

**Меню приготавливаемых блюд для питания детей
в детских общеобразовательных организациях
в период отдыха и оздоровления, с дневным пребыванием
(завтрак, обед, полдник)**

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

15 - ти дневное меню № 15-ЛДП/3590-20/135 от 04 апреля 2023 г

ЭЛЕКТРОННАЯ ВЕРСИЯ МЕНЮ ДЛЯ РАБОТЫ БУХГАЛТЕРИИ ИЛИ ДЛЯ РАСПОЛОЖЕНИЯ НА САЙТ

1 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			580	16,6	19,4	104,1	657,8	
Макаронные изделия, запеченные с сыром			200	9,2	8,5	48,3	307	№296-2013, Пермь
макаронные изделия	75	75						
масло сливочное	5	5						
масса отварных макарон		215						
сыр	6,6	6						
масло сливочное для смазки листа	3	3						

Чай с лимоном			200	0,1	0,0	12,5	50	№686-2004
чай - заварка	1	1						
сахар	12	12						
лимон	6	5						
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте			30	6,5	10,3	14,5	177	
Фрукт в ассортименте			150	0,4	0,4	20,0	85	№458-2006, Москва
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Обед			830	31,0	28,1	135,5	918,9	
Салат из свежих помидоров			100	1,2	5,1	4,1	67	№22-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	99	97						
или помидоры свежие грунтовые	114	97						
масло растительное	5	5						
Суп картофельный с мясными шариками с зеленью			250/30	8,1	5,9	15,5	148	№137 -2004
шарики мясные		30						№112-2004
говядина 1 категории (мясо на кости)	46	34						
или говядина полуфабрикат (мясо без кости)	40	34						
зелень свежая (петрушка)	4	3						

вода питьевая	3	3						
яйцо куриное	2,4	2,4						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	133	100						
01.11.-31.12. -30%	143	100						
01.01-29.02 - 35%	154	100						
01.03 - 40%	167	100						
лук репчатый	12	10						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
масло сливочное	6	6						
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2						
Плов по-ирански			250	19,5	16,2	49,2	421	№370-2013, Пермь
говядина 1 категории (мясо на кости)	107	79						
или говядина полуфабрикат (мясо без кости)	93	79						
или гуляш-полуфабрикат промышленного производства	79	79						
или свинина мясная	87	74						
масса тушеного мяса		50						

крупа рисовая	68	68						
морковь до 01.01.-20%	31	25						
с 01.01 - 25%	33	25						
лук репчатый	12	10						
чеснок свежий	3,8	3						
специи (карри)	0,2	0,2						
масло растительное	12	2						
Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
<i>Полдник</i>			430	15,0	16,8	49,7	410,0	
Пирог "Зебра"			80	7,2	10,0	25,8	222	№118-1999
мука пшеничная	25	25						
яйцо куриное	13	13						
сахар	17	17						
масло сливочное	6	6						
сметана	24	24						

какао - порошок	2,8	2,8						
двууглекислый натрий	0,5	0,5						
масло растительное для смазки листа	1	1						
сахарная пудра	0,5	0,5						
ИЛИ								
Манник			80	6,9	10,5	26,3	227,3	№550-2021, Пермь
мука пшеничная	16	16						
крупа манная	16	16						
сахар	16	16						
масло сливочное	8	8						
сметана	5	5						
кефир	16	16						
яйцо куриное	16	16						
двууглекислый натрий	1	1						
масло растительное для смазки листа	1	1						
Молоко для детского питания, обогащенное витаминами, в индивидуальной упаковке	200	200	200	5,6	6,4	9,4	118	
ИЛИ								
Молоко питьевое кипяченое	210	200	200	5,8	5,0	9,4	106	№260-2001, Пермь

ИЛИ								
Кисломолочный продукт в ассортименте	207	200	200	5,2	6,4	9,0	114	№698-2004
Фрукт в ассортименте			150	2,2	0,4	14,5	70	№458-2006, Москва
ИТОГО:				64	64	289	1987	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				77	79	335	2350	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:				85	87	369	2585	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):				64	65	276	1939	<i>При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)</i>
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):				60	62	263	1842	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				67	68	290	2036	

2 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			505	19,5	27,6	83,9	661	
Брускетта со сливочной намазкой			30/25	5,3	11,9	11,8	176	№1,3-2004
брускетта (батон пшеничный (подсушенный))	30	30						
Сливочная намазка		25						
масло сливочное	10	10						

сыр тертый	16	15						
Суп молочный с крупой "Солнечный"			250	6,6	6,6	21,8	173	№162-1996
вода питьевая	125	125						
молоко питьевое	140	140						
крупa кукурузная	15	15						
или пшено	20	20						
масло сливочное	2	2						
сахар	3	3						
соль йодированная	0,8	0,8						
Кофейный напиток			200	3,2	2,7	15,9	101	№501-2013, Пермь
кофейный напиток	5	5						
сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
Кексик промышленного производства в ассортименте			40	3,5	5,9	18,0	139	
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34	
Обед			860	32,6	27,1	123,8	869,5	

Нарезка из свежих овощей с маслом растительным			100	0,9	5,0	3,1	61	№14/1; 15/1-2011, Екатеринбург
помидоры свежие парниковые	51	50						
или помидоры свежие грунтовые	59	50						
огурцы свежие парниковые	46	45						
или огурцы свежие грунтовые	47	45						
масло растительное на полив при подаче	5	5						
Суп картофельный с бобовыми с гречками			250/15/20	9,8	6,8	32,5	230	№144-2013, Пермь
говядина 1 категории	33	24						
или говядина полуфабрикат	28	24						
горох	21	20						
или горошек консервированный	31	20						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	86	65						
01.11.-31.12. -30%	93	65						
01.01-29.02 - 35%	100	65						
01.03 - 40%	109	65						
морковь - до 01.01 - 20%	15	12						
с 01.01 - 25%	16	12						

лук репчатый	12	10						
масло сливочное	6	6						
гренки из пшеничного хлеба		20						№170-2013, Пермь
хлеб пшеничный	38	32						
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2						
Вершинки рыбные с маслом			90/5	15,8	8,5	10,0	180	№9/7-2011, Екатеринбург
горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	114	76						
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	138	76						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	103	76						
или хек потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	103	76						
или треска потрошенная обезглавленная (филе с кожей без костей)	100	76						
хлеб пшеничный	13	13						
молоко питьевое	9	9						
лук репчатый	4,2	3,5						
чеснок свежий	0,3	0,2						
яйцо куриное	5	5						
сухари	6	6						

масло растительное для смазки листа	3	3							
масло сливочное	5	5							
Пюре картофельное			180	3,9	5,9	26,7	176	№520-2004	
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	205	154							
01.11.-31.12. -30%	220	154							
01.01-29.02 - 35%	237	154							
01.03 - 40%	257	154							
молоко питьевое	29	29							
масло сливочное	7	7							
Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	18,8	77	№518-2013, Пермь	
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77		
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69		
<i>Полдник</i>			550	12,7	11,1	57,8	381,9		
Суфле творожное с соусом шоколадным			200	12,3	10,5	24,2	241	№365-2004	
творог	128	126							
сметана	16	16							
яйцо куриное	10	10							

сахар	8	8						
мука пшеничная	14	14						
масло сливочное для смазки листа	2	2						
масса готового суфле		150						
Соус шоколадный		50						№475-2013, Пермь
какао - порошок	3	3						
молоко сгущенное с сахаром	25,2	25						
ванилин	0,01	0,01						
вода питьевая	25	25						
Чай с сахаром			200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004
чай - заварка	1	1						
сахар	12	12						
Фрукт в ассортименте			150	0,3	0,6	21,0	91	№458-2006, Москва
ИТОГО:				65	66	265	1913	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				77	79	335	2350	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:				85	87	369	2585	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):				64	65	276	1939	

НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):	60	62	263	1842	при 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):	67	68	290	2036	

3 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			680	23,8	24,3	77,5	623,9	
Каша рисовая жидкая			200	6,5	6,8	32,4	217	№268-2013, Пермь
крупа рисовая	31	31						
молоко питьевое	120	120						
вода питьевая	60	60						
соль йодированная	0,8	0,8						
сахар	3	3						
масло сливочное	5	5						
Бутерброд горячий с огурчиком соленым			80	11,6	10,9	14,7	203	№10-2004
батон	40	40						
масло сливочное	5	5						
сыр	21	20						

огурцы соленые без уксуса	36,4	20						
ИЛИ								
Бутерброд "Свежесть"			80	11,8	10,9	14,5	203	№63-2021, Пермь
батон	40	40						
масло сливочное	5	5						
сыр	21	20						
огурцы свежие парниковые	20,4	20						
или огурцы свежие грунтовые	21	20						
Чай с сахаром			200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004
чай - заварка	1	1						
сахар	12	12						
Кисломолочный продукт в ассортименте	207	200	200	5,2	6,4	9,0	114	№698-2004
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Обед			840	28,3	31,2	129,4	911,4	
Салат из огурцов с маслом			100	0,9	5,1	1,2	54	№14/1-2011г., Екатеринбург
огурцы свежие парниковые	98	96						

или огурцы свежие грунтовые	101	96						
масло растительное	5	5						
Борщ с капустой и картофелем, с мясом со сметаной			250/15/5	6,4	7,3	16,7	158	№110-2004
говядина 1 категории	33	24						
или говядина полуфабрикат	28	24						
свекла до 01.01.-20%	50	40						
с 01.01 - 25%	53	40						
капуста белокочанная свежая	25	20						
или капуста квашеная промышленного производства	21	15						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	27	20						
01.11.-31.12. -30%	29	20						
01.01-29.02 - 35%	31	20						
01.03 - 40%	33	20						
морковь до 01.01.-20%	16	13						
с 01.01 - 25%	17	13						
лук репчатый	12	10						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	6	6						

или томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	2,4	2,4						
масло сливочное	6	6						
сахар	0,5	0,5						
сметана	5	5						
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2						
Бедро или грудка куриные запеченные "Домашние"			90	14,6	12,0	0,6	169	№494-2004
грудка куриная на кости	141	134						
или бедро куриное	141	134						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	4	4						
или томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	1,6	1,6						
чеснок свежий	0,5	0,4						
масло растительное	2	2						
Макаронные изделия отварные			180	4,2	5,9	44,2	247	№516-2004
макаронные изделия	64	64						
масло сливочное	8	8						
Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77	

Хлеб ржаной				40	0,9	0,5	15,1	69	
Полдник				410	8,5	6,0	74,1	385	
Булочное изделие промышленного производства в ассортименте				60	6,1	5,6	44,5	253	
Напиток из плодов шиповника				200	0,2	0,0	15,1	61	№705-2004
	шиповник	25	25						
	сахар	5	5						
Фрукт в ассортименте				150	2,2	0,4	14,5	70	№458-2006, Москва
ИТОГО:					61	62	281	1920	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:					77	79	335	2350	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:					85	87	369	2585	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):					64	65	276	1939	<i>При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)</i>
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):					60	62	263	1842	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):					67	68	290	2036	
4 день									
Наименование блюда		Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
				Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	

Завтрак			635	30,6	37,1	56,3	682	
Омлет натуральный			200	22,7	20,5	2,4	285	№340-2004
яйцо куриное	152	152						
молоко питьевое	60	60						
масло растительное для смазки листа	3	3						
Икра кабачковая промышленного производства	84	80	80	1,2	2,3	4,8	45	№115-2013, Пермь
Бутерброд с маслом			20/10	1,8	7,1	9,9	111	№1-2004
батон	20	20						
масло сливочное	10	10						
Чай с молоком			200	2,8	2,5	19,9	113	№495-2013, Пермь
чай - заварка	1	1						
молоко питьевое	100	100						
сахар	15	15						
Йогурт промышленного производства в ассортименте	125	125	125	1,7	4,5	10,5	89	№698-2004
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Обед			900	34,4	27,8	124,3	884,2	
Салат из свеклы с зеленым горошком			100	1,7	5,0	7,3	81	№58-2013, Пермь

свекла до 01.01.-20%	99	79						
с 01.01 - 25%	105	79						
масса отварной свеклы		75						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	34	22						
масло растительное	5	5						
Уха рыбацкая с "красной" рыбой с зеленью			250/100	15,0	6,5	12,2	167	№181-1996
горбуша или кета потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	180	120						
горбуша или кета потрошенная без головы (филе без кожи и костей)	174	120						
или горбуша или кета неразделанная (филе без кожи и костей)	218	120						
или лосось неразделанный (филе без кожи и костей)	222	122						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	100	75						
01.11.-31.12. -30%	107	75						
01.01-29.02 - 35%	116	75						
01.03 - 40%	125	75						
лук репчатый	14	12						
масло сливочное	6	6						
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2						

Котлеты (из говядины и свинины)			100	12,4	12,6	15,8	226	№451-2004
говядина 1 категории	72	53						
или говядина полуфабрикат	63	53						
свинина мясная	27	23						
или фарш промышленного производства (только немеханической обвалки изготовленный из охлажденного мяса продуктивных животных)	76	76						
хлеб пшеничный	18	18						
молоко питьевое	9	9						
лук репчатый	11	9						
яйцо куриное	9	9						
сухари	10	10						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Рис припущенный с овощами "Мозаика"			150	2,5	2,5	30,0	153	№416-2013, Пермь
крупа рисовая	40	40						
кукуруза консервированная	33	20						
морковь до 01.01.-20%	25	20						
с 01.01 - 25%	27	20						
масло сливочное	4	4						

Компот из кураги			200	0,6	0,0	18,7	77	№638-2004	
	курага	20	20						
	сахар	6	6						
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77		
Хлеб ржаной			60	1,4	0,8	22,7	103		
<i>Полдник</i>			430	2,5	2,6	93,0	405,6		
Булочка с маком или корицей			80	1,7	1,8	44,5	201	№772-2004	
	мука пшеничная	64	64						
	сахар	4	4						
	масло сливочное	2	2						
	дрожжи прессованные	1	1						
	или дрожжи сухие	0,25	0,25						
	соль йодированная	0,8	0,8						
	мак или корица для отделки	0,6	0,6						
	молоко питьевое	30	30						
	масло растительное для смазки листа	1	1						
Сок в ассортименте		200	200	200	0,2	0,2	27,5	113	№518-2013, Пермь

Фрукт в ассортименте	150	0,6	0,6	21,0	92	№458-2006, Москва
ИТОГО:		67	67	274	1971	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:		77	79	335	2350	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:		85	87	369	2585	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):		64	65	276	1939	При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):		60	62	263	1842	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):		67	68	290	2036	

5 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			525	17,6	20,7	91,4	622	
Для бутерброда:								
Масло сливочное (порциями)	5	5	5	0,1	3,7	0,1	34	№96-2004
Сыр (порциями)	21	20	20	5,4	5,8	0,0	74	№97-2004
Батон пшеничный	20	20	20	0,5	0,3	7,3	34	
Хлеб ржаной	40	40	40	0,9	0,5	15,1	69	
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая			200	7,5	7,7	26,0	203	№311-2004

хлопья овсяные "Геркулес"	25	25							
молоко питьевое	182	182							
сахар	3	3							
соль йодированная	0,8	0,8							
масло сливочное	5	5							
Кофейный напиток			200	3,2	2,7	15,9	101	№501-2013, Пермь	
кофейный напиток	5	5							
сахар	10	10							
молоко питьевое	100	100							
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте (мармелад)			40	0,0	0,0	27,0	108		
Обед			850	31,4	34,8	127,9	949,6		
Салат из свежих помидоров с кукурузой			100	2,1	5,1	9,8	94	№23-2013, Пермь	
помидоры свежие парниковые	61	60							
или помидоры свежие грунтовые	71	60							
кукуруза консервированная (после термической обработки)	58	35							
масло растительное	5	5							
Рассольник ленинградский с птицей со сметаной			250/15/5	6,8	6,5	15,4	147	№132-2004	

курица потрошенная 1 категории (разделка мякоть без кожи)	45	40						
или филе куриное промышленного производства	25	24						
или филе грудки индейки	25	24						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	69	52						
01.11.-31.12. -30%	74	52						
01.01-29.02 - 35%	80	52						
01.03 - 40%	87	52						
крупа перловая	5	5						
морковь до 01.01 - 20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	6	5						
огурцы соленые без уксуса	27	15						
масло сливочное	6	6						
сметана	5	5						
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2						
Гуляш			100	15,9	16,1	1,7	215	№152-2004, Пермь
говядина 1 категории (мясо на кости)	107	79						

или говядина полуфабрикат (мясо без кости)	93	79						
или гуляш-полуфабрикат промышленного производства	79	79						
или свинина мясная	87	74						
масло растительное	5	5						
лук репчатый	12	10						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	8	8						
или томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	3	3						
мука пшеничная	2	2						
Пюре картофельное			180	3,9	5,9	26,7	176	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	205	154						
01.11.-31.12. -30%	220	154						
01.01-29.02 - 35%	237	154						
01.03 - 40%	257	154						
молоко питьевое	29	29						
масло сливочное	7	7						
Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77	

Хлеб ржаной			60	1,4	0,8	22,7	103	
Полдник			410	15,3	12,4	49,0	369	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			60	9,6	6,9	19,0	177	
Фрукт в ассортименте			150	0,5	0,5	21,0	91	№458-2006, Москва
Кисломолочный продукт в ассортименте	207	200	200	5,2	5,0	9,0	102	№698-2004
ИТОГО:			64	68	268	1941		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:			77	79	335	2350		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:			85	87	369	2585		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):			64	65	276	1939	При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):			60	62	263	1842		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):			67	68	290	2036		
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ:			64	65	276	1946		
6 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			625	18,9	16,8	112,6	676,4	
Каша манная жидкая			200	5,1	7,1	32,3	214	№311-2004

крупa манная	20	20						
молоко питьевое	190	190						
сахар	3	3						
соль йодированная	0,8	0,8						
масло сливочное	5	5						
Бутерброд с сыром			30/15	6,3	4,1	14,9	122	№3-2004
батон	30	30						
сыр	16	15						
ИЛИ								
Брускетта со сливочной намазкой			30/25	5,3	11,9	11,8	176	№1,3-2004
брускетта (батон пшеничный (подсушенный))	30	30						
Сливочная намазка		25						
масло сливочное	10	10						
сыр тертый	16	15						
Какао с молоком			200	3,9	4,2	20,2	134	№642-1996
какао - порошок	5	5						
сахар	10	10						

молоко питьевое	130	130						
Фрукт в ассортименте			180	2,7	0,9	28,8	134	№458-2006, Москва
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34	
Обед			815	31,1	34,6	124,5	933,4	
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным			100	0,9	5,0	3,1	61	№14/1; 15/1-2011, Екатеринбург
помидоры свежие парниковые	51	50						
или помидоры свежие грунтовые	59	50						
огурцы свежие парниковые	46	45						
или огурцы свежие грунтовые	47	45						
масло растительное на полив при подаче	5	5						
Суп картофельный с макаронными изделиями с птицей			250/15	7,2	6,3	21,2	170	№140-2004
курица потрошенная 1 категории (разделка мякоть без кожи)	45	40						
или филе куриное промышленного производства	25	24						
или филе грудки индейки	25	24						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	100	75						
01.11.-31.12. -30%	107	75						

01.01-29.02 - 35%	8	5						
01.03 - 40%	125	75						
макаронные изделия	12	12						
морковь до 01.01 - 20%	15	12						
с 01.01 - 25%	16	12						
лук репчатый	14	12						
масло сливочное	6	6						
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2						
Мясо, тушеное с картофелем и помидорами			250	20,2	21,9	25,6	380	№54-9м-2020, 2021, Новосибирск
говядина 1 категории (мясо на кости)	107	79						
или говядина полуфабрикат (мясо без кости)	93	79						
или гуляш-полуфабрикат промышленного производства	79	79						
или свинина мясная	87	74						
масло растительное	8	8						
масса тушеного мяса		50						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	128	96						
01.11.-31.12. -30%	137	96						
01.01-29.02 - 35%	148	96						

01.03 - 40%	160	96						
морковь до 01.01.-20%	55	44						
с 01.01 - 25%	59	44						
помидоры свежие грунтовые	19	16						
или помидоры свежие парниковые	16,3	16						
лук репчатый	19	16						
сметана	10	10						
бульон или вода питьевая	45	45						
Компот из изюма			200	0,3	0,0	25,5	103	№512-2013, Пермь
изюм	15,3	15						
сахар	15	15						
Хлеб пшеничный			60	1,2	0,6	26,4	116	
Хлеб ржаной			60	1,4	0,8	22,7	103	
<i>Полдник</i>			300	11,1	11,9	55,5	373,5	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте (рулет)			100	10,6	11,9	21,5	236	
Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь
<i>ИТОГО:</i>				61	63	293	1983	
<i>НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:</i>				77	79	335	2350	

НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:	85	87	369	2585	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):	64	65	276	1939	<i>При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)</i>
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):	60	62	263	1842	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):	67	68	290	2036	

7 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			595	22,4	28,4	76,4	650	
Каша пшенная жидкая			200	6,6	7,4	23,7	188	№311-2004
	крупa пшено	25	25					
	молоко питьевое	185	185					
	сахар	3	3					
	соль йодированная	0,8	0,8					
	масло сливочное	5	5					
Бутерброд с маслом			20/10	1,8	7,1	9,9	111	№1-2004
	батон	20	20					

масло сливочное	10	10						
Чай с лимоном			200	0,1	0,0	12,5	50	№686-2004
чай - заварка	1	1						
сахар	12	12						
лимон	6	5						
Яйца вареные			40	5,1	4,6	0,3	63	№300-2013, Пермь
Йогурт промышленного производства в ассортименте	125	125	125	7,7	8,7	9,2	146	№698-2004
Хлеб пшеничный			30	0,6	0,3	13,2	58	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34	
Обед			820	31,8	32,5	127,2	927,7	
Салат из огурцов с маслом			100	0,9	5,1	1,2	54	№14/1-2011г., Екатеринбург
огурцы свежие парниковые	98	96						
или огурцы свежие грунтовые	101	96						
масло растительное	5	5						
Суп домашний с говядиной со сметаной			250/15/5	6,9	5,7	11,2	124	№10/2-2011, Екатеринбург
говядина 1 категории	33	24						

или говядина полуфабрикат	28	24							
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	100	75							
01.11.-31.12. -30%	107	75							
01.01-29.02 - 35%	116	75							
01.03 - 40%	125	75							
огурцы соленые без уксуса	27	15							
лук репчатый	18	15							
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5	5							
или томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	2	2							
масло сливочное	6	6							
сметана	5	5							
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2							
Паста "Карбонара" с птицей			250	20,9	20,3	46,9	454		№54-Згк-2020, 2021, Новосибирск
грудка куриная охлажденная	131	126							
или филе куриное или индейки	123	117							
масло растительное	4	4							
масса тушеной мякоти птицы		90							

чеснок свежий	0,4	0,3							
макаронные изделия	55	55							
масло сливочное	7	7							
сметана	7	7							
сыр тертый	5	4							
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2							
Компот из смеси сухофруктов			200	0,5	0,0	18,8	77	№508-2013, Пермь	
сухофрукты	25	25							
сахар	15	15							
Хлеб пшеничный			60	1,2	0,6	26,4	116		
Хлеб ржаной			60	1,4	0,8	22,7	103		
<i>Полдник</i>			400	9,4	7,6	75,5	408		
Кондитерское мучное изделие промышленного производства в ассортименте			50	8,7	6,9	27,0	205		
Фрукт в ассортименте			150	0,5	0,5	21,0	91	№458-2006, Москва	
Сок в ассортименте		200	200	200	0,2	0,2	27,5	113	№518-2013, Пермь
<i>ИТОГО:</i>				64	68	279	1986		
<i>НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:</i>				77	79	335	2350		
<i>НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:</i>				85	87	369	2585		

НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):	64	65	276	1939	<i>При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)</i>
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):	60	62	263	1842	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):	67	68	290	2036	

8 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			595	29,8	20,8	87,0	654	
Суфле творожное со сладкой глазурью			180	19,9	13,6	31,2	327	№19/3-2011, Екатеринбург
творог	157	155						
сметана	9	9						
яйцо куриное	9	9						
сахар	4	4						
мука пшеничная	11	11						
для сладкой глазури								
сметана	4	4						
джем промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	18,2	18						
масло сливочное на смазку емкости	4	4						

ИЛИ								
Запеканка из творога с молоком сгущенным			180/20	16,5	13,5	36,8	335	№313-2013, Пермь
творог	173	172						
крупа манная	13	13						
молоко питьевое для каши	43	43						
яйцо куриное	14	14						
сахар	7	7						
ванилин	0,01	0,01						
сметана	7	7						
сухари	7	7						
масло сливочное для смазки листа	5	5						
масса готовой запеканки		180						
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20						
Бутерброд с сыром			30/15	6,3	4,1	14,9	122	№3-2004
батон	30	30						
сыр	16	15						
Кофейный напиток			200	3,2	2,7	15,9	101	№501-2013, Пермь
кофейный напиток	5	5						

сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
Фрукт в ассортименте			150	0,4	0,4	25,0	105	№458-2006, Москва
Обед			845	25,8	29,8	130,1	891,3	
Салат из свежих помидоров			100	1,2	5,1	4,1	67	№22-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	99	97						
или помидоры свежие грунтовые	114	97						
масло растительное	5	5						
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной			250/15/5	6,1	7,2	7,8	120	№142-2013, Пермь
говядина 1 категории	33	24						
или говядина полуфабрикат	28	24						
капуста белокочанная свежая	63	50						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	47	35						
01.11.-31.12. -30%	50	35						
01.01-29.02 - 35%	54	35						
01.03 - 40%	58	35						
морковь до 01.01 - 20%	19	15						
с 01.01 - 25%	20	15						

лук репчатый	12	10						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	4	4						
или томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	2	2						
масло растительное	6	6						
сметана	5	5						
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2						
Котлета рыбная "Лада" (из горбуши и минтая) с маслом			90/5	11,5	10,2	8,5	172	№9/7-2011, Екатеринбург
горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	57	38						
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	69	38						
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	58	43						
хлеб пшеничный	6	6						
молоко питьевое	6	6						
лук репчатый	10	8						
чеснок свежий	1,2	0,9						
масло сливочное	4	4						
яйцо куриное	5	5						
мука пшеничная	8	8						
масло растительное для смазки листа	2	2						

масло сливочное	5	5						
Пюре картофельное			180	3,9	5,9	26,7	176	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	205	154						
01.11.-31.12. -30%	220	154						
01.01-29.02 - 35%	237	154						
01.03 - 40%	257	154						
молоко питьевое	29	29						
масло сливочное	7	7						
Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			60	1,2	0,6	26,4	116	
Хлеб ржаной			60	1,4	0,8	22,7	103	
<i>Полдник</i>			405	11,6	14,7	54,3	395,9	
Пирог морковный			80	3,8	6,0	32,5	199	№71-2006, Екатеринбург
мука пшеничная	30	30						
морковь до 01.01.-20%	40	32						
с 01.01 - 25%	43	32						
двууглекислый натрий	1,3	1,3						

масло сливочное	13	13						
курага	6	5						
ванилин	0,08	0,08						
яйцо куриное	8	8						
сахар	8	8						
масло сливочное для смазки листа	3	3						
молоко сгущенное с сахаром	18,2	18						
ИЛИ								
Манник			80	6,9	10,5	26,3	227,3	№550-2021, Пермь
мука пшеничная	16	16						
крупа манная	16	16						
сахар	16	16						
масло сливочное	8	8						
сметана	5	5						
кефир	16	16						
яйцо куриное	16	16						
двууглекислый натрий	1	1						

масло растительное для смазки листа	1	1								
Чай с сахаром			200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004		
чай - заварка	1	1								
сахар	12	12								
Йогурт промышленного производства в ассортименте			125	125	125	7,7	8,7	9,2	146	№698-2004
ИТОГО:				67	65	271	1942			
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				77	79	335	2350			
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:				85	87	369	2585			
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):				64	65	276	1939	При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):				60	62	263	1842			
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				67	68	290	2036			
9 день										
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры		
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал			
Завтрак			510	30,4	25,3	71,2	633,5			
Драчена			200	23,2	20,8	2,3	289	№312-2013, Пермь		
яйцо куриное	160	160								

молоко питьевое	50	50						
мука пшеничная	12	12						
сметана	20	20						
масло сливочное	5	5						
Овощи на поджаривание								
Горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	123	80	80	2,5	0,2	5,2	33	№101-2004
Чай с молоком			200	2,8	2,5	19,9	113	№495-2013, Пермь
чай - заварка	1	1						
молоко питьевое	100	100						
сахар	15	15						
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте	30	30	30	1,0	1,3	27,5	126	
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34	
Обед			815	27,2	33,6	120,9	895	
Салат из капусты белокачанной с морковью			100	1,1	4,9	3,3	62	№4-2013, Пермь
капуста белокачанная свежая	106	85						

лимон (для сока)	12	5						
сахар	0,5	0,5						
морковь до 01.01 - 20%	15	12						
с 01.01 - 25%	16	12						
<i>в свежем виде морковь и капусту старого урожая использовать до 1 марта, после 1 марта свежего урожая или другой салат</i>								
масло растительное	5	5						
ИЛИ								
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным			100	0,9	5,0	3,1	61	№14/1; 15/1-2011, Екатеринбург
помидоры свежие парниковые	51	50						
или помидоры свежие грунтовые	59	50						
огурцы свежие парниковые	46	45						
или огурцы свежие грунтовые	47	45						
масло растительное на полив при подаче	5	5						
Суп сырный с мясом			250/15	6,5	8,7	23,7	199	№12/2-2011, Екатеринбург
говядина 1 категории	33	24						
или говядина полуфабрикат	28	24						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	133	100						

01.11.-31.12. -30%	143	100						
01.01-29.02 - 35%	154	100						
01.03 - 40%	167	100						
морковь до 01.01.-20%	25	20						
с 01.01 - 25%	27	20						
лук репчатый	7	6						
приправа универсальная (овощная)	0,2	0,2						
масло сливочное	6	6						
сыр плавленый для супа	16	15						
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2						
Птица, в соусе с томатом			100	12,1	13,6	1,8	178	№405-2013, Пермь
грудка куриная охлажденная	73	70						
или филе куриное или индейки	69	65						
масло растительное	4	4						
масса тушеной мякоти птицы		50						
лук репчатый	9,5	8						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	10	10						

или томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	4	4						
мука пшеничная	2	2						
чеснок свежий	1,2	0,9						
морковь до 01.01 - 20%	10	8						
с 01.01 - 25%	11	8						
вода питьевая	50	50						
Каша гречневая вязкая отварная			150	4,3	5,1	24,3	160	№510-2004
крупа гречневая	38	38						
вода питьевая	120	120						
масло сливочное	6	6						
Компот из кураги			200	0,6	0,0	18,7	77	№638-2004
курага	20	20						
сахар	6	6						
Хлеб пшеничный			60	1,2	0,6	26,4	116	
Хлеб ржаной			60	1,4	0,8	22,7	103	
Полдник			450	9,3	9,0	72,4	408	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			100	3,2	3,5	42,0	212	№567-2013, Пермь

<i>или</i>								
Блинчики с молоком сгущенным			100/20	3,2	3,5	42,0	212	№531-2013, Пермь
мука пшеничная	42	42						
молоко питьевое	104	104						
яйцо куриное	10	10						
сахар	3	3						
соль йодированная	0,8	0,8						
масса теста:		150						
масло растительное	3	3						
масса запеченных блинчиков		100						
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20						
Молоко для детского питания, обогащенное витаминами, в индивидуальной упаковке	200	200	200	5,6	5,0	9,4	105	
<i>или</i>								
Молоко питьевое кипяченое	210	200	200	5,8	5,0	9,4	106	№260-2001, Пермь
<i>или</i>								
Кисломолочный продукт в ассортименте	207	200	200	5,2	6,4	9,0	114	№698-2004

Фрукт в ассортименте	150	0,5	0,5	21,0	91	№458-2006, Москва
ИТОГО:		67	68	264	1936	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:		77	79	335	2350	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:		85	87	369	2585	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):		64	65	276	1939	При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):		60	62	263	1842	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):		67	68	290	2036	

10 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			610	16,8	18,9	100,1	637	
Каша пшеничная жидкая			200	7,5	6,2	24,8	185	№264-2013, Пермь
крупа пшеничная	24	24						
молоко питьевое	192	192						
сахар	3	3						
соль йодированная	0,8	0,8						
масло сливочное	5	5						

Бутерброд с маслом			20/10	1,8	7,1	9,9	111	№1-2004
батон	20	20						
масло сливочное	10	10						
Какао с молоком			200	3,9	4,2	20,2	134	№642-1996
какао - порошок	5	5						
сахар	10	10						
молоко питьевое	130	130						
Фрукт в ассортименте			180	2,7	0,9	28,8	134	№458-2006, Москва
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34	
Обед			815	28,1	29,9	125,1	881,1	
Салат из огурцов с маслом			100	0,9	5,1	1,2	54	№14/1-2011г., Екатеринбург
огурцы свежие парниковые	98	96						
или огурцы свежие грунтовые	101	96						
масло растительное	5	5						
Суп картофельный с чечевицей с мясом			250/15	7,3	5,4	19,5	156	№145-2013, Пермь
говядина 1 категории	33	24						

или говядина полуфабрикат	28	24						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	67	50						
01.11.-31.12. -30%	72	50						
01.01-29.02 - 35%	77	50						
01.03 - 40%	84	50						
морковь до 01.01.-20%	15	12						
с 01.01 - 25%	16	12						
лук репчатый	12	10						
чечевица	21	20						
масло сливочное	6	6						
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2						
ИЛИ								
Суп картофельный с бобовыми с гренками			250/15/20	9,8	6,8	32,5	230	№144-2013, Пермь
говядина 1 категории	33	24						
или говядина полуфабрикат	28	24						
горох	21	20						
или горошек консервированный	31	20						

картофель - 01.09.-31.10.- 25%	86	65						
01.11.-31.12. -30%	93	65						
01.01-29.02 - 35%	100	65						
01.03 - 40%	109	65						
морковь - до 01.01 - 20%	15	12						
с 01.01 - 25%	16	12						
лук репчатый	12	10						
масло сливочное	6	6						
гренки из пшеничного хлеба		20						№170-2013, Пермь
хлеб пшеничный	38	32						
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2						
Биточки (из говядины и свинины)			100	12,4	12,6	15,8	226	№451-2004
говядина 1 категории	72	53						
или говядина полуфабрикат	63	53						
свинина мясная	27	23						
или фарш промышленного производства (только немеханической обвалки изготовленный из охлажденного мяса продуктивных животных)	76	76						
хлеб пшеничный	18	18						

молоко питьевое	9	9						
лук репчатый	10,7	9						
яйцо куриное	9	9						
сухари	10	10						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Капуста тушеная			150	4,6	5,4	14,0	123	№423-2013, Пермь
капуста белокочанная свежая	198	158						
морковь до 01.01 - 20%	30	24						
с 01.01 - 25%	32	24						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	3	3						
или томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	1,2	1,2						
лук репчатый	12	10						
масло растительное	6	6						
мука пшеничная	1,8	1,8						
сахар	0,3	0,3						
Сок в ассортименте	200	200	200	0,3	0,0	25,5	103	№518-2013, Пермь

Хлеб пшеничный			60	1,2	0,6	26,4	116	
Хлеб ржаной			60	1,4	0,8	22,7	103	
Полдник			430	17,1	12,8	47,0	372	
Запеканка из творога с яблоками с соусом из свежих ягод			180	16,4	12,6	22,1	267	№54-4т-2020, 2021, Новосибирск
	творог	133	130					
	яблоки свежие (очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом)	60	42					
	яйцо куриное	18	18					
	сахар	4	4					
	сметана	4	4					
	масло сливочное	4	4					
	крупа манная	7	7					
	ванилин	0,01	0,01					
	сухари	7	7					
	масло сливочное для смазки листа	3,5	3,5					
Соус из свежих ягод			50	0,6	0,2	12,3	53	№578-1996
	клубника, или малина, или клюква свежие или свежемороженые	53	52					

или вишня свежая или свежемороженая	60	52							
сахар	5	5							
мука картофельная (крахмал)	5	5							
Чай с сахаром			200	0,1	0,0	12,6	51		№685-2004
чай - заварка	1	1							
сахар	12	12							
ИТОГО:				62	62	272	1890		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				77	79	335	2350		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:				85	87	369	2585		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):				64	65	276	1939	При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):				60	62	263	1842		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				67	68	290	2036		
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ:				64	65	276	1947		
11 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		

Завтрак			670	24	29	68	626	
Яйца вареные			40	5,1	4,6	0,3	63	№300-2013, Пермь
Вермишель в молоке			250	7,9	7,4	23,7	193	№165-2013, Пермь
	молоко питьевое	175	175					
	вода питьевая	75	75					
	масло сливочное	2,5	2,5					
	сахар	2	2					
	макаронные изделия (вермишель)	20	20					
	соль йодированная	0,6	0,6					
Бутерброд с маслом с сыром			55	4,3	9,7	10,7	147	№1,3-2004
	батон	30	30					
	масло сливочное	10	10					
	сыр	16	15					
ИЛИ								
Бутерброд "Свежесть"			80	11,8	10,9	14,5	203	№63-2021, Пермь
	батон	40	40					
	масло сливочное	5	5					

сыр	21	20						
огурцы свежие парниковые	20,4	20						
или огурцы свежие грунтовые	21	20						
Кофейный напиток			200	3,2	2,7	15,9	101	№501-2013, Пермь
кофейный напиток	5	5						
сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
Йогурт промышленного производства в ассортименте	125	125	125	7,7	8,7	9,2	146	№698-2004
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Обед			900	36,8	33,6	120,5	930,8	
Салат из свежих огурцов с зеленым горошком			100	1,2	5,1	4,5	69	№18-2013, Пермь
огурцы свежие парниковые	79	77						
или огурцы свежие грунтовые	81	77						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	31	20						
масло растительное	5	5						
Суп картофельный с рыбой			250/100	15,5	6,8	12,9	175	№150-2013, Пермь
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	167	124						

или горбуша или кета потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	180	120						
или горбуша или кета неразделанная (филе без кожи и костей)	218	120						
или горбуша или кета потрошенная без головы (филе без кожи и костей)	174	120						
или скумбрия неразделанная (филе с кожей без костей)	237	128						
или лосось неразделанный (филе с кожей без костей)	217	126						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	100	75						
01.11.-31.12. -30%	107	75						
01.01-29.02 - 35%	116	75						
01.03 - 40%	125	75						
морковь до 01.01.-20%	15	12						
с 01.01 - 25%	16	12						
лук репчатый	10	8						
масло сливочное	6	6						
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2						
Орзотто с мясом			250	17,4	20,5	44,0	430	№54-11м-2020, 2021, Новосибирск
говядина 1 категории	129	95						
или говядина полуфабрикат	112	95						

или свинина мясная	104	89						
чеснок свежий	1,2	0,9						
лук репчатый	18	15						
масло растительное	5	5						
масса припущенного на масле мяса с луком и чесноком		60						
крупя перловая	58	58						
масло сливочное	10	10						
вода питьевая	140	140						
масса готовой крупы перловой		170						
морковь до 01.01 - 20%	31	25						
с 01.01 - 25%	33	25						
масло сливочное	5	5						
масса нарезанной кубиком моркови, припущенной с маслом		20						
Компот из смеси сухофруктов			200	0,5	0,0	18,8	77	№508-2013, Пермь
сухофрукты	25	25						
сахар	15	15						
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77	

Хлеб ржаной			60	1,4	0,8	22,7	103	
Полдник			360	6,4	4,4	80,0	385	
Кондитерское мучное изделие промышленного производства в ассортименте			30	5,0	3,7	20,5	135	
Фрукт в ассортименте			130	0,9	0,7	25,5	112	№458-2006, Москва
Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь
ИТОГО:				67	67	269	1941	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				77	79	335	2350	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:				85	87	369	2585	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):				64	65	276	1939	При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):				60	62	263	1842	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				67	68	290	2036	
12 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			595	19,1	17,9	108,5	671	
Каша гречневая жидкая			200	8,6	10,3	30,3	248	№311-2004
	крупя гречневая	40	40					

молоко питьевое	176	176						
сахар	3	3						
соль йодированная	0,8	0,8						
масло сливочное	5	5						
Бутерброд с сыром			30/15	6,3	4,1	14,9	122	№3-2004
батон	30	30						
сыр	16	15						
Чай с молоком			200	2,8	2,5	19,9	113	№495-2013, Пермь
чай - заварка	1	1						
молоко питьевое	100	100						
сахар	15	15						
Фрукт в ассортименте			150	0,5	0,5	27,0	115	№458-2006, Москва
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34	
Обед			855	39,9	34,6	105,2	891,8	
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным			100	0,9	5,0	3,1	61	№14/1;15/1-2011, Екатеринбург
помидоры свежие парниковые	51	50						

или помидоры свежие грунтовые	59	50						
огурцы свежие парниковые	46	45						
или огурцы свежие грунтовые	47	45						
масло растительное на полив при подаче	5	5						
Свекольник с мясом, со сметаной			250/15/5	7,7	6,3	21,0	172	№34-2004, Пермь
говядина 1 категории	33	24						
или говядина полуфабрикат	28	24						
свекла - до 01.01 -20%	80	64						
с 01.01 - 25%	85	64						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	57	43						
01.11.-31.12. -30%	61	43						
01.01-29.02 - 35%	66	43						
01.03 - 40%	72	43						
морковь до 01.01 - 20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	13	11						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	3	3						

или томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	1,2	1,2						
масло сливочное	6	6						
сахар	1	1						
сметана	5	5						
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2						
Биточки печеночные с маслом			100/5	25,5	16,5	5,1	271	№35/8-2011, Екатеринбург
печень говяжья	172	142						
масса отварной, протертой печени		95						
яйцо куриное	12	12						
лук репчатый	24	20						
масло сливочное	4	4						
масса прогретого с маслом лука		12						
мука пшеничная	10	10						
масло растительное для смазки листа	3	3						
масло сливочное	5	5						
Пюре картофельное			180	3,9	5,9	26,7	176	№520-2004

картофель - 01.09.-31.10.- 25%	205	154						
01.11.-31.12. -30%	220	154						
01.01-29.02 - 35%	237	154						
01.03 - 40%	257	154						
молоко питьевое	29	29						
масло сливочное	7	7						
Компот из свежих яблок			200	0,2	0,0	16,6	67	№507-2013, Пермь
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	45,6	40						
сахар	15	15						
кислота лимонная	0,2	0,2						
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
Полдник			300	5,6	10,1	64,0	369	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте (кекс)			100	5,1	10,1	30,0	231	
Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь
ИТОГО:				65	63	278	1932	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				77	79	335	2350	

НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:			85	87	369	2585		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):			64	65	276	1939	<i>При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)</i>	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):			60	62	263	1842		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):			67	68	290	2036		
13 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			685	18,4	22,8	92,4	648,4	
Каша 3 злака жидкая			200	6,5	6,1	31,0	205	№311-2004
крупa (кукурузная, пшеничная, ячневая)	25	25						
молоко питьевое	187	187						
сахар	3	3						
соль йодированная	0,8	0,8						
масло сливочное	5	5						
Бутерброд с маслом			20/10	1,8	7,1	9,9	111	№1-2004
батон	20	20						

масло сливочное	10	10							
Чай с лимоном			200	0,1	0,0	12,5	50		
чай - заварка	1	1							
сахар	12	12							
лимон	6	5							
Фрукт в ассортименте			130	1,9	0,7	21,0	98		№458-2006, Москва
Йогурт промышленного производства в ассортименте	125	125	125	7,7	8,7	9,2	146		№698-2004
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39		
Обед			870	36,0	28,7	130,1	922		
Салат из свежих помидоров с кукурузой			100	2,1	5,1	9,8	94		№23-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	61	60							
или помидоры свежие грунтовые	71	60							
кукуруза консервированная (после термической обработки)	58	35							
масло растительное	5	5							
Суп из овощей с фасолью с мясом			250/15	8,7	5,9	15,5	150		№143-2013, Пермь
говядина 1 категории	33	24							
или говядина полуфабрикат	28	24							

картофель - 01.09.-31.10.- 25%	100	75						
01.11.-31.12. -30%	107	75						
01.01-29.02 - 35%	116	75						
01.03 - 40%	125	75						
капуста белокочанная свежая	48	38						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	7	6						
фасоль консервированная натуральная	33	20						
масло сливочное	6	6						
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2						
Котлета из говядины "Богатырская"			100	16,3	12,1	14,0	230	№55-24м-2020, Новосибирск
говядина 1 категории	98	72						
или говядина полуфабрикат	85	72						
или фарш промышленного производства (только немеханической обвалки изготовленный из охлажденного мяса продуктивных животных)	72	72						
молоко питьевое	10	10						
хлопья овсяные "Геркулес"	15	15						

лук репчатый	15	13						
яйцо куриное	5	5						
мука пшеничная	10	10						
масло растительное для смазки листа	3	3						
Картофель тушеный			200	5,7	4,2	23,0	153	№216-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	286	215						
01.11.-31.12. -30%	307	215						
01.01-29.02 - 35%	331	215						
01.03 - 40%	359	215						
чеснок свежий	5,1	4						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	8	8						
или томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	3	3						
масло растительное	4	4						
Компот из кураги			200	0,6	0,0	18,7	77	№638-2004
курага	20	20						
сахар	6	6						
Хлеб пшеничный			60	1,2	0,6	26,4	116	

Хлеб ржаной			60	1,4	0,8	22,7	103		
Полдник			350	5,8	13,3	59,6	381		
Печенье Школьное			50	4,2	12,8	25,1	232	№54-2в-2020,2021, Новосибирск	
	мука пшеничная	35	35						
	дрожжи сухие	0,13	0,13						
	вода питьевая	3,5	3,5						
	сахар	0,5	0,5						
	соль йодированная	0,25	0,25						
	масло растительное	10	10						
	яйцо куриное	7,5	7,5						
	сахар на посыпку	0,25	0,25						
	масло растительное для смазки листа	1,5	1,5						
Сок в ассортименте		200	200	200	0,2	0,2	20,5	85	№518-2013, Пермь
Фрукт в ассортименте			100	1,4	0,3	14,0	64	№458-2006, Москва	
ИТОГО:				60	65	282	1952		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				77	79	335	2350		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:				85	87	369	2585		

НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):	64	65	276	1939	<i>При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)</i>
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):	60	62	263	1842	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):	67	68	290	2036	

14 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			665	28,3	28,6	73,1	663,2	
<i>Для бутерброда:</i>								
Масло сливочное (порциями)	5	5	5	0,1	3,7	0,1	34	№96-2004
Сыр (порциями)	21	20	20	5,4	5,8	0,0	74	№97-2004
Батон пшеничный	40	40	40	1,0	0,6	14,6	68	
ИЛИ								
Брускетта со сливочной намазкой			30/25	5,3	11,9	11,8	176	№1,3-2004
брускетта (батон пшеничный (подсушенный))	30	30						
Сливочная намазка		25						
масло сливочное	10	10						
сыр тертый	16	15						

Запеканка из творога с молоком сгущенным			180/20	16,5	13,5	36,8	335	№313-2013, Пермь
творог	173	172						
крупа манная	13	13						
молоко питьевое для каши	43	43						
яйцо куриное	14	14						
сахар	7	7						
ванилин	0,01	0,01						
сметана	7	7						
сухари	7	7						
масло сливочное для смазки листа	5	5						
масса готовой запеканки		180						
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20						
Чай с сахаром			200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004
чай - заварка	1	1						
сахар	12	12						
Кисломолочный продукт в ассортименте			200	5,2	5,0	9,0	102	№698-2004
Обед			845	29,6	30,4	133,1	923,6	

Салат из огурцов с маслом			100	0,9	5,1	1,2	54	№14/1-2011г., Екатеринбург
огурцы свежие парниковые	98	96						
или огурцы свежие грунтовые	101	96						
масло растительное	5	5						
Солянка из птицы и мяса со сметаной			250/10/10/5	6,8	7,9	12,5	148	№157-1996
курица потрошенная 1 категории (мякоть без кожи)	29	26						
говядина 1 категории (мясо на кости)	22	16						
или говядина полуфабрикат (бескостный)	19	16						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	51	38						
01.11.-31.12. -30%	54	38						
01.01-29.02 - 35%	59	38						
01.03 - 40%	63	38						
огурцы соленые без уксуса	27	15						
лук репчатый	21	18						
масло растительное	6	6						
маслины	15	10						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	3	3						

или томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	1,2	1,2						
сметана	5	5						
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2						
Курица запеченная			90	14,8	12,0	0,6	170	№450-1996
курица потрошенная 1 категории	150	134						
или грудка куриная на кости	141	134						
или бедро куриное	141	134						
сметана	4	4						
чеснок свежий	0,5	0,4						
масло растительное	2	2						
Рис припущенный			180	4,4	4,2	44,5	233	№415-2013, Пермь
крупа рисовая	63	63						
вода питьевая	130	130						
масло сливочное	6	6						
Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77	
Хлеб ржаной			60	1,4	0,8	22,7	103	

Полдник			410	9,5	9,5	70,9	407,1	
Булочка промышленного производства в ассортименте			80	3,7	4,3	41,0	218	
ИЛИ								
Булочка "Российская"			80	3,7	4,3	41,0	218	№657-2013, Пермь
мука пшеничная	45	45						
мука пшеничная на подпыл	2	2						
сахар	12	12						
сахар для отделки	3	3						
масло сливочное	7	7						
дрожжи прессованные	1	1						
или дрожжи сухие	0,35	0,35						
молоко питьевое	22	22						
яйцо куриное	3	3						
ванилин	0,02	0,02						
соль йодированная	0,4	0,4						
яйцо куриное для смазки изделия	3	3						
масло растительное для смазки листа	0,5	0,5						

Молоко для детского питания, обогащенное витаминами, в индивидуальной упаковке	200	200	200	5,6	5,0	9,4	105	
ИЛИ								
Молоко питьевое кипяченое	210	200	200	5,8	5,0	9,4	106	№260-2001, Пермь
ИЛИ								
Кисломолочный продукт в ассортименте	207	200	200	5,2	5,0	9,0	102	№698-2004
Фрукт в ассортименте			130	0,2	0,2	20,5	85	№458-2006, Москва
ИТОГО:				67	68	277	1994	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				77	79	335	2350	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:				85	87	369	2585	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):				64	65	276	1939	<i>При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)</i>
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):				60	62	263	1842	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				67	68	290	2036	
15 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			590	14,3	16,6	104,7	625,4	
Каша кукурузная жидкая			200	5,5	5,9	27,0	183	№311-2004

крупa кукурузная	25	25						
молоко питьевое	187	187						
сахар	3	3						
соль йодированная	0,8	0,8						
масло сливочное	5	5						
Бутерброд с маслом			20/10	1,8	7,1	9,9	111	№1-2004
батон	20	20						
масло сливочное	10	10						
Кофейный напиток			200	3,2	2,7	15,9	101	№501-2013, Пермь
кофейный напиток	5	5						
сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
Фрукт в ассортименте			160	2,5	0,2	28,0	124	№458-2006, Москва
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
Обед			850	32,0	32,7	119,8	900,7	
Салат из капусты белокочанной			100	1,2	4,9	3,2	62	№1-2013, Пермь

капуста белокочанная свежая (стертая с солью)	158	80						
морковь до 01.01 - 20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
<i>в свежем виде морковь и капусту старого урожая использовать до 1 марта, после 1 марта свежего урожая или другой салат</i>								
лук репчатый (бланшированный)	12	10						
<i>лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зелёный</i>								
или лук зелёный	12,5	10						
лимон (для сока)	12	5						
сахар	1	1						
масло растительное	5	5						
ИЛИ								
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным			100	0,9	5,0	3,1	61	№14/1; 15/1-2011, Екатеринбург
помидоры свежие парниковые	51	50						
или помидоры свежие грунтовые	59	50						
огурцы свежие парниковые	46	45						
или огурцы свежие грунтовые	47	45						
масло растительное на полив при подаче	5	5						
Суп лапша с помидорами по-казачьи, с мясом			250/15	6,7	6,8	12,5	138	№149-1996

говядина 1 категории	33	24						
или говядина полуфабрикат	28	24						
морковь до 01.01.-20%	3,8	3						
с 01.01 - 25%	4	3						
лук репчатый	4	3						
вода питьевая	288	288						
бульон мясной	225	225						
<i>лапша домашняя</i>		20						№703-1996
мука пшеничная	18	18						
мука пшеничная (на подпыл)	1,2	1,2						
яйцо куриное	5	5						
вода питьевая	3,5	3,5						
соль йодированная	0,5	0,5						
или лапша промышленного производства	20	20						
помидоры свежие парниковые	30,6	30						
или помидоры свежие грунтовые	35	30						

масло сливочное	6	6						
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2						
Рыба запечённая с маслом			100/5	17,5	13,9	3,1	208	№310-1996
горбуша или кета потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	170	119						
или горбуша или кета неразделанная (филе с кожей без костей)	205	119						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	153	113						
сухари	4	4						
масло растительное	6	6						
масло сливочное	5	5						
Пюре картофельное			180	3,9	5,9	26,7	176	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	205	154						
01.11.-31.12. -30%	220	154						
01.01-29.02 - 35%	237	154						
01.03 - 40%	257	154						
молоко питьевое	29	29						
масло сливочное	7	7						
Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь

Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77		
Хлеб ржаной			60	1,4	0,8	22,7	103		
Полдник			340	14,3	15,6	50,3	399		
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте (вафли, печенье)			40	9,8	4,6	18,7	155		
Чай с сахаром			200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004	
	чай - заварка	1	1						
	сахар	12	12						
Мороженное без растительных жиров			100	100	100	4,4	11,0	19,0	193
ИТОГО:				61	65	275	1925		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				77	79	335	2350		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:				85	87	369	2585		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):				64	65	276	1939	При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):				60	62	263	1842		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				67	68	290	2036		
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ:				64	65	276	1949		
*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".									