

1 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
Завтрак					15,4	13,0	104,4	605,1
Макаронны, запеченные с сыром	№334-2004			210	10,8	12,34	42,6	334
макаронные изделия		63	63					
масса отварных макарон			180					
масло сливочное		10	10					
Сыр		26	25					
соль йодированная		1	1					
масло сливочное		10	10					
Чай с лимоном	№686-2004			200/5	0,1	0,0	15,2	59
чай - заварка		1,0	1,0					
сахар		15	15					
лимон		6	5					
Сок в инд.уп.				200	0,0	0,0	20,0	80,0
Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				20	2,0	0,3	12,3	60,1

2 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
Завтрак					27,6	16,4	67,9	531,0
Печень говяжья по-строгановски	№356-2021			100	19,5	9,4	7,6	193,0
печень говяжья		143	118					
масса печени припущенной			80					
масло растительное		5	5					
Соль йодированная		0,5	0,5					
Соус № 408-2021			40,0					
вода		32,0	32,0					
сметана		10,0	10,0					
масло сливочное		1	1					
мука пшеничная		1	1					
масса п/ф			125,0					
Сложный гарнир (пюре картофельное, капуста тушеная)				150	3,4	6,3	18,7	145,1
Пюре картофельное	№520-2004			100	2,2	3,3	14,8	97,7
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		4	4					
Соль йодированная		0,5	0,5					
Капуста тушеная	№534-2004			50	1,2	3,0	3,9	47,4
капуста свежая белокочанная		75	60					
морковь - до 01.01 - 20%		5,0	4					
с 01.01 - 25%		5,3	4					
томатная паста(без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)		1,5	1,5					
лук репчатый		2,4	2					
мука пшеничная		1,5	1,5					
масло растительное		3	3					
сахар		0,5	0,5					
Соль йодированная		0,5	0,5					
Чай с сахаром	№685-2004			200	0,20	0,00	15,00	60,80
чай-заварка		1	1					
сахар		15	15					
Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				20	2,0	0,3	12,3	60,1

3 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
Завтрак					23,0	26,9	87,3	683,1
Зразы рубленые	№456-2004			100	13,4	19,4	6,9	256,0
мясо свинина б/к		68	60					
хлеб пшеничный		12	12					
молоко питьевое		18	18					
Яйцо		31,6	28					
сухари панировочные		8	8					
масло растительное		6	6					
масло сливочное		5	5					
соль йодированная		0,5	0,5					
Гречка вязкая отварная	№510-2004			150	4,5	6,8	22,4	171
крупа гречневая		37,5	37,5					
вода питьевая		120	120					
соль йодированная		0,5	0,5					
масло сливочное		5	5					
Узвар (Напиток теплый из сухофруктов)	№638-2004			200	0,6	0,0	31,4	124,0
сухофрукты		20	20					
сахар		15	15					
Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				20	2,0	0,3	12,3	60,1

4 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
Завтрак					25,90	19,80	93,90	662,90
Рыба запеченая	№ 378 - 2004			100	14,4	9,9	9,1	183,1
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)		182	133					
или горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)		191	133					
Мука пшеничная		6	6					
Масло растительное		6	6					
соль йодированная		0,5	0,5					
Рис припущенный	№512-2004			150	3,6	6,0	37,0	220,5
крупа рисовая		53	53					
вода питьевая		110	110					
масло сливочное		5	5					
Соль йодированная		0,5	0,5					
Какао с молоком	№642-1996			200	3,4	3,2	21,2	127,2
какао - порошок		3	3					
молоко питьевое		130	130					
сахар		15	15					
Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				20	2,0	0,3	12,3	60,1

5 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
Завтрак					19,5	15,4	70,5	499,9
Кнели из птицы с рисом	№371-2021			100	11,5	10,3	5,4	160,0
филе цыпленка бройлера		75	66					
молоко питьевое		7,5	7,5					
крупа рисовая		7,5	7,5					
масса готовой каши			33					
масло сливочное		5	5					
соль йодированная		1	1					
масса п/ф			110					
Пюре картофельное	№520-2004			150	3,3	4,4	23,5	147,0
картофель - 01.09.-31.10.- 25%		170	128					
01.11.-31.12. -30%		183	128					
01.01-29.02 - 35%		183	128					
01.03 - 40%		214	128					
молоко питьевое		24	24					
масло сливочное		7	7					
Соль йодированная		0,5	0,5					
Чай с сахаром	№685-2004			200	0,20	0,00	15,00	60,80
чай-заварка		1,0	1,0					
сахар		15	15					
Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				20	2,0	0,3	12,3	60,1

6 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
Завтрак					26,2	24,5	78,0	640,8
Плов из мяса по-узбекски	№444-2004			200	16,3	18,2	35,0	369,0
свинина мясная б/к		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					
Яйцо куриное отварное 1 шт	№337-2004			50	5,0	4,6	0,3	63
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				20	2,0	0,3	12,3	60,1

7 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
Завтрак					26,3	10,1	70,5	479,3
Запеканка картофельная с печенью	№354-2021			250	18,4	6,2	22,7	220,0
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		89	73					
масса печени припущенной			62					
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					
Какао с молоком	№642-1996			200	3,4	3,2	21,2	127,2
какао - порошок		2	2					
молоко питьевое		130	130					
сахар		15	15					
Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				20	2,0	0,3	12,3	60,1

8 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г		
Завтрак					21,9	25,3	83,9	650,8	
Шницель мясной	№451-2004			100	9,4	13,0	17,0	222,5	
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						
Капуста тушеная	№534-2004			150	3,8	6,9	16,2	141	
капуста белокочанная свежая		215	172						
морковь - до 01.01 - 20%		11	9,2						
с 01.01 - 25%		12	9,2						
томатная паста (без содержания искусственных ароматизаторов, красителей, консервантов)		1,5	1,5						
лук репчатый		8	6,7						
мука пшеничная		1,7	1,7						
масло растительное		6	6						
Соль йодированная		0,5	0,5						
или									
Сложный гарнир (пюре картофельное, капуста тушеная)					150	3,4	6,3	18,7	145,1
Пюре картофельное	№520-2004			100	2,2	3,3	14,8	97,7	
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		4	4						
Соль йодированная		0,5	0,5						
Капуста тушеная	№534-2004			50	1,2	3,0	3,9	47,4	
капуста свежая белокочанная		75	60						
морковь - до 01.01 - 20%		5,0	4						
с 01.01 - 25%		5,3	4						
томатная паста(без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)		1,5	1,5						
лук репчатый		2,4	2						
мука пшеничная		1,5	1,5						
масло растительное		3	3						
сахар		0,5	0,5						
Соль йодированная		0,5	0,5						
Отвар из шиповника	№685-2004			200	0,70	0,30	24,10	102,00	
Плоды шиповника сушёные		20	20						
Сахар		10	10						
Сыр полутвердый (порциями)	№75-2021	16	15	15	3,5	4,4	0	53,2	
Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2,5	0,4	14,3	72	
Хлеб ржаной				20	2,0	0,3	12,3	60,1	

9 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
Завтрак					38,8	18,0	106,1	744,8
Каша манная жидкая с маслом	№311-2004			200	6,7	7,1	29,4	208,3
крупа манная		31	31					
молоко питьевое		176	176					
сахар		4	4					
соль йодированная		0,5	0,5					
масло сливочное		8	8					
Сырники из творога запеченные с повидлом или молоком сгущенным	№286-2021			80/20	24,4	7,1	31,1	287,7
Творог		73,5	72,8					
Мука пшеничная		9,6	9,6					
сахар		6,4	6,4					
яйцо куриное		4	3,5					
сметана		2,4	2,4					
масло растительное для смазки		1,6	1,6					
Соль йодированная		0,5	0,5					
масса п/ф			94					
повидло или молоко сгущенное		20	20					
Кофейный напиток	№692-2004			200	3,2	3,1	19,0	116,7
кофейный напиток		2,4	2,4					
сахар		15	15					
молоко питьевое		130	130					
Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				20	2,0	0,3	12,3	60,1

10 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
Завтрак					25,8	20,9	83,4	629,6
Чахохбили	№491-2004			100	15,6	15,2	12	254
Филе куриной грудки		98,2	80,3					
масло растительное		7,7	7,7					
масса тушеных кур			55					
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					
Макаронные изделия отварные	№516-2004			150	5,6	5,0	29,6	184,5
макаронные изделия		51	51					
масло сливочное		6	6					
Соль йодированная		0,5	0,5					
Чай с лимоном	№686-2004			200/5	0,1	0,0	15,2	59
чай - заварка		1	1					
сахар		15	15					
лимон		6	5					
Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				20	2,0	0,3	12,3	60,1

11 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
Завтрак					62,1	19,5	114,2	709,3
Сырники из творога запеченные с повидлом или молоком сгущенным	№286 -2021			180/20	54,4	15,7	68,6	460,5
Творог		166	164,0					
Мука пшеничная		21,6	21,6					
сахар		14,4	14,4					
яйцо куриное		9	8,0					
сметана		5,4	5,4					
масло растительное для смазки		3,6	3,6					
Соль йодированная		0,5	0,5					
масса п/ф			212					
повидло или молоко сгущенное		20	20					
Кофейный напиток	№692-2004			200	3,2	3,1	19,0	116,7
кофейный напиток		2,4	2,4					
сахар		15	15					
молоко питьевое		130	130					
Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				20	2,0	0,3	12,3	60,1

12 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
Завтрак					17,4	6,4	133,5	658,5
Каша "Янтарная" (из пшена с яблоками)	№305-2004			240	6,0	1,4	41,2	201,4
крупа пшеничная		50	50					
молоко питьевое		150	150					
масса каши			196					
сироп:			36					
сахар		6	6					
вода		30	30					
яблоки свежие		32	28					
масса припущенных яблок			19					
масло сливочное		10	10					
масса п/ф			250					
Бутерброд с сыром	№ 1, 3-2004			30/15	6,3	4,3	14,3	121,0
батон		30	30					
сыр		16	15					
Узвар (Напиток теплый из сухофруктов)	№638-2004			200	0,6	0,0	31,4	124,0
сухофрукты		20	20					
сахар		15	15					
Сок в инд. уп.				200	0,0	0,0	20,0	80,0
Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				20	2,0	0,3	12,3	60,1

13 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
Завтрак					28,0	23,0	81,9	647,5
Азу	№325-2021			100	13,3	12,7	4,0	184,0
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					
Перловка рассыпчатая	№207-2021			150	4,5	4,9	31,2	186,0
Крупа перловая		50	50					
вода питьевая		120	120					
Соль йодированная		0,5	0,5					
масло сливочное		5	5					
Яйцо куриное отварное 1 шт	№337-2004			50	5,0	4,6	0,3	63
Чай "Витаминный"	№493-2013, Пермь			200	0,7	0,1	19,8	82,9
чай-заварка		1,0	1,0					
шиповник		10	10					
сахар		15	15					
Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				20	2,0	0,3	12,3	60,1

14 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
Завтрак					20,9	19,0	92,3	625,0
Биточки рыбные запеченные	№388-2004			100	10,33	9,25	12,92	176,25
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)		122	83					
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)		124	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					
Рис припущенный с овощами "Мозаика"	№416-2013, Пермь			150	2,7	5,8	31,6	189,4
крупа рисовая		39	39					
кукуруза консервированная		42	25					
морковь - до 01.01 - 20%		23	18					
с 01.01 - 25%		24	18					
масло сливочное		8	8					
Соль йодированная		0,5	0,5					
Какао с молоком	№642-1996			200	3,4	3,2	21,2	127,2
какао - порошок		2	2					
молоко питьевое		130	130					
сахар		15	15					
Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				20	2,0	0,3	12,3	60,1

15 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
Завтрак					23,3	17,4	90,3	612,2
Запеканка картофельная с мясом и маслом	№430-1996			210	14,8	12,8	20,5	256
картофель - 01.09.-31.10.- 25%		273	205					
01.11.-31.12. -30%		293,15	205					
01.01-29.02 - 35%		316	205					
01.03. - 40%		342	205					
мясо свинина б/к		53	47,4					
масса готовых мясных продуктов			30					
масло растительное		4	4					
лук репчатый		21	18					
сухари панировочные		4	4					
масса п/ф			246					
масло сливочное		5	5					
Соль йодированная		1	1					
Кофейный напиток	№692-2004			200	3,2	3,1	19,0	116,7
кофейный напиток		2,4	2,4					
сахар		15	15					
молоко питьевое		130	130					
Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				20	2,0	0,3	12,3	60,1
Фрукты свежие	№ 82-2021			200	0,8	0,8	24,2	107
Или Сок в инд. уп.				200	0,0	0,0	20,0	80,0

16 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
Завтрак					21,3	19,1	104,7	677,3
Плов из мяса по-узбекски	№444-2004			200	16,3	18,2	35,0	369,0
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					
Компотик теплый из свежих яблок	№507-2013, Пермь			200	0,5	0,2	23,1	96,2
яблоки свежие с удаленной семенным гнездом		45,6	40					
сахар		15	15					
Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				20	2,0	0,3	12,3	60,1
Сок в инд. уп.				200	0,0	0,0	20,0	80,0

17 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
Завтрак					36,5	17,9	87,0	657,1
Запеканка из творога со сгущенным молоком или повидлом	№279-2021			150/20	28,6	14,0	39,2	397,8
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					
Какао с молоком	№642-1996			200	3,4	3,2	21,2	127,2
какао - порошок		2	2					
молоко питьевое		130	130					
сахар		15	15					
Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				20	2,0	0,3	12,3	60,1

18 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
Завтрак					21,1	14,0	91,4	576,8
Тефтели с рисом "Ёжики" в соусе	№350-2021			90/30	10,50	8,10	12,10	164,00
мясо 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					
соус(№419-2021)			30					
Вода		15	15					
масло сливочное		1,5	1,5					
мука пшеничная		1,5	1,5					
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)		1,8	1,8					
масса п/ф			140					
Макаронные изделия отварные	№516-2004			150	5,6	5,0	29,6	184,5
макаронные изделия		51	51					
масло сливочное		6	6					
Соль йодированная		0,5	0,5					
Компотик теплый из свежих яблок и изюма	№507-2013, Пермь			200	0,5	0,2	23,1	96,2
яблоки свежие с удаленной семенной гнездом		34,2	30					
изюм		10	10					
сахар		15	15					
Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				20	2,0	0,3	12,3	60,1

19 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
Завтрак					22,0	20,0	74,8	583,9
Котлеты из мяса и курицы "Школьные"	№59-2006, Екатеринбург			100	13,7	11,9	7,3	191,0
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					
Картофель тушеный	№ 216-2004			180	3,6	7,4	25,9	200,0
картофель - 01.09.-31.10.- 25%		203	153					
01.11.-31.12. -30%		219	153					
01.01-29.02 - 35%		236	153					
01.03 - 40%		256	153					
морковь - до 01.01 - 20%		22,5	18					
с 01.01 - 25%		23,9	18					
лук репчатый		34	28,8					
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)		2,9	2,9					
Масло сливочное		6	6					
Соль йодированная		1	1					
Чай с сахаром	№685-2004			200	0,20	0,00	15,00	60,80
чай-заварка		1,0	1,0					
сахар		15	15					
Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				20	2,0	0,3	12,3	60,1

20 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Брутто, г	Нетто, г	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
Завтрак					24,8	19,5	86,3	621,3
Рыба запеченая	№ 378 - 2004			100	14,4	9,9	9,1	183,1
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)		182	133					
или горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)		191	133					
Мука пшеничная		6	6					
Масло растительное		6	6					
соль йодированная		0,5	0,5					
Рис припущенный с овощами "Мозаика"	№216-2013, Пермь			150	2,7	5,8	31,6	189,4
крупа рисовая		45	45					
кукуруза консервированная		10	10					
морковь - до 01.01 - 20%		23	18					
с 01.01 - 25%		24	18					
масло сливочное		8	8					
Соль йодированная		0,5	0,5					
Кофейный напиток	№692-2004			200	3,2	3,1	19,0	116,7
кофейный напиток		2,4	2,4					
сахар		15	15					
молоко питьевое		130	130					
Хлеб пшеничный витаминизированный				30	2,5	0,4	14,3	72
Хлеб ржаной				20	2,0	0,3	12,3	60,1

ИТОГО в среднем за 20 дней	26	18	90	625
Потребность в пищевых веществах для детей с 7 - 11 лет по нормативу (100 % от суточных норм)*	77	79	335	2350
60% от суточной потребности в пищевых веществах и энергии для обучающихся в общеобразовательных учреждениях с учетом двух возрастов (с 7 - 11 лет)	19	20	84	588
Потребность в пищевых веществах для детей с 7 - 11 лет по нормативу (60% от суточных норм) +5%	20	21	88	617
Потребность в пищевых веществах для детей с 7 - 11 лет по нормативу (60% от суточных норм) -5%	18	19	80	558

НАКОПИТЕЛЬНАЯ ВЕДОМОСТЬ к примерному 20 - ти дневному меню (Комплекс 2) (завтрак) для питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях (осенне-зимний-весенний сезон) в возрасте 7 - 11 лет с января 2025 года

№	Продукты	Норма питания в г*, мл, нетто на 1 обучающегося в возрасте 7 - 11 лет	Норма в день (завтрак), 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	80	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	400	20	100	
2	Хлеб пшеничный	150	38	30	30	42	30	30	30	35	49	30	30	30	60	30	50	34	30	30	30	30	760	38	101	
3	Мука пшеничная	15	3	0	3	0	6	0	0	0	2	10	1	22	0	4	0	0	0	11	6	0	63	3	96	
4	Крупы, бобовые	45	21	0	0	38	53	8	50	0	0	31	0	0	50	50	39	0	50	9	11	5	438	22	104	
5	Макаронные изделия	15	9	63	0	0	0	0	0	0	0	0	51	0	0	0	0	0	0	51	0	0	165	8	96	
6	Картофель	187	41	0	86	0	0	128	0	216	0	0	0	0	0	0	0	205	0	0	0	153	0	788	39	96
7	Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соленые и квашеные, в т.ч. Томат-пюре, зелень, г.	280	34	0	68	0	0	0	54	9	194	0	65	0	0	29	46	18	53	0	20	54	28	638	32	95
8	Фрукты свежие	185	17	5	0	0	0	0	10	0	0	0	5	0	28	0	0	200	40	0	40	0	0	328	16	98
9	Сухофрукты	15	4	0	0	20	0	0	0	0	20	0	0	0	20	10	0	0	0	0	0	0	0	70	4	97
10	Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные	200	30	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	200	0	0	0	200	0	0	0	0	600	30	100
11	Мясо 1-й категории	70	27	0	0	60	0	0	80	0	74	0	0	0	0	78	0	47	80	0	72	59	0	550	28	103
12	Субпродукты (печень, сердце)	30	9	0	118	0	0	0	0	73	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	191	10	103
13	Птица (цыплята-бройлеры - 1 кат)	35	7	0	0	0	0	66	0	0	0	0	55	0	0	0	0	0	0	0	0	17	0	138	7	99
14	Рыба(филе), в т.ч. Слабо или малосоленые	58	14	0	0	0	133	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	133	266	13	95	
15	Молоко	300	75	0	16	18	130	32	0	130	0	306	0	130	150	0	166	130	0	150	0	0	130	1488	74	99
16	Творог (5%-9% м.д.ж.)	50	18	0	0	0	0	0	0	0	73	0	164	0	0	0	0	0	138	0	0	0	0	375	19	104
17	Сыр	10	3	25	0	0	0	0	0	0	15	0	0	0	15	0	0	0	0	0	0	0	0	55	3	102
18	Сметана	10	1	0	10	0	0	0	0	0	0	0	5	0	0	0	0	0	5	0	0	0	20	1	100	
19	Масло сливочное	30	6	20	5	10	5	12	0	4	0	8	6	0	10	5	0	5	0	5	8	6	8	116	6	97
20	Масло растительное	15	5	0	8	6	6	0	15	2	8	2	8	4	0	4	8	4	15	3	7	2	6	107	5	102
21	Яйцо	40	8	0	0	28	0	0	50	2	5	4	0	8	0	50	2	0	0	6	0	10	0	165	8	98
22	Сахар	35	16	15	16	15	15	15	15	15	10	25	15	29	21	15	4	15	15	24	15	15	15	324	16	103
23	Кондитерские изделия	10	3	0	0	0	0	0	0	0	0	20	0	20	0	0	15	0	0	0	0	0	0	55	3	102
24	Чай	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	7	0	100
25	Какао-порошок	2	0	0	0	3	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	7	0	97	
26	Кофейный напиток	2	1	0	0	0	0	0	0	0	2	0	2	0	0	2	2	0	0	0	0	2	12	1	104	
27	Дрожжи хлебопекарные	0,2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
28	Соль пищевая поваренная йодированная	3	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	16	1	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

*** не выполнена норма по дрожжам т.к. данные продукты не предназначены к потребления в прием пищи горячий завтрак СанПиН 2.3/2.4.3590-20