЦ, ккал**	
Завтрак			**620**	***20,3***	***30,9***	***102,5***	***768,2***	
Бутерброд с маслом			**30/15**	**2,5**	**9,9**	**14,5**	**157,1**	**№1-2004**
хлеб пшеничный	30	30						
масло сливочное	15	15						

Каша рисовая жидкая			**250**	**9,8**	**11,2**	**34,0**	**276**	**№311-2004**
крупа рисовая	38	38						
молоко питьевое	238	238						
сахар	4	4						
соль йодированная	1,3	1,3						
масло сливочное	5	5						
Кофейный напиток			**200**	**1,8**	**1,6**	**18,9**	**97**	**№501-2013, Пермь**
кофейный напиток	6	6						
сахар	15	15						
молоко питьевое	50	50						
Йогурт в индивидуальной упаковке в ассортименте			**125**	**3,5**	**7,5**	**9,5**	**120**	
Хлеб пшеничный			**40**	**2,0**	**0,6**	**16,2**	**77,8**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**40**					
Хлеб ржаной			**20**	**0,7**	**0,1**	**9,4**	**40,5**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**20**					
Обед			***865***	***36,7***	***36,8***	***145,8***	***1058***	
Овощи свежие (огурцы)			**100**	**0,7**	**0,1**	**1,9**	**11,3**	**№70-2006, Москва**
огурцы свежие грунтовые	105	100						

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

или огурцы свежие парниковые	102	100						
Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной с мясом		**250/5/10**		**4,4**	**5,5**	**12,7**	**118**	**№110-2004**
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	19	16						
или говядина 1 категории	22	16						
свекла до 01.01.-20%	50	40						
с 01.01 - 25%	53	40						
капуста белокочанная свежая	25	20						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	27	20						
01.11.-31.12. -30%	29	20						
01.01-29.02 - 35%	31	20						
01.03 - 40%	33	20						
морковь до 01.01 - 20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	12	10						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	7	7						
масло сливочное	5	5						
сметана	5	5						
зелень свежая	1,4	1						

Птица запеченная			**120**	**19,4**	**18,1**	**0,8**	**244,2**	**№494-2004**
курица потрошеная 1 категории	200	179						
или грудка куриная промышленного производства	189	179						
или бедро куриное	189	179						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	6	6						
чеснок	0,8	0,6						
масло растительное	3	3						
Рагу овощное			**180**	**4,2**	**11,3**	**23,0**	**211**	**№224-2004**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	133	100						
01.11.-31.12. -30%	143	100						
01.01-29.02 - 35%	154	100						
01.03 - 40%	167	100						
морковь до 01.01 - 20%	68	54						
с 01.01 - 25%	72	54						
лук репчатый	18	15						
масло растительное	10	10						
для соуса		**60**						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	10	10						

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

мука пшеничная	2	2						
морковь до 01.01 - 20%	6	5						
с 01.01 - 25%	7	5						
лук репчатый	6	5						
сахар	1,5	1,5						
Сок в ассортименте	**200**	**200**	**200**	**0,5**	**0,0**	**34,0**	**138**	**№518-2013, Пермь**
Хлеб ржаной			**70**	**2,5**	**0,4**	**32,9**	**141,8**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**70**					
Хлеб пшеничный			**100**	**5,0**	**1,4**	**40,5**	**194,6**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**100**					
Полдник			**560**	**21,8**	**20,1**	**51,2**	**472,9**	
Сырники из творога запечённые с молоком сгущенным			**210**	**15,8**	**14,8**	**33,2**	**329**	**№321-2013, Пермь**
творог	168	165						
крупа манная	22	22						
яйцо куриное	8	8						
сахар	8	8						
ванилин	0,01	0,01						
мука пшеничная	12	12						

сметана	8	8						
масло сливочное для смазки листа	5	5						
масса готовых сырников (3 шт. по 60 г)		180						
молоко сгущенное с сахаром	30,2	30						
Фрукты в ассортименте			**150**	**0,2**	**0,3**	**8,6**	**37,9**	**№458-2006, Москва**
Молоко питьевое кипяченое	210	200	**200**	**5,8**	**5,0**	**9,4**	**106**	**№260-2001, Пермь**
Ужин			**640**	**23,0**	**15,8**	**89,3**	**590,1**	
Мясо духовое			**120**	**16,1**	**11,0**	**5,4**	**185**	**№435-2004**
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	93	79						
или говядина 1 категории	107	79						
или свинина мясная	87	74						
масло растительное	6	6						
масса тушеного мяса		50						
морковь до 01.01 - 20%	34	27						
с 01.01 - 25%	36	27						
лук репчатый	17	14						
мука пшеничная	3,6	3,6						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	8	8						

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

Макаронные изделия отварные			**200**	**4,7**	**4,2**	**45,7**	**239,4**	**№516-2004**
макаронные изделия	71	71						
масло сливочное	5	5						
Чай с сахаром			**200**	**0,2**	**0,0**	**12,0**	**48,8**	**№685-2004**
чай-заварка	1,7	1,7						
сахар	12	12						
Фрукты в ассортименте			**120**	**0,6**	**0,4**	**7,4**	**35,6**	**№458-2006, Москва**
Хлеб ржаной			**40**	**1,4**	**0,2**	**18,8**	**81,0**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**40**					
Второй ужин			***220***	***8,6***	***6,9***	***13,2***	***149,3***	
Кисломолочный напиток в ассортименте	207	200	**200**	**6,4**	**6,4**	**9,3**	**120**	**№698-2004**
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			**20**	**2,2**	**0,5**	**3,9**	**29**	
ИТОГО:				***110***	***110***	***402***	***3039***	

3 день

Наименование блюда	**Брутто, г**	**Нетто, г**	**Химический состав**					**№ рецептуры**
			Выход, г	**Белки, г**	**Жиры, г**	**Угл. г**	**ЭЦ, ккал**	
Завтрак			***620***	***33,0***	***35,7***	***75,3***	***753,6***	
Бутерброд с сыром			**30/30**	**7,2**	**7,8**	**11,9**	**147**	**№3-2004**
хлеб пшеничный	30	30						

сыр	31	30						
Омлет натуральный с маслом			**200/10**	**19,9**	**23,1**	**1,5**	**294**	**№284-1996**
яйцо куриное	150	150						
молоко питьевое	60	60						
масло растительное	4	4						
масса готового омлета		200						
масло сливочное на полив	10	10						
Какао с молоком			**200**	**3,4**	**4,2**	**16,4**	**117,0**	**№642-1996**
какао - порошок	5	5						
молоко питьевое	130	130						
сахар	10	10						
Фрукты в ассортименте			**150**	**0,5**	**0,2**	**26,0**	**107,4**	**№458-2006, Москва**
Хлеб ржаной			**20**	**0,7**	**0,1**	**9,4**	**40,5**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**30**					
Хлеб пшеничный			**25**	**1,3**	**0,4**	**10,1**	**48,7**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**25**					
Обед			***950***	***33,4***	***34,5***	***149,1***	***1038,3***	
Салат из отварной моркови, картофеля с огурцом свежим			**100**	**1,9**	**5,0**	**8,2**	**85,4**	**28/1-2013, Екатеринбург**
морковь до 01.01 - 20%	50	40						

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

с 01.01 - 25%	53	40						
масса отварной моркови		38						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	47	35						
01.11.-31.12. -30%	50	35						
01.01-29.02 - 35%	54	35						
01.03 - 40%	58	35						
масса отварного картофеля		32						
огурцы свежие парниковые	25,5	25						
или огурцы свежие грунтовые	26,3	25						
масло растительное	5	5						
Суп картофельный с рыбой			**250/100**	**10,3**	**7,8**	**18,1**	**183,8**	**№150-2013, Пермь**
горбуша или кета потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	180	120						
или горбуша или кета неразделанная (филе без кожи и костей)	218	120						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	166	123						
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	139	120						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	133	100						
01.11.-31.12. -30%	143	100						
01.01-29.02 - 35%	154	100						

01.03 - 40%	167	100						
лук репчатый	12	10						
морковь до 01.01 - 20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
масло сливочное	5	5						
зелень свежая	1,4	1						
Котлеты из говядины			**100**	**10,1**	**14,2**	**17,0**	**236,2**	**№451-2004**
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	87	74						
или говядина 1 категории	101	74						
хлеб пшеничный	18	18						
молоко питьевое или вода питьевая	14	14						
лук репчатый	6	5						
яйцо куриное	5	5						
сухари	6	6						
масло растительное	2	2						
Капуста тушеная со сметаной и томатом			**200**	**3,8**	**5,8**	**22,0**	**155**	**№245-1997**
капуста белокочанная свежая	258	206						
морковь до 01.01 - 20%	30,0	24						

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

с 01.01 - 25%	31,9	24						
лук репчатый	14	12						
масло сливочное	5	5						
сметана	10	10						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5	5						
мука пшеничная	3	3						
вода питьевая	15	15						
Напиток из плодов шиповника			**200**	**0,2**	**0,0**	**15,1**	**61,4**	**№705-2004**
шиповник	25	25						
сахар	5	5						
Хлеб ржаной			**60**	**2,1**	**0,3**	**28,2**	**121,5**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**60**					
Хлеб пшеничный			**100**	**5,0**	**1,4**	**40,5**	**194,6**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**100**					
Полдник			***410***	***14,8***	***3,8***	***84,7***	***431,6***	
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте (пряники, вафли или др.)			**60**	**12,1**	**3,6**	**36,7**	**227,4**	
Фрукты в ассортименте			**150**	**2,3**	**0,2**	**26,0**	**115**	**№458-2006, Москва**
Сок в ассортименте	**200**	**200**	**200**	**0,4**	**0,0**	**22,0**	**90**	**№518-2013, Пермь**

Ужин			***605***	***17***	***19***	***87***	***590***	
Салат из свежих помидоров			**100**	**1,0**	**5,1**	**3,5**	**63,9**	**№22-2013, Пермь**
помидоры свежие парниковые	97	95						
или помидоры свежие грунтовые	112	95						
масло растительное	5	5						
Плов из мяса			**300**	**13,5**	**13,9**	**44,5**	**357,1**	**№370-2013, Пермь**
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	150	127						
или говядина 1 категории	173	127						
или свинина мясная	139	119						
масса тушеного мяса		**80**						
масло растительное	15	15						
крупа рисовая	60	60						
морковь до 01.01 - 20%	63	50						
с 01.01 - 25%	67	50						
лук репчатый	24	20						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	10	10						
Чай с лимоном			**200/5**	**0,1**	**0,0**	**12,2**	**49,2**	**№494-2013, Пермь**
чай-заварка	1,7	1,7						

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

сахар	12	12						
лимон	6	5						
Хлеб ржаной			**40**	**1,4**	**0,2**	**18,8**	**81,0**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**40**					
Хлеб пшеничный			**20**	**1,0**	**0,3**	**8,1**	**38,9**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**20**					
Второй ужин			***220***	***5,8***	***6,2***	***17,9***	***150,6***	
Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке	200	200	**200**	**4,9**	**5,0**	**10,9**	**108**	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			**20**	**0,9**	**1,2**	**7,0**	**42**	
ИТОГО:				***104***	***100***	***414***	***2964***	

4 день

Наименование блюда	**Брутто, г**	**Нетто, г**	**Химический состав**					**№ рецептуры**
			Выход, г	**Белки, г**	**Жиры, г**	**Угл. г**	**ЭЦ, ккал**	
Завтрак			***595***	***21,7***	***23,3***	***109,1***	***733,1***	
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным			**200**	**15,5**	**12,9**	**31,7**	**304,8**	**№10/5-2011, Екатеринбург**
творог	123	120						
крупа манная	6	6						
яйцо куриное	24	24						

сахар	12	12						
крошка:		**30**						
сахар	6	6						
мука пшеничная	12	12						
масло сливочное	12	12						
масло сливочное для смазки листа	4,2	4,2						
масса готовой запеканки		180						
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20						
Бутерброд с маслом			**30/15**	**2,5**	**9,9**	**14,5**	**157,1**	**№1-2004**
хлеб пшеничный	30	30						
масло сливочное	15	15						
Чай "Витаминный"			**200**	**0,7**	**0,1**	**21,8**	**90,9**	**№493-2013, Пермь**
чай-заварка	1,7	1,7						
шиповник	15	15						
сахар	12	12						
Фрукты в ассортименте			**150**	**2,0**	**0,2**	**33,0**	**141**	**№458-2006, Москва**
Хлеб пшеничный			**20**	**1,0**	**0,3**	**8,1**	**38,9**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**20**					

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

Обед			***935***	***36,3***	***32,1***	***169,0***	***1106,7***	
Салат овощной с яблоками и перцем сладким			**100**	**1,0**	**5,0**	**6,2**	**74**	**№29-2013, Пермь**
яблоки свежие (очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом)	29	20						
помидоры свежие парниковые	46	45						
или помидоры свежие грунтовые	53	45						
перец сладкий, свежий	40	30						
чеснок	0,6	0,5						
масло растительное	5	5						
зелень свежая	2,7	2						
Рассольник домашний с мясом, со сметаной			**250/10/5**	**4,7**	**6,5**	**13,7**	**132**	**№131-2004**
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	19	16						
или говядина 1 категории	22	16						
капуста белокочанная свежая	25	20						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	100	75						
01.11.-31.12. -30%	107	75						
01.01-29.02 - 35%	116	75						
01.03 - 40%	125	75						
морковь до 01.01 - 20%	12,5	10						

с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	12	10						
огурцы солёные (без уксуса)	18	10						
масло сливочное	5	5						
сметана	5	5						
зелень свежая	1,4	1						
Печень, тушеная в соусе			**120/50**	**18,2**	**14,9**	**6,4**	**232,2**	**№401-2013, Пермь**
печень говяжья	207	171						
мука пшеничная	7	7						
масло растительное	6	6						
масса тушеной печени		120						
соус сметанный №442-2013, Пермь		50						
сметана	12,5	12,5						
мука пшеничная	1,3	1,3						
вода питьевая	40	40						
масло сливочное	1,3	1,3						
Макаронные изделия отварные			**200**	**4,7**	**4,2**	**45,7**	**239,4**	**№516-2004**
макаронные изделия	71	71						

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

масло сливочное	5	5						
Компот из кураги			**200**	**0,9**	**0,0**	**27,0**	**111,6**	**№638-2004**
курага	25,3	25						
сахар	5	5						
Хлеб ржаной			**80**	**2,8**	**0,4**	**37,6**	**162,0**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**80**					
Хлеб пшеничный			**80**	**4,0**	**1,1**	**32,4**	**155,7**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**80**					
Полдник			***405***	***8,0***	***18,4***	***66,3***	***463***	
Полоска песочная с повидлом			**80**	**4,3**	**10,9**	**44,8**	**295**	**№586-2013, Пермь**
мука пшеничная	39	39						
сахар	15	15						
масло сливочное	15	15						
яйцо куриное	16	16						
соль йодированная	0,05	0,05						
натрий двууглекислый	0,11	0,11						
джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	16,2	16						
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2						

или Мучное изделие промышленного производства			**80**	**4,3**	**10,9**	**44,8**	**295**	
Йогурт в индивидуальной упаковке в ассортименте			**125**	**3,5**	**7,5**	**9,5**	**120**	
Чай с сахаром			**200**	**0,2**	**0,0**	**12,0**	**48,8**	**№685-2004**
чай-заварка	1,7	1,7						
сахар	12	12						
Ужин			***605***	***28,3***	***21,2***	***78,8***	***617,7***	
Салат из свежих помидор и огурцов			**100**	**1,2**	**5,0**	**6,6**	**76**	**№20-2004**
помидоры свежие парниковые	56	55						
или помидоры свежие грунтовые	65	55						
огурцы свежие парниковые	40,8	40						
или огурцы свежие грунтовые	42	40						
лук зелёный	3,8	3						
лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый								
или лук репчатый	3,6	3						
масло растительное	5	5						
Рыба запечённая с маслом			**120/5**	**20,3**	**12,4**	**6,2**	**218**	**№310-1996**
горбуша или кета потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	204	143						
или горбуша или кета неразделанная (филе с кожей без костей)	246	143						

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

или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	184	136						
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	166	143						
сухари	6	6						
масло растительное	6	6						
масло сливочное	5	5						
Булгур или рис с овощами			**180**	**3,7**	**3,2**	**24,0**	**140**	**№257-2013, Пермь**
крупа булгур или крупа рисовая	36	36						
вода питьевая	80	80						
масса готового гарнира		100						
морковь до 01.01 - 20%	115	92						
с 01.01 - 25%	122	92						
масса припущенной моркови		80						
масло сливочное	5	5						
Сок в ассортименте	**200**	**200**	**200**	**0,2**	**0,0**	**11,0**	**45**	**№518-2013, Пермь**
Хлеб ржаной			**40**	**1,4**	**0,2**	**18,8**	**81,0**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**40**					
Хлеб пшеничный			**30**	**1,5**	**0,4**	**12,2**	**58,4**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**30**					

Второй ужин			***220***	***8,6***	***6,9***	***13,2***	***149,3***	
Кисломолочный напиток в ассортименте	207	200	**200**	**6,4**	**6,4**	**9,3**	**120**	**№698-2004**
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			**20**	**2,2**	**0,5**	**3,9**	**29**	
ИТОГО:				***103***	***102***	***436***	***3070***	

5 день

Наименование блюда	**Брутто, г**	**Нетто, г**	**Химический состав**					**№ рецептуры**
			Выход, г	**Белки, г**	**Жиры, г**	**Угл. г**	**ЭЦ, ккал**	
Завтрак			***655***	***17,6***	***20,8***	***123,6***	***750,3***	
Бутерброд с маслом			**30/15**	**2,5**	**9,9**	**14,5**	**157,1**	**№1-2004**
хлеб пшеничный	30	30						
масло сливочное	15	15						
Каша гречневая молочная жидкая			**250**	**8,2**	**7,8**	**37,8**	**254**	**№1/4-2011г., Екатеринбург**
крупа гречневая	50	50						
вода питьевая	85	85						
молоко питьевое	125	125						
сахар	4	4						
соль йодированная	1	1						
масло сливочное	5	5						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203206134

Чай с молоком			**200**	**2,8**	**2,5**	**15,1**	**94,1**	**№630-1996**
чай-заварка	1,7	1,7						
сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
Фрукты в ассортименте			**160**	**2,0**	**0,2**	**34,0**	**145**	**№458-2006, Москва**
Хлеб ржаной			**30**	**1,1**	**0,2**	**14,1**	**60,8**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**30**					
Хлеб пшеничный			**20**	**1,0**	**0,3**	**8,1**	**38,9**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**20**					
Обед			***875***	***35,3***	***35,9***	***139,5***	***1018,7***	
Салат из свежих помидоров со сладким перцем			**100/5**	**1,2**	**5,0**	**4,3**	**67**	**№22-2004**
помидоры свежие парниковые	51	50						
или помидоры свежие грунтовые	59	50						
перец сладкий, свежий	67	50						
масло растительное	5	5						
Суп из овощей с курицей, со сметаной			**250/10/5**	**5,9**	**6,3**	**16,0**	**144,3**	**№135-2004**
курица потрошеная 1 категории (мякоть без кожи)	29	26						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	67	50						

01.11.-31.12. -30%	72	50						
01.01-29.02 - 35%	77	50						
01.03 - 40%	84	50						
морковь до 01.01 - 20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	12	10						
горошек зелёный консервированный	28	18						
масло сливочное	5	5						
сметана	5	5						
зелень свежая	1,4	1						
Биточки рыбные с маслом			**120/5**	**19,2**	**17,7**	**15,5**	**298,1**	**№345-2013, Пермь**
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	130	96						
или горбуша или кета потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	144	96						
или горбуша или кета неразделанная (филе без кожи и костей)	175	96						
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	111	96						
хлеб пшеничный	23	23						
молоко питьевое или вода питьевая	17	17						
масло сливочное	3	3						

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

яйцо куриное	7	7						
сухари	6	6						
масло растительное	3	3						
масло сливочное	5	5						
Пюре картофельное			**180**	**3,9**	**5,9**	**26,7**	**175,5**	**№520-2004**
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	29	29						
или молоко концентрированное	13	13						
или молоко сухое	3	3						
вода кипяченая для концентрированного молока	16	16						
вода кипяченая для сухого молока	26	26						
масло сливочное	7	7						
Компот из смородины			**200**	**0,3**	**0,0**	**23,2**	**94**	**№511-2013, Пермь**
смородина	30,6	30						
сахар	20	20						

Хлеб ржаной			**80**	**2,8**	**0,4**	**37,6**	**162,0**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**80**					
Хлеб пшеничный			**40**	**2,0**	**0,6**	**16,2**	**77,8**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**40**					
Полдник			***380***	***6,0***	***3,8***	***103,4***	***471,8***	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			**80**	**5,1**	**3,8**	**55,0**	**275**	
Сок в ассортименте	**200**	**200**	**200**	**0,5**	**0,0**	**34,0**	**138**	**№518-2013, Пермь**
Фрукты в ассортименте			**100**	**0,4**	**0,0**	**14,4**	**59,2**	**№458-2006, Москва**
Ужин			***605***	***18,3***	***29,2***	***60,9***	***578,7***	
Салат картофельный с огурцами и зеленым горошком			**100**	**1,8**	**5,2**	**8,9**	**90**	**№75-2013, Пермь**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	70	53						
01.11.-31.12. -30%	76	53						
01.01-29.02 - 35%	82	53						
01.03 - 40%	89	53						
масса отварного картофеля		50						
огурцы свежие парниковые	25,5	25						
или огурцы свежие грунтовые	26,3	25						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	31	20						

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

масло растительное	5	5						
Мясо, тушенное с капустой			**300**	**15,4**	**23,9**	**25,7**	**379**	**№440-2004**
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	114	97						
или говядина 1 категории	132	97						
или свинина мясная	104	89						
масса тушеного мяса		60						
капуста белокочанная свежая	375	300						
масло растительное	12	12						
морковь до 01.01 - 20%	48	38						
с 01.01 - 25%	51	38						
лук репчатый	21	18						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	3	3						
мука пшеничная	2,4	2,4						
Чай с лимоном			**200/5**	**0,1**	**0,0**	**12,2**	**49,2**	**№494-2013, Пермь**
чай-заварка	1,7	1,7						
сахар	12	12						
лимон	6	5						
Хлеб ржаной			**30**	**1,1**	**0,2**	**14,1**	**60,8**	

или Хлеб ржаной витаминизированный			30					
Второй ужин			***220***	***8,6***	***6,9***	***13,2***	***149,3***	
Кисломолочный напиток в ассортименте	207	200	200	6,4	6,4	9,3	120	№698-2004
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			20	2,2	0,5	3,9	29	
ИТОГО:				***86***	***97***	***441***	***2969***	

6 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			***585***	***33,0***	***37,7***	***78,5***	***783,5***	
Запеканка из творога с молоком сгущенным			200	18,1	14,0	24,5	296	№313-2013, Пермь
творог	173	172						
мука пшеничная	15	15						
или крупа манная	13	13						
вода питьевая для каши	43	43						
яйцо куриное	14	14						
сахар	7	7						
ванилин	0,01	0,01						
сметана	7	7						

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

сухари	7	7						
масло сливочное для смазки листа	5	5						
масса готовой запеканки		180						
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20						
Бутерброд с сыром и маслом			**30/10/20**	**7,5**	**11,8**	**11,9**	**183,8**	**№1,3-2004**
хлеб пшеничный	30	30						
масло сливочное	10	10						
сыр	21	20						
Кофейный напиток на сгущенном молоке			**200**	**1,9**	**2,3**	**16,2**	**93**	**№500-2013, Пермь**
кофейный напиток	6	6						
молоко сгущенное с сахаром	25	25						
Йогурт в индивидуальной упаковке в ассортименте			**125**	**4,4**	**9,4**	**11,8**	**149**	
Хлеб ржаной			**30**	**1,1**	**0,2**	**14,1**	**60,8**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**30**					
Обед			***855***	***27,9***	***35,1***	***158,5***	***1061,4***	
Салат из свежих помидоров			**100**	**1,0**	**5,1**	**3,5**	**63,9**	**№22-2013, Пермь**
помидоры свежие парниковые	97	95						
или помидоры свежие грунтовые	112	95						

масло растительное	5	5						
Солянка домашняя со сметаной		**250/10/10/5**		**5,6**	**6,2**	**12,1**	**127**	**№157-2004**
мясные деликатесы (карбонад или окорок мясной)	11	10						
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	19	16						
или говядина 1 категории	22	16						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	100	75						
01.11.-31.12. -30%	107	75						
01.01-29.02 - 35%	116	75						
01.03 - 40%	125	75						
масло сливочное	5	5						
огурцы соленые без уксуса	27	15						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	8	8						
лук репчатый	21	18						
сметана	5	5						
зелень свежая	1,4	1						
Шницель из говядины			**100**	**10,1**	**14,2**	**17,0**	**236,2**	**№451-2004**
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	87	74						
или говядина 1 категории	101	74						

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

хлеб пшеничный	18	18						
молоко питьевое или вода питьевая	14	14						
лук репчатый	6	5						
яйцо куриное	5	5						
сухари	6	6						
масло растительное	2	2						
Рис припущенный с овощами "Мозаика"			**180**	**3,2**	**7,7**	**37,9**	**233,7**	**№416-2013, Пермь**
крупа рисовая	47	47						
кукуруза консервированная	50	30						
морковь до 01.01 - 20%	26	21						
с 01.01 - 25%	28	21						
масло сливочное	10	10						
Компот из свежих плодов			**200**	**0,2**	**0,0**	**20,6**	**83**	**№585-1996**
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	45,6	40						
или груши свежие	44	40						
или апельсины свежие	60	40						
сахар	15	15						
Хлеб ржаной			**80**	**3,8**	**0,8**	**35,0**	**162,1**	

или Хлеб ржаной витаминизированный			**80**					
Хлеб пшеничный			**80**	**4,0**	**1,1**	**32,4**	**155,7**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**80**					
Полдник			***360***	***14,6***	***7,6***	***76,2***	***431,6***	
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте			**60**	**8,2**	**2,5**	**50,0**	**255,3**	
Фрукты в ассортименте			**100**	**1,5**	**0,1**	**15,3**	**68,1**	**№458-2006, Москва**
Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке	200	200	**200**	**4,9**	**5,0**	**10,9**	**108**	
Ужин			***600***	***25,7***	***24,2***	***75,2***	***620,4***	
Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком			**100**	**1,5**	**5,0**	**4,7**	**69,8**	**№4/1-2011, Екатеринбург**
капуста белокочанная свежая	96	77						
капуста старого урожая используется в сыром виде до 1 марта, с 1 марта только капуста нового урожая или другой салат								
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	31	20						
лимонная кислота	0,10	0,10						
вода питьевая для разведения лимонной кислоты	5	5						
масло растительное	5	5						
Рыба "Лакомка"			**120**	**18,2**	**12,9**	**4,3**	**206**	**№338-2013, Пермь**
горбуша потрошеная с головой (филе с кожей без костей)	187	131						
или горбуша неразделанная (филе с кожей без костей)	225	131						

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

или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	145	125						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	169	125						
мука пшеничная	5	5						
масло растительное	4	4						
масса готовой рыбы		**110**						
лук репчатый	17	14						
масло сливочное для припускания лука	4	4						
сметана	5	5						
сыр	10,5	10						
Пюре картофельное			**180**	**3,9**	**5,9**	**26,7**	**175,5**	**№520-2004**
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	29	29						
или молоко концентрированное	13	13						
или молоко сухое	3	3						
вода кипяченая для концентрированного молока	16	16						

вода кипяченая для сухого молока	26	26						
масло сливочное	7	7						
Сок в ассортименте	**200**	**200**	**200**	**0,4**	**0,0**	**22,0**	**90**	**№518-2013, Пермь**
Хлеб ржаной			**20**	**0,7**	**0,1**	**9,4**	**40,5**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**20**					
Хлеб пшеничный			**20**	**1,0**	**0,3**	**8,1**	**38,9**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**20**					
Второй ужин			***220***	***8,6***	***6,9***	***13,2***	***149***	
Кисломолочный напиток в ассортименте	207	200	**200**	**6,4**	**6,4**	**9,3**	**120**	**№698-2004**
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			**20**	**2,2**	**0,5**	**3,9**	**29**	
ИТОГО:				***110***	***111***	***402***	***3046***	

7 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			***635***	***22,3***	***26,4***	***99,7***	***723,7***	
Бутерброд с сыром			**30/30**	**7,2**	**7,8**	**11,9**	**147**	**№3-2004**
хлеб пшеничный	30	30						
сыр	31	30						

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

Каша "Дружба"			**250**	**7,1**	**8,4**	**29,0**	**220**	**№93-2001, Пермь**
крупа рисовая	22	22						
крупа пшенная	15	15						
молоко питьевое	228	228						
сахар	4	4						
соль йодированная	1,5	1,5						
масло сливочное	5	5						
Чай с сахаром			**200**	**0,2**	**0,0**	**12,0**	**48,8**	**№685-2004**
чай-заварка	1,7	1,7						
сахар	12	12						
Йогурт в индивидуальной упаковке в ассортименте			**125**	**4,4**	**9,4**	**11,8**	**149**	
Хлеб пшеничный			**40**	**2,0**	**0,6**	**16,2**	**77,8**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**40**					
Хлеб ржаной			**40**	**1,4**	**0,2**	**18,8**	**81,0**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**40**					
Обед			***865***	***34,6***	***33,9***	***150,7***	***1043,9***	
Салат из свежих помидор и огурцов			**100**	**1,2**	**5,0**	**6,6**	**76**	**№20-2004**
помидоры свежие парниковые	56	55						

или помидоры свежие грунтовые	65	55						
огурцы свежие парниковые	40,8	40						
или огурцы свежие грунтовые	42	40						
лук зелёный	3,8	3						
лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый								
или лук репчатый	3,6	3						
масло растительное	5	5						
Борщ "Сибирский" с мясом со сметаной			**250/10/5**	**5,5**	**5,2**	**12,1**	**117**	**№111-2004**
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	19	16						
свекла до 01.01.-20%	56	45						
с 01.01 - 25%	60	45						
капуста белокочанная свежая	28	22						
фасоль	15	15						
или фасоль консервированная	50	30						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	20	15						
01.11.-31.12. -30%	21	15						
01.01-29.02 - 35%	23	15						

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

01.03 - 40%	25	15						
морковь до 01.01 - 20%	19	15						
с 01.01 - 25%	20	15						
лук репчатый	12	10						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	3	3						
масло сливочное	5	5						
сахар	0,5	0,5						
сметана	5	5						
зелень свежая	1,4	1						
Жаркое по - домашнему			**300**	**19,9**	**22,0**	**37,0**	**426**	**№436-2004**
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	114	97						
или говядина 1 категории	132	97						
или свинина мясная	104	89						
масса тушеного мяса		60						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	313	235						
01.11.-31.12. -30%	336	235						
01.01-29.02 - 35%	362	235						
01.03 - 40%	392	235						

морковь до 01.01 - 20%	43	34						
с 01.01 - 25%	45	34						
лук репчатый	18	15						
масло растительное	10	10						
Компот из сухофруктов			**200**	**0,9**	**0,0**	**26,3**	**108,8**	**№639-2004**
сухофрукты	30,3	30						
сахар	12	12						
Хлеб ржаной			**60**	**2,1**	**0,3**	**28,2**	**121,5**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**60**					
Хлеб пшеничный			**100**	**5,0**	**1,4**	**40,5**	**194,6**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**100**					
Полдник			***390***	***4,5***	***7,6***	***85,6***	***428,8***	
Пирог "Вечерний"			**60**	**3,4**	**7,1**	**31,7**	**204**	**№120-1999**
мука пшеничная	30	30						
сахар	6	6						
яйцо куриное	10	10						
сметана	5	5						
молоко сгущенное с сахаром	14	14						

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

двууглекислый натрий	0,4	0,4						
какао - порошок	3	3						
масло сливочное	5	5						
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7						
Фрукты в ассортименте			**130**	**0,6**	**0,5**	**19,9**	**86,5**	**№458-2006, Москва**
Сок в ассортименте	**200**	**200**	**200**	**0,5**	**0,0**	**34,0**	**138**	**№518-2013, Пермь**
Ужин			***640***	***20***	***18***	***81***	***568***	
Оладьи из печени с маслом			**120/5**	**15,5**	**12,7**	**9,2**	**213**	**№148-2002**
печень говяжья	150	125						
хлеб пшеничный	18	18						
масло сливочное	4	4						
яйцо куриное	6	6						
масло растительное	6	6						
масло сливочное	5	5						
Каша гречневая вязкая отварная			**180**	**2,0**	**5,4**	**29,2**	**173,4**	**№510-2004**
крупа гречневая	45	45						
вода питьевая	144	144						
масло сливочное	6	6						

Чай с лимоном			**200/5**	**0,1**	**0,0**	**12,2**	**49,2**	**№494-2013, Пермь**
чай-заварка	1,7	1,7						
сахар	12	12						
лимон	6	5						
Фрукты в ассортименте			**130**	**1,5**	**0,1**	**16,2**	**72**	**№458-2006, Москва**
Хлеб ржаной			**30**	**1,1**	**0,2**	**14,1**	**60,8**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**30**					
Второй ужин			***200***	***5,8***	***6,2***	***17,9***	***150,6***	
Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке	200	200	**200**	**4,9**	**5,0**	**10,9**	**108**	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			**20**	**0,9**	**1,2**	**7,0**	**42**	
ИТОГО:				***87***	***92***	***435***	***2915***	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ :				***99***	***101***	***421***	***2992***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (100%)*:				***90***	***92***	***383***	***2720***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ +10%)*:				***99***	***101***	***421***	***2992***	

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

8 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			***660***	***26,9***	***29,6***	***93,6***	***746,8***	
Суп молочный с крупой			**300**	**10,2**	**10,3**	**31,0**	**258**	**№164-2013, Пермь**
молоко питьевое	210	210						
вода питьевая	75	75						
крупа манная, или кукурузная	18	18						
или ячневая, или гречневая, или пшено	24	24						
масло сливочное	4	4						
соль йодированная	1,2	1,2						
сахар	6	6						
Продукт творожный промышленного производства *(масса творожного продукта конкретизируется по фактическому использованию от 100г и выше)*			**100**	**5,9**	**5,0**	**15,7**	**131**	
Бутерброд с сыром и маслом			**30/10/20**	**7,5**	**11,8**	**11,9**	**183,8**	**№1,3-2004**
хлеб пшеничный	30	30						
масло сливочное	10	10						
сыр	21	20						

Кофейный напиток на сгущенном молоке			**200**	**1,9**	**2,3**	**16,2**	**93**	**№500-2013, Пермь**
кофейный напиток	6	6						
молоко сгущенное с сахаром	25	25						
Хлеб ржаной			**40**	**1,4**	**0,2**	**18,8**	**81,0**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**40**					
Обед			***860***	***29,3***	***27,5***	***163,5***	***1018,7***	
Салат из огурцов с маслом			**100**	**0,9**	**5,1**	**1,2**	**54**	**№14/1-2011г., Екатеринбург**
огурцы свежие парниковые	98	96						
или огурцы свежие грунтовые	101	96						
масло растительное	5	5						
Суп из овощей с яйцом и мясом			**250/10**	**7,5**	**7,8**	**11,2**	**145**	**№14/2-2011, Екатеринбург**
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	19	16						
или говядина 1 категории	22	16						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	100	75						
01.11.-31.12. -30%	107	75						
01.01-29.02 - 35%	116	75						
01.03 - 40%	125	75						
морковь до 01.01 - 20%	25	20						

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

с 01.01 - 25%	27	20						
лук репчатый	24	20						
масло сливочное	5	5						
яйцо куриное	40	40						
зелень свежая	1,4	1						
Котлеты рубленные из птицы			**100**	**8,9**	**8,8**	**12,1**	**163**	**№461-1996**
курица потрошеная 1 категории (филе без кожи)	174	75						
или филе куриное промышленного производства	79	75						
хлеб пшеничный	18	18						
молоко питьевое или вода питьевая	27	27						
сухари	5	5						
масло растительное	4	4						
Макаронные изделия отварные			**200**	**4,7**	**4,2**	**45,7**	**239,4**	**№516-2004**
макаронные изделия	71	71						
масло сливочное	5	5						
Сок в ассортименте	**200**	**200**	**200**	**0,5**	**0,0**	**34,0**	**138**	**№518-2013, Пермь**
Хлеб ржаной			**80**	**3,8**	**0,8**	**35,0**	**162,1**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**80**					

Хлеб пшеничный			**60**	**3,0**	**0,8**	**24,3**	**116,8**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**60**					
Полдник			***380***	***14,4***	***13,2***	***62,8***	***427,6***	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			**80**	**8,2**	**8,2**	**39,0**	**263**	
Молоко питьевое кипяченое	210	200	**200**	**5,8**	**5,0**	**9,4**	**106**	**№260-2001, Пермь**
Фрукты в ассортименте			**100**	**0,4**	**0,0**	**14,4**	**59,2**	**№458-2006, Москва**
Ужин			***650***	***28,0***	***16,4***	***77,3***	***567,9***	
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	182	100	**100**	**0,8**	**0,1**	**1,6**	**10,6**	**№101-2004**
Рыба, запеченная в тесте			**120**	**21,2**	**10,7**	**12,1**	**230**	**№387-2004**
горбуша или кета потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	179	119						
или горбуша или кета неразделанная (филе без кожи и костей)	217	119						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе без кожи и костей)	171	113						
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	138	119						
тесто:								
яйцо куриное	40	40						
мука пшеничная	14	14						
масса теста:		50						
масло растительное	8	8						

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

Картофель отварной с маслом и зеленью			**200**	**3,9**	**5,2**	**28,2**	**175**	**№203-2004**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	266	200						
01.11.-31.12. -30%	286	200						
01.01-29.02 - 35%	308	200						
01.03 - 40%	334	200						
масло сливочное	7	7						
зелень свежая (петрушка, укроп)	4	3						
Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"			**200/20/10**	**0,2**	**0,0**	**15,5**	**62,8**	**№686-2004**
чай-заварка	1,7	1,7						
сахар	15	15						
лимон	11	10						
апельсин	21	20						
Хлеб ржаной			**25**	**0,9**	**0,1**	**11,8**	**50,7**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**25**					
Хлеб пшеничный			**20**	**1,0**	**0,3**	**8,1**	**38,9**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**20**					
Второй ужин			***220***	***8,6***	***6,9***	***13,2***	***149,3***	
Кисломолочный напиток в ассортименте	207	200	**200**	**6,4**	**6,4**	**9,3**	**120**	**№698-2004**

Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			**20**	**2,2**	**0,5**	**3,9**	**29**	
ИТОГО:				***107***	***94***	***410***	***2910***	

9 день

Наименование блюда	**Брутто, г**	**Нетто, г**	**Химический состав**					**№ рецептуры**
			Выход, г	**Белки, г**	**Жиры, г**	**Угл. г**	**ЭЦ, ккал**	
Завтрак			***605***	***23,2***	***27,8***	***94,8***	***722***	
Бутерброд с маслом			**30/15**	**2,5**	**9,9**	**14,5**	**157,1**	**№1-2004**
хлеб пшеничный	30	30						
масло сливочное	15	15						
Суфле "Чизкейк" (творожное с печеньем) с молоком сгущенным			**230**	**15,7**	**12,9**	**35,9**	**322,5**	**№19/5-2011, Екатеринбург**
печенье сахарное	40	40						
творог	153	151						
мука пшеничная	17	17						
яйцо куриное	20	20						
сахар	10	10						
сметана	16	16						
сухари	10	10						
масло сливочное для смазки листа	5	5						

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

масса готового суфле		200						
молоко сгущенное с сахаром	30,2	30						
Какао с молоком			**200**	**3,4**	**4,2**	**16,4**	**117,0**	**№642-1996**
какао - порошок	5	5						
молоко питьевое	130	130						
сахар	10	10						
Фрукты в ассортименте			**130**	**0,6**	**0,5**	**19,9**	**86,5**	**№458-2006, Москва**
Хлеб пшеничный			**20**	**1,0**	**0,3**	**8,1**	**38,9**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**20**					
Обед			***865***	***34,2***	***32,6***	***157,0***	***1058,4***	
Салат из моркови и яблок			**100**	**0,9**	**5,2**	**9,3**	**87,6**	**№9-2013, Пермь**
морковь до 01.01 - 20%	88	70						
с 01.01 - 25%	93	70						
морковь в сыром виде использовать только до 1 марта, после 1 марта в отварном								
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	34	30						
масло растительное	5	5						
Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом, со сметаной			**250/10/5**	**5,8**	**6,5**	**12,0**	**129,7**	**№124-2004**
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	19	16						

или говядина 1 категории	22	16						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	40	30						
01.11.-31.12. -30%	43	30						
01.01-29.02 - 35%	46	30						
01.03 - 40%	50	30						
капуста белокочанная свежая	63	50						
морковь до 01.01 - 20%	16	13						
с 01.01 - 25%	17	13						
лук репчатый	12	10						
масло сливочное	5	5						
сметана	5	5						
зелень свежая	1,4	1						
Печень, тушеная с овощами			**120**	**14,0**	**12,9**	**5,9**	**196**	**№439-2004**
печень говяжья	144	120						
лук репчатый	21	18						
масло растительное	6	6						
масса готовой печени с луком		80						
мука пшеничная	2,4	2,4						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203206134

морковь до 01.01 - 20%	75	60						
с 01.01 - 25%	79,8	60						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	10	10						
вода питьевая	20	20						
Пюре картофельное			**180**	**3,9**	**5,9**	**26,7**	**175,5**	**№520-2004**
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	29	29						
масло сливочное	7	7						
Компот из кураги			**200**	**0,9**	**0,0**	**27,0**	**111,6**	**№638-2004**
курага	25,3	25						
сахар	5	5						
Хлеб ржаной			**100**	**4,7**	**1,0**	**43,7**	**202,6**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**100**					
Хлеб пшеничный			**80**	**4,0**	**1,1**	**32,4**	**155,7**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**80**					

Полдник			***410***	***4,8***	***6,4***	***91,0***	***440,8***	
Булочка с изюмом			**60**	**2,0**	**6,2**	**34,0**	**200**	**№11/12-2011, Екатеринбург**
мука пшеничная	34	34						
мука пшеничная на подпыл	0,6	0,6						
сахар	6	6						
масло сливочное	9	9						
молоко питьевое	9	9						
или молоко концентрированное	4	4						
или молоко сухое	1	1						
вода кипяченая для концентрированного молока	5	5						
вода кипяченая для сухого молока	8	8						
яйцо куриное	5	5						
яйцо куриное для смазки изделия	4	4						
изюм	5,2	5						
дрожжи хлебопекарные	1,6	1,6						
или дрожжи сухие хлебопекарные	0,4	0,4						
соль йодированная	0,3	0,3						
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2						

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

ИЛИ								
Булочное изделие промышленного производства			**60**	**2,0**	**6,2**	**34,0**	**200**	
Сок в ассортименте	**200**	**200**	**200**	**0,5**	**0,0**	**34,0**	**138**	**№518-2013, Пермь**
Фрукты в ассортименте			**150**	**2,3**	**0,2**	**23,0**	**103**	**№458-2006, Москва**
Ужин			***615***	***21***	***25***	***68***	***583***	
Салат из свежих помидоров с зеленым горошком			**100**	**1,7**	**5,2**	**4,9**	**73,2**	**№21-2004**
помидоры свежие парниковые	77	75						
или помидоры свежие грунтовые	89	75						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	31	20						
масло растительное	5	5						
Котлеты полтавские с маслом			**100/5**	**14,0**	**16,2**	**7,0**	**230**	**№427-1996**
говядина 1 категории	122	90						
или говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	106	90						
свинина мясная	12	10						
или фарш промышленного производства)	100	100						
вода питьевая	12	12						
чеснок	1,3	1						
яйцо куриное	8	8						

сухари	12	12						
масло растительное для смазки листа	3	3						
масло сливочное	5	5						
Рис с овощами			**180**	**3,7**	**3,2**	**24,0**	**140**	**№257-2013, Пермь**
крупа рисовая	36	36						
вода питьевая	80	80						
масса готового гарнира		100						
морковь до 01.01 - 20%	115	92						
с 01.01 - 25%	122	92						
масса припущенной моркови		80						
масло сливочное	5	5						
Чай с сахаром			**200**	**0,2**	**0,0**	**12,0**	**48,8**	**№685-2004**
чай-заварка	1,7	1,7						
сахар	12	12						
Мучное изделие промышленного производства (печенье в ассортименте)			**30**	**0,5**	**0,5**	**11,1**	**51,4**	
Хлеб ржаной			**20**	**0,9**	**0,2**	**8,7**	**40,5**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**20**					

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

Второй ужин			***220***	***5,8***	***6,2***	***17,9***	***150,6***	
Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке	200	200	**200**	**4,9**	**5,0**	**10,9**	**108**	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			**20**	**0,9**	**1,2**	**7,0**	**42**	
ИТОГО:				***89***	***98***	***428***	***2955***	

10 день

Наименование блюда	**Брутто, г**	**Нетто, г**	**Химический состав**					**№ рецептуры**
			Выход, г	**Белки, г**	**Жиры, г**	**Угл. г**	**ЭЦ, ккал**	
Завтрак			***635***	***20,0***	***28,1***	***99,3***	***728,6***	
Бутерброд горячий с сыром			**60**	**4,4**	**10,5**	**12,1**	**161**	**№10-2004**
масло сливочное	10	10						
сыр	21	20						
хлеб пшеничный	30	30						
Хлопья с молоком кипяченным			**250**	**9,6**	**9,6**	**38,0**	**276**	**№229-2006, Москва**
хлопья кукурузные или др.	50	50						
молоко питьевое кипяченое	210	210						**№260-2001, Пермь**
Чай "Витаминный"			**200**	**0,7**	**0,1**	**19,8**	**82,9**	**№493-2013, Пермь**
чай-заварка	1,7	1,7						
шиповник	15	15						

сахар	10	10						
Йогурт в индивидуальной упаковке в ассортименте			**125**	**3,5**	**7,5**	**9,5**	**120**	
Хлеб ржаной			**25**	**0,9**	**0,1**	**11,8**	**50,7**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**25**					
Хлеб пшеничный			**20**	**1,0**	**0,3**	**8,1**	**38,9**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**20**					
Обед			***885***	***32,9***	***37,3***	***155,5***	***1086,7***	
Салат из капусты белокочанной с перцем			**100**	**1,1**	**5,0**	**7,6**	**80**	**№1-2013, Пермь**
капуста белокочанная свежая (стертая с солью)	119	60						
морковь до 01.01 - 20%	19	15						
с 01.01 - 25%	20	15						
перец сладкий, свежий	27	20						
лимонная кислота	0,1	0,1						
вода для разведения лимонной кислоты	5	5						
сахар	2	2						
масло растительное	5	5						
Рассольник с мясом, со сметаной			**250/10/5**	**4,1**	**5,2**	**12,5**	**113,2**	**№130-2004**
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	19	16						

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

или говядина 1 категории	22	16						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	100	75						
01.11.-31.12. -30%	107	75						
01.01-29.02 - 35%	116	75						
01.03 - 40%	125	75						
морковь до 01.01 - 20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
огурцы соленые без уксуса	27	15						
лук репчатый	12	10						
масло сливочное	5	5						
сметана	5	5						
зелень свежая	1,4	1						
Котлета рыбная натуральная, запеченная			**120**	**14,9**	**17,8**	**9,2**	**256,4**	**№9/7-2011, Екатеринбург**
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	159	118						
или горбуша или кета потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	177	118						
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	137	118						
или горбуша или кета неразделанная (филе без кожи и костей)	215	118						
лук репчатый	13	11						

яйцо куриное	5	5						
вода питьевая	10	10						
сухари	7	7						
масло растительное	4	4						
Картофель тушеный			**200**	**5,2**	**7,6**	**23,5**	**183**	**№216-2004**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	230	173						
01.11.-31.12. -30%	247	173						
01.01-29.02 - 35%	266	173						
01.03 - 40%	289	173						
морковь до 01.01 - 20%	59	47						
с 01.01 - 25%	63	47						
лук репчатый	30	25						
масло сливочное	10	10						
Сок в ассортименте	**200**	**200**	**200**	**0,5**	**0,0**	**34,0**	**138**	**№518-2013, Пермь**
Хлеб ржаной			**60**	**2,1**	**0,3**	**28,2**	**121,5**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**60**					
Хлеб пшеничный			**100**	**5,0**	**1,4**	**40,5**	**194,6**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**100**					

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

Полдник			***410***	***7,5***	***5,9***	***97,0***	***471,1***	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			**60**	**4,7**	**5,7**	**37,0**	**218**	
ИЛИ								
Слойка "Уральская" (№571-2013, Пермь)			**60**	**4,7**	**5,7**	**37,0**	**218**	
тесто слоеное промышленного производства	70	70						
мука пшеничная на подпыл	1,5	1,5						
сахар для посыпки изделия	5,6	5,6						
яйцо куриное для смазки изделия	5	5						
масло растительное для смазки листа	1	1						
Сок в ассортименте	**200**	**200**	**200**	**0,5**	**0,0**	**34,0**	**138**	**№518-2013, Пермь**
Фрукты в ассортименте			**150**	**2,3**	**0,2**	**26,0**	**115**	**№458-2006, Москва**
Ужин			***600***	***19,2***	***26,4***	***73,9***	***609***	
Салат из огурцов с маслом			**100**	**0,9**	**5,1**	**1,2**	**54**	**№14/1-2011г., Екатеринбург**
огурцы свежие парниковые	98	96						
или огурцы свежие грунтовые	101	96						
масло растительное	5	5						
Гречка по-купечески с мясом			**300**	**16,4**	**20,9**	**43,2**	**426,5**	**№4/8-2011, Екатеринбург**
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	112	95						

или говядина 1 категории	129	95						
или свинина мясная	104	89						
масло растительное	5	5						
масса тушеного мяса		60						
крупа гречневая	57	57						
вода питьевая	180	180						
масло сливочное	12	12						
лук репчатый	18	15						
морковь до 01.01 - 20%	38	30						
с 01.01 - 25%	40	30						
Чай с сахаром			**200**	**0,2**	**0,0**	**12,0**	**48,8**	**№685-2004**
чай-заварка	1,7	1,7						
сахар	12	12						
Хлеб ржаной			**20**	**0,7**	**0,1**	**9,4**	**40,5**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**20**					
Хлеб пшеничный			**20**	**1,0**	**0,3**	**8,1**	**38,9**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**20**					
Второй ужин			***220***	***5,8***	***6,2***	***17,9***	***150,6***	

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

Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке	200	200	**200**	**4,9**	**5,0**	**10,9**	**108**	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			**20**	**0,9**	**1,2**	**7,0**	**42**	
ИТОГО:				***85***	***104***	***444***	***3046***	

11 день

Наименование блюда	**Брутто, г**	**Нетто, г**	**Химический состав**					**№ рецептуры**
			Выход, г	**Белки, г**	**Жиры, г**	**Угл. г**	**ЭЦ, ккал**	
Завтрак			***610***	***26,7***	***24,5***	***105,9***	***749,3***	
Бутерброд с сыром			**30/30**	**7,2**	**7,8**	**11,9**	**147**	**№3-2004**
хлеб пшеничный	30	30						
сыр	31	30						
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая			**250**	**9,4**	**9,6**	**32,5**	**254**	**№311-2004**
хлопья овсяные "Геркулес"	32	32						
молоко питьевое	228	228						
сахар	4	4						
соль йодированная	1,3	1,3						
масло сливочное	5	5						
Кофейный напиток			**200**	**1,8**	**1,6**	**18,9**	**97**	**№501-2013, Пермь**
кофейный напиток	6	6						

сахар	15	15						
молоко питьевое	50	50						
Продукт творожный промышленного производства *(масса творожного продукта конкретизируется по фактическому использованию от 100г и выше)*			**100**	**5,9**	**5,0**	**15,7**	**131**	
Хлеб ржаной			**40**	**1,4**	**0,2**	**18,8**	**81,0**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**40**					
Хлеб пшеничный			**20**	**1,0**	**0,3**	**8,1**	**38,9**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**20**					
Обед			***820***	***32,3***	***42,1***	***126,8***	***1013***	
Салат из свежих помидоров			**100**	**1,0**	**5,1**	**3,5**	**63,9**	**№22-2013, Пермь**
помидоры свежие парниковые	97	95						
или помидоры свежие грунтовые	112	95						
масло растительное	5	5						
Суп - лапша домашняя с курицей			**250/10**	**5,3**	**5,4**	**10,1**	**110**	**№148-2004**
курица потрошеная 1 категории (мякоть без кожи)	29	26						
мука пшеничная	17,5	17,5						
мука пшеничная (на подпыл)	1,2	1,2						
яйцо куриное	5	5						
вода питьевая	3,5	3,5						

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

соль йодированная	0,5	0,5						
масса лапши домашней		20						
или лапша промышленного производства	20	20						
морковь до 01.01 - 20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	12	10						
масло сливочное	5	5						
зелень свежая	1,4	1						
Запеканка картофельная с мясом, с маслом			**250/10**	**20,4**	**30,5**	**26,7**	**462,9**	**№157-2004, Пермь**
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	114	97						
или говядина 1 категории	132	97						
масса готового мяса		60						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	336	253						
01.11.-31.12. -30%	362	253						
01.01-29.02 - 35%	390	253						
01.03 - 40%	423	253						
масло сливочное	15	15						
яйцо куриное	7	7						

сухари	5	5						
масло растительное для смазки листа	5	5						
масло сливочное	10	10						
Сок в ассортименте	**200**	**200**	**200**	**0,5**	**0,0**	**34,0**	**138**	**№518-2013, Пермь**
Хлеб ржаной			**60**	**2,1**	**0,3**	**28,2**	**121,5**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**60**					
Хлеб пшеничный			**60**	**3,0**	**0,8**	**24,3**	**116,8**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**60**					
Полдник			***400***	***9,9***	***6,9***	***87,2***	***450,5***	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			**100**	**3,5**	**1,8**	**61,0**	**274**	
Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке	200	200	**200**	**4,9**	**5,0**	**10,9**	**108**	
Фрукты в ассортименте			**100**	**1,5**	**0,1**	**15,3**	**68,1**	**№458-2006, Москва**
Ужин			***755***	***25,8***	***23,7***	***71,7***	***602,0***	
Овощи свежие (огурцы)			**100**	**0,7**	**0,1**	**1,9**	**11,3**	**№70-2006, Москва**
огурцы свежие грунтовые	105	100						
или огурцы свежие парниковые	102	100						
Птица запеченная			**120**	**19,4**	**18,1**	**0,8**	**244,2**	**№494-2004**
курица потрошеная 1 категории	200	179						

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

или грудка куриная промышленного производства	189	179						
или бедро куриное	189	179						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	6	6						
чеснок	0,8	0,6						
масло растительное	3	3						
Рагу из овощей			**230**	**3,5**	**5,1**	**24,8**	**159**	**№215-1996**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	33	25						
01.11.-31.12. -30%	36	25						
01.01-29.02 - 35%	39	25						
01.03 - 40%	42	25						
капуста белокочанная свежая	156	125						
морковь до 01.01 - 20%	63	50						
с 01.01 - 25%	67	50						
лук репчатый	30	25						
масло растительное	7	7						
для соуса томатного		70						**№587-2004**
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	12	12						
мука пшеничная	3	3						

морковь до 01.01 - 20%	15,0	12						
с 01.01 - 25%	16,0	12						
лук репчатый	1,7	1,4						
масло сливочное	3	3						
Чай с лимоном			**200/5**	**0,1**	**0,0**	**12,2**	**49,2**	**№494-2013, Пермь**
чай-заварка	1,7	1,7						
сахар	12	12						
лимон	6	5						
Фрукты в ассортименте			**100**	**0,4**	**0,0**	**14,4**	**59,2**	**№458-2006, Москва**
Хлеб ржаной			**20**	**0,7**	**0,1**	**9,4**	**40,5**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**20**					
Хлеб пшеничный			**20**	**1,0**	**0,3**	**8,1**	**38,9**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**20**					
Второй ужин			***220***	***8,6***	***6,9***	***13,2***	***149,3***	
Кисломолочный напиток в ассортименте	207	200	**200**	**6,4**	**6,4**	**9,3**	**120**	**№698-2004**
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			**20**	**2,2**	**0,5**	**3,9**	**29**	
ИТОГО:				***103***	***104***	***405***	***2964***	

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

12 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			***600***	***29,1***	***37,2***	***67,6***	***720,8***	
Бутерброд с маслом			**30/15**	**2,5**	**9,9**	**14,5**	**157,1**	**№1-2004**
хлеб пшеничный	30	30						
масло сливочное	15	15						
Омлет с сыром с маслом			**200/5**	**20,2**	**22,8**	**1,3**	**291**	**№309-2013, Пермь**
яйцо куриное	140	140						
молоко питьевое	52	52						
масса омлетной смеси		190						
сыр	25	25						
масло растительное	3	3						
масса готового омлета		200						
масло сливочное на полив	5	5						
Какао с молоком			**200**	**3,4**	**4,2**	**16,4**	**117,0**	**№642-1996**
какао - порошок	5	5						
молоко питьевое	130	130						

сахар	10	10						
Фрукты в ассортименте			**150**	**2,3**	**0,2**	**26,0**	**115**	**№458-2006, Москва**
Хлеб ржаной			**20**	**0,7**	**0,1**	**9,4**	**40,5**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**20**					
Обед			***1020***	***42,3***	***38,6***	***142,6***	***1084,9***	
Салат картофельный с огурцами			**100**	**1,6**	**5,0**	**8,4**	**85,0**	**№66-2013, Пермь**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	85	64						
01.11.-31.12. -30%	92	64						
01.01-29.02 - 35%	99	64						
01.03 - 40%	107	64						
масса отварного картофеля		60						
лук репчатый	14,3	12						
или лук зеленый	15	12						
лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый								
огурцы консервированные (без уксуса)	22	12						
или огурцы свежие парниковые	12,2	12						
или огурцы свежие грунтовые	12,6	12						
морковь до 01.01 - 20%	20	16						

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

с 01.01 - 25%	21	16						
масса отварной моркови		14						
масло растительное	5	5						
Уха ростовская			**250/100**	**10,5**	**7,7**	**18,9**	**186,7**	**№119-2006, Москва**
горбуша или кета потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	180	120						
или горбуша или кета неразделанная (филе без кожи и костей)	218	120						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	166	123						
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	139	120						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	133	100						
01.11.-31.12. -30%	143	100						
01.01-29.02 - 35%	154	100						
01.03 - 40%	167	100						
лук репчатый	14	12						
помидоры свежие парниковые	21,4	21						
или помидоры свежие грунтовые	25	21						
или томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	10	10						
масло сливочное	5	5						
зелень свежая	1,4	1						

Фрикадельки из кур, запеченные (2 шт. по 60 г. на порцию)			**120**	**18,4**	**16,3**	**8,2**	**253,1**	**№410-2013, Пермь**
курица потрошеная 1 категории	244	105						
или грудка куриная промышленного производства	154	105						
или филе куриное или индейки	111	105						
молоко питьевое или вода питьевая	16	16						
хлеб пшеничный	9	9						
яйцо куриное	10	10						
лук репчатый	10	8						
мука пшеничная	10	10						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Соус сметанный с томатом			**50**	**2,5**	**4,3**	**3,2**	**61,5**	**№444-2013, Пермь**
сметана	12,5	12,5						
мука пшеничная	2,5	2,5						
вода питьевая	37,5	37,5						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5	5						
масло сливочное	2,5	2,5						
Макаронные изделия отварные			**200**	**4,7**	**4,2**	**45,7**	**239,4**	**№516-2004**
макаронные изделия	71	71						

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

масло сливочное	5	5						
Напиток из плодов шиповника			**200**	**0,2**	**0,0**	**15,1**	**61,4**	**№705-2004**
шиповник	25	25						
сахар	5	5						
Хлеб ржаной			**40**	**1,4**	**0,2**	**18,8**	**81,0**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**40**					
Хлеб пшеничный			**60**	**3,0**	**0,8**	**24,3**	**116,8**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**60**					
Полдник			***350***	***11,7***	***5,2***	***87,0***	***442***	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте (рулет)			**150**	**11,5**	**5,2**	**75,0**	**393**	
Чай с сахаром			**200**	**0,2**	**0,0**	**12,0**	**48,8**	**№685-2004**
чай-заварка	1,7	1,7						
сахар	12	12						
Ужин			***620***	***23***	***19***	***91***	***622***	
Салат из моркови с изюмом			**100**	**2,2**	**0,2**	**24,3**	**107,8**	**№10-2013, Пермь**
морковь до 01.01 - 20%	88	70						
с 01.01 - 25%	93	70						
морковь в сыром виде использовать только до 1 марта, после 1 марта в отварном								

изюм	31	30						
лимон (для сока)	12	5						
Печень, тушеная в соусе с картофелем и овощами			**320**	**19,1**	**18,4**	**30,5**	**364,0**	**№7/8-2011, Екатеринбург**
печень говяжья	207	171						
масло растительное	5	5						
масса тушеной печени		120						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	67	50						
01.11.-31.12. -30%	72	50						
01.01-29.02 - 35%	77	50						
01.03 - 40%	84	50						
морковь до 01.01 - 20%	75	60						
с 01.01 - 25%	80	60						
лук репчатый	36	30						
капуста белокочанная свежая	94	75						
масло сливочное	10	10						
мука пшеничная	2,5	2,5						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5	5						
сметана	15	15						

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

Сок в ассортименте	200	200	200	0,4	0,0	22,0	90	№518-2013, Пермь
Хлеб ржаной			30	1,1	0,2	14,1	60,8	
или Хлеб ржаной витаминизированный			30					
Второй ужин			***220***	***5,8***	***6,2***	***17,9***	***150,6***	
Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке	200	200	200	4,9	5,0	10,9	108	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			20	0,9	1,2	7,0	42	
ИТОГО:				***112***	***106***	***406***	***3020***	

13 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			***650***	***18,3***	***25,2***	***122,3***	***787,1***	
Суп молочный с макаронными изделиями			300	9,0	10,2	28,6	242	№160-2004
молоко питьевое	210	210						
вода питьевая	90	90						
макаронные изделия	24	24						
соль йодированная	0,7	0,7						
сахар	3	3						
масло сливочное	3	3						

Кофейный напиток на сгущенном молоке			**200**	**1,9**	**2,3**	**16,2**	**93**	**№500-2013, Пермь**
кофейный напиток	6	6						
молоко сгущенное с сахаром	25	25						
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте			**25**	**0,5**	**4,4**	**33,0**	**173,6**	
Йогурт в индивидуальной упаковке в ассортименте			**125**	**3,5**	**7,5**	**9,5**	**120**	
Хлеб ржаной			**40**	**1,4**	**0,2**	**18,8**	**81,0**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**40**					
Хлеб пшеничный			**40**	**2,0**	**0,6**	**16,2**	**77,8**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**40**					
Обед			***965***	***33,9***	***33,0***	***150,9***	***1034,2***	
Салат из свежих помидор и огурцов			**100**	**1,2**	**5,0**	**6,6**	**76**	**№20-2004**
помидоры свежие парниковые	56	55						
или помидоры свежие грунтовые	65	55						
огурцы свежие парниковые	40,8	40						
или огурцы свежие грунтовые	42	40						
лук зелёный	3,8	3						
лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый								
или лук репчатый	3,6	3						

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

масло растительное	5	5						
Борщ "Украинский" с мясом, со сметаной			**250/10/5**	**4,9**	**5,9**	**19,7**	**151,5**	**№113-2004**
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	19	16						
или говядина 1 категории	22	16						
свекла до 01.01.-20%	38	30						
с 01.01 - 25%	40	30						
капуста белокочанная свежая	25	20						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	53	40						
01.11.-31.12. -30%	57	40						
01.01-29.02 - 35%	62	40						
01.03 - 40%	67	40						
морковь до 01.01 - 20%	18	14						
с 01.01 - 25%	19	14						
лук репчатый	10	8						
чеснок свежий	1,3	1						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	8	8						
сахар	0,5	0,5						
лимонная кислота	0,08	0,08						

масло сливочное	5	5						
сметана	5	5						
зелень свежая	1,4	1						
Рыба, тушеная в томате с овощами			**120/100**	**18,3**	**15,1**	**11,4**	**255**	**№374-2004**
горбуша или кета потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	206	144						
или горбуша или кета неразделанная (филе с кожей без костей)	248	144						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	200	148						
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	167	144						
морковь до 01.01 - 20%	45	36						
с 01.01 - 25%	48	36						
лук репчатый	29	24						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	16	16						
вода питьевая	38	38						
масло растительное	8	8						
сахар	2	2						
Пюре картофельное			**180**	**3,9**	**5,9**	**26,7**	**175,5**	**№520-2004**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	205	154						
01.11.-31.12. -30%	220	154						

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

01.01-29.02 - 35%	237	154						
01.03 - 40%	257	154						
молоко питьевое	29	29						
масло сливочное	7	7						
Сок в ассортименте	**200**	**200**	**200**	**0,5**	**0,0**	**34,0**	**138**	**№518-2013, Пермь**
Хлеб ржаной			**60**	**2,1**	**0,3**	**28,2**	**121,5**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**60**					
Хлеб пшеничный			**60**	**3,0**	**0,8**	**24,3**	**116,8**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**60**					
Полдник			***390***	***9,4***	***14,5***	***70,8***	***451,3***	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			**60**	**2,9**	**9,4**	**32,3**	**225**	
ИЛИ								
Пирог "Дачный"			**60**	**2,9**	**9,4**	**32,3**	**225**	**№23-1999, Москва**
мука пшеничная	22	22						
сахар	8	8						
масло сливочное	12	12						
яйцо куриное	4	4						
натрий двууглекислый	0,4	0,4						

соль йодированная	0,1	0,1						
повидло (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	24	23						
сахарная пудра	0,6	0,6						
масло растительное для смазки листа	0,3	0,3						
Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке	200	200	**200**	**4,9**	**5,0**	**10,9**	**108**	
Фрукты в ассортименте			**130**	**1,6**	**0,1**	**27,6**	**118**	**№458-2006, Москва**
Ужин			***600***	***36,0***	***26,7***	***61,3***	***628,9***	
Яйца вареные			**40**	**5,1**	**4,6**	**0,3**	**63,0**	**№300-2013, Пермь**
Сыр (порциями)	31	30	**30**	**5,5**	**6,5**	**0,0**	**81**	**№97-2004**
Бефстроганов из говядины			**120**	**21,0**	**11,1**	**5,6**	**206,5**	**№423-2004**
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	112	95						
или говядина 1 категории	129	95						
масса тушеного мяса		60						
масса соуса		60						
мука пшеничная	6	6						
сметана	12	12						
бульон или отвар	48	48						
лук репчатый	18	15						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203206134

масло растительное	5	5						
Рис припущенный			**180**	**3,5**	**4,4**	**30,5**	**176**	**№512-2004**
крупа рисовая	64	64						
вода питьевая	132	132						
масло сливочное	6	6						
Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"			**200/20/10**	**0,2**	**0,0**	**15,5**	**62,8**	**№686-2004**
чай-заварка	1,7	1,7						
сахар	15	15						
лимон	11	10						
апельсин	21	20						
Хлеб ржаной			**20**	**0,7**	**0,1**	**9,4**	**40,5**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**20**					
Второй ужин			***220***	***8,6***	***6,9***	***13,2***	***149,3***	
Кисломолочный напиток в ассортименте	207	200	**200**	**6,4**	**6,4**	**9,3**	**120**	**№698-2004**
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			**20**	**2,2**	**0,5**	**3,9**	**29**	
ИТОГО:				***106***	***106***	***419***	***3051***	

14 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			***580***	***24,3***	***37,1***	***87,1***	***779,5***	
Пудинг творожный запеченный с молоком сгущенным			**210**	**15,5**	**17,2**	**48,0**	**408,8**	**№362-2004**
творог	143	141						
мука пшеничная	13	13						
или крупа манная	11	11						
сахар	12	12						
яйцо куриное	10	10						
изюм	28,2	28						
масло сливочное	8	8						
ванилин	0,01	0,01						
сухари	5	5						
сметана	5	5						
масло сливочное для смазки листа	4	4						
масса готового пудинга		180						
молоко сгущенное с сахаром	30,2	30						

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

Бутерброд с маслом			**30/15**	**2,5**	**9,9**	**14,5**	**157,1**	**№1-2004**
хлеб пшеничный	30	30						
масло сливочное	15	15						
Чай с молоком			**200**	**2,8**	**2,5**	**15,1**	**94,1**	**№630-1996**
чай-заварка	1,7	1,7						
сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
Йогурт в индивидуальной упаковке в ассортименте			**125**	**3,5**	**7,5**	**9,5**	**120**	
Обед			***865***	***35,7***	***28,6***	***161,8***	***1044,2***	
Салат овощной с яйцом и маслом растительным			**100**	**4,4**	**6,5**	**7,4**	**106**	**№16/1-2011, Екатеринбург**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	43	32						
01.11.-31.12. -30%	46	32						
01.01-29.02 - 35%	49	32						
01.03 - 40%	53	32						
масса отварного картофеля		30						
морковь до 01.01 - 20%	59	47						
с 01.01 - 25%	63	47						
масса отварной моркови		45						

яйцо куриное	20	20						
масло растительное	5	5						
Рассольник ленинградский с мясом со сметаной			**250/10/5**	**4,2**	**6,2**	**15,4**	**134,2**	**№131-2004**
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	19	16						
или говядина 1 категории	22	16						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	69	52						
01.11.-31.12. -30%	74	52						
01.01-29.02 - 35%	80	52						
01.03 - 40%	87	52						
крупы перловая или пшеничная	5	5						
огурцы соленые без уксуса	27	15						
морковь до 01.01 - 20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13	10						
лук репчатый	6	5						
масло сливочное	5	5						
сметана	5	5						
зелень свежая	1,4	1						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203206134

Голубцы ленивые, запеченные с соусом			**120**	**14,5**	**8,2**	**7,9**	**163**	**№372-2013, Пермь**
говядина полуфабрикат (мясо бескостное)	47	40						
или говядина 1 категории	54	40						
крупа рисовая	6	6						
масса отварного риса		14						
лук репчатый	5	4						
яйцо куриное	4	4						
масло растительное	3	3						
капуста белокочанная свежая	75	60						
масса припущенной капусты		56						
масло растительное для смазки листа	2	2						
масса готовых голубцов (2 шт. по 100 г)		100						
Соус сметанный с томатом		**30**						**№444-2013, Пермь**
сметана	8	8						
мука пшеничная	1,5	1,5						
вода питьевая	22	22						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	3	3						
масло сливочное	1,5	1,5						

Пюре картофельное			**180**	**3,9**	**5,9**	**26,7**	**175,5**	**№520-2004**
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	29	29						
масло сливочное	7	7						
Компот из сухофруктов			**200**	**0,9**	**0,0**	**26,3**	**108,8**	**№639-2004**
сухофрукты	30,3	30						
сахар	12	12						
Хлеб ржаной			**80**	**2,8**	**0,4**	**37,6**	**162,0**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**80**					
Хлеб пшеничный			**100**	**5,0**	**1,4**	**40,5**	**194,6**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**100**					
Полдник			***390***	***9,5***	***3,6***	***97,0***	***458,0***	
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте (печенье сахарное)			**40**	**7,0**	**3,4**	**30,0**	**178,6**	
Сок в ассортименте	**200**	**200**	**200**	**0,5**	**0,0**	**34,0**	**138**	**№518-2013, Пермь**
Фрукты в ассортименте			**150**	**2,0**	**0,2**	**33,0**	**141**	**№458-2006, Москва**

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

Ужин			***600***	***18***	***23***	***75***	***580***	
Салат из свежих помидоров			**100**	**1,0**	**5,1**	**3,5**	**63,9**	**№22-2013, Пермь**
помидоры свежие парниковые	97	95						
или помидоры свежие грунтовые	112	95						
масло растительное	5	5						
Курица, в соусе с томатом			**120**	**12,5**	**11,7**	**1,8**	**163**	**№405-2013, Пермь**
курица потрошеная 1 категории (мякоть без кожи)	204	182						
или грудка куриная промышленного производства	102	98						
или филе куриное или индейки	95	90						
масло растительное	5	5						
масса тушеной мякоти птицы		70						
лук репчатый	9,5	8						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	10	10						
мука пшеничная	2	2						
чеснок свежий	1,2	0,9						
морковь до 01.01 - 20%	10	8						
с 01.01 - 25%	11	8						
вода питьевая	50	50						

Каша гречневая вязкая отварная			**180**	**2,0**	**5,4**	**29,2**	**173,4**	**№510-2004**
крупа гречневая	45	45						
вода питьевая	144	144						
масло сливочное	6	6						
Напиток из плодов шиповника			**200**	**0,2**	**0,0**	**15,1**	**61,4**	**№705-2004**
шиповник	25	25						
сахар	5	5						
Хлеб ржаной			**20**	**0,7**	**0,1**	**9,4**	**40,5**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**20**					
Хлеб пшеничный			**40**	**2,0**	**0,6**	**16,2**	**77,8**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**40**					
Второй ужин			***220***	***5,8***	***6,2***	***17,9***	***150,6***	
Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке	200	200	**200**	**4,9**	**5,0**	**10,9**	**108**	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			**20**	**0,9**	**1,2**	**7,0**	**42**	
ИТОГО:				***94***	***98***	***439***	***3012***	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ :				***99***	***101***	***421***	***2994***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (100%)*:				***90***	***92***	***383***	***2720***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ +10%)*:				***99***	***101***	***421***	***2992***	

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