

Утверждаю

Директор школы:

01.12.2025г.

МОУ "Деревянская средняя школа №9"



Клачкова Г.А.

## 10 – ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

№ 10 – ДС/3590-20/128 от 25 октября 2022 года

для питания детей в детских дошкольных учреждениях, оказывающих услуги по воспитанию и обучению, уходу и присмотру за детьми, разработано в соответствии с требованиями СанПин 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические организации общественного питания населения»

Возрастная категория детей: 3-7 лет.

Часы пребывания: 11-12 часов.

Приемы пищи: завтрак, 2 завтрак, обед, полдник, ужин.



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](mailto:tocgsen@fguz-tyumen.ru); [http:// www.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

№ 48/Д

« 22 » декабря 2022 г.

г. Тюмень

### Экспертное заключение

1. Наименование услуги: экспертиза примерного десятидневного меню №10-ДС/3590-20/128 от 25 октября 2022г для организации питания детей в возрасте с 3 до 7 лет в дошкольных учреждениях, оказывающих услуги по воспитанию и обучению, уходу и присмотру за детьми. Приемы пищи: завтрак, 2 завтрак, обед, полдник и ужин.
2. Заявитель: АУ ТО «Центр технологического контроля»; юридический адрес: 625026, г. Тюмень, ул. Рижская, д. 47А; ИНН 7203208134, ОГРН 1077203065147.
3. Получатель: АУ ТО «Центр технологического контроля»; юридический адрес: 625026, г. Тюмень, ул. Рижская, д. 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); МР 2.3.6.0233-21. 2.3.6. Предприятия общественного питания. Методические рекомендации к организации общественного питания населения" (далее МР 2.3.6.0233-21).
5. Санитарно-эпидемиологической экспертизой установлено:  
На основании заявки № 138062 от 05.12.2022г. рассмотрено представленное примерное десятидневное меню №10-ДС/3590-20/128 от 25 октября 2022г для организации питания детей в возрасте с 3 до 7 лет в дошкольных учреждениях, оказывающих услуги по воспитанию и обучению, уходу и присмотру за детьми. Приемы пищи: завтрак, 2 завтрак, обед, полдник и ужин.  
Меню разработано на основании:  
- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».  
При составлении меню использованы:
  - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, I часть – М.: Хлебпродинформ, 1996 г.;
  - Сборник рецептов по производству мучных кондитерских и булочных изделий для предприятия общественного питания, III часть – М.: Хлебпродинформ, 1999 г.;



- Картоотека блюд лечебного и рационального питания, I, II, III, IV часть – Екатеринбург, Средне-Уральское книжное издательство, 1995г.;
- Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции общественного питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, Том 1, 2 – Москва.: 2006г.;
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах – М.: Хлебпродинформ, 2004 г.;
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для диетического питания – М.: Хлебпродинформ, 2002 г.;
- Сборник технологических 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.;
- Сборник технологических нормативов для питания детей в дошкольных организациях, I часть, II часть – Екатеринбург, Уральский государственный экономический университет, ФГУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области», 2011 г.;
- Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных общеобразовательных учреждений, школ – интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, I часть, II часть – Пермь: Пермская государственная медицинская академия, Уральский институт питания, 2001г.;
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций, от 1 до 7 лет – Новосибирск, «Федеральная служба по надзору в сфере защиты потребителей и благополучия человека», 2021 г.;
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций, 1 – 4-х классов – Новосибирск, «Федеральная служба по надзору в сфере защиты потребителей и благополучия человека», 2021 г.;

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 замены пищевой продукции в граммах (нетто) с учетом их пищевой ценности; таблица расхода соли и специй при приготовлении блюд и изделий; таблица суммарные объемы блюд по приемам пищи для детей с 3 до 7 лет (не менее).

Для обеспечения здоровым питанием составлено примерное меню на 10 дней для возрастной группы детей 3-7 лет в соответствии с рекомендуемой формой составления примерного меню (приложение 8 СанПиН 2.3/2.4.3590-20), что соответствует п. 8.1.4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Примерное меню содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности (содержание белков, жиров и углеводов в каждом блюде). Приводятся ссылки на рецептуры используемых блюд и кулинарных изделий, в соответствии со сборниками рецептур.



Наименования блюд и кулинарных изделий, указано в меню в соответствии с их наименованиями, указанными в использованных сборниках рецептур, согласно п. 11.2 МР 2.3.6.0233-21.

Представлены технологические карты, в которых отражена рецептура, технология приготовления блюд и кулинарных изделий, а также витаминно-микроэлементный состав блюд и температура реализации горячих блюд, согласно п. 11.3 (приложение 7) МР 2.3.6.0233-21.

Меню включает завтрак, 2 завтрак, обед, полдник и ужин.

На долю завтрака в среднем за 5 дней в 1-ю неделю и во 2-ю неделю приходится 20 % от суточной потребности в пищевых веществах и энергии, в течение дня допускается отступление от норм калорийности в пределах +/- 5%, средний процент пищевой ценности за неделю соответствует норме (приложение 10, таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20), что соответствует требованиям пп. 8.1.2, 8.1.2.3. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

На долю 2 завтрака в среднем за 5 дней в 1-ю неделю, 2-ю неделю приходится 5 % от суточной потребности в пищевых веществах и энергии, в течение дня допускается отступление от норм калорийности в пределах +/- 5%, средний процент пищевой ценности за неделю соответствует норме (приложение 10, таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20), что соответствует требованиям пп. 8.1.2, 8.1.2.3. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

На долю обеда в среднем за 5 дней в 1-ю неделю и во 2-ю неделю приходится 35 % от суточной потребности в пищевых веществах и энергии, в течение дня допускается отступление от норм калорийности в пределах +/- 5%, средний процент пищевой ценности за неделю соответствует норме (приложение 10, таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20), что соответствует требованиям пп. 8.1.2, 8.1.2.3. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

На долю полдника в среднем за 5 дней в 1-ю неделю, 2-ю неделю приходится 15 % от суточной потребности в пищевых веществах и энергии, в течение дня допускается отступление от норм калорийности в пределах +/- 5%, средний процент пищевой ценности за неделю соответствует норме (приложение 10, таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20), что соответствует требованиям пп. 8.1.2, 8.1.2.3. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

На долю ужина в среднем за 5 дней в 1-ю неделю, 2-ю неделю приходится 25 % от суточной потребности в пищевых веществах и энергии, в течение дня допускается отступление от норм калорийности в пределах +/- 5%, средний процент пищевой ценности за неделю соответствует норме (приложение 10, таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20), что соответствует требованиям пп. 8.1.2, 8.1.2.3. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Содержание пищевых веществ (белков, жиров и углеводов) на долю завтрака, 2 завтрака, обеда, полдника и ужина составляет 100% (приложение 10, таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20), что соответствует требованиям пп. 8.1.2 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Суммарный объем готовых блюд для указанного возраста (3-7 лет) соответствует приложению 9 таблице 3, п. 8.1.2. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Масса порций готовых блюд для указанного возраста (3-7 лет) 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 витаминизированные напитки. 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

«Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

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 десятидневное меню №10-ДС/3590-20/128 от 25 октября 2022г для организации питания детей в возрасте с 3 до 7 лет в дошкольных учреждениях, оказывающих услуги по воспитанию и обучению, уходу и присмотру за детьми (приемы пищи: завтрак, 2 завтрак, обед, полдник и ужин), разработанное АУ ТО «Центр технологического контроля» соответствует требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

И.о. Заведующий отделением гигиены детей и подростков

Е.А. Невидимова



## Аннотация

Меню приготавливаемых блюд для питания детей в детских дошкольных учреждениях, оказывающих услуги по воспитанию и обучению, уходу и присмотру за детьми, разработано в соответствии 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:** 3-7 лет.

**Часы пребывания:** 11-12 часов.

В соответствии 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, 2 завтрак, обед, полдник, ужин.**

**Суточная потребность 1800 ккал** в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Приложение 10, Таблица 1 «потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах (суточная).

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».

**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 в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20, Приложение 7, Таблица 1 "Среднесуточные наборы пищевой продукции (минимальные) для детей до 7- ми лет (нетто г., мл. на одного 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 соответствии 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**).
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, II часть - М.: Хлебпродинформ, 1997 г (**№рец.-1997**).
- Сборник технологических нормативов по производству мучных кондитерских и булочных изделий – Министерство торговли Российской Федерации, 1999 г (**№рец.-1999**).
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах — М.: Хлебпродинформ, 2004г (**№рец.-2004**).
- Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, I часть, II часть — Пермь: Уральский институт питания, 2004г (**№рец.-2004, Пермь**).
- ик 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**).

- Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции общественного питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, Том 1,2 – М.:2006г (**№рец.-2006, Москва**).
- Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ – интернатов, детских домов, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации — Пермь: ООО Уральский региональный центр питания, 2013г (**№рец.-2013, Пермь**).
- 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**).
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, обслуживающих учащихся образовательных учреждений Свердловской области – Екатеринбург, Министерство торговли, питания и услуг Свердловской области, 2006г (**№рец.-2006, Екатеринбург**).
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций, от 1 до 7 лет – Новосибирск, «Федеральная служба по надзору в сфере защиты потребителей и благополучия человека», 2021г (**№ рец.-2020,2021, Новосибирск**).
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций, 1 – 4-х классов – Новосибирск, «Федеральная служба по надзору в сфере защиты потребителей и благополучия человека», 2021г (**№ рец.-2020,2021, Новосибирск**).

Меню укомплектовано технологическими документами (технологическими картами) в соответствии с п. 2.8. СанПиН 2.3/2.4.3590-20. Приготовление блюд должен соблюдаться принцип «щадящего питания»: для тепловой обработки применяется варка, запекание, припускание, тушение, приготовление на пару, приготовление в конвектомате.

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 соответствии с п.8.1.6. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 для дополнительного обогащения рациона питания детей микронутриентами 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»

Автоматное учреждение Тюменской области  
г. Тюмень ул. Рижская 47,  
«Центр технологического контроля»  
электронный адрес: [tehkontrol2014@yandex.ru](mailto:tehkontrol2014@yandex.ru)  
ИНН 7203208134

**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) <sup>1</sup>	6—10	0,04
3. Блюда из овощей (варка) на 1 л воды	10	—
4. Блюда из круп (на 1 кг крупы)		
<b>гречневая каша:</b>		
рассыпчатая из ядрицы	21	—
вязкая	40	—
<b>пшенная каша:</b>		
рассыпчатая	25	—
вязкая	40	—
<b>рисовая каша:</b>		
рассыпчатая	28	—
вязкая	45	—
<b>перловая каша:</b>		
рассыпчатая	30	—
вязкая	45	—
овсяная каша вязкая	40	—
манная каша вязкая	45	—
<b>кукурузная каша:</b>		
рассыпчатая	30	—
вязкая	35	—
5. Блюда из бобовых (на 1 порцию отварных бобов)	3—4	—
6. Блюда из макаронных изделий (варка) на 1 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

<sup>1</sup> Норма закладки соли в молочных супах — 6 г на 1000 г.



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 лосося (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

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

**Потребление пищевых веществ за неделю для детей дошкольного возраста с 3-7 лет\***

1-5 день					
<b>ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ:</b>	54	60	261	1803	
	51	57	248	1710	При 11-12 часовом пребывании детей
	54	60	261	1800	

6-10 день					
<b>ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ:</b>	54	60	261	1800	
	51	57	248	1710	При 11-12 часовом пребывании детей
	54	60	261	1800	

\*СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения" п.8.1.2.3.

Суммарные объемы блюд по приемам пищи для детей с 3 до 7 лет (не менее)

Приложение №9, таблица 3 к СанПин 2.3/2.4.3590-20	Завтрак, грамм	2 завтрак, грамм	Обед, грамм	Полдник, грамм	Ужин, грамм
		400	100	600	250
1 день	420	200	665	250	480
2 день	435	180	660	250	465
3 день	420	180	665	260	460
4 день	440	180	690	250	480
5 день	440	200	665	250	460
6 день	415	200	685	250	480
7 день	430	200	665	250	480
8 день	440	180	685	250	530
9 день	400	180	650	250	470
10 день	410	200	690	250	480

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

**ВЕДОМОСТЬ контроля за рационом питания к меню № 10-ДС/3590-20/128 от 25.10.2022 г для питания детей с 3 до 7 лет**

№	Продукты	Количество продуктов в день, г, мл, нетто *	Норма продуктов при 11-12 ч пребывания детей (90-100%), г, мл, в день, нетто	Фактически получено г, мл, **										Факт в день г, мл,	% выполнения		
				Дни													
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10				
1	Хлеб ржаной	50	48	50	60	40	40	40	50	30	40	40	70	40	460	46	97
2	Хлеб пшеничный	80	80	68	87	40	107	81	118	55	107	64	104	83	831	83	104
3	Мука пшеничная	29	28	42	5	35	13	46	21	40	7	40	19	269	27	98	
4	Крупы, бобовые	43	43	58	45	30	35	40	77	63	67	0	25	440	44	102	
5	Макаронные изделия	12	12	0	0	53	16	0	0	0	0	15	38	122	12	102	
6	Картофель	140	140	108	213	54	105	228	95	144	183	225	85	1440	144	103	
7	Овощи (свежие, замороженные, консервированные), включая соленые и квашеные (не более 10% от общего кол-ва овощей), в т.ч. томат-пюре, зелень, г	220	198	182	156	108	250	318	65	199	196	367	132	1972	197	100	
8	Фрукты свежие	100	100	100	165	100	105	25	140	100	140	13	127	1015	101	101	
9	Сухофрукты	11	11	18	0	30	15	0	0	15	15	15	0	108	11	98	
10	Сок фруктовые и овощные	100	100	200	0	0	0	200	200	200	0	0	200	1000	100	100	
11	Витаминизированные напитки	50	50	0	180	0	180	0	0	0	0	180	0	540	54	107	
12	Сахар (в т.ч. для приготовления блюд и напитков, в случае использования пищевой продукции промышленного выпуска, содержащих сахар выдана должно быть уменьшена в зависимости от его содержания используемой готовой пищевой продукции)	30	30	25	36	39	20	39	42	41	28	23	28	321	32	105	
13	Кондитерские изделия	20	19	12	65	20	0	20	0	30	20	0	30	197	20	104	
14	Какао - порошок	0,6	0,6	3,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	6	1	100	
15	Кофейный напиток	1,2	1,1	0,0	4,0	0,0	0,0	4,0	0,0	0,0	4,0	0,0	0,0	12	1	105	
16	Чай	0,6	0,6	0,4	0,4	0,8	0,8	0,4	0,8	0,4	0,4	0,8	0,8	6	1	105	
17	Мясо 1 категории	55	50	68	64	16	53	64	69	16	16	150	0	516	52	104	
18	Птица (куры, цыплята-бройлеры, индейка-потрошенная, 1кат.)	24	24	56	0	0	70	0	0	0	70	14	47	257	26	105	
19	Субпродукты (печень, язык, сердце)	25	19	0	0	75	0	0	0	112	0	0	0	187	19	100	
20	Рыба (филе), в т.ч. филе слабо или малосоленое	37	37	0	68	0	60	74	0	74	54	0	60	390	39	105	
21	Молоко, молочная и кисломолочная продукция	450	450	588	495	456	441	460	437	450	562	286	352	4527	453	101	
22	Творог ( 5%-9% м. д.ж.)	40	38	0	0	122	0	0	120	0	0	0	145	387	39	102	
23	Сметана	11	11	5	0	15	0	37	8	5	5	15	20	110	11	100	
24	Сыр	6	6	0,0	15,0	0,0	6	0,0	15	0,0	0,0	21,0	0,0	57	6	95	
25	Масло сливочное	21	21	24	14	21	18	20	28	32	10	32	26	224	22	104	
26	Масло растительное	11	11	13	16	11	12	14	6	8	14	12	6	109	11	99	
27	Яйцо, шт.	40	30	29	4	16	66	4	28	39	10	97	20	313	31	104	
28	Дрожжи хлебопекарные	0,5	0,3	1,1	0,0	0,0	0	0,8	0,0	0,0	0,0	1,2	0,0	3	0	103	
29	Крахмал	3	1,2	0	0	0	0	6	0	0	0	0	6	12	1	100	
30	Соль пищевая поваренная йодированная	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50	5	100	

\* Нормы питания в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", Приложение 7, Таблица 1

"Среднесуточные наборы пищевой продукции (минимальные) для детей до 7-ми лет (нетто г., мл. на одного ребенка в сутки)"

\*\* Количество потребленных продуктов округлено до целого числа

\*\*\* Мучное изделие промышленного производства в 4,6,8,10 дни посчитаны к норме хлеба пшеничного.



Распределение энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи для детей дошкольного возраста с 3 до 7 лет \*

Суточная потребность СанПин 2.3/2.4.3590-20 (1800 ккал)**	Завтрак, ккал		% выполнения	2 завтрак, ккал		% выполнения	Обед, ккал		% выполнения	Полдник, ккал		% выполнения	Ужин, ккал		% выполнения	Итого, ккал		% выполнения
	20% от суточного рациона	360		5% от суточного рациона	90		35% от суточного рациона	630		15% от суточного рациона	270		25% от суточного рациона	450		95-100% от суточного рациона	1710/1800	
1 день	354,3		20	90,6		5	630,5		35	260,3		14	464,9		26	1800,6		100
2 день	343,1		19	90,6		5	641,4		36	280,5		16	450,5		25	1806,2		100
3 день	352,7		20	90,6		5	648,1		36	270,1		15	439,3		24	1800,8		100
4 день	375,8		21	87,6		5	611,3		34	272,1		15	459,6		26	1806,3		100
5 день	374,1		21	90,6		5	626,8		35	267,3		15	443,7		25	1802,5		100
<b>ИТОГО в среднем за 1 неделю</b>	<b>360,0</b>		<b>20,0</b>	<b>90,0</b>		<b>5,0</b>	<b>631,6</b>		<b>35,1</b>	<b>270,0</b>		<b>15,0</b>	<b>451,6</b>		<b>25,1</b>	<b>1803</b>		<b>100</b>
6 день	352,5		20	89,2		5	639,4		36	258,8		14	444,4		25	1784,3		99
7 день	372,3		21	89,2		5	630,3		35	268,1		15	438,2		24	1798,2		100
8 день	364,5		20	90,6		5	622,6		35	276,7		15	448,6		25	1803,0		100
9 день	361,2		20	90,6		5	598,7		33	280,5		16	474,6		26	1805,6		100
10 день	349,5		19	90,6		5	658,2		37	266,0		15	444,3		25	1808,6		100
<b>ИТОГО в среднем за 2 неделю</b>	<b>360,0</b>		<b>20,0</b>	<b>90,0</b>		<b>5</b>	<b>630</b>		<b>35,0</b>	<b>270,0</b>		<b>15</b>	<b>450,0</b>		<b>25</b>	<b>1800</b>		<b>100</b>

\*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"

**Меню приготавливаемых блюд**

**завтрак, 2 завтрак, обед, полдник, ужин**

**Возрастная категория: с 3 до 7 лет (11-12 часов пребывания детей)**

**10-ти дневное меню №10-ДС/3590-20/128 от 25 октября 2022 года**

**Меню содержит обязательные вложения - титульный лист, аннотацию, ведомость контроля за рационом питания, 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
<b>Завтрак</b>								
Каша манная жидкая			420	11,0	14,7	44,5	354	
			200	6,1	6,7	21,2	170	№311-2004
крупа манная	20	20						
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	190	190						
сахар	3	3						
соль йодированная	1,2	1,2						
масло сливочное	5	5						
<b>Бутерброд с маслом</b>			15/5	1,6	3,8	7,4	70	№1-2004
батон или хлеб пшеничный	15	15						

Меню № 10-ДС/3590-20/128  
 АУ ТО «Центр занятости населения «Сургутский район»





<b>Зразы рубленые из мяса (говядина и свинина), запеченные</b>			<b>80</b>	<b>11,8</b>	<b>9,4</b>	<b>5,1</b>	<b>152</b>	<b>№457-2004</b>
свинина мясная	30	26						
говядина 1 категории	35	26						
или говядина полуфабрикат	31	26						
или фарш промышленного производства	52	52						
хлеб пшеничный	11	11						
молоко питьевое	16	16						
котлетная масса		75						
яйцо куриное отварное для фарша	22	22						
мука пшеничная	6	6						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
<b>Каша гречневая вязкая</b>			<b>150</b>	<b>4,2</b>	<b>5,1</b>	<b>29,0</b>	<b>178</b>	<b>№510-2004</b>
крупа гречневая	38	38						
вода питьевая	120	120						
масло сливочное	4,5	4,5						
<b>Компот из изюма</b>			<b>180</b>	<b>0,3</b>	<b>0,0</b>	<b>16,1</b>	<b>66</b>	<b>№638-2004</b>
изюм	18	18						

сахар		5	5										
ИЛИ													
Компот из свежих плодов													
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)		45,6	40	180	0,2	0,0	15,5	63	№585-1996				
или груши свежие		44	40										
или апельсины свежие		60	40										
лимонная кислота		0,18	0,18										
сахар		10	10										
Хлеб пшеничный													
				20	0,4	0,2	8,8	39					
Хлеб ржаной													
				30	0,7	0,4	11,3	51					
<b>Полдник</b>													
Булочка с джемом													
мука пшеничная		29	29	50	2,2	4,1	25,0	146	№572-2013, Пермь				
молоко питьевое		12	12										
сахар		6	6										
масло сливочное		5	5										
яйцо куриное		2	2										

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





				30										
				30										
молоко густенное с сахаром				30										
<b>Фрукт в ассортименте</b>					100	0,1	0,3	23,7	98					№458-2006, Москва
<b>Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 100 г)</b>														
Хлеб ржаной					20	0,6	0,2	7,6	35					
Хлеб пшеничный					10	0,2	0,1	4,4	19					
<b>ИТОГО:</b>						54	60	261	1801					
<b>НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:</b>						54	60	261	1800					
<b>НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ 95%):</b>						51	57	248	1710					
<b>НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):</b>						57	63	274	1890					

## 2 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
<b>Завтрак</b>							
<b>Каша молочная ассорти (пшенично - ячневая)</b>							№18/4-2011, Екатеринбург
крупа пшеничная	15	15					
крупа ячневая	15	15					
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	190	190					
			435	14,1	12,7	43,1	343
			200	6,5	6,5	21,1	169

сахар	3	3											
масло сливочное	5	5											
<b>Бутерброд с сыром</b>			20/15	5,3	3,7	7,2	83						№3-2004
батон или хлеб пшеничный	20	20											
сыр	16	15											
<b>Кофейный напиток</b>			200	2,3	2,5	14,8	91						№501-2013, Пермь
кофейный напиток	4	4											
сахар	10	10											
молоко питьевое	100	100											
<b>Второй завтрак</b>													
Сок с содержанием витаминов и минералов в ассортименте	180	180		0,3	0,0	22,4	91						№518-2013, Пермь
<b>Обед</b>			660	17,9	20,9	95,4	641						
Салат из моркови и яблок			60	0,8	4,1	5,9	64						№9-2013, Пермь
морковь до 01.01 - 20%	56	45											
с 01.01 - 25%	60	45											
<b>(в свежем виде морковь старого урожая использовать до 1 марта, после 1 марта свежего урожая или в отварном виде)</b>													
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом, очищенные от кожицы)	21,5	15											

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











**3 день**

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Завтрак</b>								
Каша рисовая жидкая			420	8,1	8,3	61,4	353	
			200	5,1	6,2	21,8	163	№311-2004
крупа рисовая	30	30						
молоко питьевое	190	190						
сахар	3	3						
масло сливочное	5	5						
<b>Бутерброд с джемом или вареньем</b>								
			20/20	1,8	0,2	22,1	97	№2-2004
батон или хлеб пшеничный	20	20						
джем или варенье промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	20,2	20						
<b>Чай с молоком стуженным</b>								
			180	1,2	1,9	17,5	92	№493-2013, Пермь
чай-заварка	0,4	0,4						
молоко стуженное с сахаром	30	30						
<b>Второй завтрак</b>								
Напиток из шиповника			180	0,3	0,0	22,4	91	№705-2004 Автономное учреждение Тюменской области «Центр технологического контроля»
								ОГРН 1077203065147 ИНН 7203208134





сметана		10	10							
вода питьевая		20	20							
<b>ИЛИ</b>										
<b>Бефстроганов из отварной говядины</b>					70	11,9	9,7	4,1	151	№54-1м-2020, Новосибирск
говядина 1 категории		88	65							
или говядина полуфабрикат		77	65							
масса отварного мяса			40							
масса соуса			30							
мука пшеничная		4	4							
сметана		10	10							
бульон		20	20							
лук репчатый		12	10							
масло растительное		3	3							
<b>Макаронные изделия отварные</b>					150	3,5	2,8	36,8	186	№516-2004
макаронные изделия группы А		53	53							
масло сливочное		3,5	3,5							

Компот из кураги			180	0,5	0,0	16,2	67	№638-2004
	курага	15	15					
	сахар	5						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	38	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
<b>Полдник</b>			<b>260</b>	<b>8,8</b>	<b>10,9</b>	<b>34,2</b>	<b>270</b>	
Пирог морковный			60	3,0	4,5	25,0	153	№71-2006, Екатеринбург
	мука пшеничная	18	18					
	морковь до 01.01 - 20%	33	26					
	с 01.01 - 25%	35	26					
	двууглекислый натрий	1,0	1,0					
	масло сливочное	10	10					
	ванилин	0,06	0,06					
	яйцо куриное	6	6					
	сахар	12	12					
	масло сливочное для смазки листа	2,5	2,5					
	молоко сгущенное с сахаром	6,2	6					

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

Кисломолочный напиток в ассортименте		207	200	200	5,8	6,4	9,2	118	№698-2004
Ужин									
Вареники ленивые с молоком сгущенным				180	15,5	18,7	28,3	344	№325-2013, Пермь
	творог	123	122						
	мука пшеничная	17	17						
	яйцо куриное	10	10						
	сахар	4	4						
	соль йодированная	0,6	0,6						
	масса готовых вареников		150						
	молоко сгущенное с сахаром	30,2	30						
<b>ИЛИ</b>									
Суфле творожное с молоком сгущенным				170	15,6	18,8	28,4	345	№365-2004
	творог	132	130						
	сметана	15	15						
	яйцо куриное	10	10						
	сахар	10	10						
	мука пшеничная	12	12						

масло сливочное на смазку	3	3								
масса готового суфле		150								
молоко стуженное с сахаром	20,2	20								
<b>Чай с сахаром</b>	<b>180</b>				<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>10,4</b>	<b>42</b>		№685-2004
чай-заварка	0,4	0,4								
сахар	10	10								
<b>Фрукт в ассортименте</b>	<b>100</b>				<b>0,1</b>	<b>0,2</b>	<b>12,9</b>	<b>54</b>		№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 100 г)										
<b>ИТОГО:</b>										
<b>НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:</b>										
<b>НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ 95%:</b>										
<b>НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):</b>										

**4 день**

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
<b>Завтрак</b>			<b>440</b>	<b>12,4</b>	<b>16,4</b>	<b>44,7</b>	<b>376</b>
Суп молочный с макаронными изделиями			200	4,5	6,1	19,5	151
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	205	205					№165-2013, Пермь

Автономное учреждение Томской области  
«Центр технологического контроля»

ОГРН 1077203065147  
ИНН 7203208134

макаронные изделия группы А	16	16							
сахар	1,6	1,6							
масло сливочное	2	2							
<b>Яйца вареные</b>			40	5,1	4,6	0,3	63		№300-2013, Пермь
<b>Бутерброд с маслом</b>			15/5	1,6	3,8	7,4	70		№1-2004
батон или хлеб пшеничный	15	15							
масло сливочное	5	5							
<b>Чай с молоком сгущенным</b>			180	1,2	1,9	17,5	92		№493-2013, Пермь
чай-заварка	0,4	0,4							
молоко сгущенное с сахаром	30	30							
<b>Второй завтрак</b>									
Сок с содержанием витаминов и минералов в ассортименте	180	180	180	0,3	0,0	21,6	88		№518-2013, Пермь
<b>Обед</b>			690	22,8	23,9	76,3	611		
<b>Салат из свеклы с сыром и чесноком</b>			60	3,1	4,4	5,8	75		№56-2013, Пермь
свекла до 01.01 -20%	73	58							
с 01.01 - 25%	77	58							
масса отварной свеклы		55							

чеснок	0,4	0,3										
сыр	7	6										
масло растительное	4	4										
<b>Суп картофельный с рыбой</b>	<b>180/50</b>	<b>6,4</b>	<b>6,4</b>	<b>15,1</b>	<b>144</b>							№150-2013, Пермь
горбуша (кета) потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	90	60										
или горбуша (кета) потрошенная без головы (филе без кожи и костей)	103	60										
или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	109	60										
или треска потрошенная обезглавленная (филе с кожей без костей)	81	61										
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	84	62										
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	106	80										
01.11.-31.12. -30%	114	80										
01.01-29.02 - 35%	123	80										
01.03 - 40%	134	80										
морковь до 01.01 - 20%	10,0	8										
с 01.01 - 25%	10,6	8										
лук репчатый	10	8										
масло сливочное	4	4										

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





Молоко питьевое кипяченое	210	200	200	5,8	6,4	9,4	118	№260-2001, Пермь
<b>Ужин</b>								
<b>Биточки из мяса (свинина мясная и говядина)</b>								№451-2004
свинина мясная	25	21						
говядина 1 категории	44	32						
или говядина полуфабрикат	38	32						
или фарш промышленного производства	53	53						
хлеб пшеничный	12	12						
молоко питьевое	6	6						
лук репчатый	7,1	6						
яйцо куриное	6	6						
мука пшеничная	7	7						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
<b>ИЛИ</b>								
<b>Котлета особая (из свинины мясной и филе индейки)</b>			70	10,9	8,1	6,2	141	№452-2004
свинина мясная	21	18						
филе индейки	34	32						



	сахар	10	10															
	ЛИМОН	6	5															
	Фрукт в ассортименте												100	0,1	0,2	18,2	75	№458-2006, Москва
	Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 100 г)																	
	Хлеб ржаной												10	0,2	0,1	3,8	17	
	Хлеб пшеничный												10	0,2	0,1	4,4	19	
	<b>ИТОГО:</b>													55	60	260	1806	
	<b>НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:</b>													54	60	261	1800	
	<b>НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ 95%):</b>													51	57	248	1710	
	<b>НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):</b>													57	63	274	1890	

**5 день**

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
<b>Завтрак</b>			<b>440</b>	<b>10,3</b>	<b>8,8</b>	<b>63,4</b>	<b>374</b>
Каша гречневая жидкая			200	6,2	6,1	26,5	186
	крупы гречневая	40					
	вода питьевая	70					

№54-2010-2020,  
Новосибирск



лук репчатый	14,3	12							
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5	5							
масло растительное	4	4							
лимонная кислота	0,3	0,3							
сахар	0,8	0,8							

**ИЛИ**

<b>Салат из свежих помидоров</b>	<b>60</b>	<b>0,9</b>	<b>4,1</b>	<b>3,9</b>	<b>56</b>	<b>№22-2013, Пермь</b>
помидоры свежие парниковые	58	57				
или помидоры свежие грунтовые	67	57				
масло растительное	4	4				
<b>Борщ с капустой и картофелем, с мясом со сметаной</b>	<b>180/10/5</b>	<b>3,9</b>	<b>4,9</b>	<b>12,8</b>	<b>111</b>	<b>№110-2004</b>
говядина 1 категории	22	16				
или говядина полуфабрикат	19	16				
свекла до 01.01 -20%	38	30				
с 01.01 - 25%	40	30				
капуста белокочанная свежая	19	15				
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	20	15				

01.11.-31.12. -30%	21	15														
01.01-29.02 - 35%	23	15														
01.03 - 40%	25	15														
морковь до 01.01 - 20%	12,5	10														
с 01.01 - 25%	13,3	10														
лук репчатый	8	7														
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	4	4														
масло сливочное	4	4														
сахар	0,3	0,3														
сметана	5	5														
зелень сушеная	0,1	0,1														
<b>Рыба припущенная в сметане</b>											<b>80</b>	<b>9,9</b>	<b>7,9</b>	<b>2,5</b>	<b>121</b>	<b>№338-2013, Пермь</b>
горбуша (кета) потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	111	74														
или горбуша (кета) потрошенная без головы (филе без кожи и костей)	127	74														
или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	135	74														
или треска потрошенная обезглавленная (филе с кожей без костей)	100	76														
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	104	77														

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



33

Хлеб пшеничный			30	0,6	0,3	13,2	59	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
<b>Полдник</b>			<b>250</b>	<b>10,3</b>	<b>9,3</b>	<b>35,7</b>	<b>267</b>	
Сдоба обыкновенная			50	4,5	2,9	26,5	150	№570-2013, Пермь
	мука пшеничная	37	37					
	мука пшеничная на подпыл	1,5	1,5					
	сахар	4	4					
	яйцо куриное	3	3					
	масло сливочное	1,3	1,3					
	соль йодированная	0,6	0,6					
	масло сливочное (для разделки)	1,5	1,5					
	яйцо куриное (для смазки)	1,4	1,4					
	дрожжи прессованные	0,8	0,8					
	или дрожжи сухие	0,2	0,2					
	молоко питьевое	17	17					
	масло растительное для смазки листа	0,3	0,3					

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

Кисломолочный напиток в ассортименте	207	200	200	5,8	6,4	9,2	118	№698-2004
<b>Ужин</b>								
Салат из капусты белокочанной			60	1,0	4,0	5,0	60	№1-2013, Пермь
капуста белокочанная (стертая с солью)	93	47						
морковь до 01.01 - 20%	7,5	6						
с 01.01 - 25%	8	6						
лук репчатый (бланшированный)	7	6						
лук репчатый, капусту и морковь старого урожая использовать только до 1 марта, после 1 марта овощи нового урожая или другой салат								
или лук зеленый	7,5	6						
лимон (для сока)	7	3						
сахар	0,7	0,7						
масло растительное	4	4						
<b>ИЛИ</b>								
Салат из огурцов с маслом			60	0,6	4,1	1,9	47	№14/1-2011г., Екатеринбург
огурцы свежие парниковые	58	57						
или огурцы свежие грунтовые	60	57						

масло растительное	4	4	4	70	8,9	9,5	8,4	155	№461-2004
<b>Тефтели из мяса (свинина мясная и говядина)</b>									
свинина мясная	28		24						
говядина 1 категории	33		24						
или говядина полуфабрикат	28		24						
или фарш промышленного производства	48		48						
хлеб пшеничный	11		11						
молоко питьевое	14		14						
лук репчатый	19		16						
масло сливочное	3		3						
<b>масса припущенного с маслом лука</b>			<b>10</b>						
мука пшеничная	4		4						
масло растительное для смазки листа	1,5		1,5						
<b>Овощи тушеные в соусе</b>				<b>150</b>	<b>3,2</b>	<b>6,5</b>	<b>19,2</b>	<b>148</b>	<b>№18/3-2011, Екатеринбург</b>
горошек зелёный консервированный	46		30						
морковь до 01.01 - 20%	50		40						

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



<b>НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):</b>		57	63	274	1890
<b>ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА 1 НЕДЕЛЮ:</b>		54	60	261	1803
<b>НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ и ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (95%):</b>		51	57	248	1710
<b>НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (100%)*:</b>		54	60	261	1800

**6 день**

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
<b>Завтрак</b>							
Каша пшеничная жидкая			415	12,4	11,8	49,4	353
			200	6,7	7,9	25,2	199
							№311-2004
	25	25					
крупа пшеничная	25	25					
	187	187					
молоко питьевое	187	187					
	3	3					
сахар	3	3					
	5	5					
масло сливочное	5	5					
<b>Бутерброд с сыром</b>			20/15	5,3	3,7	7,2	83
							№3-2004
батон или хлеб пшеничный	20	20					
	16	15					
сыр	16	15					
<b>Чай с сахаром</b>			180	0,1	0,0		

Автономное учреждение Тименской области  
 №685-2004  
 «Центр технологического контроля»  
 ОГРН 1077203065147  
 ИНН 7203208134

чай-заварка	0,4	0,4													
сахар	10	10													
Хлеб пшеничный			15	0,3	0,2	6,6	29								
<b>Второй завтрак</b>															
Сок в ассортименте	200	200	200	0,3	0,0	22,0	89								№518-2013, Пермь
<b>Обед</b>															
Салат "Степной" из разных овощей			60	1,0	3,0	4,5	49								№25-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	31	23													
01.11.-31.12. -30%	33	23													
01.01-29.02 - 35%	35	23													
01.03 - 40%	38	23													
масса отварного картофеля		20													
морковь до 01.01 - 20%	21	17													
с 01.01 - 25%	23	17													
масса отварной моркови		15													
огурцы консервированные без укуса	22	12													
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	15	10													

масло растительное	4	4	4	180/15	4,1	3,6	15,1	109	№137-2004
<b>Суп картофельный с мясными фрикадельками</b>									
<b>фрикадельки мясные (говядина и свинина)</b>			<b>15</b>						№112-2004
говядина 1 категории	14		10						
или говядина полуфабрикат	12		10						
свинина мясная	8		7						
или фарш промышленного производства	17		17						
лук репчатый	1,8		1,5						
вода питьевая	1,5		1,5						
яйцо куриное	1,2		1,2						
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	96		72						
01.11.-31.12. -30%	103		72						
01.01-29.02 - 35%	111		72						
01.03 - 40%	120		72						
морковь до 01.01 - 20%	8,8		7						
с 01.01 - 25%	9,3		7						
лук репчатый	8		7						

Автономное учреждение Тюменской области  
«Центр технологического контроля»

ОГРН 1077203065147  
ИНН 7203208134

томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	2	2								
масло сливочное	4	4								
зелень сушеная	0,1	0,1								
<b>Котлета домашняя из говядины и свинины, запеченная с соусом сметанным с томатом</b>		<b>70/30</b>	<b>9,1</b>	<b>8,9</b>	<b>7,4</b>	<b>146</b>				№450-2004
свинина мясная	30	26								
говядина 1 категории	35	26								
или говядина полуфабрикат	31	26								
или фарш промышленного производства	52	52								
хлеб пшеничный	13	13								
молоко питьевое	8	8								
чеснок	0,4	0,3								
лук репчатый	6	5								
яйцо куриное	3	3								
мука пшеничная	7	7								
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5								
<b>Соус сметанный с томатом</b>		<b>30</b>								№601-2004
сметана	8	8								

мука пшеничная	2,3	2,3											
вода питьевая	22	22											
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	3	3											
<b>Рис припущенный</b>			130	2,7	3,4	22,0	129	№512-2004					
крупа рисовая	46	46											
вода питьевая	95	95											
масло сливочное	4	4											
<b>Компот из свежих яблок</b>			200	0,1	0,1	20,0	81	№631-2004					
яблоки свежие с удаленным семенным гнездом	45,6	40											
сахар	11	11											
<b>Хлеб пшеничный</b>			20	0,4	0,2	8,8	39						
<b>Хлеб ржаной</b>			50	1,1	0,6	18,9	86						
<b>Полдник</b>			250	7,5	9,6	35,6	259						
<b>Мучное изделие промышленного производства в ассортименте</b>			50	1,7	3,2	26,2	140						
<b>Молоко питьевое кипяченое</b>	210	200	200	5,8	6,4	9,4	118	№260-2001, Пермь					
<b>Ужин</b>			480	15,2	17,2	57,2	444						
<b>Запеканка "Царская" из творога с молоком стуженным</b>			200	13,9	15,2								

Автомобильное управление Тюменской области  
 «26,2» технологического №105-2011, Екатеринбург  
 ОГРН 1077203065147  
 ИНН 7203208134



**НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)\*:**

**НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ 95%):**

**НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):**

**7 день**

Наименование блюда	Брутто, г		Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
	Брутто, г	Чистый вес, г		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Завтрак</b>									
Каша пшенная жидкая				430	9,4	13,8	52,7	372	
				200	4,2	7,0	20,2	161	№311-2004
		25	25						
		75	75						
		110	110						
		3	3						
		5	5						
<b>Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте</b>									
Какао с молоком				30	1,6	2,4	10,0	68	
				200	3,3	4,2	15,9	115	№497-2013, Пермь
		3	3						
		130	130						

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

сахар		10	10	10															
Хлеб пшеничный				15	0,3	0,2	6,6	29											
<b>Второй завтрак</b>																			
Сок в ассортименте		200	200	200	0,3	0,0	22,0	89											
<b>Обед</b>				665	23,5	20,1	88,8	630											
<b>Салат картофельный с кукурузой и морковью ("Мозаика")</b>																			
кукуруза консервированная (после термической обработки)		17	10																
огурцы свежие грунтовые		21	20																
или огурцы свежие парниковые		20,4	20																
или огурцы соленые без уксуса		36,4	20																
картофель - 01.09.-31.10.- 25%		23	17																
01.11.-31.12. -30%		24	17																
01.01-29.02 - 35%		26	17																
01.03 - 40%		28	17																
масса отварного картофеля				15															
морковь до 01.01 - 20%		18	14																
с 01.01 - 25%		19	14																

№518-2013,  
Пермь

№73-2013,  
Пермь



с 01.01 - 25%	60	45																				
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																				
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	2	2																				
морковь до 01.01 - 20%	8,8	7																				
с 01.01 - 25%	9,3	7																				
лук репчатый	10	8																				
масло сливочное	4	4																				
сахар	0,4	0,4																				
сметана	5	5																				
зелень сушеная	0,1	0,1																				
<b>Биточки печеночные</b>	<b>80</b>	<b>12,7</b>	<b>6,4</b>	<b>8,2</b>	<b>141</b>																	№35/8-2011, Екатеринбург
печень говяжья	136	112																				
масса отварной, протертой печени		75																				
яйцо куриное	10	10																				

47

лук репчатый	18	15														
масло сливочное	3	3														
масса прогретого с маслом лука		10														
мука пшеничная	8	8														
масло растительное	1,5	1,5														
<b>Каша гречневая вязкая</b>	<b>150</b>		<b>4,2</b>	<b>5,1</b>	<b>29,0</b>	<b>178</b>										№510-2004
крупа гречневая	38	38														
вода питьевая	120	120														
масло сливочное	4,5	4,5														
<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	<b>180</b>		<b>0,3</b>	<b>0,0</b>	<b>15,2</b>	<b>62</b>										№508-2013, Пермь
сухофрукты	15	15														
сахар	8	8														
<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>20</b>		<b>0,4</b>	<b>0,2</b>	<b>8,8</b>	<b>39</b>										
<b>Хлеб ржаной</b>	<b>20</b>		<b>0,5</b>	<b>0,3</b>	<b>7,6</b>	<b>34</b>										
<b>Полдник</b>	<b>250</b>		<b>7,4</b>	<b>11,3</b>	<b>34,2</b>	<b>268</b>										
<b>Полоска песочная с молоком сгущенным</b>	<b>50</b>		<b>1,6</b>	<b>4,9</b>	<b>25,0</b>	<b>151</b>										№586-2013, Пермь
мука пшеничная	25	25														

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

сахар	10	10											
масло сливочное	10	10											
яйцо куриное	10	10											
соль йодированная	0,03	0,03											
натрий двууглекислый	0,07	0,07											
молоко стуженное с сахаром, вареное промышленного производства	10,2	10											
масло растительное для смазки листа	0,2	0,2											
<b>Кисломолочный напиток в ассортименте</b>	207	200			5,8	6,4	9,2	118	№698-2004				
<b>Ужин</b>		480			14,9	14,3	62,4	438					
<b>Шницель рыбный натуральный</b>		70			11,9	9,9	3,2	150	№391-2004				
горбуша (кета) потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	111	74											
или горбуша (кета) потрошенная без головы (филе без кожи и костей)	127	74											
или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	135	74											
или треска потрошенная обезглавленная (филе с кожей без костей)	98	74											
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	100	74											
лук репчатый	6	5											
яйцо куриное	14	14											
мука пшеничная	7	7											

масло растительное для смазки листа		2	2										
<b>Картофель тушеный</b>				130	2,2	3,7	14,9	102	№216-2004				
	картофель - 01.09.-31.10.- 25%	149	112										
	01.11.-31.12. -30%	160	112										
	01.01-29.02 - 35%	172	112										
	01.03 - 40%	187	112										
	морковь до 01.01 - 20%	38	30										
	с 01.01 - 25%	40	30										
	лук репчатый	18	15										
	масло сливочное	5	5										
<b>Чай с сахаром</b>				180	0,1	0,0	10,4	42	№685-2004				
	чай-заварка	0,4	0,4										
	сахар	10	10										
<b>Хлеб пшеничный</b>				20	0,4	0,2	8,8	39					
<b>Хлеб ржаной</b>				10	0,2	0,1	3,8	17					
<b>Фрукт в ассортименте</b>				100	0,1	0,4	21,3	89	№458-2006, Москва				
<b>Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 100 г)</b>													
<b>ИТОГО:</b>					<b>55</b>	<b>60</b>	<b>260</b>	<b>1798</b>					

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

<b>НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:</b>	54	60	261	1800
<b>НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ 95%):</b>	51	57	248	1710
<b>НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):</b>	57	63	274	1890

### 8 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				№ рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г		ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>								
Суп молочный с крупой			440	10,3	10,1	58,1	365	
			200	6,2	7,4	21,2	176	№164-2013, Пермь
молоко питьевое	200	200						
крупы: манная или кукурузная, хлопья овсяные "Геркулес"	12	12						
ячневая или гречневая, перловая, пшено	16	16						
сахар	2,0	2,0						
соль йодированная	0,8	0,8						
масло сливочное	2	2						
<b>Бутерброд с джемом или вареньем</b>			20/20	1,8	0,2	22,1	97	№2-2004
батон или хлеб пшеничный	20	20						





зелень сушеная	0,1	0,1	80	10,5	8,8	5,8	144	№346-2013, Пермь
<b>Котлеты рыбные любительские</b>								
горбуша (кета) потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	81	54						
или горбуша (кета) потрошенная без головы (филе без кожи и костей)	92	54						
или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	98	54						
или треска потрошенная обезглавленная (филе с кожей без костей)	71	54						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	73	54						
морковь до 01.01 - 20%	23	18						
с 01.01 - 25%	24	18						
масса отварной моркови		16						
хлеб пшеничный	7	7						
лук репчатый	8,3	7						
яйцо куриное	10	10						
молоко питьевое	8	8						
мука пшеничная	7	7						
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
<b>Пюре картофельное</b>			<b>150</b>	<b>3,0</b>	<b>4,1</b>			

Авто: 23,5е учреждение 143 менский 0№520-2004  
«Центр технологического контроля»

ОГРН 1077203065147  
ИНН 7203208134

картофель - 01.09.-31.10. - 25%	170	128										
01.11.-31.12. -30%	183	128										
01.01-29.02 - 35%	197	128										
01.03 - 40%	214	128										
молоко питьевое	24	24										
масло сливочное	3,5	3,5										
<b>Компот из свежих яблок</b>			200	0,1	0,1	20,0	81	№631-2004				
яблоки свежие с удаленным семенным гнездом	45,6	40										
сахар	11	11										
<b>Хлеб пшеничный</b>			20	0,4	0,2	8,8	39					
<b>Хлеб ржаной</b>			30	0,7	0,4	11,3	52					
<b>Полдник</b>			250	6,7	11,5	36,6	277					
<b>Мучное изделие промышленного производства в ассортименте</b>			50	0,9	5,1	27,2	158					
Молоко питьевое кипяченое	210	200	200	5,8	6,4	9,4	118	№260-2001, Пермь				
<b>Ужин</b>			530	16,6	15,9	59,8	449					
Горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	77	50	50	2,4	0,1	3,9	26	№244 - 2006, Москва				
<b>Плов из птицы</b>			200	12,4	13,5	24,5	269	№406-2013, Пермь				

курица потрошенная 1 категории (разделка на мякоть без кожи)	147	131											
или грудка куриная промышленного производства (разделка на мякоть без кожи)	103	70											
или филе куриное промышленного производства	73	70											
<b>масса отварной птицы (мякоть)</b>		<b>50</b>											
крупа рисовая	51	51											
морковь до 01.01 - 20%	44	35											
с 01.01 - 25%	47	35											
лук репчатый	10	8											
масло растительное	8	8											
<b>Чай с молоком стуженым</b>		<b>180</b>		<b>1,2</b>		<b>1,9</b>		<b>17,5</b>		<b>92</b>			№493-2013, Пермь
чай-заварка	0,4	0,4											
молоко стуженное с сахаром	30	30											
<b>Фрукт в ассортименте</b>		<b>100</b>		<b>0,1</b>		<b>0,2</b>		<b>5,7</b>		<b>25</b>			№458-2006, Москва
<b>Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 100 г)</b>													
<b>Хлеб пшеничный</b>		<b>10</b>		<b>0,2</b>		<b>0,1</b>		<b>4,4</b>		<b>19</b>			
<b>Хлеб ржаной</b>		<b>10</b>		<b>0,2</b>		<b>0,1</b>		<b>3,8</b>		<b>17</b>			Автономное учреждение Тюменской области

«Центр технологического контроля»  
 ОГРН 1077203065147  
 ИНН 7203208134

<b>ИТОГО:</b>	54	60	261	1803
<b>НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:</b>	54	60	261	1800
<b>НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ 95%):</b>	51	57	248	1710
<b>НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):</b>	57	63	274	1890

**9 день**

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				№ рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г		ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>			<b>400</b>	<b>17,7</b>	<b>14,2</b>	<b>40,7</b>	<b>361</b>	
Омлет натуральный с поджаривкой			180	10,6	8,4	8,4	151	№340-2004
яйцо куриное	76	76						
молоко питьевое	29	29						
масло растительное для смазки листа	1	1						
масса готового омлета		100						
Овощи на поджаривку		80						
кукуруза консервированная (после термической обработки)	134	80						№101-2004

**ИЛИ**

<b>Яичная кашка натуральная с поджаривкой</b>	180	10,8	8,5	8,5	154	№279-1996
---	-----	------	-----	-----	-----	-----------



капуста белокочанная свежая	98	78											
масса капусты, стертой с солью		49											
лимон (для сока)	6	2,5											
сахар	0,6	0,6											
морковь до 01.01 - 20%	7,5	6											
с 01.01 - 25%	8	6											
(в свежем виде морковь и капусту старого урожая использовать до 1 марта, после 1 марта свежего урожая или другой салат из вареных овощей)													
масло растительное	4	4											

**ИЛИ**

<b>Винегрет овощной</b>		<b>60</b>	<b>1,0</b>	<b>4,0</b>	<b>7,6</b>	<b>70</b>	<b>№71-2004</b>
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	24	18					
01.11.-31.12. -30%	26	18					
01.01-29.02 - 35%	28	18					
01.03 - 40%	30	18					
масса отварного картофеля		15					
свекла до 01.01 -20%	24	19					
с 01.01 - 25%	25	19					







62

Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	52	
Полдник			250	6,4	8,9	43,7	281	
Булочка "Нежная"			50	1,5	3,9	28,5	155	560-2013, Пермь
	масса теста							
	мука пшеничная	32						
	сахар	5						
	масло сливочное	7						
	соль йодированная	0,3						
	дрожжи хлебопекарные	1,2						
	или дрожжи сухие хлебопекарные	0,3						
	молоко питьевое или кефир	12						
	яйцо куриное	3,5						
	крошка							
	мука пшеничная	1						
	масло сливочное	1						
	масло сливочное для смазки изделия	1						

масло растительное для смазки листа	0,2	0,2																	
<b>Кисломолочный напиток в ассортименте</b>	207	200			200	4,9	5,0	15,2	125										№698-2004
<b>Ужин</b>					470	12,4	15,4	71,6	475										
<b>Салат из моркови с сыром</b>					60	1,7	4,7	7,4	79										№89-1997
морковь до 01.01 - 20%	65	52																	
с 01.01 - 25%	69	52																	
масса отварной моркови		50																	
сыр	7	6																	
чеснок	0,4	0,3																	
масло растительное	4	4																	
<b>Запеканка картофельная с мясом отварным</b>					200	9,7	10,2	35,0	271										№157-2004, Пермь
говядина 1 категории	132	97																	
или говядина полуфабрикат	114	97																	
масса отварного мяса		60																	
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	226	170																	
01.11.-31.12. -30%	243	170																	
01.01-29.02 - 35%	262	170																	

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



<b>НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:</b>	54	60	261	1800
<b>НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ 95%):</b>	51	57	248	1710
<b>НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):</b>	57	63	274	1890

**10 день**

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				№ рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г		ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>								
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая			410	7,8	13,5	49,2	350	
хлопья овсяные "Геркулес"	25	25	200	5,9	6,4	28,8	196	№311-2004
вода питьевая	72	72						
молоко питьевое	110	110						
сахар	3	3						
масло сливочное	5	5						
<b>Бутерброд с маслом</b>			20/10	1,8	7,1	9,9	111	№1-2004
батон или хлеб пшеничный	20	20						
масло сливочное	10	10						
<b>Чай с лимоном</b>			180	0,1	0,0			

Автомуниципальное учреждение  
«Центр технического контроля»  
№10,5  
№688-2004

ОГРН 1077203065147  
ИНН 7203208134

66

чай-заварка	0,4	0,4											
сахар	10	10											
лимон	6	5											
<b>Второй завтрак</b>													
Сок в ассортименте	200	200	200		0,3	0,0	22,4	91					№518-2013, Пермь
<b>Обед</b>			<b>690</b>		<b>19,9</b>	<b>22,5</b>	<b>94,0</b>	<b>658</b>					
<b>Салат "Любительский"</b>			<b>60</b>		<b>2,2</b>	<b>4,1</b>	<b>3,5</b>	<b>60</b>					№4-2006, Екатеринбург
морковь до 01.01 - 20%	25	20											
с 01.01 - 25%	27	20											
масса отварной моркови		17											
кукуруза консервированная (после термической обработки)	25	15											
огурцы консервированные без уксуса	45,5	25											
или огурцы свежие парниковые	25,5	25											
или огурцы свежие грунтовые	26,3	25											
масло растительное	4	4											
<b>ИЛИ</b>													
Салат из огурцов с маслом			<b>60</b>		<b>0,6</b>	<b>4,1</b>	<b>1,9</b>	<b>47</b>					№14/1-2011г., Екатеринбург

огурцы свежие парниковые	58	57																		
или огурцы свежие грунтовые	60	57																		
масло растительное	4	4																		
<b>Уха рыбацкая</b>			<b>180/50</b>			<b>5,9</b>		<b>5,8</b>		<b>15,1</b>		<b>136</b>								№30/2-2011г., Екатеринбург
горбуша (кета) потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	86	60																		
или горбуша (кета) неразделанная (филе с кожей без костей)	103	60																		
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	84	62																		
или лосось неразделанный (филе с кожей без костей)	108	63																		
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	113	85																		
01.11.-31.12. -30%	122	85																		
01.01-29.02 - 35%	131	85																		
01.03 - 40%	142	85																		
лук репчатый	14	12																		
масло сливочное	4	4																		
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1																		
<b>Биточки рубленные из птицы запеченные</b>			<b>70</b>			<b>8,7</b>		<b>8,9</b>		<b>10,3</b>		<b>156</b>								№498-2004
филе куриное промышленного производства	50	47																		

Автономное учреждение Тюменской области  
«Центр технологического центра»

ОГРН 1077203065147  
ИНН 7203208134

или филе индейки	50	47											
или грудка куриная промышленного производства (разделка на мякоть без кожи)	69	47											
хлеб пшеничный	14	14											
лук репчатый	12	10											
молоко питьевое	12	12											
яйцо куриное	5	5											
мука пшеничная	7	7											
масло растительное для смазки листа	1,5	1,5											
<b>Макаронные изделия отварные с овощами</b>			150	3,1	2,8	27,4	147	№294-2013, Пермь					
макаронные изделия	38	38											
масса отварных макарон		100											
морковь до 01.01 - 20%	38	30											
с 01.01 - 25%	40	30											
масло сливочное	4	4											
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	8	8											
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	23	15											



сахар	5	5											
мука пшеничная	12	12											
джем промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	31	30											
масло сливочное на смазку емкости	3	3											
<b>Чай с молоком сгущенным</b>		<b>180</b>		<b>1,2</b>		<b>1,9</b>		<b>17,5</b>		<b>92</b>			№493-2013, Пермь
чай-заварка	0,4	0,4											
молоко сгущенное с сахаром	30	30											
<b>Фрукт в ассортименте</b>		<b>100</b>		<b>0,1</b>		<b>0,2</b>		<b>5,7</b>		<b>25</b>			№458-2006, Москва
<b>Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 100 г)</b>													
<b>ИТОГО:</b>													
<b>НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (100%)*:</b>													
<b>НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ 95%):</b>													
<b>НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):</b>													
<b>ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА 2 НЕДЕЛЮ:</b>													
<b>НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ и ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (95%):</b>													
<b>НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (100%):</b>													
													При 11-12 часовом пребывании детей

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