СОГЛАСОВАНО

_____

_____

_____

«____» _____ 20 г.

УТВЕРЖДАЮ

ИП Боровинская

Оксана Владимировна

_____

«05» 09 2025 г.

20 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

для питания Ахмедшиной [redacted]

с заболеванием сахарным диабетом, а так же на фоне аллергии на молоко и молочные продукты, яйцо куриное, продукты на основе пшеницы

№2942 от 05.09.2025 г.

для питания в детских общеобразовательных организациях, разработано в соответствие с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно- эпидемиологические организации общественного питания населения"

Возрастная категория детей: с 7 до 11 лет.

Приемы пищи: завтрак.

Аннотация

Меню приготавливаемых блюд для питания Ахмедшиной Ксении Эдуардовны **с заболеванием сахарным диабетом, а так же на фоне аллергии на молоко и молочные продукты, яйцо куриное, продукты на основе пшеницы,** в детских общеобразовательных организациях, 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».**

Из меню исключены следующие продукты:

Мука пшеничная и изделия из неё, макаронные изделия из муки пшеничной, традиционные, сахар, какао, кофейный злаковый напиток, цикорий, молоко, кисломолочная пищевая продукция, творог, сметана, сыр, масло сливочное, яйцо куриное, дрожжи, крахмал.

В меню включены продукты специализированного назначения:

Мучные изделия промышленного производства без содержания молочных продуктов, сахара, глютена и яичных продуктов в ассортименте (на основе рисовой, кукурузной, гречневой муки, или крахмала или др.), хлеб ржаной или ржаной с отрубями (без пшеничной муки в составе), макаронные изделия из кукурузной, гречневой или рисовой муки, безглютеновые.

Возрастная категория детей: с 7 до 11 лет.

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, предусмотрен прием пищи - завтрак.

Суточная потребность 2350 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).

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 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)".

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).**
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах — М.: Хлебпродинформ, 2004г **(№рец.-2004).**

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

- Картотека блюд лечебного и рационального питания, I часть – Екатеринбург, Средне - Уральское книжное издательство, 1995г **(№рец. - Картотека блюд лечебного питания 1995).**
- 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 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 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, 2013г **(№рец.-2013, Пермь).**
- Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, школ – интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации лечебно-профилактических учреждений — Пермь: Уральский региональный центр питания 2021г **(№рец.-2021, Пермь).**
- 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 соответствие 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. Указана температура подачи блюд и срок реализации.

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 № 2942 от 05.09.2025 г. для питания детей школьного возраста с 7 до 11 лет, индивидуальное (завтрак)

№	Продукты	Норма питания в г*, мл, нетто на 1 ребенка в сутки	Норма в день, г мл, нетто, прием пищи - завтрак	Фактически получено г, мл, Дни																				за 20 дней, г мл	Факт в день г, мл	% выполнения
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20			
1	Хлеб ржаной или ржаной с отрубями***	80	32	20	20	30	30	40	40	20	24	40	48	0	40	48	44	20	20	40	40	20	40	624	31	98
2	Мучное изделие промышленного производства в ассортименте без содержания молочных продуктов, диабетического назначения	40	8	50	0	0	0	0	0	0	50	0	0	50	0	0	0	0	0	0	0	0	0	150	8	99
3	Мука пшеничная	15	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0	0
4	Крупы, бобовые	45	25	71	0	50	71	0	0	71	0	0	0	40	0	71	0	50	0	0	0	0	71	495	25	100
5	Макаронные изделия из кукурузной, гречневой или рисовой муки, безглютеновые	15	8	0	0	0	0	0	53	0	0	0	0	0	64	0	0	0	53	0	0	0	0	170	8,5	103
6	Картофель	187	41	0	142	0	68	0	0	0	142	0	0	0	0	0	142	0	0	162	0	177	0	833	42	101
7	Овощи (свежие, мороженные, консервированные), включая соленые и квашеные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-пюре, зелень	280	98	0	37,9	134	27	265	96	75	0	142	270	0	101	109	60	24	109	78	279	104	16	1927	96	98
8	Фрукты свежие	185	56	130	210	0	0	0	155	0	0	30	0	0	0	30	0	180	5	20	20	150	150	1080	54	97
9	Сухофрукты	15	5	0	0	20	0	0	0	15	20	0	0	15	0	0	0	0	0	15	15	0	0	100	5	95
10	Соки плодоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные	200	50	0	0	0	0	200	0	0	0	0	200	0	0	0	200	200	0	0	0	200	0	1000	50	100
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)	30	13	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0	0
12	Кондитерские изделия	10	2,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	30	0	20	0	0	50	2,5	100
13	Какао	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0	0
14	Чай	1	0,5	1	0	0	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	0	0	1	0	0	0	1	9	0,5	100
15	Кофейный напиток	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0	0
16	Мясо 1-й категории	70	32	0	0	79	90	0	0	90	0	0	83	0	63	83	0	0	0	90	0	79	0	657	32,9	104
17	Субпродукты (печень, язык, сердце)	30	5	0	0	0	0	0	0	0	0	95	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	95	4,8	99
18	Птица (цыплята-бройлеры потрошенные - 1 кат.)	35	33	0	0	0	0	134	112	0	0	0	0	0	0	0	0	63	112	0	134	0	112	667	33	100
19	Рыба (филе), в т.ч. филе слабо или малосоленое	58	17	0	111	0	0	0	0	0	113	0	0	0	0	0	119	0	0	0	0	0	0	343	17	102
20	Молоко	300	33	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0	0
21	Кисломолочная пищевая продукция	150	17	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0	0
22	Творог (5%-9% м.д.ж.)	50	13	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0	0
23	Сметана	10	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0	0
24	Сыр	10	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0	0
25	Масло сливочное	30	8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0	0
26	Масло растительное	15	10	4	13	13	10	6	5	6	12	15	8	7	14	11	12	10	9	14	10	12	4	195	9,7	100
27	Яйцо, шт.	40	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0	0
28	Дрожжи хлебопекарные	0,2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0	0
29	Крахмал	3	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0	0
30	Специи	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0	0
31	Соль пищевая поваренная йодированная	3	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	15	0,8	100

* Нормы питания в соответствии 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

Продукты исключаемые из питания по предписанию врачей

Продукты специализированного назначения

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ

Меню № 2942 от 05.09.2025

АУ ТО «Центр технологического контроля»

Распределение энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи для детей школьного возраста с 7 до 11 лет *

Суточная потребность СанПиН 2.3/2.4.3590-20 (2350 ккал)**	Завтрак, ккал 20-25 % от суточного рациона **470-588**	% выполнения
1 день	536	23
2 день	520	22
3 день	500	21
4 день	521	22
5 день	482	21
ИТОГО в среднем за неделю	**512**	**22**
6 день	502	21
7 день	488	21
8 день	532	23
9 день	527	22
10 день	500	21
ИТОГО в среднем за неделю	**510**	**22**
11 день	529	23
12 день	494	21
13 день	555	24
14 день	523	22
15 день	518	22
ИТОГО в среднем за неделю	**524**	**22**
16 день	517	22
17 день	497	21
18 день	525	22
19 день	539	23
20 день	489	21
ИТОГО в среднем за неделю	**514**	**22**

*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 7 до 11 лет (не менее)

Приложение №9, таблица 3 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20	Завтрак, грамм
	500
1 день	530
2 день	670
3 день	500
4 день	520
5 день	530
6 день	670
7 день	500
8 день	500
9 день	530
10 день	500
11 день	580
12 день	560
13 день	570
14 день	510
15 день	620
16 день	550
17 день	520
18 день	550
19 день	680
20 день	590

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065117
ИНН 7203208134

Сборник рецептур бл
кулинарных изделий, 1
таблица

Извлеч

Расход соли и специй при приготовлении блюд и изделий

Блюда	Наименование спец	
	Соль, г	Лавро лист
1	2	5
1. **Холодные блюда (на порцию)**	2—3	0,0
2. **Супы (на 1000 г)'**	6—10	0,0
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.**

Меню приготавливаемых блюд для питания Ахмедшиной Ксении Эдуардовны с заболеванием сахарным диабетом, а так же на фоне аллергии на молоко и молочные продукты, яйцо куриное, продукты на основе пшеницы

Завтрак

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ № 2942 от 05.09.2025 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			*530*	*16,9*	*16,2*	*80,7*	*536,2*	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте без содержания молочных продуктов, сахара, глютена и яичных продуктов в ассортименте (на основе рисовой, кукурузной, гречневой муки, или крахмала или др.)			50	10,8	11,2	21,3	229,2	
Каша гречневая рассыпчатая с маслом растительным			150	2,9	4,7	39,5	211,9	№508-2004
крупа гречневая	71	71						
вода питьевая	90	90						
масло растительное	4	4						
Чай без сахара			200	0,2	0,0	0,5	3	№685-2004

чай-заварка	1	1						
без сахара								
Фрукты в ассортименте (кроме - абрикосов, винограда, изюма, бананов, инжира, фиников, урюка)			**130**	**2,3**	**0,2**	**10,0**	**51,0**	№458-2006, Москва
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями (без пшеничной муки в составе)			**20**	**0,7**	**0,1**	**9,4**	**41**	
ИТОГО:				***17***	***16***	***81***	***536***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				***77***	***79***	***335***	***2350***	При 1-разовом питании детей (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак (20-25%):				***15-19***	***16-20***	***67-84***	***470-588***	

2 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			***670***	***18,0***	***20,1***	***66,8***	***520,1***	
Фрукты в ассортименте (кроме - абрикосов, винограда, изюма, бананов, инжира, фиников, урюка)			**180**	**2,7**	**0,2**	**17,5**	**82,6**	№458-2006, Москва
Рыба, тушеная в томате с овощами			**90/50**	**10,9**	**11,5**	**2,6**	**158**	**№343-2013, Пермь**
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	150	111						
или горбуша или кета потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	154	108						
или горбуша или кета неразделанная (филе с кожей без костей)	186	108						
морковь до 01.01.-20%	23	18						
с 01.01 - 25%	24	18						

лук репчатый	14	12						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли, БЕЗ ЗАГУСТИТЕЛЕЙ)	8	8						
вода питьевая	19	19						
масло растительное	5	5						
без сахара								
Картофель толченый, по-деревенски (с маслом растительным)			**150**	**3,2**	**8,1**	**29,4**	**203**	№208-2013, Пермь
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	189	142						
01.11.-31.12. -30%	203	142						
01.01-29.02 - 35%	219	142						
01.03 - 40%	237	142						
отвар картофельный	25	25						
масло растительное	8	8						
Компотик теплый из свежих плодов или ягод			**200**	**0,5**	**0,2**	**7,9**	**35**	№507-2013, Пермь
вишня свежемороженая	31,5	30						
или смородина свежемороженая	31,5	30						
или клюква свежемороженая	31,5	30						
или яблоки свежие	45,6	40						
без сахара								

Хлеб ржаной или ржаной с отрубями (без пшеничной муки в составе)	20	0,7	0,1	9,4	41	
ИТОГО:		*18*	*20*	*67*	*520*	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%):*		*77*	*79*	*335*	*2350*	При 1-разовом питании детей (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак (20-25%):		*15-19*	*16-20*	*67-84*	*470-588*	

3 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			*500*	*16,4*	*18,2*	*67,7*	*499,6*	
Салат из свеклы отварной			100	1,9	5,2	7,3	83,6	№56-2006, Москва
свекла - до 01.01 - 20%	128	102						
с 01.01 - 25%	136	102						
масса отварной свеклы		97						
масло растительное	5	5						
Плов из мяса *(с крупой перловой)*			200	12,7	12,8	32,2	294,8	№370-2013, Пермь
говядина 1 категории	107	79						
или говядина полуфабрикат	93	79						
или свинина мясная	87	74						
или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	79	79						

масса тушеного мяса		50						
масло растительное	8	8						
крупа перловая	50	50						
морковь до 01.01.-20%	15	12						
с 01.01 - 25%	16	12						
лук репчатый	14	12						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли, БЕЗ ЗАГУСТИТЕЛЕЙ)	8	8						
Компот из сухофруктов			**200**	**0,7**	**0,0**	**14,1**	**59**	**№639-2004**
сухофрукты	20,3	20						
без сахара								
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями (без пшеничной муки в составе)			**30**	**1,1**	**0,2**	**14,1**	**62**	
ИТОГО:				***16***	***18***	***68***	***500***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				***77***	***79***	***335***	***2350***	При 1-разовом питании детей (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак (20-25%):				***15-19***	***16-20***	***67-84***	***470-588***	

4 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	

Завтрак			***520***	***18,0***	***19,7***	***68,1***	***521,3***	
Нарезка из картофеля с огурцами			**80**	**1,1**	**4,1**	**12,1**	**90**	**№75-2013, Пермь**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	90	68						
01.11.-31.12. -30%	97	68						
01.01-29.02 - 35%	105	68						
01.03 - 40%	114	68						
масса отварного картофеля		65						
огурцы соленые без уксуса	22	12						
или огурцы свежие парниковые	12,2	12						
или огурцы свежие грунтовые	12,6	12						
масло растительное	4	4						
ИЛИ								
Ассорти из свежих овощей			**80/4**	**1,1**	**4,1**	**4,0**	**57**	**№148-2021, Пермь**
огурцы свежие парниковые	40,8	40						
или огурцы свежие грунтовые	42	40						
помидоры свежие парниковые	40,8	40						
или помидоры свежие грунтовые	47,2	40						

или перец болгарский	53,2	40						
масло растительное на полив при подаче	4	4						
зелень свежая (петрушка, укроп)	6,8	5						
Кнели из говядины припущенные			**90**	**12,8**	**10,7**	**1,9**	**155**	**№378-2013, Пермь**
говядина 1 категории	122	90						
или говядина полуфабрикат	106	90						
или фарш промышленного производства	90	90						
вода питьевая	15	15						
лук репчатый	18	15						
масло растительное для смазки емкости	2	2						
Каша гречневая рассыпчатая с маслом растительным			**150**	**2,9**	**4,7**	**39,5**	**211,9**	**№508-2004**
крупа гречневая	71	71						
вода питьевая	90	90						
масло растительное	4	4						
Чай без сахара			**200**	**0,2**	**0,0**	**0,5**	**3**	**№685-2004**
чай-заварка	1	1						
без сахара								

Хлеб ржаной или ржаной с отрубями (без пшеничной муки в составе)			30	1,1	0,2	14,1	62	
ИТОГО:				*18*	*20*	*68*	*521*	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%):*				*77*	*79*	*335*	*2350*	При 1-разовом питании детей (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак (20-25%):				*15-19*	*16-20*	*67-84*	*470-588*	
5 день								
Наименование блюда	**Брутто, г**	**Нетто, г**	**Химический состав**					**№ рецептуры**
			Выход, г	**Белки, г**	**Жиры, г**	**Угл. г**	**ЭЦ, ккал**	
Завтрак			*530*	*18,0*	*15,6*	*67,4*	*482*	
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	109	60	**60**	**0,5**	**0,1**	**1,0**	**7**	**№101-2004**
ИЛИ								
Овощи свежие (огурцы)			**60**	**0,5**	**0,1**	**1,3**	**8**	**№70-2006, Москва**
огурцы свежие грунтовые	63	60						
или огурцы свежие парниковые	61	60						
Бедро или грудка куриное запеченное (без сметаны)			**90**	**12,7**	**11,4**	**2,5**	**163**	№494-2004
грудка куриная	141	134						
или бедро куриное	141	134						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли, БЕЗ ЗАГУСТИТЕЛЕЙ)	5	5						

чеснок свежий	0,5	0,4						
масло растительное	2	2						
Овощная смесь отварная с маслом растительным			**180**	**2,9**	**3,9**	**16,1**	**111**	**№8.39-1995**
овощная смесь замороженная в ассортименте ("Гавайская" или Фасоль стручковая или Капуста цветная или смесь "Летняя" или др.)	210	200						
масло растительное	4	4						
Сок овощной, или томатный, или кисло-сладких ягод без содержания сахара	200	200	**200**	**0,5**	**0,0**	**29,0**	**118**	**№518-2013, Пермь**
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями (без пшеничной муки в составе)			**40**	**1,4**	**0,2**	**18,8**	**83**	
ИТОГО:				***18***	***16***	***67***	***482***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				***77***	***79***	***335***	***2350***	При 1-разовом питании детей (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак (20-25%):				***15-19***	***16-20***	***67-84***	***470-588***	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (за завтраки):				***17***	***18***	***70***	***512***	При одном приеме пищи (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (за завтраки) (20-25%):				***15-19***	***16-20***	***67-84***	***470-588***	

6 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			***670***	***19,4***	***15,5***	***71,2***	***502,0***	
Горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	123	80	**80**	**2,5**	**0,2**	**5,2**	**33**	№101-2004
ИЛИ								

Овощи свежие с зеленью (порциями)			**80**	**0,6**	**0,1**	**1,5**	**9**	№148-2021, Пермь
огурцы свежие парниковые	82	80						
или огурцы свежие грунтовые	84	80						
или помидоры свежие парниковые	82	80						
или помидоры свежие грунтовые	94	80						
или перец болгарский	106	80						
или капуста белокочанная свежая	100	80						
зелень свежая (петрушка, укроп)	6,8	5						
Филе птицы припущенное			**90**	**12,6**	**9,9**	**0,7**	**142**	**№404-2013, Пермь**
филе куриное или индейки	118	112						
морковь до 01.01 - 20%	10	8						
с 01.01 - 25%	10,6	8						
лук репчатый	10	8						
Макаронные изделия отварные (использовать только безглютеновые - без пшеничной муки в составе макаронные изделия)			**150**	**2,6**	**5,1**	**33,8**	**192**	**№516-2004**
макаронные изделия из кукурузной, гречневой или рисовой муки, безглютеновые	53	53						
масло растительное	5	5						
Чай с лимоном			**200**	**0,1**	**0,0**	**0,7**	**3**	№686-2004
чай - заварка	1	1						

без сахара								
лимон	6	5						
Фрукты в ассортименте (кроме - абрикосов, винограда, изюма, бананов, инжира, фиников, урюка)			**150**	**0,2**	**0,1**	**12,0**	**50**	**№458-2006, Москва**
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями (без пшеничной муки в составе)			**40**	**1,4**	**0,2**	**18,8**	**83**	
ИТОГО:				***19***	***16***	***71***	***502***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				***77***	***79***	***335***	***2350***	При 1-разовом питании детей (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак (20-25%):				***15-19***	***16-20***	***67-84***	***470-588***	

7 день

Наименование блюда	**Брутто, г**	**Нетто, г**	**Химический состав**					**№ рецептуры**
			Выход, г	**Белки, г**	**Жиры, г**	**Угл. г**	**ЭЦ, ккал**	
Завтрак			***500***	***18,2***	***15,9***	***68,0***	***487,9***	
Кукуруза консервированная (после термической обработки)	100	60	**60**	**1,4**	**0,3**	**8,0**	**40**	№101-2004
Кнели из говядины припущенные			**90**	**12,8**	**10,7**	**1,9**	**155**	**№379-2013, Пермь**
говядина 1 категории	122	90						
или говядина полуфабрикат	106	90						
или фарш промышленного производства	90	90						
вода питьевая	15	15						
лук репчатый	18	15						

масло растительное для смазки емкости	2	2						
Каша гречневая рассыпчатая с маслом растительным			**150**	**2,9**	**4,7**	**39,5**	**211,9**	№508-2004
крупа гречневая	71	71						
вода питьевая	90	90						
масло растительное	4	4						
Чай "Витаминный"			**200**	**0,4**	**0,1**	**9,2**	**39**	**№493-2013, Пермь**
чай-заварка	1	1						
шиповник	15	15						
без сахара								
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями (без пшеничной муки в составе)			**20**	**0,7**	**0,1**	**9,4**	**41**	
ИТОГО:				***18***	***16***	***68***	***488***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				***77***	***79***	***335***	***2350***	При 1-разовом питании детей (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак (20-25%):				***15-19***	***16-20***	***67-84***	***470-588***	

8 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			***500***	***19,3***	***20,4***	***67,7***	***531,6***	
Рыба запечённая			**100**	**12,5**	**8,4**	**3,7**	**140**	№310-1996

НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:			***77***	***79***	***335***	***2350***	При 1-разовом питании детей (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак (20-25%):			***15-19***	***16-20***	***67-84***	***470-588***	
9 день							
Наименование блюда	**Брутто, г**	**Нетто, г**	**Химический состав**				**№ рецептуры**
			Выход, г	**Белки, г**	**Жиры, г**	**Угл. г**	**ЭЦ, ккал**
Завтрак			***530***	***18,2***	***19,9***	***68,8***	***527,1***
Салат из капусты белокочанной			**80**	**1,7**	**4,1**	**3,8**	**59**	**№1-2013, Пермь**
капуста белокочанная свежая (стертая с солью)	129	65					
морковь до 01.01.-20%	10	8					
с 01.01 - 25%	10,6	8					
капуста и морковь старого урожая используется в сыром виде до 1 марта, с 1 марта только капуста или морковь нового урожая или другой салат							
лук репчатый	4,8	4					
лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый							
или лук зеленый	5	4					
без сахара							
кислота лимонная	0,1	0,1					
вода для разведения лимонной кислоты	5	5					
масло растительное	4	4					

макаронные изделия из кукурузной, гречневой или рисовой муки, безглютеновые	53	53						
масло растительное	5	5						
Компотик теплый из свежих плодов или ягод			**200**	**0,5**	**0,2**	**7,9**	**35**	**№507-2013, Пермь**
вишня свежемороженая	31,5	30						
или смородина свежемороженая	31,5	30						
или клюква свежемороженая	31,5	30						
или яблоки свежие	45,6	40						
без сахара								
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями (без пшеничной муки в составе)			**40**	**1,4**	**0,2**	**18,8**	**83**	
ИТОГО:				***18***	***20***	***69***	***527***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				***77***	***79***	***335***	***2350***	При 1-разовом питании детей (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак (20-25%):				***15-19***	***16-20***	***67-84***	***470-588***	

10 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			***500***	***19,2***	***17,2***	***67,0***	***499,6***	
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	109	60	**60**	**0,5**	**0,1**	**1,0**	**7**	**№101-2004**
ИЛИ								

мука пшеничная								
без сахара								
Сок овощной, или томатный, или кисло-сладких ягод без содержания сахара	200	200	**200**	**0,5**	**0,0**	**29,0**	**118**	**№518-2013, Пермь**
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями (без пшеничной муки в составе)			**40**	**1,4**	**0,2**	**18,8**	**83**	
ИТОГО:				***19***	***17***	***67***	***500***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				***77***	***79***	***335***	***2350***	При 1-разовом питании детей (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак (20-25%):				***15-19***	***16-20***	***67-84***	***470-588***	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (за завтраки):				***19***	***18***	***68,5***	***510***	При одном приеме пищи (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (за завтраки) (20-25%):				***15-19***	***16-20***	***67-84***	***470-588***	

11 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			***580***	***18,3***	***18,7***	***71,9***	***529,1***	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте без содержания молочных продуктов, сахара, глютена и яичных продуктов в ассортименте (на основе рисовой, кукурузной, гречневой муки, или крахмала или др.)			**50**	**10,8**	**11,2**	**21,3**	**229,2**	
Каша кукурузная вязкая с маслом растительным			**200**	**4,8**	**7,2**	**31,4**	**210**	№302-2004
крупа кукурузная	40	40						
вода питьевая	168	168						

масло растительное	7	7						
Фрукты в ассортименте (кроме - абрикосов, винограда, изюма, бананов, инжира, фиников, урюка)			**130**	**2,3**	**0,2**	**10,0**	**51,0**	№458-2006, Москва
Чай "Витаминный"			**200**	**0,4**	**0,1**	**9,2**	**39**	№493-2013, Пермь
чай-заварка	1	1						
шиповник	15	15						
без сахара								
ИТОГО:				***18***	***19***	***72***	***529***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				***77***	***79***	***335***	***2350***	При 1-разовом питании детей (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак (20-25%):				***15-19***	***16-20***	***67-84***	***470-588***	

12 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			***560***	***14,7***	***17,8***	***68,8***	***494,2***	
Салат "Любительский" (без сыра)			**80**	**0,9**	**4,0**	**8,3**	**73**	**№4-2006, Екатеринбург**
морковь до 01.01 -20%	48	38						
с 01.01 - 25%	51	38						
масса отварной моркови		35						
огурцы соленые (без уксуса)	46	25						

Чай без сахара			**200**	**0,2**	**0,0**	**0,5**	**3**	**№685-2004**
чай-заварка	1	1						
без сахара								
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями (без пшеничной муки в составе)			**40**	**1,4**	**0,2**	**18,8**	**83**	
ИТОГО:				***15***	***18***	***69***	***494***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				***77***	***79***	***335***	***2350***	При 1-разовом питании детей (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак (20-25%):				***15-19***	***16-20***	***67-84***	***470-588***	

13 день

Наименование блюда	**Брутто, г**	**Нетто, г**	**Химический состав**					**№ рецептуры**
			Выход, г	**Белки, г**	**Жиры, г**	**Угл. г**	**ЭЦ, ккал**	
Завтрак			***570***	***18,3***	***20,5***	***74,4***	***555,3***	
Салат из капусты белокочанной с морковью			**100**	**1,6**	**5,1**	**9,6**	**91**	**№4-2013, Пермь**
капуста белокочанная	105	84						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
капуста и морковь старого урожая используется в сыром виде до 1 марта, с 1 марта только капуста или морковь нового урожая или другой салат								
без сахара								
кислота лимонная	0,12	0,12						

вода питьевая	90	90						
масло растительное	4	4						
Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"			**200/20/10**	**0,2**	**0,0**	**1,1**	**5**	**№686-2004**
чай-заварка	1	1						
без сахара								
лимон	11	10						
апельсины свежие	21	20						
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями (без пшеничной муки в составе)			**40**	**1,4**	**0,2**	**18,8**	**83**	
ИТОГО:				***18***	***21***	***74***	***555***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				***77***	***79***	***335***	***2350***	При 1-разовом питании детей (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак (20-25%):				***15-19***	***16-20***	***67-84***	***470-588***	

14 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			***510***	***18,0***	***16,8***	***74,9***	***522,8***	
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	109	60	**60**	**0,5**	**0,1**	**1,0**	**7**	**№101-2004**
ИЛИ								

ИТОГО:			***18***	***17***	***75***	***523***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:			***77***	***79***	***335***	***2350***	При 1-разовом питании детей (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак (20-25%):			***15-19***	***16-20***	***67-84***	***470-588***	
15 день							
Наименование блюда	**Брутто, г**	**Нетто, г**	**Химический состав**				**№ рецептуры**
			Выход, г	**Белки, г**	**Жиры, г**	**Угл. г**	**ЭЦ, ккал**
Завтрак			***620***	***15,4***	***17,7***	***74,2***	***517,5***
Фрукты в ассортименте (кроме - абрикосов, винограда, изюма, бананов, инжира, фиников, урюка)			**180**	**0,4**	**0,4**	**10,3**	**46**	**№458-2006, Москва**
Курица в соусе с томатом (без муки пшеничной)			**90**	**10,2**	**11,3**	**1,7**	**149**	№405-2013, Пермь
курица потрошеная 1 категории (мякоть без кожи)	131	117						
или грудка куриная	66	63						
или филе куриное или индейки	62	59						
масло растительное	3,5	3,5						
масса тушеной мякоти птицы		45						
лук репчатый	8,3	7						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли, БЕЗ ЗАГУСТИТЕЛЕЙ)	9	9						
мука пшеничная								
чеснок свежий	1	0,8						

морковь до 01.01 - 20%	9	7						
с 01.01 - 25%	9,3	7						
вода питьевая	45	45						
Каша ячневая рассыпчатая			**150**	**3,7**	**5,9**	**30,8**	**191**	**№244-2013, Пермь**
крупа ячневая	50	50						
вода питьевая	120	120						
масса каши		145						
масло растительное	6	6						
Сок овощной, или томатный, или кисло-сладких ягод без содержания сахара	200	200	**200**	**0,4**	**0,0**	**22,0**	**90**	**№518-2013, Пермь**
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями (без пшеничной муки в составе)			**20**	**0,7**	**0,1**	**9,4**	**41**	
ИТОГО:				***15***	***18***	***74***	***518***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				***77***	***79***	***335***	***2350***	При 1-разовом питании детей (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак (20-25%):				***15-19***	***16-20***	***67-84***	***470-588***	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (за завтраки):				***17***	***18***	***73***	***524***	При одном приеме пищи (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (за завтраки) (20-25%):				***15-19***	***16-20***	***67-84***	***470-588***	

16 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	

НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак (20-25%):			15-19	16-20	67-84	470-588	(завтрак)
17 день							
Наименование блюда	**Брутто, г**	**Нетто, г**	**Химический состав**				**№ рецептуры**
			Выход, г	**Белки, г**	**Жиры, г**	**Угл. г**	**ЭЦ, ккал**
Завтрак			***520***	***18,9***	***19,2***	***72,8***	***497,2***
Винегрет овощной			**80**	**1,2**	**4,0**	**11,9**	**88**	**№71-2004**
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					
масса отварного картофеля		18					
свекла до 01.01.-20%	19	15					
с 01.01 - 25%	20	15					
масса отварной свеклы		13					
морковь до 01.01.-20%	14	11					
с 01.01 - 25%	15	11					
масса отварной моркови		9					

01.03 - 40%	237	142						
отвар картофельный	25	25						
масло растительное	8	8						
Компот из изюма с апельсинами			**200**	**0,8**	**0,1**	**10,8**	**47**	**№54-4хн-2020, Новосибирск**
апельсины свежие	30	20						
изюм	15,2	15						
без сахара								
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями (без пшеничной муки в составе)			**40**	**1,4**	**0,2**	**18,8**	**83**	
ИТОГО:				***19***	***19***	***73***	***497***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				***77***	***79***	***335***	***2350***	При 1-разовом питании детей (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак (20-25%):				***15-19***	***16-20***	***67-84***	***470-588***	

18 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			**550**	***19,4***	***20,2***	***66,5***	***525,4***	
Салат зеленый с огурцами и помидорами			**80**	**0,9**	**4,1**	**2,1**	**49**	№15-2004
салат	39	28						
или капуста белокочанная свежая*	35	28						

масло растительное	4	4						
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте без содержания молочных продуктов, сахара, глютена и яичных продуктов в ассортименте (на основе рисовой, кукурузной, гречневой муки, или крахмала или др.)			**20**	**0,9**	**0,3**	**16,3**	**72**	
Напиток из плодов шиповника с яблоками			**200**	**0,6**	**0,3**	**10,7**	**48**	**№54-13хн-2020, Новосибирск**
шиповник	15	15						
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	22,8	20						
без сахара								
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями (без пшеничной муки в составе)			**40**	**1,4**	**0,2**	**18,8**	**83**	
ИТОГО:				***19***	***20***	***67***	***525***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				***77***	***79***	***335***	***2350***	При 1-разовом питании детей (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак (20-25%):				***15-19***	***16-20***	***67-84***	***470-588***	

19 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			***680***	***18,4***	***19,0***	***73,6***	***539,0***	
Салат из свежих помидоров			**80**	**0,8**	**4,1**	**2,8**	**51**	**№22-2013, Пермь**
помидоры свежие парниковые	78	76						
или помидоры свежие грунтовые	90	76						

НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				***77***	***79***	***335***	***2350***	При 1-разовом питании детей (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак (20-25%):				***15-19***	***16-20***	***67-84***	***470-588***	
20 день								
Наименование блюда	**Брутто, г**	**Нетто, г**	**Химический состав**					**№ рецептуры**
			Выход, г	**Белки, г**	**Жиры, г**	**Угл. г**	**ЭЦ, ккал**	
Завтрак			***590***	***17,6***	***15,5***	***69,8***	***489,2***	
Фрукты в ассортименте (кроме - абрикосов, винограда, изюма, бананов, инжира, фиников, урюка)			**150**	**0,5**	**0,7**	**10,3**	**50**	**№458-2006, Москва**
Филе птицы припущенное			**90**	**12,6**	**9,9**	**0,7**	**142**	**№404-2013, Пермь**
филе куриное или индейки	115	112						
морковь до 01.01 - 20%	10	8						
с 01.01 - 25%	10,6	8						
лук репчатый	10	8						
Каша гречневая рассыпчатая с маслом растительным			**150**	**2,9**	**4,7**	**39,5**	**211,9**	**№508-2004**
крупа гречневая	71	71						
вода питьевая	90	90						
масло растительное	4	4						
Чай без сахара			**200**	**0,2**	**0,0**	**0,5**	**3**	**№685-2004**
чай-заварка	1	1						

без сахара								
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями (без пшеничной муки в составе)			**40**	**1,4**	**0,2**	**18,8**	**83**	
ИТОГО:				***18***	***16***	***70***	***489***	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				***77***	***79***	***335***	***2350***	При 1-разовом питании детей (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА завтрак (20-25%):				***15-19***	***16-20***	***67-84***	***470-588***	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (за завтраки):				***19***	***19***	***70***	***514***	При одном приеме пищи (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (за завтраки) (20-25%):				***15-19***	***16-20***	***67-84***	***470-588***	

*Приложение 10, Таблица 1 "Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществ (суточная)" СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения".

Индивидуальный предприниматель БОРОВИНСКАЯ ОКСАНА ВЛАДИМИРОВНА