



Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека
Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения
«Центр гигиены и эпидемиологии в Тюменской области»
(ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Тюменской области»)
Холодильная, 57, Тюмень, 625027; Телефон (3452) 56-79-90, (3452) 56-79-91, (3452) 56-79-92
Тел/факс (3452) 20-50-06; e-mail: tocgsen@fguz-tyumen.ru; [http:// www.fguz-tyumen.ru](http://www.fguz-tyumen.ru)
ОКПО 74757016 ОГРН 1057200617759 ИНН/КПП 7203158959/720301001



УТВЕРЖДАЮ
Главный врач (заместитель) ФБУЗ
«Центр гигиены и эпидемиологии в
Тюменской области»
А.Я.Фольмер

№ 17/20

« 29 » 03 2021 г.

г. Тюмень

Экспертное заключение

1. Наименование услуги: экспертиза примерного 20-ти дневного меню № 20-ШК/3590-20/93 от 01.02.2021 для питания в детских общеобразовательных организациях.
2. Заявитель: АУ ТО «Центр технологического контроля».
Юридический адрес: 625026, г. Тюмень, ул. Рижская 47А;
ИНН 7203208134, ОГРН 1077203065147.
3. Получатель: АУ ТО «Центр технологического контроля».
Юридический адрес: 625026, г. Тюмень, ул. Рижская 47А;
ИНН 7203208134, ОГРН 1077203065147.
4. Нормативные документы, используемые экспертами при проведении экспертизы:
СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» (далее СанПиН 2.3/2.4.3590-20).
5. Санитарно-эпидемиологической экспертизой установлено:
На основании заявки № 112405 от 09.02.2021г. рассмотрено представленное примерное 20-ти дневное меню № 20-ШК/3590-20/93 от 01.02.2021 для питания в детских общеобразовательных организациях. Приемы пищи: завтрак, обед.
Возрастная категория детей: с 12 лет и старше.
Меню разработано на основании:
- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».
При составлении меню использованы:
• Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции общественного питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, Том 1,2 — Москва.: 2006 г.



- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах — М.: Хлебпродинформ, 2004г.
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для диетического питания — М.: Хлебпродинформ, 2002 г.
- Сборник технических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации - Пермь, ООО «Уральский региональный центр питания» ГБОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е.А. Вагнера», 2013 г.
- Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях, I часть, II часть - Екатеринбург, Уральский государственный экономический университет, ФГУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области», 2011г.

Представлены аннотация к меню, содержащая ссылки на используемую литературу, нормативные документы, пояснения к меню; накопительная ведомость; таблица распределения энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи; таблица суммарных объемов блюд по приемам пищи.

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

Меню разработано на период не менее двух недель (с учетом режима организации) для возрастной группы детей 12 лет и старше, что соответствует требованиям п. 8.1.4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

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

Меню включает завтрак, обед. На долю завтрака в среднем за 20 дней приходится 20-25% от суточной потребности в пищевых веществах и энергии, на долю обеда - 30 - 35%. Примерное меню разработано с учетом физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастной группы с 12 и старше лет (приложение 10 СанПиН 2.3/2.4.3590-20) и суточного набора продуктов для организации питания детей в организациях профессионального образования (приложение 7 таблица 2 СанПиН 2.3/2.4.3590-20), что соответствует требованиям п. 8.1.2.3. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Объем готовых блюд для указанного возраста (12 лет и старше) соответствует приложению 9 таблице 1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Для дополнительного обогащения рациона питания детей микронутриентами в меню используется: хлеб и хлебобулочные изделия с содержанием витаминов и минералов. В целях профилактики йододефицитных состояний у детей используется соль поваренная пищевая йодированная при приготовлении блюд и кулинарных изделий, что соответствует требованиям п. 8.1.6. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.



В примерном меню отсутствуют блюда и кулинарные изделия, которые могут послужить причиной возникновения и распространения инфекционных и массовых неинфекционных заболеваний (отравлений), указанные в приложении 6 (СанПиН 2.3/2.4.3590-20), что соответствует п. 8.1.9. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Заключение

Представленное примерное 20-ти дневное меню № 20-ШК/3590-20/93 от 01.02.2021 для питания в детских общеобразовательных организациях, разработанное АУ ТО «Центр технологического контроля» соответствует требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Заведующий отделением гигиены детей и подростков – врач по гигиене детей и подростков

Д.Г. Шаева



Исполнитель Д.Г. Шаева
567990, доп.3841



1. 1. 12

1. 1. 12

1. 1. 12

Аннотация

Меню приготавливаемых блюд для питания **в детских общеобразовательных организациях, разработано в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения" (далее - СанПиН 2.3/2.4.3590-20), раздел VIII «Особенности организации общественного питания детей».**

Возрастная категория детей: с 12 и старше

В соответствии с Приложением 10, Таблица 3 «Распределение в процентном отношении потребления пищевых веществ и энергии по приемам пищи в зависимости от времени пребывания в организации» СанПиН 2.3/2.4.3590 – 20, предусмотрены следующие приемы пищи - **завтрак, обед.**

Суточная потребность 2720 ккал в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Приложение 10, Таблица 1 «Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах (суточная).

Соблюдено требование п.8.1.2.3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20, «допускается в течение дня отступление от норм калорийности по отдельным приемам пищи в пределах +/- 5 % при условии, что средний % пищевой ценности за неделю будет соответствовать нормам, приведенным в таблице 3 Приложения №10 к настоящим правилам, по каждому приему пищи».

Выведено соответствие по содержанию пищевых веществ, как и отдельно, по приемам пищи – завтраков и обедов, так и в совокупности завтрак, обед.

Масса порций для детей в меню соответствует требованиям Приложения № 9, Таблица 1 «Масса порций для детей в зависимости от возраста (в граммах)».

Суммарные объемы блюда по приемам пищи соответствуют требованиям Приложения № 9, Таблица 3 «Суммарные объемы блюда по приемам пищи (в граммах не менее)».

Нормы питания в соответствии СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", Приложение 7, Таблица 2 "Среднесуточные наборы пищевой продукции для организации питания детей от 7 до 18 лет (в нетто г., мл. на 1 ребенка в сутки)".

В меню предусмотрено потребление полного продуктового набора за завтраки - молочные продукты, мясо, рыба, курица, творог, крупы, овощи, картофель, фрукты и т.д., что позволяет применять меню как для одного приема пищи, так и для двухразового питания.

Меню содержит обязательные вложения - титульный лист, аннотацию, накопительную ведомость, таблицу распределения энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи, таблицу суммарных объемов блюд по приемам пищи (в граммах - не менее).

Форма меню в соответствии с требованиями п.8.1.4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20, Приложение 8 (рекомендуемый образец).

Меню содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической ценности, Расчеты проведены на программном комплексе: «Система расчетов для общественного питания», одобренный Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (свидетельство № 32 от 11.06.2009 г.)

Технологическая документация разработана на основании нормативных сборников рецептур:

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, I часть - М.: Хлебпродинформ, 1996 г (**№рец.-1996**).

- Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции общественного питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, Том 1,2 – Москва.:2006г; (**№рец.-2006, Москва**).
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах — М.: Хлебпродинформ, 2004г (**№рец.-2004**).
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для диетического питания — М.: Хлебпродинформ, 2002 г (**№рец.-2002**).



- Сборник технических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации – Пермь, ООО «Уральский региональный центр питания» ГБОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е.А. Вагнера», 2013 г. (**№рец.-2013, Пермь**).
- Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях, I часть, II часть – Екатеринбург, Уральский государственный экономический университет, ФГУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области», 2011г. (**№рец.-2011, Екатеринбург**).

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

Для овощей приняты нормы отходов соответствие с **Приложением №24**, Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий 1996 г. Необходимо строго следить за пересчетом процента отходов для расчета сырья по овощам, в соответствии с сезонностью. Закладка продуктов в блюда соответствует нормативным таблицам. Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий 1996 г.

В целях профилактики гиповитаминозов в соответствии с п.8.1.6. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 для дополнительного обогащения рациона питания детей микронутриентами использованы: хлеб и хлебобулочные изделия с содержанием витаминов и минералов, витаминизированные напитки. Для дополнительного обогащения рациона микронутриентами рекомендуется использовать в меню специализированные продукты питания, обогащенные микронутриентами, а также инстантные витаминизированные напитки промышленного выпуска. В целях профилактики йододефицитных состояний у детей должна использоваться **соль поваренная пищевая йодированная при** приготовлении блюд и кулинарных изделий. Соль в меню включена в состав рецептур блюд (каши, выпечные изделия), в другие блюда закладка соли осуществляется с учетом приготовления качественных по органолептическим показателям **в меру соленых блюд**.

Для предотвращения размножения патогенных микроорганизмов готовые блюда должны быть реализованы не позднее 2-х часов с момента изготовления, п.8.1.2.8. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Следует учитывать, что **выход фруктов, кондитерских изделий дан в меню ориентировочно**. При формировании ежедневного меню необходимо определять **фактический выход фруктов и кондитерских изделий**.

Разработчик АУ ТО «Центр технологического контроля»
г. Тюмень ул. Рижская 47а, электронный адрес: tehkontrol2014@yandex.ru

НАКОПИТЕЛЬНАЯ ВЕДОМОСТЬ к меню №20-ШК/3590-20/93 от 01.02.2021 г. для питания детей школьного возраста с 12 лет и старше (завтрак, обед)

20	Продукты	Норма питания в г*, мл, нетто на 1 ребенка в сутки	Норма в день, г мл, нетто, прием пищи - завтрак.	Фактически получено г, мл,																				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	54,0	60	60	40	40	40	60	40	60	40	60	60	60	60	40	40	60	80	60	1080	54	100			
2	Хлеб пшеничный	200	100,0	100	100	104	90	131	80	124	60	100	80	105	80	80	96	119	80	122	108	80	60	1899	95	95	
3	Мука пшеничная	20	12,0	4	2	3	21,3	8	2,4	0	5	20	0	0	12	11	14	6	92	16	3	13	10	243	12	101	
4	Крупы, бобовые	50	37,5	88	0	70	7	65	25	5	57	0	48	30	85	47	5	68	20	73	0	18	51	762	38	102	
5	Макаронные изделия	20	16,0	0	0	0	64	0	0	64	0	64	0	0	64	0	0	0	0	0	64	0	10	330	17	103	
6	Картофель	187	160,8	50	304	148	43	220	254	215	164	30	229	303	164	194	217	220	25	25	121	207	245	3378	169	105	
7	Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соленые и квашеные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-пюре, зелень	320	208,0	116	257	354	185	156	140	170	120	143	246	132	168	296	168	132	335	127	334	428	208	4215	211	101	
8	Фрукты свежие	185	92,5	204	0	130	140	100	140	100	0	130	24	130	5	20	100	190	30	0	174	140	0	1757	88	95	
9	Сухофрукты	20	11,0	0	0	25	15	0	0	20	0	20	15	0	36	0	40	15	15	0	0	0	20	221	11	100	
10	Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные***	200	80,0	0	200	0	0	200	0	200	200	0	0	200	0	200	0	0	0	200	0	200	0	1600	80	100	
11	Сахар (в т.ч. для приготовления блюд и напитков, в случае использования пищевой продукции промышленного выпуска, содержащих сахар, выдача сахара должна быть уменьшена в зависимости от его содержания в используемой готовой пищевой продукции)	35	28,0	33	12	29	46,5	10	28	15	11	40	25	17	35	23	49	30	49	23	26	19	30	550	27	98	
12	Кондитерские изделия	15	7,5	0	0	0	0	60	0	15	40	0	0	0	0	0	0	15	25	0	0	0	0	155	8	103	
13	Какао	1,2	0,5	0	0	5	0	0	0	0	0	0	0	0	5	0	0	0	0	0	0	0	0	10	1	99	
14	Чай	2	1,1	2,0	0,0	0,0	2,0	2,0	0,0	0,0	2,0	2,0	2,0	0,0	0,0	0,0	2,0	2,0	2,0	2,0	0,0	0,0	2,0	22	1,1	100	
15	Кофейный напиток	2	0,8	0	4	0	0	0	4	0	0	0	0	4	0	0	0	0	0	4	0	0	0	16	1	100	
16	Мясо 1-й категории	78	58,5	63	0	153	0	0	63	153	0	0	95	97	63	79	79	0	0	162	95	70	1172	59	100		
17	Субпродукты (печень, язык, сердце)	40	18,0	0	0	0	121	0	0	0	0	114	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	114	349	17	97	
18	Птица (цыплята-бройлеры потрошенные - 1 кат.)	53	39,8	26	149	0	0	65	0	26	109	26	0	0	65	0	26	93	143	0	0	0	46	774	39	97	
19	Рыба (филе), в т.ч. филе слабо или малосоленое	77	42,4	0	83	36	0	80	0	0	119	0	80	0	36	111	0	83	0	80	0	102	0	810	41	96	
20	Молоко	350	95	182	129	144	20	129	319	14	129	20	43	290	145	51	20	20	28	30	100	29	20	1862	93	99	
21	Кисломолочная пищевая продукция	180	36,0	0	125	0	0	0	125	0	125	0	0	0	0	0	125	0	0	125	0	0	125	750	38	104	
22	Творог (5%-9% м.д.ж.)	60	33,0	0	0	0	137	0	0	0	0	149	0	0	0	0	156	0	0	191	0	0	0	633	32	96	
23	Сметана	10	8,8	5	5	0	17,5	8	5	0	35	35	5	5	8	17	11	0	0	13	15	0	0	185	9	105	
24	Сыр	15	7,5	15	20	0	0	0	20	20	5	0	25	20	0	0	0	0	0	0	20	0	0	145	7	97	
25	Масло сливочное	35	21,0	20	12	5	38,8	23	17	9	27	24	24	30	19	29	25	20	21	21	9	12	21	407	20	97	
26	Масло растительное	18	10,8	9	14	24	10	4	10	14	4	11	9	10	11	5	17	4	10	0	19	24	13	222	11	103	
27	Яйцо, шт.	40	15,2	40	4	5	24	15	0	5	0	20	6	7	9	18	9	11	7	25	8	35	52	300	15	99	
28	Дрожжи хлебопекарные***	0,3	0,1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	2	0,1	103	
29	Крахмал	4	1,1	7	0	0	0	0	0	0	0	0	7	0	0	0	0	0	0	0	7	0	0	21	1,1	97	
30	Специи	2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	24	1,2	100	
31	Соль пищевая поваренная йодированная	5	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	100

* 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 нормы потребления пищевой продукции для организации питания детей от 7 до 18 лет (в нетто г., мл. на 1 ребенка в сутки)"

** Количество потребленных продуктов округлено до целого числа



Распределение энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи для детей школьного возраста с 12 лет и старше *

Суточная потребность СанПиН 2.3/2.4.3590-20 (2720 ккал)**	Завтрак, ккал		Обед, ккал		Итого, ккал	
	20-25 % от суточного рациона	% выполнения	30-35% от суточного рациона	% выполнения	50 - 60% от суточного рациона	% выполнения
	544-680		816-952		1360/1632	
1 день	561	21	869	32	1429	53
2 день	629	23	885	33	1514	56
3 день	673	25	887	33	1560	57
4 день	656	24	849	31	1505	55
5 день	569	21	931	34	1500	55
ИТОГО в среднем за неделю	617	23	884	33	1502	55
6 день	560	21	924	34	1484	55
7 день	663	24	881	32	1544	57
8 день	680	25	897	33	1576	58
9 день	563	21	945	35	1508	55
10 день	584	21	931	34	1515	56
ИТОГО в среднем за неделю	610	22	916	34	1525	56
11 день	563	21	936	34	1499	55
12 день	676	25	896	33	1572	58
13 день	601	22	938	34	1539	57
14 день	642	24	943	35	1586	58
15 день	645	24	853	31	1498	55
ИТОГО в среднем за неделю	625	23	913	34	1539	57
16 день	575	21	882	32	1458	54
17 день	553	20	910	33	1463	54
18 день	677	25	918	34	1595	59
19 день	612	22	905	33	1517	56
20 день	625	23	921	34	1546	57
ИТОГО в среднем за неделю	608	22	907	33	1516	56
ИТОГО в среднем за день	615	23	905	33	1520	56

*Приложение 10, Таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"

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

Суммарные объемы блюд по приемам пищи для детей с 12 лет и старше (не менее)

Приложение №9, таблица 3 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20	Завтрак, грамм	Обед, грамм
	550	800
1 день	620	845
2 день	645	835
3 день	680	860
4 день	560	855
5 день	580	850
6 день	590	935
7 день	620	810
8 день	620	835
9 день	560	865
10 день	580	815
11 день	570	810
12 день	580	860
13 день	600	845
14 день	585	915
15 день	635	840
16 день	550	830
17 день	590	840
18 день	640	835
19 день	680	810
20 день	665	860

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

Масса порций для детей в зависимости от возраста (в граммах)

Название блюд	Масса порций в граммах для двух возрастных групп	
	7 до 11 лет	12 лет и старше
Каша, или овощное, или яичное, или творожное, или мясное блюдо (допускается комбинация разных блюд завтрака, при этом выход каждого блюда может быть уменьшен при условии соблюдения общей массы блюд завтрака)	150-200	200-250
Закуска (холодное блюдо) (салат, овощи и т.п.)	60-100	100-150
Первое блюдо	200-250	250-300
Второе блюдо (мясное, рыбное, блюдо из мяса птицы)	90-120	100-120
Гарнир	150-200	180-230
Третье блюдо (компот, кисель, чай, напиток кофейный, какао-напиток, сок, напиток из шиповника, сок)	180-200	180-200
Фрукты	100	100

В соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", Приложение 9, Таблица 1 "Масса порций для детей в зависимости от возраста (в граммах)"

ТАБЛИЦА ЗАМЕНЫ ПИЩЕВОЙ ПРОДУКЦИИ В ГРАММАХ (НЕТТО) С УЧЕТОМ ИХ ПИЩЕВОЙ ЦЕННОСТИ

Вид пищевой продукции	Масса, г	Вид пищевой продукции - заменитель	Масса, г
Говядина	100	Мясо кролика	96
		Печень говяжья	116
		Мясо птицы	97
		Рыба (треска)	125
		Творог с массовой долей жира 9%	120
		Баранина 2 кат.	97
		Конина 1 кат.	104
		Мясо лосося (мясо с ферм)	95
		Оленина (мясо с ферм)	104
		Консервы мясные	120
Молоко питьевое с массовой долей жира 3,2%	100	Молоко питьевое с массовой долей жира 2,5%	100
		Молоко сгущенное (цельное и с сахаром)	40
		Сгущено-вареное молоко	40
		Творог с массовой долей жира 9%	17
		Мясо (говядина 1 кат.)	14
		Мясо (говядина 2 кат.)	17
		Рыба (треска)	17,5
		Сыр	12,5
		Яйцо куриное	22
Творог с массовой долей жира 9%	100	Мясо говядина	83
		Рыба (треска)	105
Яйцо куриное	41	Творог с массовой долей жира 9%	31
		Мясо (говядина)	26
		Рыба (треска)	30
		Молоко цельное	186
		Сыр	20
Рыба (треска)	100	Мясо (говядина)	87
		Творог с массовой долей жира 9%	105

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
СГРН 1077203065147
ИНЧ 7203208134

**Меню приготавливаемых блюд
завтрак, обед**

Возрастная категория: с 12 лет и старше

ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ №20-ШК/3590-20/93 от 01.02.2021 г.

**Меню содержит обязательные вложения - титульный лист, аннотацию, накопительную ведомость,
таблицу распределения энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи,
таблицу суммарных объемов блюд по приемам пищи (в граммах - не менее)**

1 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			620	16,1	15,9	88,5	560,5	
Бутерброд с сыром и маслом			20/5/15	6,1	7,8	7,9	126,2	№1,3-2004
хлеб пшеничный	20	20						
масло сливочное	5	5						
сыр	16	15						
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая			200	7,5	7,7	26,0	203,3	№311-2004
хлопья овсяные "Геркулес"	25	25						
молоко питьевое	182	182						
сахар	3	3						

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ

Меню № 20-ШК/3590-20/93
АУ ТО «Центр технологического контроля»

соль йодированная	1	1						
масло сливочное	5	5						
Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"			200/20/10	0,2	0,0	15,5	62,8	№686-2004
чай-заварка	2	2						
сахар	15	15						
лимон	11	10						
апельсин	21	20						
Фрукты в ассортименте			150	0,6	0,0	21,6	88,8	№458-2006, Москва
Хлеб ржаной			20	0,7	0,1	9,4	40,5	
или Хлеб ржаной витаминизированный			20					
Хлеб пшеничный			20	1,0	0,3	8,1	38,9	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			20					
Обед			845	30,1	30,1	119,4	869	
Салат "Дальневосточный" из морской капусты с яйцом отварным			100	5,5	10,5	1,7	123,3	№362-2002
салат "Дальневосточный" из морской капусты	51	30						
или капуста морская консервированная без уксуса	51	30						
морковь до 01.01.-20%	27,5	22						
с 01.01 - 25%	29,3	22						

**Расход соли и специй
при приготовлении блюд и изделий**

Блюда	Наименование специй	
	Соль, г	Лавровый лист, г
1	2	5
1. Холодные блюда (на порцию)	2—3	0,01
2. Супы (на 1000 г) ¹	6—10	0,04
3. Блюда из овощей (варка) на 1 л воды	10	—
4. Блюда из круп (на 1 кг крупы)		
гречневая каша:		
рассыпчатая из ядрицы	21	—
вязкая	40	—
пшенная каша:		
рассыпчатая	25	—
вязкая	40	—
рисовая каша:		
рассыпчатая	28	—
вязкая	45	—
перловая каша:		
рассыпчатая	30	—
вязкая	45	—
овсяная каша вязкая	40	—
манная каша вязкая	45	—
кукурузная каша:		
рассыпчатая	30	—
вязкая	35	—
5. Блюда из бобовых (на 1 порцию отварных бобов)	3—4	—
6. Блюда из макаронных изделий (варка) на 1 кг изделий	30	—
7. Блюда из яиц (на 1 шт.)	0,25	—
8. Блюда из творога (на 1 кг)	10	—
9. Блюда из рыбы и морепродуктов (на 1 порцию)	3	0,01
10. Блюда из мяса (на 1 порцию)	4	0,02
11. Блюда из сельскохозяйственной птицы (на 1 порцию)	3—5	0,02

¹ Норма закладки соли в молочных супах — 6 г на 1000 г.

масса отварной моркови		20						
яйцо куриное	40	40						
лук репчатый	9,5	8						
лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый								
или лук зеленый	10	8						
масло растительное	5	5						
Суп из овощей с курицей, со сметаной			250/10/5	5,9	6,3	16,0	144,3	№135-2004
курица потрошенная 1 категории (мякоть без кожи)	29	26						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	67	50						
01.11.-31.12. -30%	72	50						
01.01-29.02 - 35%	77	50						
01.03 - 40%	84	50						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	12	10						
горошек зелёный консервированный	28	18						
масло сливочное	5	5						

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

сметана	5	5						
Гуляш из говядины			100	9,1	7,5	3,4	117,5	№437-2004
говядина 1 категории	86	63						
или говядина полуфабрикат	74	63						
или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	63	63						
масло растительное	4	4						
масса тушеного мяса		40						
масса соуса		60						
лук репчатый	14	12						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	6	6						
мука пшеничная	4	4						
Рис припущенный			180	4,4	4,3	35,0	196,6	№512-2004
крупа рисовая	63	63						
вода питьевая	133	133						
масло сливочное	5	5						
Кисель из свежих ягод			200	0,3	0,2	21,5	89,0	№505-2013, Пермь

вишня свежемороженая	25,2	24							
или смородина свежемороженая	25,2	24							
или клюква свежемороженая	25,2	24							
сахар	15	15							
крахмал	7	7							
Хлеб ржаной			40	1,9	0,4	17,5	81,0		
или Хлеб ржаной витаминизированный			40						
Хлеб пшеничный			60	3,0	0,8	24,3	116,8		
или Хлеб пшеничный витаминизированный			60						
ИТОГО:				46	46	208	1429		
2 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			645	24,7	25,5	75,5	629,3		
Бутерброд с сыром			20/20	5,7	6,2	7,2	107,4	№3-2004	
хлеб пшеничный	20	20							
сыр	21	20							
Котлета рыбная запеченная			100	10,3	9,3	12,9	176,3	№388-2004	
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	112	83							

Автономное учреждение Томской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНЧ 7203208134

или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	125	83						
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	96	83						
хлеб пшеничный	15	15						
вода питьевая	13	13						
лук репчатый	4	3						
яйцо куриное	4	4						
сухари	5	5						
масло растительное	2	2						
Пюре картофельное			180	3,9	5,9	26,7	175,5	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	205	154						
01.11.-31.12. -30%	220	154						
01.01-29.02 - 35%	237	154						
01.03 - 40%	257	154						
молоко питьевое	29	29						
масло сливочное	7	7						
Кофейный напиток			200	2,3	2,5	14,8	90,9	№690-2004
кофейный напиток	4	4						

сахар	10	10							
молоко питьевое	100	100							
Йогурт молочный полужирный в индивидуальной упаковке			125	1,8	1,5	4,5	38,7		
Хлеб ржаной			20	0,7	0,1	9,4	40,5		
или Хлеб ржаной витаминизированный			20						
Обед			835	29,8	32,6	118,1	885		
Овощи свежие (огурцы)			100	0,7	0,1	1,9	11,3		№70-2006, Москва
огурцы свежие грунтовые	105	100							
или огурцы свежие парниковые	102	100							
Борщ с капустой и картофелем, со сметаной			250/5	2,3	4,9	16,7	120,1		№110-2004
свекла до 01.01.-20%	50	40							
с 01.01 - 25%	53	40							
капуста свежая белокочанная	25	20							
или капуста квашеная промышленного производства	21	15							
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	27	20							
01.11.-31.12. -30%	29	20							
01.01-29.02 - 35%	31	20							
01.03 - 40%	33	20							
морковь до 01.01.-20%	16	13							

Автономное учреждение Томской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНЧ 7203208134

с 01.01 - 25%	17	13						
лук репчатый	12	10						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	6	6						
масло сливочное	5	5						
сахар	0,5	0,5						
сметана	5	5						
Бедро или грудка куриные запеченные "Домашние"			100	16,2	15,1	0,7	203,5	№494-2004
курица потрошенная 1 категории	167	149						
или грудка куриная промышленного производства	157	149						
или бедро куриное	157	149						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5	5						
чеснок	0,6	0,5						
масло растительное	2	2						
Рагу из овощей			180	5,2	11,3	23,0	214,5	№224-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	173	130						
01.11.-31.12. -30%	186	130						
01.01-29.02 - 35%	200	130						
01.03 - 40%	217	130						
морковь до 01.01.-20%	30	24						

с 01.01 - 25%	27	20						
лук репчатый	18	15						
масло растительное	10	10						
для соуса		60						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	10	10						
мука пшеничная	2	2						
морковь до 01.01.-20%	6	5						
с 01.01 - 25%	7	5						
лук репчатый	6	5						
сахар	1,5	1,5						
Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138,0	№518-2013, Пермь
Хлеб ржаной			40	1,9	0,4	17,5	81,0	
или Хлеб ржаной витаминизированный			40					
Хлеб пшеничный			60	3,0	0,8	24,3	116,8	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			60					
ИТОГО:				55	58	194	1514	
3 день								

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

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			680	21,5	20,0	101,7	673	
Овощи натуральные			100	1,1	0,1	3,8	20,5	№106-2013, Пермь
помидоры свежие грунтовые	118	100						
или помидоры свежие парниковые	102	100						
Плов из мяса			250	15,4	15,9	48,7	399,5	№370-2013, Пермь
говядина 1 категории	107	79						
или говядина полуфабрикат	93	79						
или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	79	79						
или свинина мясная	87	74						
масса тушеного мяса		50						
масло растительное	12	12						
крупа рисовая	70	70						
морковь до 01.01.-20%	25	20						
с 01.01 - 25%	27	20						
лук репчатый	19	16						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	10	10						

Какао с молоком			200	3,4	3,2	21,2	127,2	№642-1996
какао - порошок	5	5						
молоко питьевое	130	130						
сахар	15	15						
Фрукты в ассортименте			130	0,6	0,5	19,9	86,5	№458-2006, Москва
Хлеб пшеничный			20	1,0	0,3	8,1	38,9	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			20					
Обед			860	26,8	31,5	124,1	886,9	
Салат овощной			100	2,3	5,0	9,1	90,5	№69-2013, Пермь
морковь до 01.01.-20%	50	40						
с 01.01 - 25%	53	40						
масса отварной моркови		38						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	47	35						
01.11.-31.12. -30%	50	35						
01.01-29.02 - 35%	54	35						
01.03 - 40%	58	35						
масса отварного картофеля		32						
горошек зелёный консервированный (после термической обработки)	39	25						
масло растительное	5	5						

Администрация учреждения Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203005147
ИНН 7203208134

Суп картофельный с рыбой			250/30	5,7	6,3	19,1	155,9	№150-2013, Пермь
горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	54	36						
или горбуша неразделанная ((филе без кожи и костей)	66	36						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	50	37						
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	42	36						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	150	113						
01.11.-31.12. -30%	162	113						
01.01-29.02 - 35%	174	113						
01.03 - 40%	189	113						
лук репчатый	12	10						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
масло сливочное	5	5						
Биточки из говядины			100	10,1	14,2	17,0	236,2	№451-2004
говядина 1 категории	101	74						
или говядина полуфабрикат	87	74						
или фарш промышленного производства	74	74						

хлеб пшеничный	18	18						
молоко питьевое	14	14						
лук репчатый	6	5						
яйцо куриное	5	5						
сухари	6	6						
масло растительное	2	2						
Капуста тушённая			180	3,7	4,7	14,9	116,7	№.534-2004
капуста белокочанная свежая	258	206						
масло растительное	5	5						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	10	8						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	4	4						
мука пшеничная	3	3						
сахар	4	4						
Напиток из плодов шиповника			200	0,2	0,0	22,2	89,8	№705-2004
шиповник	25	25						
сахар	10	10						

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

Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81,0	
или Хлеб ржаной витаминизированный	40					
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	116,8	
или Хлеб пшеничный витаминизированный	60					
ИТОГО:		48	51	226	1560	

4 день

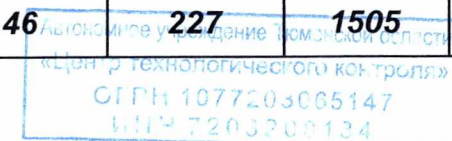
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			560	21,9	21,9	92,7	655,6	
Запеканка " Царская" из творога с молоком сгущенным			200/20	18,5	14,4	44,0	379,7	№10/5-2011, Екатеринбург
творог	140	137						
крупа манная	7	7						
яйцо куриное	24	24						
сахар	14	14						
крошка		33						
масло сливочное	14	14						
мука пшеничная	14	14						
сахар	7	7						

масло сливочное для смазки листа	4,5	4,5							
масса готовой запеканки		200							
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20							
Бутерброд с маслом			30/10	2,3	7,4	14,5	133,8	№1-2004	
хлеб пшеничный	30	30							
масло сливочное	10	10							
Чай "Витаминный"			200	0,7	0,1	19,8	82,9	№493-2013, Пермь	
чай-заварка	2	2							
шиповник	15	15							
сахар	10	10							
Фрукты в ассортименте			100	0,4	0,0	14,4	59,2	№458-2006, Москва	
Обед			855	23,0	24,4	134,3	849,1		
Салат из моркови			100	1,1	5,0	9,1	85,9	№7-2013, Пермь	
морковь до 01.01.-20%	121	97							
с 01.01 - 25%	129	97							
<i>морковь в сыром виде использовать только до 1 марта, после 1 марта в отварном</i>									
сахар	3	3							
масло растительное	5	5							
Свекольник со сметаной			250/5	2,5	4,9	16,2	118,9	№34-2004, Пермь	

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

свекла до 01.01.-20%	80	64						
с 01.01 - 25%	85	64						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	57	43						
01.11.-31.12. -30%	61	43						
01.01-29.02 - 35%	66	43						
01.03 - 40%	72	43						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	13	11						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	3	3						
масло сливочное	5	5						
сахар	0,5	0,5						
сметана	5	5						
Печень, тушеная в соусе			120	10,5	9,9	5,5	153,1	№401-2013, Пермь
печень говяжья	147	121						
мука пшеничная	6	6						
масло растительное	5	5						
масса тушеной печени		80						

соус сметанный №442-2013, Пермь		50						
сметана	12,5	12,5						
мука пшеничная	1,3	1,3						
вода питьевая	40	40						
масло сливочное	1,3	1,3						
Макаронные изделия отварные			180	3,8	3,4	41,1	210,2	№516-2004
макаронные изделия	64	64						
масло сливочное	4	4						
Компот из свежих плодов			200	0,2	0,0	20,6	83,2	№585-1996
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	45,6	40						
или груши свежие	44	40						
или апельсины свежие	60	40						
сахар	15	15						
Хлеб ржаной			40	1,9	0,4	17,5	81,0	
или Хлеб ржаной витаминизированный			40					
Хлеб пшеничный			60	3,0	0,8	24,3	116,8	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			60					
ИТОГО:				45	46	227	1505	



5 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			580	17,7	19,2	81,6	569,0	
Фрикадельки из кур (2 шт. по 50 г.)			100	10,8	10,9	5,4	162,9	№410-2013, Пермь
курица потрошенная 1 категории	151	65						
или грудка куриная промышленного производства	96	65						
молоко питьевое	15	15						
яйцо куриное	9	9						
морковь до 01.01.-20%	29	23						
с 01.01 - 25%	31	23						
лук репчатый	12	10						
мука пшеничная	8	8						
сметана	8	8						
масло растительное	2	2						
Каша гречневая вязкая отварная			180	2,0	5,4	29,2	173,4	№510-2004
крупа гречневая	45	45						
вода питьевая	144	144						
масло сливочное	6	6						

Чай с молоком			200	2,8	2,5	15,1	94,1	№630-1996
чай-заварка	2	2						
сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
Фрукты в ассортименте			100	0,4	0,0	14,4	59,2	№458-2006, Москва
Хлеб ржаной			20	0,7	0,1	9,4	40,5	
или Хлеб ржаной витаминизированный			20					
Хлеб пшеничный			20	1,0	0,3	8,1	38,9	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			20					
Обед			850	29,6	26,0	144,5	930,7	
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	182	100	100	0,8	0,1	1,6	10,6	№101-2004
ИЛИ								
Овощи свежие (огурцы)			100	0,7	0,1	1,9	11,3	№70-2006, Москва
огурцы свежие грунтовые	105	100						
или огурцы свежие парниковые	102	100						
Суп гороховый с гренками			250/20	3,1	4,1	31,7	176,1	№139-2004
горох лущёный	20	20						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	67	50						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
СГРН 1077Е03005147
ИНН 7203208134

01.11.-31.12. -30%	72	50						
01.01-29.02 - 35%	77	50						
01.03 - 40%	84	50						
морковь до 01.01.-20%	16,3	13						
с 01.01 - 25%	17,3	13						
лук репчатый	12	10						
масло сливочное	5	5						
хлеб пшеничный	38	32						
Биточки рыбные			100	15,5	12,9	14,4	235,7	№345-2013, Пермь
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	108	80						
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	120	80						
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	93	80						
хлеб пшеничный	19	19						
молоко питьевое	14	14						
масло сливочное	2	2						
яйцо куриное	6	6						
сухари	5	5						
масло растительное	2	2						
Картофель толченый, по-деревенски			180	4,9	7,7	33,0	220,9	№208-2013, Пермь

картофель - 01.09.-31.10. - 25%	226	170						
01.11.-31.12. -30%	243	170						
01.01-29.02 - 35%	262	170						
01.03 - 40%	284	170						
отвар картофельный	30	30						
масло сливочное	10	10						
Сок в ассортименте	200	200	200	0,4	0,0	22,0	89,6	№518-2013, Пермь
Хлеб ржаной			40	1,9	0,4	17,5	81,0	
или Хлеб ржаной витаминизированный			40					
Хлеб пшеничный			60	3,0	0,8	24,3	116,8	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			60					
ИТОГО:				47	45	226	1500	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (за завтраки):				20	20	88	617	<i>При одном приеме пищи (завтрак)</i>
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (за завтраки)(20-25%):				18-23	18-23	77-96	544-680	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (за обеды):				28	29	128	884	<i>При одном приеме пищи (обед)</i>
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (за обеды)(30-35%):				27-32	28-32	115-134	816-952	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (завтрак, обед):				48	49	216	1502	<i>При двухразовом питании (завтрак, обед)</i>
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (завтрак, обед)(50-60%):				45-54	46-55	192-230	1360-1632	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (100%)*:				90	92	383	2720	

Администрация учреждения Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН: 1077203005147
ИНН: 7203208134

6 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			590	12,4	13,8	96,8	560	
Каша пшенная жидкая с маслом			200/5	4,8	6,9	28,0	193,3	№311-2004
	крупa пшено	25	25					
	молоко питьевое	190	190					
	сахар	3	3					
	соль йодированная	1,2	1,2					
	масло сливочное	5	5					
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте (пряники, печенье, вафли)			60	1,8	2,5	32,0	157,7	
Кофейный напиток			200	2,3	2,5	14,8	90,9	№690-2004
	кофейный напиток	4	4					
	сахар	10	10					
	молоко питьевое	100	100					
Йогурт молочный полужирный в индивидуальной упаковке			125	1,8	1,5	4,5	38,7	
Хлеб ржаной			20	0,7	0,1	9,4	40,5	
или Хлеб ржаной витаминизированный			20					
Хлеб пшеничный			20	1,0	0,3	8,1	38,9	

или Хлеб пшеничный витаминизированный			20					
Обед			935	28,9	31,7	130,7	923,9	
Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком			100	1,5	5,0	4,7	69,8	№4/1-2011, Екатеринбург
капуста свежая белокочанная	96	77						
<i>капуста старого урожая используется в сыром виде до 1 марта, с 1 марта только капуста нового урожая или другой салат</i>								
горошек зеленый консервированный	31	20						
лимонная кислота	0,10	0,10						
вода питьевая для разведения лимонной кислоты	5	5						
масло растительное	5	5						
ИЛИ								
Салат из свежих помидоров			100	1,0	5,1	3,5	63,9	№22-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	97	95						
или помидоры свежие грунтовые	112	95						
масло растительное	5	5						
Суп сырный со сметаной			250/5	7,7	9,7	18,7	192,9	№12/2-2011, Екатеринбург
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	133	100						
01.11.-31.12. -30%	143	100						

Автономное учреждение Пермской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН: 1077203005147
ИНН 7203200134

01.01-29.02 - 35%	154	100						
01.03 - 40%	167	100						
масло сливочное	5	5						
морковь до 01.01.-20%	16	13						
с 01.01 - 25%	17	13						
лук репчатый	14	12						
сыр плавленый для супа	21	20						
сметана	5	5						
Мясо тушеное			100	10,3	9,9	3,8	145,5	№363-2013, Пермь
говядина 1 категории	86	63						
или говядина полуфабрикат	74	63						
или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	63	63						
масло растительное	5	5						
масса тушеного мяса		40						
масса соуса		60						
морковь до 01.01.-20%	6	5						
с 01.01 - 25%	7	5						
лук репчатый	6	5						
мука пшеничная	2,4	2,4						

томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	8	8						
Пюре картофельное			180	3,9	5,9	26,7	175,5	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	205	154						
01.11.-31.12. -30%	220	154						
01.01-29.02 - 35%	237	154						
01.03 - 40%	257	154						
молоко питьевое	29	29						
масло сливочное	7	7						
Компот из свежих плодов			200	0,2	0,0	20,6	83,2	№585-1996
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	45,6	40						
или груши свежие	44	40						
или апельсины свежие	60	40						
сахар	15	15						
Фрукты в ассортименте			100	0,4	0,0	14,4	59,2	№458-2006, Москва
Хлеб ржаной			40	1,9	0,4	17,5	81,0	
или Хлеб ржаной витаминизированный			40					
Хлеб пшеничный			60	3,0	0,8	24,3	116,8	

Автономное учреждение Московской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН: 1077203005147
ИНН 7203208134

или Хлеб пшеничный витаминизированный			60					
ИТОГО:				41	46	227	1484	
7 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			620	20,9	24,3	90,1	663	
Бутерброд с сыром			20/20	5,7	6,2	7,2	107,4	№3-2004
хлеб пшеничный	20	20						
сыр	21	20						
Шницель из говядины			100	10,1	14,2	17,0	236,2	№451-2004
говядина 1 категории	101	74						
или говядина полуфабрикат	87	74						
или фарш промышленного производства	74	74						
хлеб пшеничный	18	18						
молоко питьевое	14	14						
лук репчатый	6	5						
яйцо куриное	5	5						
сухари	6	6						
масло растительное	2	2						

Макаронные изделия отварные			180	3,8	3,4	41,1	210,2	№516-2004		
макаронные изделия	64	64								
масло сливочное	4	4								
Сок в ассортименте			200	0,2	0,0	11,0	44,8	№518-2013, Пермь		
Фрукты в ассортименте			100	0,1	0,2	5,7	25,0	№458-2006, Москва		
Хлеб пшеничный			20	1,0	0,3	8,1	38,9			
или Хлеб пшеничный витаминизированный			20							
Обед			810	29,2	30,0	123,5	881,2			
Икра кабачковая промышленного производства для детского питания			105	100	100	1,4	4,5	5,5	68,1	№101-2004
Суп с крупой с курицей			250/10	6,5	6,4	20,1	164,0	№138-2004		
курица потрошенная 1 категории (мякоть без кожи)	29	26								
крупы: кукурузная, или пшено, или овсяные хлопья "Геркулес"	5	5								
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	67	50								
01.11.-31.12. -30%	72	50								
01.01-29.02 - 35%	77	50								
01.03 - 40%	84	50								
морковь до 01.01.-20%	12,5	10								
с 01.01 - 25%	13,3	10								

Автономное учреждение Пермской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203005147
ИНН 7203208134

лук репчатый	12	10						
масло сливочное	5	5						
Жаркое по - домашнему			250	15,7	17,9	32,3	352,9	№436-2004
говядина 1 категории	107	79						
или говядина полуфабрикат	93	79						
или свинина мясная	87	74						
или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	79	79						
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						
Компот из сухофруктов			200	0,7	0,0	23,9	98,4	№639-2004
сухофрукты	20,3	20						

	сахар	15	15						
Хлеб ржаной				40	1,9	0,4	17,5	81,0	
или Хлеб ржаной витаминизированный				40					
Хлеб пшеничный				60	3,0	0,8	24,3	116,8	
или Хлеб пшеничный витаминизированный				60					
ИТОГО:					50	54	214	1544	
8 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак				620	27,4	31,0	73,0	680	
Фрикасе из птицы				100	18,5	18,7	0,7	245,1	№493-2004
филе куриное промышленного производства		123	117						
или филе индейки		115	109						
зелень сушеная (хмели-сунели)		0,1	0,1						
масло сливочное		5	5						
масса тушеной птицы			80						
лук репчатый		24	20						
сметана		20	20						
Рис припущенный с овощами "Мозаика"				180	3,2	7,7	37,9	233,7	№416-2013, Пермь

Администрация учреждения
 «Центр технологического контроля»
 ОГРН: 1077203005147
 ИНН: 7203200124

крупa рисовая	47	47						
кукуруза консервированная	50	30						
морковь до 01.01.-20%	26	21						
с 01.01 - 25%	28	21						
масло сливочное	10	10						
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте (конфеты)			15	0,4	0,5	5,4	27,7	
Чай с молоком			200	2,8	2,5	15,1	94,1	№630-1996
чай-заварка	2	2						
сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
Йогурт молочный полужирный в индивидуальной упаковке			125	1,8	1,5	4,5	38,7	
Хлеб ржаной			20	0,7	0,1	9,4	40,5	
или Хлеб ржаной витаминизированный			20					
Обед			835	37,6	30,7	117,4	897	
Овощи натуральные №106-2013, Пермь			100	1,1	0,1	3,8	20,5	№106-2013, Пермь
помидоры свежие грунтовые	118	100						
или помидоры свежие парниковые	102	100						
Борщ "Сибирский" со сметаной			250/5	3,5	4,7	18,0	128,3	№111-2004
свекла - до 01.01 - 20%	50	40						

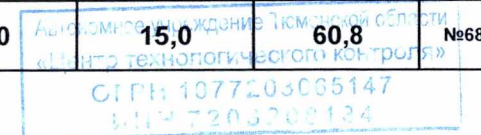
с 01.01 - 25%	53	40						
капуста белокочанная свежая	25	20						
или капуста квашеная промышленного производства	21	15						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	13	10						
01.11.-31.12. -30%	14	10						
01.01-29.02 - 35%	15	10						
01.03 - 40%	17	10						
фасоль	10	10						
морковь до 01.01.-20%	15	12						
с 01.01 - 25%	16	12						
лук репчатый	12	10						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	6	6						
масло сливочное	5	5						
сахар	0,5	0,5						
сметана	5	5						
Рыба запечённая со сметаной и сыром			100	23,8	18,8	5,1	284,8	№341-2013, Пермь
горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	170	119						
или горбуша неразделанная (филе с кожей без костей)	205	119						
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	138	119						

Автономное учреждение Пермской области
«Центр технологического контроля»
 ОГРН 1077203085147
 ИНН 7203208134

или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	153	113						
мука пшеничная	5	5						
сметана	10	10						
сыр	6	5						
масло растительное	4	4						
Пюре картофельное			180	3,9	5,9	26,7	175,5	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	205	154						
01.11.-31.12. -30%	220	154						
01.01-29.02 - 35%	237	154						
01.03 - 40%	257	154						
молоко питьевое	29	29						
масло сливочное	7	7						
Сок в ассортименте	200	200	200	0,4	0,0	22,0	89,6	№518-2013, Пермь
Хлеб ржаной			40	1,9	0,4	17,5	81,0	
или Хлеб ржаной витаминизированный			40					
Хлеб пшеничный			60	3,0	0,8	24,3	116,8	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			60					
ИТОГО:				65	62	190	1576	

9 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			560	19,2	19,3	78,2	563,3	
Бутерброд с маслом			30/10	2,3	7,4	14,5	133,8	№1-2004
хлеб пшеничный	30	30						
масло сливочное	10	10						
Суфле "Чизкейк" (творожное с печеньем) с молоком сгущенным			200/20	16,3	11,9	34,3	309,5	№19/5-2011, Екатеринбург
печенье сахарное	40	40						
творог	151	149						
мука пшеничная	17	17						
яйцо куриное	20	20						
сахар	10	10						
сметана	15	15						
сухари пшеничные	10	10						
масло сливочное для смазки листа	5	5						
масса готового суфле		200						
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20						
Чай с сахаром			200	0,2	0,0	15,0	60,8	№685-2004



чай-заварка	2	2						
сахар	15	15						
Фрукты в ассортименте			100	0,4	0,0	14,4	59,2	№458-2006, Москва
Обед			865	30,6	29,2	139,9	945,0	
Салат из моркови и яблок			100	0,9	5,2	9,3	87,6	№9-2013, Пермь
морковь до 01.01.-20%	88	70						
с 01.01 - 25%	93	70						
морковь в сыром виде использовать только до 1 марта, после 1 марта в отварном								
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	34	30						
масло растительное	5	5						
Щи из свежей капусты с картофелем, с курицей, со сметаной			250/10/5	5,8	6,5	12,0	129,7	№124-2004
курица потрошенная 1 категории (мякоть без кожи)	29	26						
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						
капуста белокочанная свежая	63	50						
морковь до 01.01.-20%	16	13						
с 01.01 - 25%	17	13						

лук репчатый	12	10						
масло сливочное	5	5						
сметана	5	5						
Печень говяжья по - строгановски			120	14,3	12,9	4,4	190,9	№431-2004
печень говяжья	137	114						
масло растительное	6	6						
масса готовой печени		75						
мука пшеничная	3	3						
сметана	15	15						
вода питьевая	35	35						
Макаронные изделия отварные			180	3,8	3,4	41,1	210,2	№516-2004
макаронные изделия	64	64						
масло сливочное	4	4						
Компот из кураги			200	0,9	0,0	31,3	128,8	№638-2004
курага	20,3	20						
сахар	15	15						
Хлеб ржаной			40	1,9	0,4	17,5	81,0	
или Хлеб ржаной витаминизированный			40					

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203005147
ИНН 7203200124

Хлеб пшеничный			60	3,0	0,8	24,3	116,8	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			60					
ИТОГО:				50	49	218	1508	
10 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			580	22,6	19,4	80,0	584,2	
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	182	100	100	0,8	0,1	1,6	10,6	№101-2004
ИЛИ								
Овощи свежие (огурцы)			100	0,7	0,1	1,9	11,3	№70-2006, Москва
огурцы свежие грунтовые	105	100						
или огурцы свежие парниковые	102	100						
Биточки рыбные			100	15,5	12,9	14,4	235,7	№345-2013, Пермь
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	108	80						
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	120	80						
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	93	80						
хлеб пшеничный	19	19						
молоко питьевое	14	14						
масло сливочное	2	2						

яйцо куриное	6	6							
сухари	5	5							
масло растительное	2	2							
Пюре картофельное			180	3,9	5,9	26,7	175,5	№520-2004	
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	205	154							
01.11.-31.12. -30%	220	154							
01.01-29.02 - 35%	237	154							
01.03 - 40%	257	154							
молоко питьевое	29	29							
масло сливочное	7	7							
Чай "Витаминный"			200	0,7	0,1	19,8	82,9	№493-2013, Пермь	
чай-заварка	2	2							
шиповник	15	15							
сахар	10	10							
Хлеб ржаной			20	0,7	0,1	9,4	40,5		
или Хлеб ржаной витаминизированный			20						
Хлеб пшеничный			20	1,0	0,3	8,1	38,9		
или Хлеб пшеничный витаминизированный			20						
Обед			815	30,7	35,9	121,2	931		



Салат из свеклы с сыром			100	6,1	12,9	7,7	171,3	№50-2004
свекла - до 01.01 - 20%	93	74						
с 01.01 - 25%	98	74						
масса отварной свеклы		70						
сыр	26	25						
масло растительное	5	5						
Рассольник с мясом, со сметаной			250/10/5	4,1	5,2	12,5	113,2	№130-2004
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	16	16						
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%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
огурцы соленые без уксуса	27	15						
лук репчатый	12	10						
масло сливочное	5	5						
сметана	5	5						

Гречка по-купечески с мясом			250	15,3	16,4	37,7	359,6	№4/8-2011, Екатеринбург
говядина 1 категории	107	79						
или говядина полуфабрикат	93	79						
или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	79	79						
масло растительное	2	2						
масса тушеного мяса		50						
крупа гречневая	48	48						
вода питьевая	150	150						
масло сливочное	10	10						
лук репчатый	14	12						
морковь до 01.01.-20%	31	25						
с 01.01 - 25%	33	25						
Кисель из свежих ягод			200	0,3	0,2	21,5	89,0	№505-2013, Пермь
вишня свежемороженая	25,2	24						
или смородина свежемороженая	25,2	24						
или клюква свежемороженая	25,2	24						
сахар	15	15						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077205065147
ИНН 7203208134

	крахмал	7	7						
Хлеб ржаной				40	1,9	0,4	17,5	81,0	
или Хлеб ржаной витаминизированный				40					
Хлеб пшеничный				60	3,0	0,8	24,3	116,8	
или Хлеб пшеничный витаминизированный				60					
ИТОГО:					53	55	201	1515	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (за завтраки):					21	22	84	610	При одном приеме пищи (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (за завтраки)(20-25%):				18-23	18-23	77-96	544-680		
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (за обеды):					31	32	127	916	При одном приеме пищи (обед)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (за обеды)(30-35%):				27-32	28-32	115-134	816-952		
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (завтрак, обед):					52	53	210	1525	При двухразовом питании (завтрак, обед)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (завтрак, обед)(50-60%):				45-54	46-55	192-230	1360-1632		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (100%)*:					90	92	383	2720	

11 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав	№ рецептуры
--------------------	-----------	----------	-------------------	-------------

			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			570	16,7	16,8	86,4	562,6	
Бутерброд с сыром			20/20	5,7	6,2	7,2	107,4	№3-2004
	хлеб пшеничный	20	20					
	сыр	21	20					
Каша рисовая жидкая			200	6,4	7,2	27,0	198,4	№311-2004
	крупа рисовая	30	30					
	молоко питьевое	190	190					
	сахар	3	3					
	соль йодированная	1	1					
	масло сливочное	5	5					
Кофейный напиток			200	2,3	2,5	14,8	90,9	№690-2004
	кофейный напиток	4	4					
	сахар	10	10					
	молоко питьевое	100	100					
Фрукты в ассортименте			130	0,6	0,5	19,9	86,5	№458-2006, Москва
Хлеб ржаной			20	0,7	0,1	9,4	40,5	
или Хлеб ржаной витаминизированный			20					
Хлеб пшеничный			20	1,0	0,3	8,1	38,9	

Федеральное учреждение Московской области
«Центр технологического контроля»
СГРН 1077203С065147
ИНН 7203208124

или Хлеб пшеничный витаминизированный			20					
Обед			810	31,5	38,4	116,1	936	
Салат из капусты белокочанной с морковью			100	1,6	5,1	9,6	90,7	№4-2013, Пермь
капуста белокочанная	105	84						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
<i>капуста и морковь старого урожая используется в сыром виде до 1 марта, с 1 марта только капуста или морковь нового урожая или другой салат</i>								
сахар	4	4						
кислота лимонная	0,12	0,12						
вода для разведения лимонной кислоты	6	6						
масло растительное	5	5						
ИЛИ								
Салат из свежих помидоров			100	1,0	5,1	3,5	63,9	№22-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	97	95						
или помидоры свежие грунтовые	112	95						
масло растительное	5	5						
Суп из овощей на мясном бульоне, со сметаной			250/5	4,4	5,2	16,0	128,4	№135-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	67	50						

01.11.-31.12. -30%	72	50						
01.01-29.02 - 35%	77	50						
01.03 - 40%	84	50						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	12	10						
горошек зелёный консервированный	28	18						
масло сливочное	5	5						
сметана	5	5						
Запеканка картофельная с мясом отварным, с маслом			250/5	20,2	26,9	26,7	429,7	№157-2004, Пермь
говядина 1 категории	132	97						
или говядина полуфабрикат	114	97						
масса отварного мяса		60						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	336	253						
01.11.-31.12. -30%	362	253						
01.01-29.02 - 35%	390	253						
01.03 - 40%	423	253						
масло сливочное	15	15						
яйцо куриное	7	7						

Автономное учреждение Пермской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203085147
ИНН 7203208134

сухари пшеничные	5	5						
масло растительное	5	5						
масло сливочное	5	5						
Сок в ассортименте	200	200	200	0,4	0,0	22,0	89,6	№518-2013, Пермь
Хлеб ржаной			40	1,9	0,4	17,5	81,0	
или Хлеб ржаной витаминизированный			40					
Хлеб пшеничный			60	3,0	0,8	24,3	116,8	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			60					
ИТОГО:				48	55	202	1499	

12 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			580	19,1	19,1	107,1	675,7	
Салат из моркови с изюмом			100	1,2	0,1	15,0	65,7	№10-2013, Пермь
морковь до 01.01.-20%	96	77						
с 01.01 - 25%	102	77						
морковь в сыром виде использовать только до 1 марта, после 1 марта в отварном								
изюм	11	11						
сахар	10	10						

лимон (для сока)	12	5							
Гуляш из говядины			100	9,1	7,5	3,4	117,5	№437-2004	
говядина 1 категории	86	63							
или говядина полуфабрикат	74	63							
или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	63	63							
масло растительное	4	4							
масса тушеного мяса		40							
масса соуса		60							
лук репчатый	14	12							
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	6	6							
мука пшеничная	4	4							
Каша гречневая рассыпчатая			180	3,7	7,9	50,0	285,9	№508-2004	
крупа гречневая	85	85							
вода питьевая	108	108							
масло сливочное	10	10							
Какао с молоком			200	3,4	3,2	21,2	127,2	№642-1996	
какао - порошок	5	5							
молоко питьевое	130	130							
сахар	15	15							

Автоматное учреждение Тамбовской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203035147
ИНН 7203200124

Хлеб ржаной			20	0,7	0,1	9,4	40,5	
или Хлеб ржаной витаминизированный			20					
Хлеб пшеничный			20	1,0	0,3	8,1	38,9	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			20					
Обед			860	26,8	26,5	137,7	896	
Салат картофельный с огурцами			100	1,6	5,0	8,4	85,0	№66-2013, Пермь
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	85	64						
01.11.-31.12. -30%	92	64						
01.01-29.02 - 35%	99	64						
01.03 - 40%	107	64						
масса отварного картофеля		60						
лук репчатый	14,3	12						
или лук зеленый	15	12						
<i>лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый</i>								
огурцы консервированные (без уксуса)	22	12						
или огурцы свежие парниковые	12,2	12						
или огурцы свежие грунтовые	12,6	12						
морковь до 01.01.-20%	20	16						
с 01.01 - 25%	21	16						

масса отварной моркови		14						
масло растительное	5	5						
Уха ростовская			250/30	5,5	5,9	18,9	150,5	№119-2006, Москва
горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	54	36						
или горбуша неразделанная ((филе без кожи и костей)	66	36						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	50	37						
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	42	36						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	133	100						
01.11.-31.12. -30%	143	100						
01.01-29.02 - 35%	154	100						
01.03 - 40%	167	100						
лук репчатый	14	12						
помидоры свежие парниковые	21,4	21						
или помидоры свежие грунтовые	25	21						
или томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	10	10						
масло сливочное	5	5						
Фрикадельки из кур (2 шт. по 50 г.)			100	10,8	10,9	5,4	162,9	№410-2013, Пермь
курица потрошенная 1 категории	151	65						

Администрация учреждения Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН: 1077203065147
ИНН 7203068134

или грудка куриная промышленного производства	96	65						
молоко питьевое	15	15						
яйцо куриное	9	9						
морковь до 01.01.-20%	29	23						
с 01.01 - 25%	31	23						
лук репчатый	12	10						
мука пшеничная	8	8						
сметана	8	8						
масло растительное	2	2						
Макаронные изделия отварные			180	3,8	3,4	41,1	210,2	№516-2004
макаронные изделия	64	64						
масло сливочное	4	4						
Напиток из плодов шиповника			200	0,2	0,0	22,2	89,8	№705-2004
шиповник	25	25						
сахар	10	10						
Хлеб ржаной			40	1,9	0,4	17,5	81,0	
или Хлеб ржаной витаминизированный			40					
Хлеб пшеничный			60	3,0	0,8	24,3	116,8	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			60					

ИТОГО:				46	46	245	1572	
13 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			600	24,0	18,4	85,0	601	
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	182	100	100	0,8	0,1	1,6	10,6	№101-2004
ИЛИ								
Овощи свежие (огурцы)			100	0,7	0,1	1,9	11,3	№70-2006, Москва
огурцы свежие грунтовые	105	100						
или огурцы свежие парниковые	102	100						
Суфле рыбное			120	17,1	12,0	5,2	197,2	№400-2004
горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	162	108						
или горбуша неразделанная ((филе без кожи и костей)	197	108						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	150	111						
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	125	108						
масса отварной рыбы		90						
Соус молочный густой №598-2004		30						
молоко питьевое	22	22						
масло сливочное	5	5						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203035147
ИНН 7203208134

мука пшеничная	5	5						
вода питьевая	5	5						
яйцо куриное	18	18						
масло сливочное для смазки листа	2,4	2,4						
Пюре картофельное			180	3,9	5,9	26,7	175,5	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	205	154						
01.11.-31.12. -30%	220	154						
01.01-29.02 - 35%	237	154						
01.03 - 40%	257	154						
молоко питьевое	29	29						
масло сливочное	7	7						
Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138,0	№518-2013, Пермь
Хлеб ржаной			20	0,7	0,1	9,4	40,5	
или Хлеб ржаной витаминизированный			20					
Хлеб пшеничный			20	1,0	0,3	8,1	38,9	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			20					
Обед			845	27,4	30,4	138,6	938	
Икра кабачковая промышленного производства для детского питания	105	100	100	1,4	4,5	5,5	68,1	№101-2004

Борщ "Украинский" с мясом, со сметаной			250/10/5	4,9	5,9	19,7	151,5	№113-2004
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	16	16						
свекла до 01.01 -20%	38	30						
с 01.01 - 25%	40	30						
капуста белокочанная свежая	25	20						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	53	40						
01.11.-31.12. -30%	57	40						
01.01-29.02 - 35%	62	40						
01.03 - 40%	67	40						
морковь до 01.01.-20%	18	14						
с 01.01 - 25%	19	14						
лук репчатый	10	8						
чеснок свежий	1,3	1						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	8	8						
сахар	3	3						
лимонная кислота	0,08	0,08						
масло сливочное	5	5						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203005147
ИНН 7203200124

сметана	5	5						
Бефстроганов из говядины			100	12,5	10,9	5,6	170,5	№423-2004
говядина 1 категории	86	63						
или говядина полуфабрикат	74	63						
или говядина бефстроганов-полуфабрикат промышленного производства	63	63						
масса тушеного мяса		40						
масса соуса		60						
мука пшеничная	6	6						
сметана	12	12						
бульон или отвар	48	48						
лук репчатый	18	15						
масло растительное	5	5						
Рис припущенный с овощами "Мозаика"			180	3,2	7,7	37,9	233,7	№416-2013, Пермь
крупа рисовая	47	47						
кукуруза консервированная	50	30						
морковь до 01.01.-20%	26	21						
с 01.01 - 25%	28	21						
масло сливочное	10	10						
Компот из ягод			200	0,5	0,2	28,1	116,2	№511-2013, Пермь

вишня свежемороженая	21	20							
или смородина свежемороженая	21	20							
или клюква свежемороженая	21	20							
сахар	20	20							
Хлеб ржаной			40	1,9	0,4	17,5	81,0		
или Хлеб ржаной витаминизированный			40						
Хлеб пшеничный			60	3,0	0,8	24,3	116,8		
или Хлеб пшеничный витаминизированный			60						
ИТОГО:				51	49	224	1539		
14 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			585	22,1	21,0	91,4	642,2		
Пудинг творожный запеченный с молоком сгущенным			200/20	17,1	12,0	48,0	368,4	№362-2004	
творог	158	156							
мука пшеничная	14	14							
или крупа манная	12	12							
сахар	16	16							
яйцо куриное	9	9							

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203035147
ИНН 720303134

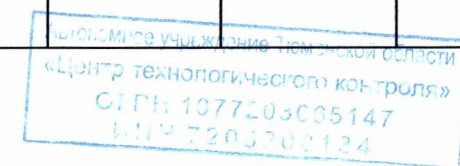
изюм	20,5	20						
масло сливочное	6	6						
ванилин	0,01	0,01						
сухари	6	6						
сметана	6	6						
масло сливочное для смазки листа	4	4						
масса готового пудинга		•200						
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20						
Бутерброд с маслом			30/10	2,3	7,4	14,5	133,8	№1-2004
хлеб пшеничный	30	30						
масло сливочное	10	10						
Чай с сахаром			200	0,2	0,0	15,0	60,8	№685-2004
чай-заварка	2	2						
сахар	15	15						
Йогурт молочный полужирный в индивидуальной упаковке			125	1,8	1,5	4,5	38,7	
Хлеб ржаной			20	0,7	0,1	9,4	40,5	
или Хлеб ржаной витаминизированный			20					
Обед			915	31,0	30,1	137,0	943,3	
Салат из капусты белокочанной			100	2,1	5,1	9,3	91,5	№1-2013, Пермь

капуста белокочанная (стертая с солью)	154	78						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
<i>капуста и морковь старого урожая используется в сыром виде до 1 марта, с 1 марта только капуста или морковь нового урожая или другой салат</i>								
лук репчатый	6	5						
<i>лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый</i>								
или лук зеленый	6	5						
сахар	3	3						
кислота лимонная	0,12	0,12						
вода для разведения лимонной кислоты	6	6						
масло растительное	5	5						
Рассольник ленинградский с курицей, со сметаной			250/10/5	7,2	5,9	15,4	143,5	№132-2004
курица потрошенная 1 категории (мякоть без кожи)	29	26						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	69	52						
01.11.-31.12. -30%	74	52						
01.01-29.02 - 35%	80	52						
01.03 - 40%	87	52						
крупы перловая или пшеничная или рисовая	5	5						
огурцы соленые без уксуса	27	15						

Автономное учреждение Тамбовской области
 «Центр технологического контроля»
 ОГРН 1077203035147
 ИНН 7203203124

морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	6	5						
масло сливочное	5	5						
сметана	5	5						
Жаркое по - домашнему			250	15,7	17,9	32,3	352,9	№436-2004
говядина 1 категории	107	79						
или говядина полуфабрикат	93	79						
или свинина мясная	87	74						
или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	79	79						
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						

Компот из сухофруктов			200	0,7	0,0	23,9	98,4	№639-2004
	сухофрукты	20,3	20					
	сахар	15	15					
Фрукты в ассортименте			100	0,4	0,0	14,4	59,2	№458-2006, Москва
Хлеб ржаной			40	1,9	0,4	17,5	81,0	
или Хлеб ржаной витаминизированный			40					
Хлеб пшеничный			60	3,0	0,8	24,3	116,8	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			60					
ИТОГО:				53	51	228	1586	
15 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			635	19,6	21,6	93,3	645,4	
Биточки рубленые из птицы запеченные, с маслом			100/5	12,6	16,5	12,4	248,5	№498-2004
	филе куриное промышленного производства	71	67					
	или филе индейки	71	67					
	или грудка куриная промышленного производства (разделка на мякоть без кожи)	98	67					
	хлеб пшеничный	19	19					
	лук репчатый	11	9					



молоко питьевое	20	20						
яйцо куриное	7	7						
мука пшеничная	6	6						
масло растительное	2	2						
масло сливочное	5	5						
Рис припущенный			180	4,4	4,3	35,0	196,6	№512-2004
крупа рисовая	63	63						
вода питьевая	133	133						
масло сливочное	5	5						
Чай "Витаминный"			200	0,7	0,1	19,8	82,9	№493-2013, Пермь
чай-заварка	2	2						
шиповник	15	15						
сахар	10	10						
Фрукты в ассортименте			150	0,2	0,3	8,6	37,9	№458-2006, Москва
Хлеб ржаной			20	0,7	0,1	9,4	40,5	
или Хлеб ржаной витаминизированный			20					
Хлеб пшеничный			20	1,0	0,3	8,1	38,9	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			20					
Обед			840	27,6	24,7	130,0	852,8	

Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	182	100	100	0,8	0,1	1,6	10,6	№101-2004
ИЛИ								
Овощи свежие (огурцы)			100	0,7	0,1	1,9	11,3	№70-2006, Москва
огурцы свежие грунтовые	105	100						
или огурцы свежие парниковые	102	100						
Суп с крупой с курицей			250/10	6,5	6,4	20,1	164,0	№138-2004
курица потрошенная 1 категории (мякоть без кожи)	29	26						
крупы: кукурузная или пшено или овсяные хлопья "Геркулес"	5	5						
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	67	50						
01.11.-31.12. -30%	72	50						
01.01-29.02 - 35%	77	50						
01.03 - 40%	84	50						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	12	10						
масло сливочное	5	5						
Котлета рыбная запеченная			100	10,3	9,3	12,9	176,3	№388-2004

Люблинское учреждение государственного
 «Центр технологического контроля»
 ОГРН 1077203095147
 ИНН 7203030134

минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	112	83						
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	125	83						
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	96	83						
хлеб пшеничный	15	15						
вода питьевая	13	13						
лук репчатый	4	3						
яйцо куриное	4	4						
сухари	5	5						
масло растительное	2	2						
Картофель толченый, по-деревенски			180	4,9	7,7	33,0	220,9	№208-2013, Пермь
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	226	170						
01.11.-31.12. -30%	243	170						
01.01-29.02 - 35%	262	170						
01.03 - 40%	284	170						
отвар картофельный	30	30						
масло сливочное	10	10						
Компот из свежих плодов			200	0,2	0,0	20,6	83,2	№585-1996

яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	45,6	40						
или груши свежие	44	40						
или апельсины свежие	60	40						
сахар	15	15						
Хлеб ржаной			40	1,9	0,4	17,5	81,0	
или Хлеб ржаной витаминизированный			40					
Хлеб пшеничный			60	3,0	0,8	24,3	116,8	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			60					
ИТОГО:				47	46	223	1498	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (за завтраки):				20	19	93	625	При одном приеме пищи (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (за завтраки)(20-25%):				18-23	18-23	77-96	544-680	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (за обеды):				29	30	132	913	При одном приеме пищи (обед)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (за обеды)(30-35%):				27-32	28-32	115-134	816-952	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (за обед и завтрак):				49	49	225	1539	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (50-60%):				45-54	46-55	192-230	1360-1632	При двухразовом питании (завтрак, обед)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (100%)*:				90	92	383	2720	
16 день								

Адрес: Москва, ул. Жданова, 15, стр. 1, 5 этаж
«Центр технологического контроля»
ОГРН: 1077203085147
ИНН: 720308517

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			550	10,5	15,7	98,0	575,1	
Каша манная жидкая с маслом			200/5	5,1	7,1	28,0	196,3	№311-2004
крупa манная	20	20						
молоко питьевое	190	190						
сахар	3	3						
соль йодированная	1,2	1,2						
масло сливочное	5	5						
Булочка домашняя			100	3,8	7,8	41,0	249,4	№564-2013, Пермь
мука пшеничная	67	67						
мука пшеничная на подпыл	3,3	3,3						
сахар	12	12						
сахар (для отделки)	3	3						
масло сливочное	16	16						
яйцо куриное (для смазки)	2	2						
соль йодированная	0,6	0,6						

дрожжи прессованные	1,6	1,6						
молоко питьевое	28	28						
масло растительное для смазки листа	0,3	0,3						
Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"			200/20/10	0,2	0,0	15,5	62,8	№686-2004
чай-заварка	2	2						
сахар	15	15						
лимон	11	10						
апельсин	21	20						
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте (конфеты)			15	0,4	0,5	5,4	27,7	
Хлеб пшеничный			20	1,0	0,3	8,1	38,9	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			20					
Обед			830	36,4	33,9	107,9	882,4	
Винегрет овощной			100	1,5	5,0	14,9	110,5	№71-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	33	25						
01.11.-31.12. -30%	36	25						
01.01-29.02 - 35%	39	25						
01.03 - 40%	42	25						

Удобрение для растений
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203035147
ИНН 7203203134

масса отварного картофеля		23						
свекла до 01.01.-20%	23	18						
с 01.01 - 25%	24	18						
масса отварной свеклы		16						
морковь до 01.01.-20%	15	12						
с 01.01 - 25%	16	12						
масса отварной моркови		10						
огурцы соленые без уксуса	58	32						
лук репчатый	18	15						
или лук зеленый	19	15						
<i>лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый</i>								
масло растительное	5	5						
Суп - лапша домашняя на курином бульоне			250	2,4	5,3	10,1	97,7	№148-2004
мука пшеничная	17,5	17,5						
мука пшеничная (на подпыл)	1,2	1,2						
яйцо куриное	5	5						
вода питьевая	3,5	3,5						

соль йодированная	0,5	0,5						
масса лапши домашней		20						
или лапша промышленного производства	20	20						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	12	10						
масло сливочное	5	5						
Птица отварная			100	23,6	17,7	0,7	256,5	№404-2013, Пермь
грудка куриная промышленного производства	151	143						
или бедро куриное	151	143						
лук репчатый	3,6	3						
морковь до 01.01.-20%	8,8	7						
с 01.01 - 25%	9,3	7						
Капуста тушённая			180	3,7	4,7	14,9	116,7	№.534-2004
капуста белокочанная свежая	258	206						
масло растительное	5	5						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						

Администрация учреждения Пермской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН: 1077205065147
ИНН 7203202134

с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	10	8						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	4	4						
мука пшеничная	3	3						
сахар	4	4						
Компот из изюма			200	0,3	0,0	25,5	103,2	№512-2013, Пермь
изюм	15,3	15						
сахар	15	15						
Хлеб ржаной			40	1,9	0,4	17,5	81,0	
или Хлеб ржаной витаминизированный			40					
Хлеб пшеничный			60	3,0	0,8	24,3	116,8	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			60					
ИТОГО:				47	50	206	1458	
17 день								
Наименование блюда	Брутто г	Нетто г	Химический состав				№ рецептуры	

наименование блюда	грубо, г	нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	рецептура
Завтрак			590	24,7	16,1	77,3	552,7	
Бутерброд с джемом			20/25	1,8	0,2	21,0	93,0	№2-2004
хлеб пшеничный	20	20						
джем абрикосовый, малиновый, вишневый, персиковый (без искусственных ароматизаторов, консервантов и красителей)	25,2	25						
Запеканка из творога с молоком сгущенным			200/30	19,9	14,1	28,7	321,3	№313-2013, Пермь
творог	192	191						
мука пшеничная	16	16						
или крупа манная	14	14						
вода питьевая для каши	48	48						
яйцо куриное	15	15						
сахар	8	8						
ванилин	0,01	0,01						
сметана	8	8						
сухари пшеничные	8	8						
масло сливочное для смазки листа	6	6						
масса готовой запеканки		200						

Департамент уполномоченной службы
«Центр технологического контроля»
СГРН 1077203005147
ИНН 7203203124

молоко сгущенное с сахаром	30,2	30						
Чай с сахаром			200	0,2	0,0	15,0	60,8	№685-2004
чай-заварка	2	2						
сахар	15	15						
Йогурт молочный полужирный в индивидуальной упаковке			125	1,8	1,5	4,5	38,7	
Хлеб пшеничный			20	1,0	0,3	8,1	38,9	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			20					
Обед			840	31,1	29,1	131,0	909,9	
Салат из моркови с сыром			100	5,5	9,5	7,4	137,1	№56-2013, Пермь
морковь до 01.01.-20%	96	77						
с 01.01 - 25%	102	77						
масса отварной моркови		75						
сыр	21	20						
масло растительное	5	5						
Суп крестьянский с крупой со сметаной			250/5	3,1	5,2	17,2	128,0	№134-2004
крупя перловая или пшеничная	10	10						

картофель - 01.09.-31.10.- 25%	33	25							
01.11.-31.12. -30%	36	25							
01.01-29.02 - 35%	39	25							
01.03 - 40%	42	25							
капуста свежая белокочанная	38	30							
морковь до 01.01.-20%	12,5	10							
с 01.01 - 25%	13,3	10							
лук репчатый	12	10							
масло сливочное	5	5							
сметана	5	5							
Фрикадельки рыбные с маслом			100/5	12,8	8,8	7,6	160,8	№347-2013,	Пермь
горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	120	80							
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	146	80							
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	93	80							
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	108	80							
хлеб пшеничный	14	14							
вода питьевая	20	20							

Администрация учреждения Тисм.ской области
 «Центр технологического контроля»
 ОГРН: 1077203035147
 ИНН: 7203762124

яйцо куриное	10	10						
масло сливочное	5	5						
Рис припущенный			180	4,4	4,3	35,0	196,6	№512-2004
крупа рисовая	63	63						
вода питьевая	133	133						
масло сливочное	5	5						
Сок в ассортименте	200	200	200	0,4	0,0	22,0	89,6	№518-2013, Пермь
Хлеб ржаной			40	1,9	0,4	17,5	81,0	
или Хлеб ржаной витаминизированный			40					
Хлеб пшеничный			60	3,0	0,8	24,3	116,8	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			60					
ИТОГО:				56	45	208	1463	
18 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	

Завтрак			640	25,7	30,1	76,1	677	
Бутерброд с сыром			20/20	5,7	6,2	7,2	107,4	№3-2004
хлеб пшеничный	20	20						
сыр	21	20						
Рагу из мяса			250	15,8	20,7	28,0	361,5	№6/8-2011, Екатеринбург
говядина 1 категории	107	79						
или говядина полуфабрикат	93	79						
или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	79	79						
масса тушеного мяса		50						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	77	58						
01.11.-31.12. -30%	83	58						
01.01-29.02 - 35%	89	58						
01.03 - 40%	97	58						
морковь до 01.01.-20%	73	58						
с 01.01 - 25%	77	58						
лук репчатый	38	32						
капуста белокочанная свежая	90	72						

Администрация Учреждения ТЕМ. Екатеринбург
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203005147
ИНН 7203201174

масло растительное	12	12						
мука пшеничная	2,5	2,5						
сметана	10	10						
Кофейный напиток			200	2,3	2,5	14,8	90,9	№690-2004
кофейный напиток	4	4						
сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
Фрукты в ассортименте			150	0,2	0,3	8,6	37,9	№458-2006, Москва
Хлеб ржаной			20	0,7	0,1	9,4	40,5	
или Хлеб ржаной витаминизированный			20					
Хлеб пшеничный			20	1,0	0,3	8,1	38,9	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			20					
Обед			835	26,6	29,3	136,8	917,5	
Салат из свежих помидоров			100	1,0	5,1	3,5	63,9	№22-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	97	95						
или помидоры свежие грунтовые	112	95						
масло растительное	5	5						
Свекольник со сметаной			250/5	2,5	4,9	16,2	118,9	№34-2004, Пермь

свекла до 01.01.-20%	80	64						
с 01.01 - 25%	85	64						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	57	43						
01.11.-31.12. -30%	61	43						
01.01-29.02 - 35%	66	43						
01.03 - 40%	72	43						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	13	11						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	3	3						
масло сливочное	5	5						
сахар	0,5	0,5						
сметана	5	5						
Котлета по хлыновски			100	14,1	14,5	12,7	237,7	№454-2004
говядина 1 категории	113	83						
или говядина полуфабрикат	98	83						
или фарш промышленного производства	83	83						

Лицензионное учреждение Новгородской области
 «Центр технологического контроля»
 ОГРН 5077203005147
 ИНН 5203703134

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						
лук репчатый	15	13						
яйцо куриное	8	8						
сухари	8	8						
масло растительное	2	2						
Макаронные изделия отварные			180	3,8	3,4	41,1	210,2	№516-2004
макаронные изделия	64	64						
масло сливочное	4	4						
Кисель из свежих ягод			200	0,3	0,2	21,5	89,0	№505-2013, Пермь
вишня свежемороженая	25,2	24						
или смородина свежемороженая	25,2	24						
или клюква свежемороженая	25,2	24						
сахар	15	15						
крахмал	7	7						

Хлеб ржаной			40	1,9	0,4	17,5	81,0	
или Хлеб ржаной витаминизированный			40					
Хлеб пшеничный			60	3,0	0,8	24,3	116,8	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			60					
ИТОГО:				52	59	213	1595	
19 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			680	21,4	16,5	94,6	611,7	
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	182	100	100	0,8	0,1	1,6	10,6	№101-2004
ИЛИ								
Овощи свежие (огурцы)			100	0,7	0,1	1,9	11,3	№70-2006, Москва
огурцы свежие грунтовые	105	100						
или огурцы свежие парниковые	102	100						
Рыба, запеченная с яйцом			100	14,4	9,9	9,1	183,1	№341-2013, Пермь
горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	153	102						
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	186	102						

Автономное учреждение Пермского края
 «Центр технологического контроля»
 ОГРН 1077203085147
 ИНН 720303124

или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	118	102						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	130	96						
мука пшеничная	5	5						
масло растительное	5	5						
масса запеченной рыбы		85						
мука пшеничная	3	3						
яйцо куриное	20	20						
масло растительное	2	2						
Пюре картофельное			180	3,9	5,9	26,7	175,5	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	205	154						
01.11.-31.12. -30%	220	154						
01.01-29.02 - 35%	237	154						
01.03 - 40%	257	154						
молоко питьевое	29	29						
масло сливочное	7	7						
Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138,0	№518-2013, Пермь
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,2	5,7	25	№458-2006, Москва

Хлеб ржаной			20	0,7	0,1	9,4	40,5	
или Хлеб ржаной витаминизированный			20					
Хлеб пшеничный			20	1,0	0,3	8,1	38,9	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			20					
Обед			810	28,9	35,6	117,2	905,0	
Салат картофельный с кукурузой			100	3,5	6,4	9,8	110,8	№65-2013, Пермь
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	70	53						
01.11.-31.12. -30%	76	53						
01.01-29.02 - 35%	82	53						
01.03 - 40%	89	53						
масса отварного картофеля		50						
лук репчатый	9,5	8						
или лук зеленый	10	8						
<i>лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый</i>								
кукуруза консервированная (после термической обработки)	37	22						
яйцо куриное	15	15						
масло растительное	5	5						

Лаборатория учреждения ТсМЗ (кадровый отдел)
 «Центр технологического контроля»
 ОГРН 1077205005147
 ИНН 7203201126

Суп - харчо с мясом			250/10	7,4	5,5	22,0	167,1	№154-1996
говядина полуфабрикат	19	16						
или говядина 1 категории	22	16						
или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	16	16						
крупа рисовая	17,5	17,5						
лук репчатый	24	20						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	15	15						
масло сливочное	5	5						
чеснок свежий	1,9	1,5						
хмели-сунели (сушеная зелень)	0,3	0,3						
Мясо, тушенное с капустой			250	12,9	22,5	23,0	346,1	№365-2013, Пермь
говядина полуфабрикат	93	79						
или говядина 1 категории	107	79						
или свинина мясная	87	74						
масса тушеного мяса		50						
капуста белокочанная свежая	275	220						
масло растительное	12	12						

морковь до 01.01.-20%	25	20						
с 01.01 - 25%	27	20						
лук репчатый	17	14						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	7	7						
мука пшеничная	5	5						
сахар	4	4						
Компот из свежих плодов			200	0,2	0,0	20,6	83,2	№585-1996
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	45,6	40						
или груши свежие	44	40						
или апельсины свежие	60	40						
сахар	15	15						
Хлеб ржаной			40	1,9	0,4	17,5	81,0	
или Хлеб ржаной витаминизированный			40					
Хлеб пшеничный			60	3,0	0,8	24,3	116,8	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			60					
ИТОГО:				50	52	212	1517	
20 день								

Автономное учреждение Тамбовской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203035147
ИНН 7203030304

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			665	25,1	22,3	81,0	625,2	
Яйца вареные			40	5,1	4,6	0,3	63,0	№300-2013, Пермь
Котлеты из говядины и курицы "Школьные"			120	14,1	10,3	15,2	209,9	№59-2006, Екатеринбург
говядина 1 категории	95	70						
или говядина полуфабрикат	83	70						
или фарш мясной промышленного производства	70	70						
грудка куриная промышленного производства	29	20						
или филе куриное промышленного производства	21	20						
или фарш куриный промышленного производства	20	20						
крупа рисовая	6	6						
молоко питьевое	20	20						
масса вязкой каши		24						
лук репчатый	6	5						
яйцо куриное	12	12						
мука пшеничная	8	8						

масло растительное для смазки листа	2	2						
Каша гречневая вязкая отварная			180	2,0	5,4	29,2	173,4	№510-2004
крупa гречневая	45	45						
вода питьевая	144	144						
масло сливочное	6	6						
Чай с сахаром			200	0,2	0,0	15,0	60,8	№685-2004
чай-заварка	2	2						
сахар	15	15						
Йогурт молочный полужирный в индивидуальной упаковке			125	1,8	1,5	4,5	38,7	
Хлеб ржаной			20	0,9	0,2	8,7	40,5	
или Хлеб ржаной витаминизированный			20					
Хлеб пшеничный			20	1,0	0,3	8,1	38,9	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			20					
Обед			860	31,7	32,8	124,9	921,1	
Салат из свежих огурцов			100	0,7	5,1	2,5	58,7	№17-2013, Пермь
огурцы свежие парниковые	97	95						

Федеральное учреждение государственного
 «Центр технологического контроля»
 ОГРН 1077203005147
 ИНН 7203003124

или огурцы свежие грунтовые	100	95						
масло растительное	5	5						
Суп с макаронными изделиями с курицей			250/10	7,3	6,1	18,5	158,1	№147-2013, Пермь
курица потрошенная 1 категории (мякоть без кожи)	29	26						
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						
макаронные изделия	10	10						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	12	10						
масло сливочное	5	5						
Печень, тушеная с овощами			120	14,0	12,9	5,9	195,7	№439-2004
печень говяжья	137	114						
лук репчатый	21	18						
масло растительное	6	6						
масса готовой печени с луком		75						

мука пшеничная	2,4	2,4						
морковь до 01.01.-20%	75	60						
с 01.01 - 25%	79,8	60						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	10	10						
вода питьевая	20	20						
Картофель толченый, по-деревенски			180	4,9	7,7	33,0	220,9	№208-2013, Пермь
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	226	170						
01.11.-31.12. -30%	243	170						
01.01-29.02 - 35%	262	170						
01.03 - 40%	284	170						
отвар картофельный	30	30						
масло сливочное	10	10						
Компот из кураги			200	0,9	0,0	31,3	128,8	№638-2004
курага	20,3	20						
сахар	15	15						
Хлеб ржаной			40	1,9	0,4	17,5	81,0	
или Хлеб ржаной витаминизированный			40					

Администрация учреждения Пермской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН: 1077203005147
ИНН 7203263134

Хлеб пшеничный	40	2,0	0,6	16,2	77,8	
или Хлеб пшеничный витаминизированный	40					
ИТОГО:		57	55	206	1546	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (за завтраки):		21	20	85	608	При одном приеме пищи (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (за завтраки)(20-25%):		18-23	18-23	77-96	544-680	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (за обеды):		31	32	124	907	При одном приеме пищи (обед)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (за обеды)(30-35%):		27-32	28-32	115-134	816-952	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (завтрак, обед):		52	52	209	1516	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (50-60%):		45-54	46-55	192-230	1360-1632	При двухразовом питании (завтрак, обед)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (100%)*:		90	92	383	2720	
*Приложение 10, Таблица 1 "Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществ (суточная)" СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения",						