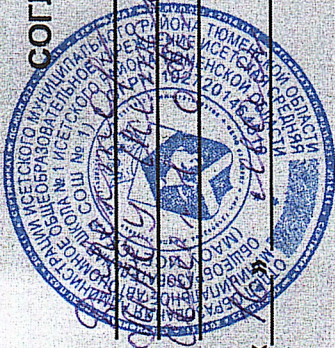
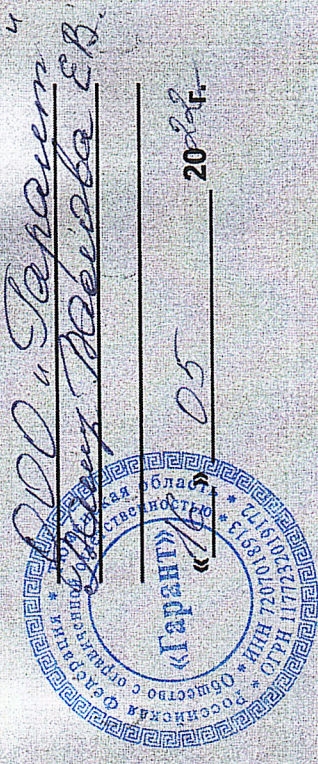


СОГЛАСОВАНО



О.А.Толсто
« » 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ



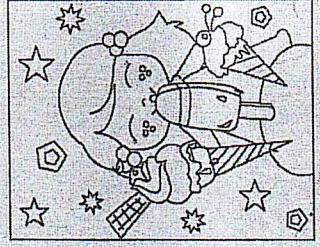
Анна Юрьевна ЕВ.
« » 2021 г.

SE

ПРИМЕРНОЕ 15 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ №15-ЛДП/3590-20/100 от 29.03.2021 г.

для питания в детских общеобразовательных организациях в период отдыха и оздоровления,
разработано в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20
"Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"

**Возрастная категория детей: с 7 до 11 лет.
Приемы пищи: завтрак, обед, полдник.**



г. Тюмень, 2021г.

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

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

15 - ти дневное меню № 15-ЛДП/3590-20/100 от 29 марта 2021 г

Электронная версия меню (короткий вариант)

1 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			580	12,4	17,4	103,3	619	
Каша кукурузная жидкая			200	5,5	5,9	27,0	183	№311-2004
Бутерброд с маслом			20/10	1,8	7,1	9,9	111	№1-2004
Какао с молоком			200	3,8	3,5	25	147	№496-2013, Пермь
Фрукт в ассортименте			150	0,4	0,4	25,0	105	№458-2006, Москва
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34	
Обед			850	25,9	30,5	128,6	892	

Салат из свежих помидоров			100	1,2	5,1	4,1	67	№22-2013, Пермь
Рассольник "Домашний" с курицей со сметаной			250/15/5	5,3	5,8	12,2	122	№131-2004
Котлеты, биточки из говядины			100	12,4	12,6	15,8	226	№451-2004
Каша гречневая вязкая отварная			180	4,8	6,1	29,2	191	№510-2004
Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			50	1,0	0,5	22,0	97	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	51	
Полдник			365	14,0	11,5	53,0	372	
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте			40	6,2	2,8	31,2	175	
Чай с сахаром			200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004
Йогурт промышленного производства в ассортименте	125	125	125	7,7	8,7	9,2	146	№698-2004
ИТОГО:				52	59	285	1882	
2 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			555	32,8	33,8	56,6	661	
Омлет натуральный			200	22,7	20,5	2,4	285	№340-2004

Овощи на поджаривание								
Кукуруза консервированная (после термической обработки)	167	100	100	1,5	0,3	6,8	36	№101-2004
Бутерброд с маслом с сыром			55	4,3	9,7	10,7	147	№1,3-2004
Кофейный напиток			200	3,2	2,7	15,9	101	№501-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			30	0,6	0,3	13,2	58	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34	
Обед			835	27,6	28,7	124,5	867	
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным			100	0,9	5,0	3,1	61,0	№14/1; 15/1-2011, Екатеринбург
Суп гороховый с мясом с гренками			250/15/20	9,9	6,7	31,8	227	№139-2004
гренки из пшеничного хлеба		20						№170-2013, Пермь
Жаркое по - домашнему			250	14,2	15,9	29,9	320	№436-2004
Компот из смеси сухофруктов			200	0,5	0,0	18,8	77	№508-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			50	1,0	0,5	22,0	97	
Хлеб ржаной			50	1,1	0,6	18,9	86	
Полдник			410	3,9	6,6	81,2	400	
Булочка домашняя			80	3,0	6,2	32,8	199	№564-2013, Пермь
или Булочка промышленного производства			80	3,0	6,2	32,8	199	

Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь
Фрукт в ассортименте			130	0,4	0,4	14,4	63	№458-2006, Москва
ИТОГО:				64	69	262	1928	
3 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			645	32,8	26,0	78,7	680	
Запеканка из творога с молоком сгущенным			180/20	18,1	12,8	26,1	292	№313-2013, Пермь
Бутерброд с сыром			30/15	6,3	4,1	14,9	122	№3-2004
Кисломолочный продукт в ассортименте	207	200	200	5,2	6,4	9,0	114	№698-2004
Чай с молоком			200	2,8	2,5	19,9	113	№495-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Обед			870	26,3	32,6	136,0	942	
Салат из огурцов с маслом			100	0,9	5,1	1,2	54	№14/1-2011г., Екатеринбург
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной			250/15/5	6,1	7,2	7,8	120	№142-2013, Пермь
Котлета полтавская из говядины запеченная с соусом сметанным с томатом			90/30	12,5	13,2	8,6	203	№427-1996
Соус сметанный с томатом		30						№601-2004

Макароны изделия отварные			180	4,2	5,9	44,2	247	№516-2004		
Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь		
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77			
Хлеб ржаной			60	1,4	0,8	22,7	103			
Полдник			390	5,1	5,9	73,8	369			
Булочное изделие промышленного производства в ассортименте			60	4,5	5,5	44,3	245			
Напиток из плодов шиповника			200	0,2	0,0	15,1	61,4	№705-2004		
Фрукт в ассортименте			130	0,4	0,4	14,4	63	№458-2006, Москва		
ИТОГО:				64	64	289	1991			
4 день										
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры		
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал			
Завтрак			605	16,9	25,3	85,6	637			
Суп молочный с крупой			250	5,9	8,9	25,8	207	№164-2013, Пермь		
Бутерброд с маслом			20/10	1,8	7,1	9,9	111	№1-2004		
Чай с лимоном			200	0,1	0,0	15,5	62	№686-2004		
Йогурт промышленного производства в ассортименте			125	125	125	7,7	8,7	9,2	146	№698-2004

Хлеб ржаной			20	0,6	0,2	7,6	35	
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	76	
Обед			890	41,8	32,1	109,3	893	
Салат из свеклы с сыром			100	7,3	8,2	10,2	144	№55-2013, Пермь
Суп картофельный с рыбными фрикадельками			250/100	14,5	7,2	21,7	209	№142-2004
Бедро или грудка куриные запеченные "Домашние"			90	14,6	12,0	0,6	169	№494-2004
Рис припущенный			150	3,1	3,8	25,4	148	№512-2004
Компот из кураги			200	0,6	0,0	18,7	77	№638-2004
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
Полдник			400	13,0	10,0	66,7	409	
Пирожок печеный с картофелем			100	5,2	3,5	45,5	234	№687,685,723-1996
<u>тесто дрожжевое №685-1996</u>		78						№685-1996
<u>фарш картофельный с луком №723-1996</u>		33						№723-1996
Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке	200	200	200	7,7	6,4	10,7	131	
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,1	10,5	43	№458-2006, Москва
ИТОГО:				72	67	262	1938	
5 день								

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			505	20,9	23,6	86,2	640	
Каша пшеничная жидкая			200	7,5	6,2	20,8	169	№264-2013, Пермь
Бутерброд с маслом с сыром			55	4,3	9,7	10,7	147	№1,3-2004
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте			50	5,5	4,8	30,0	185	
Кофейный напиток			200	3,2	2,7	15,9	101	№501-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	38	
Обед			855	33,9	31,7	131,9	949	
Салат картофельный с огурцами			100	2,0	5,1	15,1	114	№75-2013, Пермь
Борщ "Сибирский" с мясом со сметаной			250/15/5	7,9	5,7	12,1	131	№111-2004
Рыба запечённая с маслом			100/5	17,5	13,9	3,1	208	№310-1996
Пюре картофельное			180	3,9	5,9	26,7	176	№520-2004
Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			50	1,0	0,5	22,0	97	
Хлеб ржаной			50	1,1	0,6	18,9	86	
Полдник			410	10,6	10,8	66,8	407	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			60	4,9	3,9	36,8	202	

Фрукт в ассортименте			150	0,5	0,5	21,0	90	№458-2006, Москва		
Кисломолочный продукт в ассортименте		207	200	200	5,2	6,4	9,0	114	№698-2004	
ИТОГО:					65	66	285	1996		
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ:					64	65	276	1947		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ по нормативу (100%)*:					77	79	335	2350		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ по нормативу (+10%)*:					85	87	369	2585		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (75%):					64	65	276	1939	при 5-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)	
6 день										
Наименование блюда			Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
					Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак					595	15,9	14,9	108,3	630,0	
Каша манная жидкая					200	5,1	7,1	28,0	196	№311-2004
Бутерброд с сыром					30/15	6,3	4,1	14,9	122	№3-2004
Чай с молоком					200	2,8	2,5	19,9	113	№495-2013, Пермь
Фрукт в ассортименте					150	0,5	0,5	21,0	90	№458-2006, Москва
Хлеб пшеничный					30	0,6	0,3	13,2	57	
Хлеб ржаной					30	0,7	0,4	11,3	51	
Обед					815	23,0	32,7	134,8	925	

Салат из моркови с кукурузой			100	2,2	5,1	9,2	91	№11-2001, Пермь
Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей			250/15	4,9	6,3	21,2	161	№140-2004
Говядина, тушенная с капустой			250	12,8	19,9	21,4	316	№440-2004
Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			60	1,2	0,6	26,4	116	
Хлеб ржаной			60	1,4	0,8	22,7	103	
Полдник			300	9,7	7,7	69,5	386	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте (рулет)			100	5,9	4,2	44,5	239	
Какао с молоком			200	3,8	3,5	25	147	№496-2013, Пермь
ИТОГО:				49	55	313	1941	
7 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			595	21,3	27,7	80,2	655	
Каша "Дружба"			200	5,5	6,7	24,5	180	№260-2013, Пермь
Бутерброд с маслом			20/10	1,8	7,1	9,9	111	№1-2004
Чай с лимоном			200	0,1	0,0	15,5	62	№686-2004
Яйца вареные			40	5,1	4,6	0,3	63	№300-2013, Пермь

Йогурт промышленного производства в ассортименте	125	125	125	7,7	8,7	9,2	146	№698-2004	
Хлеб пшеничный			30	0,6	0,3	13,2	58		
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34		
Обед			850	29,2	32,7	123,7	906		
Салат из огурцов с маслом			100	0,9	5,1	1,2	54	№14/1-2011г., Екатеринбург	
Суп из овощей с мясом со сметаной			250/15/5	7,7	6,3	12,5	138	№135-2004	
Тефтели, запеченные в молочном соусе			100	14,0	14,4	10,5	227	№388-2013, Пермь	
Соус молочный для запекания			50					№434-2013, Пермь	
Макароны изделия отварные			180	4,2	5,9	44,2	247	№516-2004	
Компот из смеси сухофруктов			200	0,5	0,0	18,8	77	№508-2013, Пермь	
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77		
Хлеб ржаной			50	1,1	0,6	18,9	86		
Полдник			360	6,6	6,3	74,5	381		
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте			30	5,2	5,6	15,0	131		
Фрукт в ассортименте			130	0,9	0,7	25,5	112	№458-2006, Москва	
Сок в ассортименте		200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь
ИТОГО:				57	67	278	1941		
8 день									

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			595	28,0	20,0	81,9	620		
Запеканка из творога с молоком сгущенным			180/20	18,1	12,8	26,1	292	№313-2013, Пермь	
Бутерброд с сыром			30/15	6,3	4,1	14,9	122	№3-2004	
Фрукт в ассортименте			150	0,4	0,4	25,0	105	№458-2006, Москва	
Кофейный напиток			200	3,2	2,7	15,9	101	№501-2013, Пермь	
Обед			880	35,0	26,5	139,2	934		
Салат из свежих помидоров			100	1,2	5,1	4,1	67	№22-2013, Пермь	
Суп крестьянский с крупой с мясом и сметаной			250/15/5	7,9	5,8	15,5	146	№154-2013, Пермь	
Фрикадельки рыбные, с соусом сметанным с томатом			90/40	18,9	8,3	9,8	190	№157-2001, Пермь	
Соус сметанный с томатом			40					№601-2004	
Пюре картофельное			180	3,9	5,9	26,7	176	№520-2004	
Сок в ассортименте		200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			60	1,2	0,6	26,4	116		
Хлеб ржаной			60	1,4	0,8	22,7	103		
Полдник			365	11,8	14,9	49,1	378		
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте (пряники, печенье)			40	4,0	6,2	27,3	181		

Чай с сахаром			200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004		
Йогурт промышленного производства в ассортименте	125	125	125	7,7	8,7	9,2	146	№698-2004		
ИТОГО:				75	61	270	1932			
9 день										
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры		
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал			
Завтрак			690	39,7	33,7	54,8	681,3			
Омлет натуральный			200	22,7	20,5	2,4	285	№340-2004		
Овощи на поджаривание										
Горошек зеленый консервированный (после термической обработки)			92	60	60	5,2	0,2	7,5	53	№101-2004
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте			30	3,4	3,9	7,2	78			
Кисломолочный продукт в ассортименте			207	200	200	5,2	6,4	9,0	114	№698-2004
Чай с молоком			200	2,8	2,5	19,9	113	№495-2013, Пермь		
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39			
Обед			860	28,0	28,5	131,1	892,7			
Салат из капусты белокочанной с морковью			100	1,6	5,0	9,7	90	№4-2013, Пермь		
Суп картофельный с овощами с мясом со сметаной			250/15/5	7,2	5,9	19,9	162	№1.72-1995, Екатеринбург		
Печень, тушеная в соусе			90/50	11,5	11,1	5,0	166	№401-2013, Пермь		

соус сметанный		50						№442-2013, Пермь
Каша гречневая вязкая отварная			150	4,3	5,1	24,3	160	№510-2004
Компот из кураги			200	0,6	0,0	18,7	77	№638-2004
Хлеб пшеничный			70	1,4	0,7	30,8	135	
Хлеб ржаной			60	1,4	0,8	22,7	103	
Полдник			380	13,5	13,4	57,8	406	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте (булочка)			80	5,5	6,7	36,0	226	№567-2013, Пермь
Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке	200	200	200	7,7	6,4	10,7	131	
Фрукт в ассортименте			100	0,3	0,3	11,1	48	№458-2006, Москва
ИТОГО:				81	76	244	1980	

10 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			580	14,5	19,3	104,3	648	
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая			200	7,5	7,7	26,0	203	№311-2004
Бутерброд с маслом			20/10	1,8	7,1	9,9	111	№1-2004
Фрукт в ассортименте			150	0,5	0,5	27,0	115	№458-2006, Москва

Какао с молоком			200	3,8	3,5	25	147	№496-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34	
Обед			820	29,0	33,7	118,1	892,2	
Салат из огурцов с маслом			100	0,9	5,1	1,2	54	№14/1-2011г., Екатеринбург
Рассольник ленинградский с курицей со сметаной			250/15/5	6,8	6,5	15,4	147	№132-2004
Котлета по-хлыновски			100	14,1	14,8	12,7	240	№454-2004
Капуста тушеная			150	4,6	6,2	14,0	130	№423-2013, Пермь
Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			50	1,0	0,5	22,0	97	
Хлеб ржаной			50	1,1	0,6	18,9	86	
Полдник			370	17,3	13,3	50,6	391	
Сырники из творога запечённые с молоком сгущенным			150/20	17,2	13,3	38,0	341	№321-2013, Пермь
Чай с сахаром			200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004
ИТОГО:				61	66	273	1932	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ:				64	65	276	1945	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ по нормативу (100%)*:				77	79	335	2350	

НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ по нормативу (+10%*):			85	87	369	2585		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (75%):			64	65	276	1939	<i>при 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)</i>	
11 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			655	19,3	25,3	82,7	635	
Каша кукурузная жидкая			200	5,5	5,9	27,0	183	№311-2004
Бутерброд с маслом с сыром			55	4,3	9,7	10,7	147	№1,3-2004
Кисломолочный продукт в ассортименте	207	200	200	5,2	6,4	9,0	114	№698-2004
Кофейный напиток			200	3,2	2,7	15,9	101	№501-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	51	
Обед			930	44,3	37,4	103,4	928	
Яйца вареные			40	5,1	4,6	0,3	63,0	№300-2013, Пермь
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	109	60	60	0,5	0,1	0,9	6,5	№101-2004
ИЛИ								
Овощи свежие (огурцы)			60	0,4	0,1	1,2	7,3	№70-2006, Москва

Уха с крупой			250/100	18,1	10,1	14,0	219	№152-2013, Пермь
Курица, в соусе с томатом			100	14,1	15,6	1,8	204	№405-2013, Пермь
Пюре картофельное			180	3,9	5,9	26,7	176	№520-2004
Компот из смеси сухофруктов			200	0,5	0,0	18,8	77	№508-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			50	1,0	0,5	22,0	97	
Хлеб ржаной			50	1,1	0,6	18,9	86	
Полдник			360	7,4	4,4	80,0	389	
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте			30	6,0	3,7	20,5	139	
Фрукт в ассортименте			130	0,9	0,7	25,5	112	№458-2006, Москва
Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь
ИТОГО:				71	67	266	1952	
12 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			595	18,3	15,9	103,3	629	
Каша ячневая жидкая			200	7,6	8,2	20,7	187	№311-2004
Бутерброд с сыром			30/15	6,3	4,1	14,9	122	№3-2004

Чай с молоком	200	2,8	2,5	19,9	113	№495-2013, Пермь		
Фрукт в ассортименте	150	0,5	0,5	27,0	115	№458-2006, Москва		
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	58			
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34			
Обед	820	26,2	30,8	123,3	875,4			
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным	100	0,9	5,0	3,1	61,0	№14/1; 15/1-2011, Екатеринбург		
Свекольник с мясом, со сметаной	250/15/5	7,7	6,3	21,0	172	№34-2004, Пермь		
Гречка по-купечески с мясом	250	15,3	18,4	37,7	378	№4/8-2011, Екатеринбург		
Компот из свежих плодов	200	0,2	0,0	20,6	83	№585-1996		
Хлеб пшеничный	50	1,0	0,5	22,0	97			
Хлеб ржаной	50	1,1	0,6	18,9	86			
Полдник	300	8,8	7,9	69,8	386			
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте (кекс)	100	8,3	7,9	35,8	248			
Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь
ИТОГО:			53	55	296	1890		
13 день								
Наименование блюда	Брутто г	Нетто г	Химический состав				№ рецептуры	

наименование блюда	грунто, г	нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Завтрак			630	12,8	16,5	117,5	670	
Макаронные изделия, запеченные с сыром			200	9,2	8,5	45,8	297	№296-2013, Пермь
Бутерброд с маслом			20/10	1,8	7,1	9,9	111	№1-2004
Фрукт в ассортименте			200	1,3	0,7	37,5	162	№458-2006, Москва
Чай с лимоном			200	0,1	0,0	15,5	62	№686-2004
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Обед			820	28,1	32,4	121,5	890	
Салат из свежих помидоров			100	1,2	5,1	4,1	67	№22-2013, Пермь
Суп картофельный с крупой с мясом			250/15	7,7	5,9	21,1	168	№138-2004
Котлета рыбная натуральная запеченная, с маслом			100/5	13,9	16,3	7,6	233	№9/7-2011, Екатеринбург
Овощи припущенные			150	2,2	3,8	20,3	124	№524-2004
Компот из кураги			200	0,6	0,0	18,7	77	№638-2004
Хлеб пшеничный			70	1,4	0,7	30,8	135	
Хлеб ржаной			50	1,1	0,6	18,9	86	
Полдник			355	15,8	17,4	37,5	370	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте (пряники, вафли)			30	8,0	8,7	15,7	173	
Чай с сахаром			200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004

Йогурт промышленного производства в ассортименте	125	125	125	7,7	8,7	9,2	146	№698-2004
ИТОГО:				57	66	277	1930	
14 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			510	34,4	21,4	86,7	676	
Суфле творожное с молоком сгущенным			200/20	19,5	7,7	44,5	325	№365-2004
Бутерброд горячий с сыром и помидорами			90	11,6	10,9	14,7	203	№10-2004
Чай с молоком			200	2,8	2,5	19,9	113	№495-2013, Пермь
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34	
Обед			815	25,1	30,2	138,9	927,6	
Салат из моркови с изюмом			100	2,2	0,2	25,5	113	№10-2013, Пермь
Борщ с мелкошинкованными овощами с курицей и сметаной			250/15/5	5,2	5,9	12,2	123	№.1.78-1995, Екатеринбург
Биточки рубленые из птицы запеченные, с маслом			90/5	11,4	15,2	11,2	227	№498-2004
Рис припущенный с кукурузой			150	3,8	7,3	20,8	164	№44/3-2011, Екатеринбург
Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,5	30,5	129	№518-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			45	0,9	0,5	19,8	87	
Хлеб ржаной			50	1,1	0,6	18,9	86	

Полдник			410	14,1	15,7	52,6	408	
Булочка промышленного производства в ассортименте			80	6,0	8,9	27,5	214	(р.560-2013, Пермь)
ИЛИ								
Булочка "Нежная"			80	6,0	8,9	27,5	214	(р.560-2013, Пермь)
Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке	200	200	200	7,7	6,4	10,7	131	
Фрукт в ассортименте			130	0,4	0,4	14,4	63	№458-2006, Москва
ИТОГО:				74	67	278	2012	
15 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			630	13,8	18,4	103,4	633,6	
Каша пшенная жидкая			200	6,6	7,4	23,7	188	№311-2004
Бутерброд с маслом			20/10	1,8	7,1	9,9	111	№1-2004
Кофейный напиток			200	3,2	2,7	15,9	101	№501-2013, Пермь
Фрукт в ассортименте			200	1,3	0,7	37,5	162	№458-2006, Москва
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34	
Обед			850	32,4	31,7	123,3	908,3	

Салат из капусты белокочанной			100	2,0	5,1	8,5	88	№1-2013, Пермь
Суп - лапша домашняя с курицей			250/15	6,4	5,7	10,1	117	№148-2004
Рыба запечённая с маслом			100/5	17,5	13,9	3,1	208	№310-1996
Пюре картофельное			180	3,9	5,9	26,7	176	№520-2004
Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			50	1,0	0,5	22,0	97	
Хлеб ржаной			50	1,1	0,6	18,9	86	
Полдник			365	17,1	18,3	38,6	388	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте (вафли, печенье)			40	9,3	9,6	16,8	191	
Чай с сахаром			200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004
Йогурт промышленного производства в ассортименте	125	125	125	7,7	8,7	9,2	146	№698-2004
ИТОГО:				63	68	265	1929	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ:				64	65	276	1943	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ по нормативу (100%)*:				77	79	335	2350	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ по нормативу (+10%)*:				85	87	369	2585	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (75%):				64	65	276	1939	при 5-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)