

## 1 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
<b>Завтрак</b>					<b>20,5</b>	<b>14,4</b>	<b>111,9</b>	<b>661,7</b>
<b>Каша рисовая жидкая с маслом</b>	<b>№311-2004</b>			<b>200</b>	<b>7,4</b>	<b>5,9</b>	<b>34,5</b>	<b>221,2</b>
крупа рисовая		30	30					
молоко питьевое		176	176					
сахар		4	4					
соль йодированная		0,5	0,5					
масло сливочное		5	5					
<b>Сыр полутвердый (порциями)</b>	<b>№75-2021</b>	<b>16</b>	<b>15</b>	<b>15</b>	<b>3,5</b>	<b>4,4</b>	<b>0</b>	<b>53,2</b>
<b>Какао с молоком</b>	<b>№642-1996</b>			<b>200</b>	<b>3,4</b>	<b>3,2</b>	<b>21,2</b>	<b>127,2</b>
какао - порошок		3	3					
молоко питьевое		130	130					
сахар		15	15					
<b>Сок в инд.уп.</b>				<b>200</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>20,0</b>	<b>80,0</b>
<b>Хлеб пшеничный витаминизированный</b>				<b>50</b>	<b>4,15</b>	<b>0,6</b>	<b>23,9</b>	<b>120</b>
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>30</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,3</b>	<b>60,1</b>
<b>Обед</b>					<b>35,3</b>	<b>24,5</b>	<b>134,0</b>	<b>894,0</b>
<b>Свекла отварная</b>	<b>№ 26- 2021</b>			<b>100</b>	<b>1,5</b>	<b>0,1</b>	<b>9,1</b>	<b>43,3</b>
свекла до 01.01 - 20%		126	100					
свекла с 01.01 - 25%		134	100					
<b>Суп-пюре из разных овощей с курой и гречками</b>	<b>№168-2004</b>			<b>250/20/20</b>	<b>8,8</b>	<b>9,0</b>	<b>29,5</b>	<b>234,2</b>
окорочка куриные		34	30					
Капуста свежая		25	20					
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					
морковь - до 01.01 - 20%		19	15					
с 01.01 - 25%		20	15					
лук репчатый		12	10					
мука пшеничная		5	5					
масло сливочное		5	5					
молоко питьевое		38	38					
Бульон		190	190					
хлеб пшеничный		38	32					
соль йодированная		0,5	0,5					
<b>Рыба, запеченная с картофелем под сырной шапкой</b>	<b>ТТК</b>			<b>220</b>	<b>17,1</b>	<b>14,3</b>	<b>19,7</b>	<b>277,0</b>
картофель - 01.09.-31.10.- 25%		169	127					
01.11.-31.12. -30%		182	127					
01.01-29.02 - 35%		196	127					
01.03 - 40%		212	127					
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)		115	85					
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)		128	85					
сухари		3	3					
масло сливочное		5	5					
масло растительное для смазки		2	2					
Соль йодированная		0,5	0,5					
сыр		5,5	5					
помидоры свежие		16	15					
сметана		15	15					
чеснок		1	1					
<b>масса п/ф</b>			<b>250</b>					
<b>Напиток из сухофруктов</b>	<b>№638-2004</b>			<b>200</b>	<b>0,6</b>	<b>0,0</b>	<b>31,4</b>	<b>124,0</b>
сухофрукты		20	20					
сахар		15	15					
<b>или</b>								
<b>Сок в ассортименте</b>				<b>200</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>20</b>	<b>80</b>
<b>Хлеб пшеничный</b>				<b>50</b>	<b>3,95</b>	<b>0,5</b>	<b>23,8</b>	<b>115,5</b>
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>50</b>	<b>3,3</b>	<b>0,6</b>	<b>20,5</b>	<b>100</b>
<b>ИТОГО:</b>					<b>55,7</b>	<b>38,9</b>	<b>245,9</b>	<b>1555,7</b>

## 2 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
<b>Завтрак</b>								
					<b>29,7</b>	<b>21,1</b>	<b>72,9</b>	<b>602,6</b>
<b>Окорочка куриные запеченные</b>	<b>№494-2004</b>			<b>100</b>	<b>19,2</b>	<b>12,1</b>	<b>0,7</b>	<b>188</b>
окорочка куриные		170	150					
томатное паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)		1,8	1,8					
чеснок свежий		1	1					
масло растительное		3	3					
Соль йодированная		1	1					
<b>Сложный гарнир (шоре картофельное, капуста тушеная)</b>				<b>180</b>	<b>4,1</b>	<b>8,1</b>	<b>21,0</b>	<b>173,7</b>
<b>Шоре картофельное</b>	<b>№520-2004</b>			<b>100</b>	<b>2,2</b>	<b>3,3</b>	<b>14,8</b>	<b>97,7</b>
картофель - 01.09.-31.10.- 25%		114	86					
01.11.-31.12. -30%		123	86					
01.01-29.02 - 35%		132	86					
01.03 - 40%		144	86					
молоко питьевое		16	16					
масло сливочное		7	7					
Соль йодированная		0,5	0,5					
<b>Капуста тушеная</b>	<b>№534-2004</b>			<b>80</b>	<b>1,9</b>	<b>4,8</b>	<b>6,2</b>	<b>76,0</b>
капуста свежая белокочанная		120	96					
морковь - до 01.01 - 20%		7,5	6					
с 01.01 - 25%		8,0	6					
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)		2,4	2,4					
лук репчатый		3,6	3					
мука пшеничная		2,4	2,4					
масло растительное		5	5					
сахар		1	1					
Соль йодированная		1	1					
<b>Чай с сахаром</b>	<b>№685-2004</b>			<b>200</b>	<b>0,20</b>	<b>0,00</b>	<b>15,00</b>	<b>60,80</b>
чай-заварка		1	1					
сахар		15	15					
<b>Хлеб пшеничный витаминизированный</b>				<b>50</b>	<b>4,15</b>	<b>0,6</b>	<b>23,9</b>	<b>120</b>
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>30</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,3</b>	<b>60,1</b>
<b>Обед</b>								
					<b>31,6</b>	<b>21,3</b>	<b>115,3</b>	<b>769,8</b>
<b>Нарезка из свежих овощей</b>	<b>№18-2021 Пермь</b>			<b>60</b>	<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>2,2</b>	<b>12,0</b>
огурцы свежие		64,8	60					
или помидоры свежие		64,2	60					
<b>Борщ с капустой и картофелем, со сметаной</b>	<b>№110-2004</b>			<b>250/5</b>	<b>2,2</b>	<b>6,1</b>	<b>6,2</b>	<b>85,0</b>
свекла до 01.01 -20%		50	40					
с 01.01 - 25%		53	40					
капуста свежая белокочанная		25	20					
картофель - 01.09.-31.10.- 25%		27	20					
01.11.-31.12. -30%		29	20					
01.01-29.02 - 35%		31	20					
01.03 - 40%		33	20					
морковь - до 01.01 - 20%		16,3	13					
с 01.01 - 25%		17,3	13					
лук репчатый		12	10					
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)		6	6					
масло сливочное		5	5					
сахар		0,5	0,5					
сметана		5	5					
соль йодированная		0,5	0,5					
<b>Котлета по - хлыновски (мясо-картофельная)</b>	<b>№364-2021</b>			<b>100</b>	<b>17,0</b>	<b>8,4</b>	<b>6,0</b>	<b>168,0</b>
мясо свинина б/к		96	85					
картофель - 01.09.-31.10.- 25%		22	16					
01.11.-31.12. -30%		23	16					
01.01-29.02 - 35%		24	16					
01.03 - 40%		26	16					
лук репчатый		10	8,4					
яйца		9,2	8					
сухари		6	6					
масло сливочное		5	5					
<b>масса п/ф</b>			<b>125</b>					
соль йодированная		0,5	0,5					
<b>Перловка рассыпчатая</b>	<b>№207-2021</b>			<b>180</b>	<b>5,4</b>	<b>5,9</b>	<b>37,4</b>	<b>223,2</b>
Крупа перловая		60	60					
вода питьевая		144	144					
Соль йодированная		1	1					
масло сливочное		6	6					
<b>Компот из изюма</b>	<b>№638-2004</b>			<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>27,4</b>	<b>106,0</b>
изюм		20	20					
сахар		15	15					
<b>Хлеб пшеничный</b>				<b>50</b>	<b>3,95</b>	<b>0,5</b>	<b>23,8</b>	<b>115,5</b>
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>30</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,3</b>	<b>60,1</b>
<b>ИТОГО:</b>					<b>61,2</b>	<b>42,4</b>	<b>188,2</b>	<b>1372,4</b>

## 3 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
<b>Завтрак</b>					<b>36,3</b>	<b>17,8</b>	<b>84,8</b>	<b>646,6</b>
<b>Запеканка из творога со сгущенным молоком или повидлом</b>	<b>№279-2021</b>			<b>150/20</b>	<b>28,6</b>	<b>14,0</b>	<b>39,2</b>	<b>397,8</b>
творог		139,5	138					
крупа манная		9	9					
сахар		9	9					
яйца		6,8	6					
сметана		4,5	4,5					
масло сливочное		4,5	4,5					
масло растительное		3	3					
масса запеканки			177					
сгущенное молоко с сахаром или повидло		20	20					
<b>Кофейный напиток</b>	<b>№692-2004</b>			<b>200</b>	<b>3,2</b>	<b>3,1</b>	<b>19,0</b>	<b>116,7</b>
кофейный напиток		4	4					
сахар		15	15					
молоко питьевое		130	130					
<b>Хлеб пшеничный витаминизированный</b>				<b>30</b>	<b>2,5</b>	<b>0,4</b>	<b>14,3</b>	<b>72</b>
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>30</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,3</b>	<b>60,1</b>
<b>Обед</b>					<b>36,2</b>	<b>38,7</b>	<b>107,3</b>	<b>937,2</b>
<b>Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком</b>	<b>№4/1-2011, Екатеринбург</b>			<b>100</b>	<b>1,5</b>	<b>5,0</b>	<b>3,6</b>	<b>65</b>
капуста свежая белокочанная		95	76,3					
капуста старого урожая используется в сыром виде до 1 марта, с 1 марта только капуста нового урожая или другой салат								
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)		31,3	20					
лимон		2	2					
масло растительное		5	5					
соль йодированная		0,5	0,5					
или								
<b>Горошек зеленый консервированный с маслом растительным</b>				<b>55/5</b>	<b>1,4</b>	<b>7,2</b>	<b>3,0</b>	<b>82,4</b>
Горошек зеленый консервированный (после термической обработки)		85	55					
масло растительное		5	5					
<b>Уха рыбацкая</b>				<b>250</b>	<b>7,4</b>	<b>5,9</b>	<b>8,4</b>	<b>116</b>
горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без кости)		43	30					
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)		41	30					
масса готовой рыбы			25					
картофель - 01.09.-31.10. - 25%		80	60					
01.11.-31.12. - 30%		86	60					
01.01.-29.02 - 35%		92	60					
01.03 - 40%		100	60					
лук репчатый		15	13					
масло растительное		3	3					
масло сливочное		5	5					
зелень сушеная (петрушка, укроп)		0,1	0,1					
Соль йодированная		0,5	0,5					
<b>Чахохбили</b>	<b>№ 491 - 2004</b>			<b>100</b>	<b>15,6</b>	<b>15,2</b>	<b>12</b>	<b>254</b>
Филе куриной грудки		86	73					
масло растительное		7,7	8					
масса тушеных кур			50					
лук репчатый		75	63					
масса пассерованного лука			31					
томатная паста		2	2					
мука пшеничная		1	1					
зелень сушеная (укроп)		0,1	0,1					
соль йодированная		1	1					
<b>Картофель, запеченный в сметанном соусе</b>	<b>№259-2004</b>			<b>180</b>	<b>5,2</b>	<b>11,6</b>	<b>24,1</b>	<b>230,4</b>
картофель - 01.09.-31.10. - 25%		200	150					
01.11.-31.12. - 30%		215	150					
01.01.-29.02 - 35%		231	150					
01.03 - 40%		251	150					
масло сливочное		5,5	5,5					
<b>масса готового картофеля</b>			<b>145</b>					
Соус (№600-2004)			<b>35</b>					
Сметана		8,8	8,8					
Масло сливочное		2,7	2,7					
мука		2,7	2,7					
вода		26,3	26,3					
соль йодированная		1	1					
<b>Компот из свежих яблок и(или) ягод</b>	<b>№207-2013, И.</b>			<b>200</b>	<b>0,5</b>	<b>0,2</b>	<b>23,1</b>	<b>96,2</b>
яблоки свежие с удаленной семенной гнездом		22,8	20					
и (или) смородина или вишня свежемороженая		21	20					
сахар		15	15					
<b>Хлеб пшеничный</b>				<b>50</b>	<b>3,95</b>	<b>0,5</b>	<b>23,8</b>	<b>115,5</b>
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>30</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,3</b>	<b>60,1</b>
<b>ИТОГО:</b>					<b>72,5</b>	<b>56,5</b>	<b>192,1</b>	<b>1583,8</b>

## 4 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
<b>Завтрак</b>					<b>31,30</b>	<b>26,20</b>	<b>80,60</b>	<b>670,50</b>
<b>Гуляш из мяса</b>	<b>№437-2004</b>			<b>100</b>	<b>20,00</b>	<b>19,50</b>	<b>3,30</b>	<b>258,00</b>
мясо свинина б/к		125,0	110,6					
масло растительное		5,6	5,6					
масса тушеного мяса			70,0					
масса соуса			30,0					
лук репчатый		6,8	6,0					
томатная паста		3,0	3,0					
мука пшеничная		1,8	1,8					
Соль йодированная		1,0	1,0					
<b>Макаронные изделия отварные</b>	<b>№516-2004</b>			<b>180</b>	<b>6,7</b>	<b>6,0</b>	<b>35,5</b>	<b>221,4</b>
макаронные изделия		61	61					
масло сливочное		8	8					
Соль йодированная		1	1					
<b>Чай с лимоном</b>	<b>№686-2004</b>			<b>200/5</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>15,2</b>	<b>59</b>
чай - заварка		1,0	1,0					
сахар		15	15					
лимон		6	5					
<b>Хлеб пшеничный витаминизированный</b>				<b>30</b>	<b>2,5</b>	<b>0,4</b>	<b>14,3</b>	<b>72</b>
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>30</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,3</b>	<b>60,1</b>
<b>Обед</b>					<b>33,0</b>	<b>36,7</b>	<b>135,3</b>	<b>1010,7</b>
<b>Нарезка из свежих овощей</b>	<b>№18-2021 Пермь</b>			<b>60</b>	<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>2,2</b>	<b>12,0</b>
огурцы свежие		64,8	60					
или помидоры свежие		64,2	60					
<b>или</b>								
<b>Овощи консервированные без уксуса (огурцы)</b>	<b>№101-2004</b>	109,8	60	<b>60</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>1,0</b>	<b>6,5</b>
<b>Суп гороховый с гречками</b>	<b>№139-2004</b>			<b>250/20</b>	<b>5,6</b>	<b>8,4</b>	<b>32,0</b>	<b>226,0</b>
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					
горох лущёный		20	20					
лук репчатый		12	10					
морковь - до 01.01 - 20%		16	13					
с 01.01 - 25%		17	13					
масло сливочное		5	5					
хлеб пшеничный		38	32					
соль йодированная		0,5	0,5					
<b>Котлета рубленая с белокочанной капустой</b>	<b>№ 455-2004</b>			<b>100</b>	<b>16,5</b>	<b>14,4</b>	<b>1,6</b>	<b>204,0</b>
мясо свинина б/к		61	54					
хлеб пшеничный		11,4	11,4					
молоко питьевое		15,7	15,7					
<b>фарш:</b>								
капуста свежая белокочанная		42,5	34					
масло сливочное		3	3					
масса припущенной капусты			30					
сухари панировочные		6	6					
масса п/ф			119					
масло сливочное		6	6					
соль йодированная		1	1					
<b>Рагу овощное</b>	<b>№541-2004</b>			<b>180</b>	<b>4,3</b>	<b>13,0</b>	<b>31,2</b>	<b>259,1</b>
картофель - 01.09.-31.10. - 25%		80	60					
01.11.-31.12. - 30%		86	60					
01.01.-29.02 - 35%		92	60					
01.03 - 40%		100	60					
морковь - до 01.01 - 20%		25,0	20					
с 01.01 - 25%		26,6	20					
лук репчатый		15	12,5					
капуста свежая		72	57					
масло сливочное		7,5	7,5					
соус томатный (№587-2004)			50					
масло сливочное		2,2	2,2					
мука пшеничная		2,2	2,2					
морковь		4	3					
лук репчатый		1,2	1					
томатная паста		5	5					
масло сливочное		0,8	0,8					
сахар		0,5	0,5					
соль йодированная		1	1					
<b>Кисель из концентрата</b>	<b>№ 591-1996</b>			<b>200</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>32,2</b>	<b>134,0</b>
Кисель концентрат		24	24					
<b>или</b>								
<b>Сок в ассортименте</b>				<b>200</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>20,0</b>	<b>80,0</b>
<b>Хлеб пшеничный</b>				<b>50</b>	<b>4,0</b>	<b>0,5</b>	<b>23,8</b>	<b>115,5</b>
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>30</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,3</b>	<b>60,1</b>
<b>ИТОГО:</b>					<b>64,3</b>	<b>62,9</b>	<b>215,9</b>	<b>1681,2</b>

## 5 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
<b>Завтрак</b>								
<b>Котлета или биточки рыбные запеченные</b>	<b>№388-2004</b>			<b>100</b>	<b>10,33</b>	<b>9,25</b>	<b>12,92</b>	<b>176,25</b>
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)		112	83					
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)		125	83					
хлеб пшеничный		15	15					
вода питьевая		13	13					
лук репчатый		4	3					
яйцо куриное		4	4					
сухари		5	5					
масло растительное		2	2					
Соль йодированная		0,5	0,5					
<b>Пюре картофельное</b>	<b>№520-2004</b>			<b>180</b>	<b>4,0</b>	<b>5,3</b>	<b>28,2</b>	<b>176,0</b>
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		28,8	28,8					
масло сливочное		6	6					
Соль йодированная		1,0	1,0					
<b>Кофейный напиток</b>	<b>№692-2004</b>			<b>200</b>	<b>3,2</b>	<b>3,1</b>	<b>19,0</b>	<b>116,7</b>
кофейный напиток		4	4					
сахар		15	15					
молоко питьевое		130	130					
<b>Хлеб пшеничный витаминизированный</b>				<b>50</b>	<b>4,15</b>	<b>0,6</b>	<b>23,9</b>	<b>120</b>
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>30</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,3</b>	<b>60,1</b>
<b>Обед</b>								
<b>Салат из капусты белокочанной с морковью</b>	<b>№4-2013,</b>			<b>100</b>	<b>1,8</b>	<b>5,3</b>	<b>10,0</b>	<b>91,0</b>
капуста белокочанная свежая		117	83,3					
морковь - до 01.01 - 20%		12,5	10					
с 01.01 - 25%		13	10					
капуста и морковь старого урожая используется в сыром виде до 1 марта, с 1 марта только капуста								
сахар		3,7	3,7					
лимон		1,45	1,25					
масло растительное на полив при подаче		5	5					
соль йодированная		0,5	0,5					
<b>или</b>								
<b>Салат из картофеля и моркови с зеленым горошком</b>	<b>№42-2021 г.</b>			<b>80</b>	<b>2,0</b>	<b>5,0</b>	<b>6,6</b>	<b>80,0</b>
картофель - 01.09.-31.10.- 25%		44	33					
01.11.-31.12. -30%		47	33					
01.01.-29.02 - 35%		51	33					
01.03 - 40%		55	33					
масса отварного картофеля			30					
морковь - до 01.01 - 20%		35	28					
с 01.01 - 25%		37	28					
масса отварной моркови			25					
горошек зеленый консервированный		26	17					
масло растительное		5	5					
соль йодированная		1	1					
<b>Шулэн (суп-лапша с мясом или курой)</b>	<b>№ 188 - 1997</b>			<b>250</b>	<b>9,3</b>	<b>4,5</b>	<b>13,2</b>	<b>130,8</b>
Мясо свинина б/к		19	16					
масса отварного мяса			10					
или окорочка куриные		17	15					
масса отварного куриного мяса			10					
Лапша для лагмана		24	24					
соль йодированная		0,5	0,5					
морковь		6,3	5					
Лук репчатый		8,9	7,5					
вода питьевая		290	290					
<b>Гречка по-купечески</b>	<b>№444-2004</b>			<b>220</b>	<b>16,3</b>	<b>18,2</b>	<b>35,0</b>	<b>369,0</b>
мясо свинина б/к		127	112					
масса тушеного мяса			70					
масло растительное		15	15					
крупа гречневая		50	50					
томатная паста		1,2	1,2					
морковь - до 01.01 - 20%		50	40					
с 01.01 - 25%		53	40					
лук репчатый		15	13					
Соль йодированная		0,5	0,5					
<b>или</b>								
<b>Печень говяжья по-строгановски</b>	<b>№356-2021</b>			<b>100</b>	<b>19,5</b>	<b>9,4</b>	<b>7,6</b>	<b>193,0</b>
печень говяжья		143	118					
масса печени припущенной			80					
масло растительное		5	5					
Соль йодированная		0,5	0,5					
<b>Совс № 408-2021</b>			<b>40,0</b>					
вода		32,0	32,0					
сметана		10,0	10,0					
масло сливочное		1	1					
мука пшеничная		1	1					
масса п/ф			125,0					
<b>Гречка вязкая отварная</b>	<b>№510-2004</b>			<b>180</b>	<b>5,4</b>	<b>8,0</b>	<b>26,8</b>	<b>201</b>
крупа гречневая		45	45					
вода питьевая		144	144					
соль йодированная		1	1					
масло сливочное		6	6					
<b>Компот из изюма</b>	<b>№638-2004</b>			<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>27,4</b>	<b>106,0</b>
изюм		20	20					
сахар		15	15					
<b>или</b>								
<b>Сок в ассортименте</b>				<b>200</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>20</b>	<b>80</b>
<b>Хлеб пшеничный</b>				<b>50</b>	<b>3,95</b>	<b>0,5</b>	<b>23,8</b>	<b>115,5</b>
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>50</b>	<b>3,3</b>	<b>0,6</b>	<b>20,5</b>	<b>100</b>
<b>ИТОГО:</b>					<b>67,3</b>	<b>46,8</b>	<b>225,6</b>	<b>1586,2</b>

## 6 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
<b>Завтрак</b>					<b>19,2</b>	<b>14,4</b>	<b>87,9</b>	<b>560,5</b>
Суп молочный с макаронными изделиями	№139-2021			250	7,2	8,1	24,6	200,2
Молоко		250	250					
вода		0	0					
макаронные изделия		20	20					
масло сливочное		2,5	2,5					
сахар		2,5	2,5					
Соль йодированная		0,5	0,5					
Ватрушка "Царская"	(ТТК)			100	7,1	4,6	20,6	151
творог		70	68					
крупа манная		3,5	3,6					
яйцо куриное		15	13,5					
сахар		5	5					
<b>крошка</b>			13					
сахар		2,6	2,6					
мука пшеничная		5,2	5,2					
масло сливочное		10	10					
масло растительное для смазки листа		1,3	1,3					
Облепиховый чай	№685-2004			200	0,4	1,0	16,1	77,2
чай-заварка		1	1					
облепиха замороженная		10	10					
сахар		15	15					
Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				30	2,0	0,3	12,3	60,1
<b>Обед</b>					<b>37,0</b>	<b>29,7</b>	<b>102,3</b>	<b>819,5</b>
Нарезка из свежих овощей	№18-2021 Пермь			60	0,6	0,1	2,2	12,0
огурцы свежие		64,8	60					
или помидоры свежие		64,2	60					
или								
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	№101-2004	109,8	60	60	0,5	0,1	1,0	6,5
Уха рыбацкая	№120-2021			250	7,4	5,9	8,4	116
горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без кости)		43	30					
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)		41	30					
масса готовой рыбы			25					
картофель - 01.09.-31.10.- 25%		80	60					
01.11.-31.12. -30%		86	60					
01.01-29.02 - 35%		92	60					
01.03 - 40%		100	60					
лук репчатый		15	13					
масло растительное		3	3					
масло сливочное		5	5					
зелень сушеная (петрушка, укроп)		0,1	0,1					
Соль йодированная		0,5	0,5					
Рагу из птицы	№ 376 - 2021 г. Пермь			200	21,1	22,6	16,0	352,0
филе цыпленка бройлера		83	79					
масса тушеной птицы			50					
картофель - 01.09.-31.10.- 25%		124	93					
01.11.-31.12. -30%		133	93					
01.01-29.02 - 35%		143	93					
01.03 - 40%		155	93					
морковь - до 01.01 - 20%		21	17					
с 01.01 - 25%		23	17					
лук репчатый		12	10					
томатная паста		2	2					
масло растительное		2	2					
мука пшеничная		2	2					
масса соуса			35					
Соль йодированная		0,5	0,5					
Напиток из сухофруктов	№638-2004			200	0,6	0,0	31,4	124,0
сухофрукты		20	20					
сахар		15	15					
или								
Сок в ассортименте				200	0	0	20	80
Хлеб пшеничный				50	3,95	0,5	23,8	115,5
Хлеб ржаной				50	3,3	0,6	20,5	100
<b>ИТОГО:</b>					<b>56,2</b>	<b>44,1</b>	<b>190,2</b>	<b>1380,0</b>

## 7 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
<b>Завтрак</b>					<b>21,9</b>	<b>18,7</b>	<b>74,0</b>	<b>551,1</b>
<b>Азу</b>	<b>№325-2021</b>			<b>100</b>	<b>13,3</b>	<b>12,7</b>	<b>4,0</b>	<b>184,0</b>
Мясо свинина б/к		88	78					
масса отварного мяса			48					
огурцы соленые		28	16					
лук репка		9,5	8					
томатная паста		2,8	2,8					
масло растительное		4	4					
мука пшеничная		4	4					
чеснок		3	2,5					
соль йодированная		0,5	0,5					
масса соуса и овощей			77					
масса п/ф			125					
<b>Пюре картофельное</b>	<b>№520-2004</b>			<b>180</b>	<b>4,0</b>	<b>5,3</b>	<b>28,2</b>	<b>176,0</b>
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		28,8	28,8					
масло сливочное		8	8					
Соль йодированная		1	1					
<b>Чай с лимоном</b>	<b>№686-2004</b>			<b>200/5</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>15,2</b>	<b>59</b>
чай - заварка		1	1					
сахар		15	15					
лимон		6	5					
<b>Хлеб пшеничный витаминизированный</b>				<b>30</b>	<b>2,5</b>	<b>0,4</b>	<b>14,3</b>	<b>72</b>
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>30</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,3</b>	<b>60,1</b>
<b>Обед</b>					<b>33,4</b>	<b>33,1</b>	<b>111,2</b>	<b>876,6</b>
<b>Свекла отварная</b>	<b>№ 26- 2021</b>			<b>100</b>	<b>1,5</b>	<b>0,1</b>	<b>9,1</b>	<b>43,3</b>
свекла до 01.01 - 20%		126	100					
свекла с 01.01 - 25%		134	100					
<b>Рассольник "Домашний", со сметаной</b>	<b>р.131-2004</b>			<b>250/5</b>	<b>2,7</b>	<b>9,4</b>	<b>9,5</b>	<b>133</b>
капуста свежая белокочанная		25	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%		12,5	10					
с 01.01 - 25%		13	10					
лук репчатый		12	10					
огурцы соленые (без уксуса)		27	15					
масло сливочное		4	4					
сметана		5	5					
соль йодированная		0,5	0,5					
<b>Тефтели с рисом "Ёжики" в соусе</b>	<b>№350-2021</b>			<b>90/30</b>	<b>10,50</b>	<b>8,10</b>	<b>12,10</b>	<b>164,00</b>
свинина б/к		82	72					
лук репчатый		21,4	18					
вода питьевая		5,4	5,4					
крупа рисовая		11	11					
масса готовой каши			30,5					
мука пшеничная		9	9					
масло растительное		7,2	7,2					
Соль йодированная		0,5	0,5					
<b>соус(№419-2021)</b>			<b>30</b>					
Вода		15	15					
масло сливочное		1,5	1,5					
мука пшеничная		1,5	1,5					
томатная паста		1,8	1,8					
<b>масса п/ф</b>			<b>140</b>					
<b>Гречка вязкая отварная</b>	<b>№510-2004</b>			<b>180</b>	<b>5,4</b>	<b>8,0</b>	<b>26,8</b>	<b>201</b>
крупа гречневая		45	45					
вода питьевая		144	144					
соль йодированная		1	1					
масло сливочное		6	6					
<b>Молоко кипяченое или молоко в инд.уп.</b>	<b>№ 469-2021</b>	<b>211</b>	<b>200</b>	<b>200</b>	<b>6</b>	<b>6,4</b>	<b>9,4</b>	<b>120</b>
<b>Хлеб пшеничный</b>				<b>50</b>	<b>3,95</b>	<b>0,5</b>	<b>23,8</b>	<b>115,5</b>
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>50</b>	<b>3,3</b>	<b>0,6</b>	<b>20,5</b>	<b>100</b>
<b>ИТОГО:</b>					<b>55,3</b>	<b>51,8</b>	<b>185,2</b>	<b>1427,7</b>

## 8 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
<b>Завтрак</b>					<b>37,6</b>	<b>17,4</b>	<b>95,5</b>	<b>692,0</b>
<b>Запеканка из творога со сгущенным молоком или повидлом</b>	<b>№279-2021</b>			<b>150/20</b>	<b>28,6</b>	<b>14,0</b>	<b>39,2</b>	<b>397,8</b>
творог		139,5	138					
крупа манная		9	9					
сахар		9	9					
яйца		6,8	6					
сметана		4,5	4,5					
масло сливочное		4,5	4,5					
масло растительное		3	3					
масса запеканки			177					
сгущенное молоко с сахаром или повидло		20	20					
<b>Чай с молоком</b>	<b>№630-1996</b>			<b>200</b>	<b>2,8</b>	<b>2,5</b>	<b>20,1</b>	<b>114,1</b>
чай-заварка		1,0	1,0					
сахар		15	15					
молоко питьевое		100	100					
<b>Хлеб пшеничный витаминизированный</b>				<b>50</b>	<b>4,15</b>	<b>0,6</b>	<b>23,9</b>	<b>120</b>
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>30</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,3</b>	<b>60,1</b>
<b>Обед</b>					<b>35,2</b>	<b>29,9</b>	<b>102,5</b>	<b>815,5</b>
<b>Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком</b>	<b>№4/1-2011, Екатеринбург</b>			<b>100</b>	<b>1,5</b>	<b>5,0</b>	<b>3,6</b>	<b>65</b>
капуста свежая белокочанная		95	76,3					
капуста старого урожая используется в сыром виде до 1 марта, с 1 марта только капуста нового урожая или другой салат								
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)		31,3	20					
лимон		2	2					
масло растительное		5	5					
соль йодированная		0,5	0,5					
<b>или</b>								
<b>Горошек зеленый консервированный с маслом растительным</b>				<b>55/5</b>	<b>1,4</b>	<b>7,2</b>	<b>3,0</b>	<b>82,4</b>
Горошек зеленый консервированный (после термической обработки)		85	55					
масло растительное		5	5					
<b>Суп с крупой и куриными фрикадельками</b>	<b>№153-2004</b>			<b>250/25</b>	<b>8,9</b>	<b>9,5</b>	<b>7,5</b>	<b>152,0</b>
бульон или вода		250	250					
крупа пшеничная		20	20					
морковь до 01.01.-20%		12,5	10					
с 01.01 - 25%		13,3	10					
лук репчатый		12	10					
масло сливочное		3	3					
<b>фрикадельки №154-2004</b>			<b>25</b>					
филе цыпленка бройлера		30	28,5					
лук репчатый		3	2,5					
вода питьевая		2,5	2,5					
яйцо куриное		2	2					
Соль йодированная		0,5	0,5					
<b>Рыба, запеченная с картофелем под сырной шапкой</b>	<b>ТТК</b>			<b>220</b>	<b>17,1</b>	<b>14,3</b>	<b>19,7</b>	<b>277,0</b>
картофель - 01.09.-31.10.- 25%		169	127					
01.11.-31.12. -30%		182	127					
01.01-29.02 - 35%		196	127					
01.03 - 40%		212	127					
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)		115	85					
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)		128	85					
сухари		3	3					
масло сливочное		5	5					
масло растительное для смазки		2	2					
Соль йодированная		0,5	0,5					
сыр		5,5	5					
помидоры свежие		16	15					
сметана		15	15					
чеснок		1	1					
<b>масса п/ф</b>			<b>250</b>					
<b>Компот из изюма</b>	<b>№638-2004</b>			<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>27,4</b>	<b>106,0</b>
изюм		20	20					
сахар		15	15					
<b>Хлеб пшеничный</b>				<b>50</b>	<b>3,95</b>	<b>0,5</b>	<b>23,8</b>	<b>115,5</b>
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>50</b>	<b>3,3</b>	<b>0,6</b>	<b>20,5</b>	<b>100</b>
<b>ИТОГО:</b>					<b>72,7</b>	<b>47,3</b>	<b>198,0</b>	<b>1507,5</b>



## 9 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
<b>Завтрак</b>					<b>25,6</b>	<b>23,2</b>	<b>84,0</b>	<b>649,0</b>
<b>Жаркое по - домашнему</b>	<b>№436-2004</b>			<b>250</b>	<b>15,7</b>	<b>17,9</b>	<b>32,3</b>	<b>352,9</b>
свинина мясная		90	80					
масса готового мяса			50					
картофель - 01.09.-31.10.- 25%		219	165					
01.11.-31.12. -30%		236	165					
01.01-29.02 - 35%		254	165					
01.03 - 40%		276	165					
морковь до 01.01.-20%		31	25					
с 01.01 - 25%		33	25					
лук репчатый		24	20					
масло растительное		12	12					
Соль йодированная		0,5	0,5					
<b>Сыр полутвердый (порциями)</b>	<b>№75-2021</b>	<b>16</b>	<b>15</b>	<b>15</b>	<b>3,5</b>	<b>4,4</b>	<b>0</b>	<b>53,2</b>
<b>Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"</b>	<b>№686-2004</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>15,5</b>	<b>62,8</b>
чай-заварка		1	1					
сахар		15	15					
лимон		11	10					
апельсин		22,5	20					
<b>Хлеб пшеничный витаминизированный</b>				<b>50</b>	<b>4,15</b>	<b>0,6</b>	<b>23,9</b>	<b>120</b>
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>30</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,3</b>	<b>60,1</b>
<b>Обед</b>					<b>28,5</b>	<b>29,0</b>	<b>144,7</b>	<b>955,2</b>
<b>Салат из свежих огурцов или помидоров с маслом растительным</b>	<b>№17-2021 Пермь</b>			<b>55/5</b>	<b>0,6</b>	<b>5,1</b>	<b>2,2</b>	<b>57,0</b>
огурцы свежие		60	55					
или помидоры свежие		58	55					
масло растительное		5	5					
или								
<b>Икра кабачковая</b>	<b>№ 26- 2021</b>			<b>80</b>	<b>0,6</b>	<b>1,4</b>	<b>3,2</b>	<b>28,8</b>
Икра кабачкова про. пр-ва (после термической обработки)		84	80					
<b>Суп гороховый с гречками</b>	<b>№139-2004</b>			<b>250/20</b>	<b>5,6</b>	<b>8,4</b>	<b>32,0</b>	<b>226,0</b>
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					
горох лущёный		20	20					
лук репчатый		12	10					
морковь - до 01.01 - 20%		16	13					
с 01.01 - 25%		17	13					
масло сливочное		5	5					
хлеб пшеничный		38	32					
соль йодированная		0,5	0,5					
<b>Печень в сметанном соусе</b>	<b>№439-2004</b>			<b>100</b>	<b>13,0</b>	<b>7,7</b>	<b>8,1</b>	<b>153,6</b>
Печень с/м		103	85					
мука		3	3					
масло растительное		5	5					
соль йодированная		1	1					
сметана		7,5	7,5					
мука		2,2	2,2					
<b>Рис припущенный</b>	<b>№512-2004</b>			<b>180</b>	<b>4,3</b>	<b>7,2</b>	<b>44,4</b>	<b>265,0</b>
крупа рисовая		64	64					
вода питьевая		132	132					
масло сливочное		9	9					
Соль йодированная		1	1					
<b>Напиток из сухофруктов</b>	<b>№638-2004</b>			<b>200</b>	<b>0,6</b>	<b>0,0</b>	<b>31,4</b>	<b>124,0</b>
сухофрукты		20	20					
сахар		15	15					
или								
<b>Сок в инд. уп.</b>				<b>200</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>20</b>	<b>80</b>
<b>Хлеб пшеничный</b>				<b>30</b>	<b>2,37</b>	<b>0,3</b>	<b>14,3</b>	<b>69,5</b>
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>30</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,3</b>	<b>60,1</b>
<b>ИТОГО:</b>					<b>54,0</b>	<b>52,2</b>	<b>228,6</b>	<b>1604,2</b>

## 10 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
<b>Завтрак</b>					<b>25,5</b>	<b>28,3</b>	<b>61,4</b>	<b>602,3</b>
<b>Омлет натуральный с маслом</b>	<b>№340-2004</b>			<b>170</b>	<b>15,9</b>	<b>24,2</b>	<b>4,0</b>	<b>295,0</b>
яйца		125	110					
молоко питьевое		66	66					
масло растительное		2,5	2,5					
масса омлета			<b>165</b>					
масло сливочное		5	5					
соль йодированная		0,5	0,5					
<b>Какао с молоком</b>	<b>№642-1996</b>			<b>200</b>	<b>3,4</b>	<b>3,2</b>	<b>21,2</b>	<b>127,2</b>
какао - порошок		3	3					
молоко питьевое		130	130					
сахар		15	15					
<b>Хлеб пшеничный витаминизированный</b>				<b>50</b>	<b>4,15</b>	<b>0,6</b>	<b>23,9</b>	<b>120</b>
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>30</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,3</b>	<b>60,1</b>
<b>Обед</b>					<b>36,9</b>	<b>24,7</b>	<b>109,1</b>	<b>802,2</b>
<b>Нарезка из свежих овощей</b>	<b>№18-2021 Пермь</b>			<b>60</b>	<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>2,2</b>	<b>12,0</b>
огурцы свежие		64,8	60					
или помидоры свежие		64,2	60					
или								
<b>Овощи консервированные без уксуса (огурцы)</b>	<b>№101-2004</b>	109,8	60	<b>60</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>1,0</b>	<b>6,5</b>
<b>Суп-пюре из разных овощей с гренками</b>	<b>№168-2004</b>			<b>250//20</b>	<b>8,8</b>	<b>9,0</b>	<b>29,5</b>	<b>234,2</b>
Капуста свежая		25	20					
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					
морковь - до 01.01 - 20%		19	15					
с 01.01 - 25%		20	15					
лук репчатый		12	10					
мука пшеничная		5	5					
масло сливочное		5	5					
молоко питьевое		38	38					
Бульон		190	190					
хлеб пшеничный		38	32					
соль йодированная		0,5	0,5					
<b>Бигус</b>	<b>№329-2021</b>			<b>200</b>	<b>19,8</b>	<b>14,5</b>	<b>5,7</b>	<b>234,3</b>
Капуста белокочанная		225	180					
мясо свинина б/к		89	79					
<b>масса тушеного мяса</b>			<b>50</b>					
морковь - до 01.01 - 20%		21	17					
с 01.01 - 25%		22,6	17					
лук репка		7,1	6					
томатная паста		3	3					
масло растительное		4,8	4,8					
соль йодированная		1	1					
масса пассерованных овощей			<b>200</b>					
<b>масса п/ф</b>			<b>250</b>					
<b>Компот из изюма</b>	<b>№638-2004</b>			<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>27,4</b>	<b>106,0</b>
изюм		20	20					
сахар		15	15					
<b>Хлеб пшеничный</b>				<b>50</b>	<b>3,95</b>	<b>0,5</b>	<b>23,8</b>	<b>115,5</b>
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>50</b>	<b>3,3</b>	<b>0,6</b>	<b>20,5</b>	<b>100</b>
<b>ИТОГО:</b>					<b>62,3</b>	<b>53,0</b>	<b>170,5</b>	<b>1404,5</b>

## 11 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
<b>Завтрак</b>					<b>22,2</b>	<b>20,1</b>	<b>90,1</b>	<b>632,5</b>
<b>Котлеты рубленые из птицы "Нежные", с соусом томатным</b>	<b>№498, 587-2004</b>			<b>90/30</b>	<b>10,4</b>	<b>11,2</b>	<b>12,1</b>	<b>190,8</b>
филе цыпленка бройлера		99	91					
хлеб пшеничный		17	17					
лук репчатый		9,5	8					
молоко питьевое		18	18					
яйцо куриное		6,8	6,8					
мука пшеничная		5,5	5,5					
масло растительное		2,5	2,5					
масса готовых котлет			90					
соус томатный №587-2004			30					
мука пшеничная		1,2	1,2					
вода питьевая		22,5	22,5					
масло сливочное		1,8	1,8					
морковь - до 01.01 - 20%		2	1,8					
с 01.01 - 25%		2,5	1,8					
лук репчатый		1,2	1					
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)		3	3					
сахар		1	1					
Соль йодированная		0,5	0,5					
<b>Гречка вязкая отварная</b>	<b>№510-2004</b>			<b>180</b>	<b>5,4</b>	<b>8,0</b>	<b>26,8</b>	<b>201</b>
крупа гречневая		45	45					
вода питьевая		144	144					
соль йодированная		1	1					
масло сливочное		9	9					
<b>Чай с сахаром</b>	<b>№685-2004</b>			<b>200</b>	<b>0,20</b>	<b>0,00</b>	<b>15,00</b>	<b>60,80</b>
чай-заварка		1	1					
сахар		15	15					
<b>Хлеб пшеничный витаминизированный</b>				<b>50</b>	<b>4,15</b>	<b>0,6</b>	<b>23,9</b>	<b>120</b>
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>30</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,3</b>	<b>60,1</b>
<b>Обед</b>					<b>31,1</b>	<b>27,3</b>	<b>123,4</b>	<b>855,1</b>
<b>Нарезка из свежих овощей</b>	<b>№18-2021 Пермь</b>			<b>80</b>	<b>0,8</b>	<b>0,1</b>	<b>2,9</b>	<b>16,0</b>
огурцы свежие		86,4	80					
или помидоры свежие		85,6	80					
или								
<b>Овощи консервированные без уксуса (огурцы)</b>	<b>№101-2004</b>	146,4	80	<b>80</b>	<b>0,7</b>	<b>0,1</b>	<b>1,6</b>	<b>8,7</b>
<b>Борщ с капустой и картофелем, со сметаной</b>	<b>№110-2004</b>			<b>250/5</b>	<b>2,2</b>	<b>6,1</b>	<b>6,2</b>	<b>85,0</b>
свекла до 01.01 -20%		50	40					
с 01.01 - 25%		53	40					
капуста свежая белокочанная		25	20					
картофель - 01.09.-31.10.- 25%		27	20					
01.11.-31.12. -30%		29	20					
01.01-29.02 - 35%		31	20					
01.03 - 40%		33	20					
морковь - до 01.01 - 20%		16,3	13					
с 01.01 - 25%		17,3	13					
лук репчатый		12	10					
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)		6	6					
масло сливочное		5	5					
сахар		0,5	0,5					
сметана		5	5					
соль йодированная		0,5	0,5					
<b>Мясо рубленое "Стожок"</b>	<b>(ТТК)</b>			<b>90/20</b>	<b>14,8</b>	<b>14,3</b>	<b>11,3</b>	<b>233</b>
Мясо свинина		76	67					
Хлеб пшеничный		16,2	16,2					
Молоко питьевое		18	18					
Лук репчатый		6,4	5,4					
<b>Масса полуфабриката</b>			<b>111</b>					
Масло растительное		5	5					
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					
яйцо куриное		4,5	4,5					
соль йодированная		0,5	0,5					
<b>Макаронные изделия отварные</b>	<b>№516-2004</b>			<b>180</b>	<b>6,7</b>	<b>6,0</b>	<b>35,5</b>	<b>221,4</b>
макаронные изделия		61	61					
масло сливочное		7	7					
Соль йодированная		1	1					
<b>Напиток из сухофруктов</b>	<b>№638-2004</b>			<b>200</b>	<b>0,6</b>	<b>0,0</b>	<b>31,4</b>	<b>124,0</b>
сухофрукты		20	20					
сахар		15	15					
или								
<b>Сок в инд. уп.</b>				<b>200</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>20</b>	<b>80</b>
<b>Хлеб пшеничный</b>				<b>50</b>	<b>3,95</b>	<b>0,5</b>	<b>23,8</b>	<b>115,5</b>
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>30</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,3</b>	<b>60,1</b>
<b>ИТОГО:</b>					<b>53,2</b>	<b>47,4</b>	<b>213,5</b>	<b>1487,6</b>

## 12 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
<b>Завтрак</b>					<b>23,5</b>	<b>19,3</b>	<b>88,9</b>	<b>623,4</b>
<b>Бигус</b>	<b>№329-2021</b>			<b>200</b>	<b>19,8</b>	<b>14,5</b>	<b>5,7</b>	<b>234,3</b>
Капуста белокочанная		225	180					
мясо свинина б/к		89	79					
<b>масса тушеного мяса</b>			<b>50</b>					
морковь - до 01.01 - 20%		21	17					
с 01.01 - 25%		22,6	17					
лук репка		7,1	6					
томатная паста		3	3					
масло растительное		4,8	4,8					
соль йодированная		1	1					
масса пассерованных овощей			<b>200</b>					
<b>масса п/ф</b>			<b>250</b>					
<b>или</b>								
<b>Голубцы ленивые с соусом сметанным</b>	<b>р.600-2004,</b>			<b>200</b>	<b>16,4</b>	<b>18,2</b>	<b>12,8</b>	<b>280</b>
мясо свинина б/к		88	78					
крупа рисовая		4	4					
масса отварного риса			10					
лук репчатый		11,4	9,6					
масло сливочное		5	5					
масса припущенного с маслом лука			5					
капуста свежая белокочанная		120	96					
масло растительное для смазки листа		3	3					
<b>Выход готовых голубцов</b>			<b>2шт/80г</b>					
<b>Соус сметанный (р.600-2004)</b>			<b>40</b>					
сметана		7,5	7,5					
мука пшеничная		2,1	2,1					
бульон или отвар		30,0	30,0					
Соль йодированная		1	1					
<b>Чай с лимоном</b>	<b>№686-2004</b>			<b>200/5</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>15,2</b>	<b>59</b>
чай - заварка		1,0	1,0					
сахар		15	15					
лимон		6	5					
<b>Сок в инд. уп.</b>				<b>200</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>20,0</b>	<b>80,0</b>
<b>Хлеб пшеничный витаминизированный</b>				<b>60</b>	<b>5</b>	<b>0,8</b>	<b>28,6</b>	<b>144</b>
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>30</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,3</b>	<b>60,1</b>
<b>Обед</b>					<b>30,0</b>	<b>20,1</b>	<b>177,9</b>	<b>1020,9</b>
<b>Свекла отварная</b>	<b>№ 26- 2021</b>			<b>100</b>	<b>1,5</b>	<b>0,1</b>	<b>9,1</b>	<b>43,3</b>
свекла до 01.01 - 20%		126	100					
свекла с 01.01 - 25%		134	100					
<b>Суп гороховый с гречками</b>	<b>№139-2004</b>			<b>250/20</b>	<b>5,6</b>	<b>8,4</b>	<b>32,0</b>	<b>226,0</b>
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					
горох лущёный		20	20					
лук репчатый		12	10					
морковь - до 01.01 - 20%		16	13					
с 01.01 - 25%		17	13					
масло сливочное		5	5					
хлеб пшеничный		38	32					
соль йодированная		0,5	0,5					
<b>Зразы рыбные рубленые (паровые)</b>	<b>№393-2004</b>			<b>100</b>	<b>13,4</b>	<b>3,0</b>	<b>9,4</b>	<b>116,0</b>
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)		77	58					
или горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)		84	58					
хлеб пшеничный		15	15					
молоко питьевое или вода		16,7	16,7					
яйца		3,3	3,3					
масса рыбная котлетная			92					
яйца		16	16					
<b>масса готового омлета</b>			<b>13</b>					
морковь - до 01.01 - 20%		16,3	13					
с 01.01 - 25%		17,3	13					
масло сливочное		1,6	1,6					
соль йодированная		1	1					
<b>Рис припущенный</b>	<b>№512-2004</b>			<b>180</b>	<b>4,3</b>	<b>7,2</b>	<b>44,4</b>	<b>265,0</b>
крупа рисовая		64	64					
вода питьевая		132	132					
масло сливочное		9	9					
Соль йодированная		1,0	1,0					
<b>Кисель из концентрата</b>	<b>№ 591-1996</b>			<b>200</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>32,2</b>	<b>134,0</b>
Кисель концентрат		24	24					
<b>Фрукты свежие</b>	<b>№ 82-2021</b>			<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>24,2</b>	<b>107</b>
<b>Хлеб пшеничный</b>				<b>30</b>	<b>2,37</b>	<b>0,3</b>	<b>14,3</b>	<b>69,5</b>
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>30</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,3</b>	<b>60,1</b>
<b>ИТОГО:</b>					<b>53,5</b>	<b>39,4</b>	<b>266,8</b>	<b>1644,3</b>

## 13 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
<b>Завтрак</b>					<b>36,3</b>	<b>17,8</b>	<b>84,8</b>	<b>646,6</b>
<b>Запеканка из творога со сгущенным молоком или повидлом</b>	<b>№279-2021</b>			<b>150/20</b>	<b>28,6</b>	<b>14,0</b>	<b>39,2</b>	<b>397,8</b>
творог		139,5	138					
крупа манная		9	9					
сахар		9	9					
яйца		6,8	6					
сметана		4,5	4,5					
масло сливочное		4,5	4,5					
масло растительное		3	3					
масса запеканки			177					
сгущенное молоко с сахаром или повидло		20	20					
<b>Кофейный напиток</b>	<b>№692-2004</b>			<b>200</b>	<b>3,2</b>	<b>3,1</b>	<b>19,0</b>	<b>116,7</b>
кофейный напиток		4	4					
сахар		15	15					
молоко питьевое		130	130					
<b>Хлеб пшеничный витаминизированный</b>				<b>30</b>	<b>2,5</b>	<b>0,4</b>	<b>14,3</b>	<b>72</b>
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>30</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,3</b>	<b>60,1</b>
<b>Обед</b>					<b>28,7</b>	<b>27,8</b>	<b>118,9</b>	<b>833,5</b>
<b>Нарезка из свежих овощей</b>	<b>№18-2021 Пермь</b>			<b>60</b>	<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>2,2</b>	<b>12,0</b>
огурцы свежие		64,8	60					
или помидоры свежие		64,2	60					
или								
<b>Горошек зеленый консервированный с маслом растительным</b>				<b>55/5</b>	<b>1,4</b>	<b>7,2</b>	<b>3,0</b>	<b>82,4</b>
Горошек зеленый консервированный (после термической обработки)		85	55					
масло растительное		5	5					
<b>Рассольник "Домашний", со сметаной</b>	<b>р.131-2004</b>			<b>250/5</b>	<b>2,7</b>	<b>9,4</b>	<b>9,5</b>	<b>133</b>
капуста свежая белокочанная		25	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%		12,5	10					
с 01.01 - 25%		13	10					
лук репчатый		12	10					
огурцы соленые (без уксуса)		27	15					
масло сливочное		4	4					
сметана		5	5					
соль йодированная		0,5	0,5					
<b>Котлеты из мяса и курицы "Школьные"</b>	<b>№59-2006, Екатеринбург</b>			<b>100</b>	<b>13,7</b>	<b>11,9</b>	<b>7,3</b>	<b>191,0</b>
мясо свинина б/к		67	59					
филе цыпленка бройлера		18,8	17					
крупа рисовая		5	5					
молоко питьевое		16,7	16,7					
масса вязкой каши			20					
лук репчатый		4,6	3,9					
яйцо куриное		11,3	10					
мука пшеничная		6,2	6,2					
масло растительное для смазки листа		2,2	2,2					
Соль йодированная		0,5	0,5					
<b>Пюре картофельное</b>	<b>№520-2004</b>			<b>180</b>	<b>4,0</b>	<b>5,3</b>	<b>28,2</b>	<b>176,0</b>
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		28,8	28,8					
масло сливочное		6	6					
Соль йодированная		1,0	1,0					
<b>Компот из изюма</b>	<b>№638-2004</b>			<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>27,4</b>	<b>106,0</b>
изюм		20	20					
сахар		15	15					
или								
<b>Сок в ассортименте</b>				<b>200</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>20</b>	<b>80</b>
<b>Хлеб пшеничный</b>				<b>50</b>	<b>3,95</b>	<b>0,5</b>	<b>23,8</b>	<b>115,5</b>
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>50</b>	<b>3,3</b>	<b>0,6</b>	<b>20,5</b>	<b>100</b>
<b>ИТОГО:</b>					<b>65,0</b>	<b>45,6</b>	<b>203,7</b>	<b>1480,1</b>

## 14 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
<b>Завтрак</b>					<b>32,3</b>	<b>19,0</b>	<b>87,9</b>	<b>652,3</b>
<b>Окорочка куриные запеченные</b>	<b>№494-2004</b>			<b>100</b>	<b>19,2</b>	<b>12,1</b>	<b>0,7</b>	<b>188</b>
окорочка куриные		170	150					
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)		1,8	1,8					
чеснок свежий		1	1					
масло растительное		3	3					
Соль йодированная		1	1					
<b>Макаронные изделия отварные</b>	<b>№516-2004</b>			<b>180</b>	<b>6,7</b>	<b>6,0</b>	<b>35,5</b>	<b>221,4</b>
макаронные изделия		61	61					
масло сливочное		10	10					
Соль йодированная		1	1					
<b>Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"</b>	<b>№686-2004</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>15,5</b>	<b>62,8</b>
чай-заварка		1	1					
сахар		15	15					
лимон		11	10					
апельсин		10,5	10					
<b>Хлеб пшеничный витаминизированный</b>				<b>50</b>	<b>4,15</b>	<b>0,6</b>	<b>23,9</b>	<b>120</b>
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>30</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,3</b>	<b>60,1</b>
<b>Обед</b>					<b>40,5</b>	<b>35,4</b>	<b>91,0</b>	<b>843,6</b>
<b>Салат из капусты белокочанной с морковью</b>	<b>№4-2013, Пермь</b>			<b>100</b>	<b>1,8</b>	<b>5,3</b>	<b>10,0</b>	<b>91,0</b>
капуста белокочанная свежая		117	83,3					
морковь - до 01.01 - 20%		12,5	10					
с 01.01 - 25%		13	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								
сахар		3,7	3,7					
лимон		1,45	1,25					
масло растительное на полив при подаче		5	5					
соль йодированная		0,5	0,5					
<b>или</b>								
<b>Салат из свежих огурцов или помидоров с маслом</b>	<b>№17-2021 Пермь</b>			<b>55/5</b>	<b>0,6</b>	<b>5,1</b>	<b>2,2</b>	<b>57,0</b>
огурцы свежие		60	55					
или помидоры свежие		58	55					
масло растительное		5	5					
<b>Суп-харчо</b>	<b>№109-2021</b>			<b>250</b>	<b>8,1</b>	<b>13,0</b>	<b>12,3</b>	<b>198,0</b>
Вода		250	250					
окорочка куриные		18	16					
масса отварного мяса			10					
крупа рисовая		15	15					
лук репка		11	9,5					
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)		2	2					
масло растительное		5	5					
чеснок		1	1					
зелень сушеная (петрушка или укроп)		0,1	0,1					
Соль йодированная		0,5	0,5					
<b>Запеканка картофельная с печенью</b>	<b>№354-2021</b>			<b>230</b>	<b>18,5</b>	<b>9,8</b>	<b>22,8</b>	<b>253,1</b>
картофель - 01.09.-31.10.- 25%		287	216					
01.11.-31.12. -30%		309	216					
01.01-29.02 - 35%		333	216					
01.03 - 40%		361	216					
печень говяжья		65	53					
масса печени припущенной			45					
лук репчатый		10,5	8,8					
сухари панировочные		5	5					
масло сливочное		4	4					
яйцо куриное для смазки		2	2					
масло растительное для смазки		2	2					
Соль йодированная		0,5	0,5					
масса п/ф			285,0					
<b>Молоко кипяченое или молоко в инд.уп.</b>	<b>№ 469-2021</b>	<b>211</b>	<b>200</b>	<b>200</b>	<b>6</b>	<b>6,4</b>	<b>9,4</b>	<b>120</b>
<b>Хлеб пшеничный</b>				<b>50</b>	<b>3,95</b>	<b>0,5</b>	<b>23,8</b>	<b>115,5</b>
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>50</b>	<b>3,3</b>	<b>0,6</b>	<b>20,5</b>	<b>100</b>
<b>ИТОГО:</b>					<b>72,7</b>	<b>54,4</b>	<b>178,9</b>	<b>1495,9</b>

## 15 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
<b>Завтрак</b>					<b>37,8</b>	<b>16,7</b>	<b>109,7</b>	<b>744,0</b>
<b>Рыба тушеная в томате с овощами</b>	<b>№374-2004</b>			<b>100</b>	<b>26,4</b>	<b>8,7</b>	<b>5,0</b>	<b>203,7</b>
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)		143	105					
или горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)		149	105					
<b>масса готовой рыбы</b>			<b>70</b>					
Морковь		26,3	21					
Лук репчатый		10,7	9					
Томатная паста		4	4					
Масло растительное		5	5					
Сахар		2	2					
<b>масса овощей</b>			<b>30</b>					
соль йодированная		1	1					
<b>Пюре картофельное</b>	<b>№520-2004</b>			<b>180</b>	<b>4,0</b>	<b>5,3</b>	<b>28,2</b>	<b>176,0</b>
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		28,8	28,8					
масло сливочное		5	5					
Соль йодированная		1	1					
<b>Облепиховый чай</b>	<b>№685-2004</b>			<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>1,0</b>	<b>16,1</b>	<b>77,2</b>
чай-заварка		1	1					
облепиха замороженная		10	10					
сахар		15	15					
<b>Хлеб пшеничный витаминизированный</b>				<b>50</b>	<b>4,15</b>	<b>0,6</b>	<b>23,9</b>	<b>120</b>
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>30</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,3</b>	<b>60,1</b>
<b>Фрукты свежие</b>	<b>№ 82-2021</b>			<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>24,2</b>	<b>107</b>
<b>Или Сок в инд. уп.</b>				<b>200</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>20</b>	<b>80</b>
<b>Обед</b>					<b>37,9</b>	<b>29,2</b>	<b>122,5</b>	<b>905,3</b>
<b>Нарезка из свежих овощей</b>	<b>№18-2021 Пермь</b>			<b>60</b>	<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>2,2</b>	<b>12,0</b>
огурцы свежие		64,8	60					
или помидоры свежие		64,2	60					
<b>или</b>								
<b>Овощи консервированные без уксуса (огурцы)</b>	<b>№101-2004</b>	109,8	60	<b>60</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>1,0</b>	<b>6,5</b>
<b>Шулэн (суп-лапша с мясом)</b>	<b>№ 188 - 1997</b>			<b>250</b>	<b>9,3</b>	<b>4,5</b>	<b>13,2</b>	<b>130,8</b>
Мясо свинина б/к		19	16					
Масса отварного мяса			10					
Лапша для лагмана		24	24					
соль йодированная		0,5	0,5					
морковь		6,3	5					
Лук репчатый		8,9	7,5					
вода питьевая		290	290					
<b>Чахохбили</b>	<b>№ 491 - 2004</b>			<b>100</b>	<b>15,6</b>	<b>15,2</b>	<b>12</b>	<b>254</b>
Филе куриной грудки		82	73					
масло растительное		8	8					
масса тушеных кур			50					
лук репчатый		75	63					
масса пассерованного лука			31					
томатная паста		2	2					
мука пшеничная		1	1					
зелень сушеная (укроп)		0,1	0,1					
соль йодированная		0,5	0,5					
<b>Капуста тушеная</b>	<b>№534-2004</b>			<b>180</b>	<b>4,6</b>	<b>8,3</b>	<b>19,4</b>	<b>169</b>
капуста белокочанная свежая		258	206					
морковь - до 01.01 - 20%		13,5	11					
с 01.01 - 25%		15	11					
томатная паста (без содержания искусственных ароматизаторов, красителей, консервантов)		1,8	1,8					
лук репчатый		10	8					
мука пшеничная		2	2					
масло растительное		7	7					
Соль йодированная		1	1					
<b>Напиток из сухофруктов</b>	<b>№638-2004</b>			<b>200</b>	<b>0,6</b>	<b>0,0</b>	<b>31,4</b>	<b>124,0</b>
сухофрукты		20	20					
сахар		15	15					
<b>Хлеб пшеничный</b>				<b>50</b>	<b>3,95</b>	<b>0,5</b>	<b>23,8</b>	<b>115,5</b>
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>50</b>	<b>3,3</b>	<b>0,6</b>	<b>20,5</b>	<b>100</b>
<b>ИТОГО:</b>					<b>75,7</b>	<b>45,9</b>	<b>232,2</b>	<b>1649,3</b>

## 16 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
<b>Завтрак</b>					<b>17,6</b>	<b>16,7</b>	<b>82,0</b>	<b>549,2</b>
<b>Каша пшеничная жидкая с маслом</b>	<b>№311-2004</b>			<b>200</b>	<b>7,7</b>	<b>7,9</b>	<b>27,6</b>	<b>212,1</b>
крупы пшеничные		40	40					
воды питьевые		0	0					
молока питьевого		168	168					
сахара		3	3					
соли йодированной		0,5	0,5					
масла сливочного		10	10					
<b>Сыр полутвердый (порциями)</b>	<b>№75-2021</b>	<b>21</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>4,6</b>	<b>5,9</b>	<b>0</b>	<b>71</b>
<b>Чай с молоком</b>	<b>№630-1996</b>			<b>200</b>	<b>2,8</b>	<b>2,5</b>	<b>20,1</b>	<b>114,1</b>
чай-заварка		1	1					
сахар		15	15					
молока питьевого		100	100					
<b>Хлеб пшеничный витаминизированный</b>				<b>30</b>	<b>2,5</b>	<b>0,4</b>	<b>14,3</b>	<b>72</b>
<b>Сок в инд. уп.</b>				<b>200</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>20,0</b>	<b>80,0</b>
<b>Обед</b>					<b>32,2</b>	<b>25,5</b>	<b>115,6</b>	<b>814,7</b>
<b>Свекла отварная</b>	<b>№ 26- 2021</b>			<b>100</b>	<b>1,5</b>	<b>0,1</b>	<b>9,1</b>	<b>43,3</b>
свекла до 01.01 - 20%		126	100					
свекла с 01.01 - 25%		134	100					
<b>Уха рыбацкая</b>	<b>№120-2021</b>			<b>250</b>	<b>7,4</b>	<b>5,9</b>	<b>8,4</b>	<b>116</b>
горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без кости)		43	30					
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)		41	30					
масса готовой рыбы			25					
картофель - 01.09.-31.10.- 25%		80	60					
01.11.-31.12. -30%		86	60					
01.01-29.02 - 35%		92	60					
01.03 - 40%		100	60					
лук репчатый		15	13					
масло растительное		3	3					
масло сливочное		5	5					
зелень сушеная (петрушка, укроп)		0,1	0,1					
Соль йодированная		0,5	0,5					
<b>Кнели из птицы с рисом</b>	<b>№371-2021</b>			<b>100</b>	<b>11,5</b>	<b>10,3</b>	<b>5,4</b>	<b>160,0</b>
филе цыпленка бройлера		75	66					
молока питьевого		7,5	7,5					
крупы рисовой		7,5	7,5					
масса готовой каши			33					
масло сливочное		3,5	3,5					
соль йодированная		1	1					
масса п/ф			110					
<b>Сложный гарнир (шпоре картофельное, капуста тушеная)</b>				<b>180</b>	<b>4,1</b>	<b>8,1</b>	<b>21,0</b>	<b>173,7</b>
<b>Шпоре картофельное</b>	<b>№520-2004</b>			<b>100</b>	<b>2,2</b>	<b>3,3</b>	<b>14,8</b>	<b>97,7</b>
картофель - 01.09.-31.10.- 25%		114	86					
01.11.-31.12. -30%		123	86					
01.01-29.02 - 35%		132	86					
01.03 - 40%		144	86					
молока питьевого		16	16					
масло сливочное		7	7					
Соль йодированная		0,5	0,5					
<b>Капуста тушеная</b>	<b>№534-2004</b>			<b>80</b>	<b>1,9</b>	<b>4,8</b>	<b>6,2</b>	<b>76,0</b>
капуста свежая белокочанная		120	96					
морковь - до 01.01 - 20%		7,5	6					
с 01.01 - 25%		8,0	6					
томатная паста(без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)		2,4	2,4					
лук репчатый		3,6	3					
мука пшеничная		2,4	2,4					
масло растительное		5	5					
сахар		1,0	1,0					
Соль йодированная		1,0	1,0					
<b>Компот из изюма</b>	<b>№638-2004</b>			<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>27,4</b>	<b>106,0</b>
изюм		20	20					
сахар		15	15					
<b>Хлеб пшеничный</b>				<b>50</b>	<b>3,95</b>	<b>0,5</b>	<b>23,8</b>	<b>115,5</b>
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>50</b>	<b>3,3</b>	<b>0,6</b>	<b>20,5</b>	<b>100</b>
<b>ИТОГО:</b>					<b>49,7</b>	<b>42,2</b>	<b>197,6</b>	<b>1363,9</b>



## 17 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
<b>Завтрак</b>					<b>28,0</b>	<b>24,3</b>	<b>88,2</b>	<b>684,3</b>
<b>Жаркое по - домашнему</b>	<b>№436-2004</b>			<b>250</b>	<b>15,7</b>	<b>17,9</b>	<b>32,3</b>	<b>352,9</b>
мясо свинина б/к		92	80					
масса готового мяса			50					
картофель - 01.09.-31.10.- 25%		219	165					
01.11.-31.12. -30%		236	165					
01.01.-29.02 - 35%		254	165					
01.03 - 40%		276	165					
морковь до 01.01.-20%		31	25					
с 01.01 - 25%		33	25					
лук репчатый		24	20					
масло растительное		12	12					
Соль йодированная		0,5	0,5					
<b>Чай с сахаром</b>	<b>№685-2004</b>			<b>200</b>	<b>0,20</b>	<b>0,00</b>	<b>15,00</b>	<b>60,80</b>
чай-заварка		0,5	0,5					
сахар		15	15					
<b>Бутерброд с сыром</b>	<b>№ 3-2004</b>			<b>30/20</b>	<b>7,6</b>	<b>5,7</b>	<b>14,3</b>	<b>138,5</b>
батон "Особый"		30	30					
сыр		21	20					
<b>Хлеб пшеничный витаминизированный</b>				<b>30</b>	<b>2,5</b>	<b>0,4</b>	<b>14,3</b>	<b>72</b>
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>30</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,3</b>	<b>60,1</b>
<b>Обед</b>					<b>29,1</b>	<b>37,2</b>	<b>121,5</b>	<b>928,8</b>
<b>Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком</b>	<b>№4/1-2011, Екатеринбург</b>			<b>100</b>	<b>1,5</b>	<b>5,0</b>	<b>3,6</b>	<b>65</b>
капуста свежая белокочанная		95	76,3					
капуста старого урожая используется в сыром виде до 1 марта, с 1 марта только капуста нового урожая или другой салат								
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)		31,3	20					
лимон		2	2					
масло растительное		5	5					
соль йодированная		0,5	0,5					
<b>или</b>								
<b>Горошек зеленый консервированный с маслом растительным</b>				<b>55/5</b>	<b>1,4</b>	<b>7,2</b>	<b>3,0</b>	<b>82,4</b>
Горошек зеленый консервированный (после термической обработки)		85	55					
масло растительное		5	5					
<b>Борщ с капустой и картофелем, со сметаной</b>	<b>№110-2004</b>			<b>250/5</b>	<b>2,2</b>	<b>6,05</b>	<b>6,18</b>	<b>85</b>
свекла до 01.01 -20%		50	40					
с 01.01 - 25%		53	40					
капуста свежая белокочанная		25	20					
картофель - 01.09.-31.10.- 25%		27	20					
01.11.-31.12. -30%		29	20					
01.01.-29.02 - 35%		31	20					
01.03 - 40%		33	20					
морковь - до 01.01 - 20%		16,3	13					
с 01.01 - 25%		17,3	13					
лук репчатый		12	10					
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)		6	6					
масло сливочное		5	5					
сахар		0,5	0,5					
сметана		5	5					
соль йодированная		0,5	0,5					
<b>Зразы рубленые</b>	<b>№ 456 - 2004</b>			<b>100</b>	<b>13,4</b>	<b>19,4</b>	<b>6,9</b>	<b>256,0</b>
мясо свинина б/к		68	60					
хлеб пшеничный		12	12					
молоко питьевое		18	18					
Яйцо		32	28					
сухари панировочные		8	8					
масло растительное		6	6					
масло сливочное		5	5					
соль йодированная		0,5	0,5					
<b>Перловка рассыпчатая</b>	<b>№207-2021</b>			<b>180</b>	<b>5,4</b>	<b>5,9</b>	<b>37,4</b>	<b>223,2</b>
Крупа перловая		60	60					
вода питьевая		144	144					
Соль йодированная		1	1					
масло сливочное		6	6					
<b>Напиток из сухофруктов</b>	<b>№638-2004</b>			<b>200</b>	<b>0,6</b>	<b>0,0</b>	<b>31,4</b>	<b>124,0</b>
сухофрукты		20	20					
сахар		15	15					
<b>Хлеб пшеничный</b>				<b>50</b>	<b>3,95</b>	<b>0,5</b>	<b>23,8</b>	<b>115,5</b>
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>30</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,3</b>	<b>60,1</b>
<b>ИТОГО:</b>					<b>57,1</b>	<b>61,5</b>	<b>209,7</b>	<b>1613,1</b>

## 18 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
<b>Завтрак</b>					<b>32,6</b>	<b>21,2</b>	<b>80,0</b>	<b>642,6</b>
<b>Гречка по-купечески</b>	<b>№444-2004</b>			<b>220</b>	<b>16,3</b>	<b>18,2</b>	<b>35,0</b>	<b>369,0</b>
мясо свинина б/к		127	112					
масса тушеного мяса			70					
масло растительное		15	15					
крупа гречневая		50	50					
томатная паста		1,2	1,2					
морковь - до 01.01 - 20%		50	40					
с 01.01 - 25%		53	40					
лук репчатый		15	13					
Соль йодированная		0,5	0,5					
<b>или</b>								
<b>Печень говяжья по-строгановски</b>	<b>№356-2021</b>			<b>100</b>	<b>19,5</b>	<b>9,4</b>	<b>7,6</b>	<b>193,0</b>
печень говяжья		143	118					
масса печени припущенной			<b>80</b>					
масло растительное		5	5					
Соль йодированная		0,5	0,5					
<b>Соус № 408-2021</b>			<b>40,0</b>					
вода		32,0	32,0					
сметана		10,0	10,0					
масло сливочное		1	1					
мука пшеничная		1	1					
<b>масса п/ф</b>			<b>125,0</b>					
<b>Гречка вязкая отварная</b>	<b>№510-2004</b>			<b>180</b>	<b>5,4</b>	<b>8,0</b>	<b>26,8</b>	<b>201</b>
крупа гречневая		45	45					
вода питьевая		144	144					
соль йодированная		1	1					
масло сливочное		6	6					
<b>Кофейный напиток</b>	<b>№692-2004</b>			<b>200</b>	<b>3,2</b>	<b>3,1</b>	<b>19,0</b>	<b>116,7</b>
кофейный напиток		2,4	2,4					
сахар		15	15					
молоко питьевое		130	130					
<b>Хлеб пшеничный витаминизированный</b>				<b>30</b>	<b>2,5</b>	<b>0,4</b>	<b>14,3</b>	<b>72</b>
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>30</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,3</b>	<b>60,1</b>
<b>Обед</b>					<b>35,8</b>	<b>28,0</b>	<b>127,6</b>	<b>900,4</b>
<b>Икра кабачкова</b>	<b>№ 26- 2021</b>			<b>80</b>	<b>0,6</b>	<b>1,4</b>	<b>3,2</b>	<b>28,8</b>
Икра кабачкова про. пр-ва (после тепловой обработки)		84	80					
<b>Суп гороховый с гренками</b>	<b>№139-2004</b>			<b>250/20</b>	<b>5,6</b>	<b>8,4</b>	<b>32,0</b>	<b>226,0</b>
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					
горох лущёный		20	20					
лук репчатый		12	10					
морковь - до 01.01 - 20%		16	13					
с 01.01 - 25%		17	13					
масло сливочное		5	5					
хлеб пшеничный		38	32					
соль йодированная		0,5	0,5					
<b>Окорочка куриные запеченные</b>	<b>№494-2004</b>			<b>100</b>	<b>19,2</b>	<b>12,1</b>	<b>0,7</b>	<b>188</b>
окорочка куриные		170	150					
томатное паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)		1,8	1,8					
чеснок свежий		1	1					
масло растительное		3	3					
Соль йодированная		1	1					
<b>Пюре картофельное</b>	<b>№520-2004</b>			<b>180</b>	<b>4,0</b>	<b>5,3</b>	<b>28,2</b>	<b>176,0</b>
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		28,8	28,8					
масло сливочное		6	6					
Соль йодированная		1,0	1,0					
<b>Компот из изюма</b>	<b>№638-2004</b>			<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>27,4</b>	<b>106,0</b>
изюм		20	20					
сахар		15	15					
<b>или</b>								
<b>Сок в инд. уп.</b>				<b>200</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>20</b>	<b>80</b>
<b>Хлеб пшеничный</b>				<b>50</b>	<b>3,95</b>	<b>0,5</b>	<b>23,8</b>	<b>115,5</b>
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>30</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,3</b>	<b>60,1</b>
<b>ИТОГО:</b>					<b>68,4</b>	<b>49,2</b>	<b>207,6</b>	<b>1543,0</b>

## 19 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
<b>Завтрак</b>					<b>23,8</b>	<b>28,1</b>	<b>51,8</b>	<b>554,3</b>
<b>Омлет натуральный с маслом</b>	<b>№340-2004</b>			<b>170</b>	<b>15,9</b>	<b>24,2</b>	<b>4,0</b>	<b>295,0</b>
яйца		125	110					
молоко питьевое		66	66					
масло растительное		2,5	2,5					
масса омлета			<b>165</b>					
масло сливочное		5	5					
соль йодированная		0,5	0,5					
<b>Какао с молоком</b>	<b>№642-1996</b>			<b>200</b>	<b>3,4</b>	<b>3,2</b>	<b>21,2</b>	<b>127,2</b>
какао - порошок		3	3					
молоко питьевое		130	130					
сахар		15	15					
<b>Хлеб пшеничный витаминизированный</b>				<b>30</b>	<b>2,5</b>	<b>0,4</b>	<b>14,3</b>	<b>72</b>
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>30</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,3</b>	<b>60,1</b>
<b>Обед</b>					<b>29,6</b>	<b>25,5</b>	<b>122,9</b>	<b>834,1</b>
<b>Нарезка из свежих овощей</b>	<b>№18-2021 Пермь</b>			<b>100</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>3,7</b>	<b>20,0</b>
огурцы свежие		108	100					
или помидоры свежие		107	100					
<b>Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной</b>				<b>250/5</b>	<b>4,4</b>	<b>6,0</b>	<b>8,5</b>	<b>106</b>
капуста белокочанная свежая		63	50					
картофель - 01.09.-31.10.- 25%		40	30					
01.11.-31.12. -30%		43	30					
01.01-29.02 - 35%		46	30					
01.03. - 40%		50	30					
морковь - до 01.01 - 20%		16	13					
с 01.01 - 25%		17	13					
лук репчатый		12	10					
масло сливочное		5	5					
сметана		5	5					
соль йодированная		1	1					
<b>Плов из мяса по-узбекски</b>	<b>№444-2004</b>			<b>200</b>	<b>16,3</b>	<b>18,2</b>	<b>35,0</b>	<b>369,0</b>
свинина мясная		90	80					
масса тушеного мяса			50					
масло растительное		15	15					
крупа рисовая		50	50					
томатная паста		1,2	1,2					
морковь - до 01.01 - 20%		50	40					
с 01.01 - 25%		53	40					
лук репчатый		15	13					
Соль йодированная		0,5	0,5					
<b>Напиток из сухофруктов</b>	<b>№638-2004</b>			<b>200</b>	<b>0,6</b>	<b>0,0</b>	<b>31,4</b>	<b>124,0</b>
сухофрукты		20	20					
сахар		15	15					
<b>или</b>								
<b>Сок в инд. уп.</b>				<b>200</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>20</b>	<b>80</b>
<b>Хлеб пшеничный</b>				<b>50</b>	<b>3,95</b>	<b>0,5</b>	<b>23,8</b>	<b>115,5</b>
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>50</b>	<b>3,3</b>	<b>0,6</b>	<b>20,5</b>	<b>100</b>
<b>ИТОГО:</b>					<b>53,4</b>	<b>53,6</b>	<b>174,7</b>	<b>1388,4</b>

## 20 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
<b>Завтрак</b>					<b>26,1</b>	<b>24,2</b>	<b>84,7</b>	<b>670,6</b>
<b>Чахохбили</b>	<b>№ 491 - 2004</b>			<b>100</b>	<b>15,6</b>	<b>15,2</b>	<b>12</b>	<b>254</b>
Филе куриной грудки		86	73					
масло растительное		7,7	8					
масса тушеных кур			50					
лук репчатый		75	63					
масса пассерованного лука			31					
томатная паста		2	2					
мука пшеничная		1	1					
зелень сушеная (укроп)		0,1	0,1					
соль йодированная		1	1					
или								
<b>Шницель мясной</b>	<b>№451-2004</b>			<b>100</b>	<b>9,4</b>	<b>13,0</b>	<b>17,0</b>	<b>222,5</b>
мясо свинина б/к		84	74					
хлеб пшеничный		18,7	18,7					
молоко питьевое		14	14					
лук репчатый		6	5					
яйцо куриное		5	5					
сухари		6	6					
масло растительное		2	2					
Соль йодированная		0,5	0,5					
<b>Капуста тушеная</b>	<b>№534-2004</b>			<b>180</b>	<b>4,6</b>	<b>8,3</b>	<b>19,4</b>	<b>169</b>
капуста белокочанная свежая		258	206					
морковь - до 01.01 - 20%		13,5	11					
с 01.01 - 25%		15	11					
томатная паста (без содержания искусственных ароматизаторов, красителей)		1,8	1,8					
лук репчатый		10	8					
мука пшеничная		2	2					
масло растительное		7	7					
Соль йодированная		1	1					
или								
<b>Сложный гарнир (шпоре картофельное, капуста тушеная)</b>				<b>180</b>	<b>4,1</b>	<b>8,1</b>	<b>21,0</b>	<b>173,7</b>
<b>Шпоре картофельное</b>	<b>№520-2004</b>			<b>100</b>	<b>2,2</b>	<b>3,3</b>	<b>14,8</b>	<b>97,7</b>
картофель - 01.09.-31.10.- 25%		114	86					
01.11.-31.12. -30%		123	86					
01.01-29.02 - 35%		132	86					
01.03 - 40%		144	86					
молоко питьевое		16	16					
масло сливочное		7	7					
Соль йодированная		0,5	0,5					
<b>Капуста тушеная</b>	<b>№534-2004</b>			<b>80</b>	<b>1,9</b>	<b>4,8</b>	<b>6,2</b>	<b>76,0</b>
капуста свежая белокочанная		120	96					
морковь - до 01.01 - 20%		7,5	6					
с 01.01 - 25%		8,0	6					
томатная паста(без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)		2,4	2,4					
лук репчатый		3,6	3					
мука пшеничная		2,4	2,4					
масло растительное		5	5					
сахар		1	1					
Соль йодированная		1	1					
<b>Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"</b>	<b>№686-2004</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>15,5</b>	<b>62,8</b>
чай-заварка		1	1					
сахар		15	15					
лимон		11	10					
апельсин		10,5	10					
<b>Хлеб пшеничный витаминизированный</b>				<b>50</b>	<b>4,15</b>	<b>0,6</b>	<b>23,9</b>	<b>120</b>
<b>Хлеб ржаной</b>				<b>30</b>	<b>2,0</b>	<b>0,3</b>	<b>12,3</b>	<b>60,1</b>
<b>Обед</b>					<b>32,8</b>	<b>36,2</b>	<b>94,1</b>	<b>830,3</b>
<b>Салат из капусты белокочанной с морковью</b>	<b>№4-2013, Пермь</b>			<b>100</b>	<b>1,8</b>	<b>5,3</b>	<b>10,0</b>	<b>91,0</b>
капуста белокочанная свежая		117	83,3					

морковь - до 01.01 - 20%		12,5	10					
с 01.01 - 25%		13	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								
сахар		3,7	3,7					
лимон		1,45	1,25					
масло растительное на полив при подаче		5	5					
соль йодированная		0,5	0,5					
<b>или</b>								
<b>Нарезка из свежих овощей</b>	<b>№18-2021 Пермь</b>			<b>60</b>	<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>2,2</b>	<b>12,0</b>
огурцы свежие		64,8	60					
или помидоры свежие		64,2	60					
<b>Рассольник Ленинградский со сметаной</b>	<b>№100-2021</b>			<b>250/5</b>	<b>2,7</b>	<b>5,8</b>	<b>13,4</b>	<b>118,0</b>
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%		11,3	9					
с 01.01 - 25%		12	9					
лук репчатый		3	2,5					
огурцы соленые (без уксуса)		25	13					
крупа рисовая		5	5					
масло растительное		5	5					
соль йодированная		0,5	0,5					
сметана		5	5					
<b>Фрикадельки мясные с соусом</b>	<b>№469,601-2004</b>			<b>100/50</b>	<b>13,2</b>	<b>12,4</b>	<b>11,5</b>	<b>210</b>
мясо свинина б/к		79	70					
хлеб пшеничный		14	14					
молоко питьевое или вода питьевая		20	20					
лук репчатый		10	8					
масло растительное		6	6					
мука пшеничная		8	8					
<b>соус сметанный с томатом</b>			<b>50</b>					
мука пшеничная		3,8	3,8					
сметана		12,5	12,5					
вода питьевая		37,5	37,5					
томатное паста (без содержания искусственных ароматизаторов, красителей, консервантов)		2	2					
Соль йодированная		0,5	0,5					
<b>Макаронные изделия отварные</b>	<b>№516-2004</b>			<b>180</b>	<b>6,7</b>	<b>6,0</b>	<b>35,5</b>	<b>221,4</b>
макаронные изделия		61	61					
масло сливочное		7	7					
Соль йодированная		1	1					
<b>Молоко кипяченое или молоко в инд.уп.</b>	<b>№ 469-2021</b>	<b>211</b>	<b>200</b>	<b>200</b>	<b>6</b>	<b>6,4</b>	<b>9,4</b>	<b>120</b>
<b>Хлеб пшеничный</b>				<b>30</b>	<b>2,37</b>	<b>0,3</b>	<b>14,3</b>	<b>69,5</b>
<b>ИТОГО:</b>					<b>58,9</b>	<b>60,4</b>	<b>178,8</b>	<b>1500,9</b>

<b>ИТОГО в среднем за 20 дней</b>	<b>61</b>	<b>50</b>	<b>205</b>	<b>1553</b>
Потребность в пищевых веществах для детей с 12 лет и старше по нормативу (100 % от суточных норм)*	77	79	335	2720
60% от суточной потребности в пищевых веществах и энергии для обучающихся в общеобразовательных учреждениях с учетом двух возрастов (12 лет и старше)	46	47	201	1632
Потребность в пищевых веществах для детей 12 лет и старше по нормативу (60% от суточных норм) +5%	49	50	211	1714
Потребность в пищевых веществах для детей 12 лет и старше по нормативу (60% от суточных норм) -5%	44	45	191	1550

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

**НАКОПИТЕЛЬНАЯ ВЕДОМОСТЬ к примерному 20 - ти дневному меню (Комплекс 1) (Завтрак, обед) для питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях (осенне-зимний-весенний сезон) в возрасте 12 лет и старше с января 2025 года**

№	Продукты	Норма питания в г*, мл, нетто на 1 обучающегося в возрасте 12 лет и старше	Норма в день (завтрак-обед), г мл, нетто,	Фактически получено г, мл,																				за 20 дней, г	Факт в день г, мл,	% выполнения	
				Дни																							
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20				
1	Хлеб ржаной	120	72	80	60	60	60	80	80	80	60	80	60	60	80	80	80	50	60	60	80	80	1410	71	98		
2	Хлеб пшеничный	200	110	135	106	80	129	120	80	80	103	112	132	133	137	80	105	100	80	122	112	80	94	2121	106	96	
3	Мука пшеничная	20	12	5	2	3	4	1	7	15	0	5	5	7	0	6	0	3	2	0	1	0	11	77	4	32	
4	Крупы, бобовые	50	35	30	60	9	20	45	4	56	29	84	0	45	84	14	15	0	48	60	65	50	5	722	36	103	
5	Макаронные изделия	20	15	0	0	0	61	24	20	0	0	0	0	61	0	0	61	24	0	0	0	0	61	312	16	104	
6	Картофель	187	140	165	122	210	110	154	153	219	127	215	38	40	50	219	216	154	146	185	204	30	161	2918	146	104	
7	Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соленые и квашеные, в т.ч. Томат-пюре, г.	320	192	161	269	175	224	109	102	204	135	123	311	192	342	119	79	398	221	231	105	227	301	4026	201	105	
8	Фрукты свежие	185	28	0	0	42	5	1	10	5	2	30	0	0	205	0	20	210	0	2	0	0	20	552	28	100	
9	Сухофрукты	20	10	0	20	0	0	20	20	0	20	0	20	0	0	20	0	20	20	20	20	20	0	0	200	10	96
10	Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. Инстантные	200	80	200	0	0	200	0	0	0	0	200	0	200	200	0	0	0	200	0	200	200	0	1600	80	100	
11	Мясо 1-й категории	78	51	0	85	0	165	16	0	150	0	80	79	67	79	59	16	16	0	110	0	80	70	1072	54	104	
12	Субпродукты (печень, сердце)	40	20	0	0	0	0	118	0	0	0	85	0	0	0	0	53	0	0	0	118	0	0	374	19	95	
13	Птица (цыплята-бройлеры - 1 кат)	53	37	0	100	50	0	0	79	0	29	0	0	91	0	17	100	73	66	0	100	0	73	778	39	105	
14	Рыба(филе), в т.ч. Слабо или малосоленые	77	31	85	0	30	0	166	30	0	85	0	0	0	58	0	0	105	30	0	0	0	0	589	29	96	
15	Молоко	350	151	344	16	150	16	159	250	229	120	0	234	36	17	176	200	29	292	18	159	196	236	2875	144	96	
16	Творог (5%-9% м.д.ж.)	60	27	0	0	138	0	0	68	0	138	0	0	0	0	138	0	0	0	0	0	0	0	482	24	89	
17	Сыр	15	4	20	0	0	0	0	0	0	5	15	0	0	0	0	0	0	20	20	0	0	0	80	4	95	
18	Сметана	10	6	15	5	13	0	10	0	5	20	8	0	5	0	10	0	0	0	5	10	5	18	127	6	104	
19	Масло сливочное	35	17	15	23	18	30	13	18	20	13	14	10	23	16	15	14	5	21	16	18	10	14	323	16	96	
20	Масло растительное	18	11	2	8	19	6	12	6	11	10	22	7	8	5	5	15	20	8	23	8	18	29	241	12	111	
21	Яйцо	40	18	0	8	6	0	4	14	0	8	0	110	11	19	16	2	0	0	28	0	110	0	336	17	95	
22	Сахар	35	25	34	31	39	15	34	40	15	39	15	30	16	15	39	19	30	33	31	30	15	0	519	26	103	
23	Кондитерские изделия	15	3	0	0	20	0	0	0	0	20	0	0	0	0	20	0	0	0	0	0	0	0	60	3	95	
24	Чай	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	13	1	104	
25	Какао-порошок	1,2	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0	3	0	9	0	96	
26	Кофейный напиток	2	1	0	0	4	0	4	0	0	0	0	0	0	0	4	0	0	0	0	2	0	0	14	1	95	
27	Дрожжи хлебопекарные	0,3	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	Соль пищевая поваренная йодированная	5	3	2	3	3	5	4	2	4	2	3	2	4	4	2	4	4	4	3	4	3	5	62	3	103	

\* Нормы питания в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения" приложение 7, таблица 2 "Среднесуточные наборы пищевой продукции для организации питания детей от 7 до 18 лет

\*\* Количество потребленных продуктов округлено до целого числа