

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ
"Муниципальная СОШ"
"Филова" в Кнокинском
«26» _____ 2025г.



УТВЕРЖДАЮ

Исполнительный Председатель
Муниципального образования
"Кночинский район"
«26» _____ 2025г.



15 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД №15-ЛДП/3590-20/136 от 15.01.2025 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 12 лет и старше.
Приемы пищи: завтрак, обед, полдник.



г. Тюмень, 2025г.

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

Возрастная категория: с 12 лет и старше

15 - ти дневное меню № 15-ЛДП/3590-20/136 от 15 января 2025 г

ЭЛЕКТРОННАЯ ВЕРСИЯ МЕНЮ ДЛЯ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ В РАБОТЕ

1 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			550	21,0	23,1	110,5	733,9	
Макаронные изделия, запеченные с сыром			220	12,2	12,1	48,9	353	№296-2013, Пермь
макаронные изделия	80	80						
масло сливочное	5	5						
масса отварных макарон		230						
сыр	12,5	12						
масло сливочное для смазки листа	3	3						

Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте			30	6,5	10,3	14,5	177	
Чай с лимоном			200	0,1	0,0	15,5	62	№686-2004
чай - заварка	1,5	1,5						
сахар	15	15						
лимон	6	5						
Фрукты в ассортименте			100	1,4	0,3	14,0	64	№458-2006, Москва
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77	
Обед			815	32,1	29,6	168,2	1067,6	
Салат из свежих помидоров			100	1,2	5,1	4,1	67	№22-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	99	97						
или помидоры свежие грунтовые	114	97						
масло растительное	5	5						
Суп картофельный с курицей			250/15	7,7	5,5	15,5	142	№137 -2004
курица потрошенная 1 категории (разделка мякоть без кожи)	45	40						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	133	100						
01.11.-31.12. -30%	143	100						
01.01-29.02 - 35%	154	100						

01.03 - 40%	167	100						
лук репчатый	12	10						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
масло растительное	5	5						
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Плов из свинины			250	19,3	17,2	49,2	429	№370-2013, Пермь
свинина мясная	87	74						
масса тушеного мяса		50						
крупа рисовая	68	68						
морковь до 01.01.-20%	31	25						
с 01.01 - 25%	33	25						
лук репчатый	12	10						
чеснок свежий	3,8	3						
масло растительное	10	10						
или								
Плов из говядины			250	19,9	15,8	49,2	419	№370-2013, Пермь

говядина 1 категории (мясо на кости)	107	79						
или говядина полуфабрикат (мясо без кости)	93	79						
масса тушеного мяса		50						
крупа рисовая	68	68						
морковь до 01.01.-20%	31	25						
с 01.01 - 25%	33	25						
лук репчатый	12	10						
чеснок свежий	3,8	3						
масло растительное	10	10						
Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			80	1,6	0,8	35,2	154	
Хлеб ржаной			80	1,8	1,0	30,2	137	
Полдник			400	17,4	20,1	52,8	461,7	
Манник			100	10,2	13,4	29,4	279,0	№550-2021, Пермь
мука пшеничная	20	20						
крупа манная	20	20						
сахар	20	20						

масло сливочное	10	10						
сметана	7	7						
кефир	20	20						
яйцо куриное	20	20						
натрий двууглекислый	1,3	1,3						
масло растительное для смазки листа	1,3	1,3						
ИЛИ								
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			100	10,2	13,4	29,4	279,0	
Молоко питьевое кипяченое	210	200	200	5,8	6,4	9,4	118	№260-2001, Пермь
ИЛИ								
Кисломолочный продукт в ассортименте	207	200	200	5,2	6,4	9,0	114	№698-2004
Фрукты в ассортименте			100	1,4	0,3	14,0	64	№458-2006, Москва
ИТОГО:				71	73	332	2263	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				90	92	383	2720	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:				99	101	421	2992	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):				74	76	316	2244	При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед,
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):				71	72	300	2132	

НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				78	80	332	2356	полдник)
2 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			555	20,8	29,3	103,1	758,9	
Бутерброд с маслом с сыром			55	4,3	9,7	10,7	147	№1,3-2004
батон пшеничный	30	30						
масло сливочное	10	10						
сыр	16	15						
Суп молочный с крупой "Солнечный"			300	7,9	7,9	27,2	212	№162-1996
вода питьевая	150	150						
молоко питьевое	170	170						
крупa кукурузная	18	18						
или крупa пшено	24	24						
масло сливочное	2	2						
сахар	3	3						
соль йодированная	1	1						

Кофейный напиток			200	4,9	3,2	15,9	112	№501-2013, Пермь
кофейный напиток	5	5						
сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
Печенье промышленного производства в ассортименте			35	2,4	7,8	24,1	176	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34	
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77	
Обед			910	40,2	28,9	165,8	1084,1	
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным			100	0,9	5,0	3,1	61	№14/1; 15/1- 2011, Екатеринбург
помидоры свежие парниковые	51	50						
или помидоры свежие грунтовые	59	50						
огурцы свежие парниковые	46	45						
или огурцы свежие грунтовые	47	45						
масло растительное на полив при подаче	5	5						
Суп картофельный с бобовыми с мясом, с гренками			250/10/20	9,8	6,1	32,5	224	№144-2013, Пермь
говядина 1 категории (мясо на кости)	22	16						
или говядина полуфабрикат (мясо без кости)	19	16						

горох	21	20						
или горошек консервированный	31	20						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	86	65						
01.11.-31.12. -30%	93	65						
01.01-29.02 - 35%	100	65						
01.03 - 40%	109	65						
морковь до 01.01.-20%	15	12						
с 01.01 - 25%	16	12						
лук репчатый	12	10						
масло растительное	5	5						
гренки из пшеничного хлеба		20						№170-2013, Пермь
хлеб пшеничный	38	32						
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Вершинки рыбные			120	20,5	9,9	11,2	216	№9/7-2011, Екатеринбург
горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	152	101						
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	184	101						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	136	101						

или хек потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	136	101						
или треска потрошенная обезглавленная (филе с кожей без костей)	133	101						
лук репчатый	6	5						
хлеб пшеничный	17	17						
молоко питьевое	12	12						
чеснок свежий	0,4	0,3						
яйцо куриное	7	7						
сухари пшеничные	8	8						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Пюре картофельное			200	5,1	6,1	28,1	188	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	227	171						
01.11.-31.12. -30%	245	171						
01.01-29.02 - 35%	263	171						
01.03 - 40%	286	171						
молоко питьевое	32	32						
масло сливочное	7	7						
Компот из смеси сухофруктов			200	0,5	0,0	25,5	104	№508-2013, Пермь

сухофрукты	25	25						
сахар	15	15						
Хлеб пшеничный			80	1,6	0,8	35,2	154	
Хлеб ржаной			80	1,8	1,0	30,2	137	
Полдник			530	17,5	15,5	62,9	461,1	
Суфле творожное с джемом или повидлом			200	15,1	14,7	28,3	306	№365-2004
творог	157	155						
сметана	20	20						
яйцо куриное	12	12						
сахар	5	5						
мука пшеничная	16	16						
масло сливочное для смазки листа	4	4						
масса готового суфле		180						
джем или повидло промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	20,2	20						
Фрукты в ассортименте			130	2,3	0,8	22,0	104	№458-2006, Москва
Чай с сахаром			200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004
чай - заварка	1,5	1,5						

сахар	12	12						
ИТОГО:				78	74	332	2304	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				90	92	383	2720	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:				99	101	421	2992	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):				74	76	316	2244	При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):				71	72	300	2132	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				78	80	332	2356	
3 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			555	19,7	29,2	109,0	777,5	
Каша рисовая жидкая			250	8,1	9,4	40,5	279	№268-2013. Пермь
крупa рисовая	38	38						
молоко питьевое	150	150						
вода питьевая	75	75						
соль йодированная	1	1						
сахар	4	4						

масло сливочное	5	5						
Бутерброд с маслом			30/15	2,5	9,9	14,5	157	№1-2004
батон пшеничный	30	30						
масло сливочное	15	15						
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			60	8,1	9,5	25,0	218	
Чай с сахаром			200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004
чай - заварка	1,5	1,5						
сахар	12	12						
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34	
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Обед			895	40,5	30,3	153,8	1049,3	
Салат из огурцов с маслом			100	0,9	5,1	1,2	54	№14/1-2011, Екатеринбург
огурцы свежие парниковые	98	96						
или огурцы свежие грунтовые	101	96						
масло растительное	5	5						
Борщ с капустой и картофелем, с мясом со сметаной			250/10/5	6,4	6,6	16,7	152	№110-2004
говядина 1 категории (мясо на кости)	22	16						

или говядина полуфабрикат (мясо без кости)	19	16						
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						
с 01.01 - 25%	17	13						
лук репчатый	12	10						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	6	6						
или томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	2,4	2,4						
масло растительное	5	5						
сахар	0,5	0,5						
сметана	5	5						

зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Курица запеченная "Домашняя"			100	24,0	13,4	0,7	219	№494-2004
курица потрошенная 1 категории	167	149						
или грудка куриная	157	149						
или бедро куриное	157	149						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5	5						
или томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	2	2						
чеснок свежий	0,6	0,5						
масло растительное	2	2						
Макароны изделия отварные			230	6,1	3,8	52,1	267	№516-2004
макаронные изделия	85	85						
масло сливочное	5	5						
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			380	13,0	12,1	67,0	428,9	
Булочное изделие промышленного производства в ассортименте			50	5,5	4,9	36,0	210	

Кисломолочный продукт в ассортименте	207	200	200	5,2	6,4	9,0	114	№698-2004
Фрукты в ассортименте			130	2,3	0,8	22,0	104	№458-2006, Москва
ИТОГО:				73	72	330	2256	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				90	92	383	2720	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:				99	101	421	2992	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):				74	76	316	2244	При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):				71	72	300	2132	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				78	80	332	2356	
4 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			555	33	36	73	749	
Омлет натуральный			200	22,7	20,5	2,4	285	№340-2004
яйцо куриное	152	152						
молоко питьевое	60	60						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте			30	4,5	8,3	24,0	189	

Йогурт промышленного производства в ассортименте	125	125	125	1,7	4,5	10,5	89	№698-2004
Чай с молоком			200	2,8	2,5	19,9	113	№495-2013, Пермь
чай - заварка	1,5	1,5						
сахар	15	15						
молоко питьевое	100	100						
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34	
Обед			930	36,2	32,1	152,9	1044,9	
Салат из свеклы с зеленым горошком			100	1,7	5,0	7,3	81	№58-2013, Пермь
свекла до 01.01.-20%	99	79						
с 01.01 - 25%	105	79						
масса отварной свеклы		75						
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	34	22						
масло растительное	5	5						
Уха рыбацкая			250/80	12,5	6,1	12,2	154	№181-1996
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	134	99						
или горбуша или кета потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	144	96						

или горбуша или кета неразделанная (филе без кожи и костей)	175	96						
или горбуша или кета потрошенная без головы (филе без кожи и костей)	139	96						
или скумбрия неразделанная (филе с кожей без костей)	189	102						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	100	75						
01.11.-31.12. -30%	107	75						
01.01-29.02 - 35%	116	75						
01.03 - 40%	125	75						
лук репчатый	14	12						
масло растительное	5	5						
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Котлеты (из говядины и свинины)			100	15,4	15,6	15,8	265	№451-2004
говядина 1 категории (мясо на кости)	52	38						
или говядина полуфабрикат (мясо без кости)	45	38						
свинина мясная	44	38						
или фарш промышленного производства (только немеханической обвалки изготовленный из охлажденного мяса продуктивных животных)	76	76						
хлеб пшеничный	18	18						
молоко питьевое	9	9						

лук репчатый	11	9						
яйцо куриное	9	9						
сухари пшеничные	10	10						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Рис припущенный с овощами "Мозаика"			200	2,8	3,8	33,3	178	№416-2013, Пермь
крупа рисовая	47	47						
кукуруза консервированная	42	25						
морковь до 01.01.-20%	31	25						
с 01.01 - 25%	33	25						
масло сливочное	5	5						
Компот из кураги			200	0,9	0,0	27,0	112	№638-2004
курага	25	25						
сахар	6	6						
ИЛИ								
Компот из смеси сухофруктов			200	0,5	0,0	25,5	104	№508-2013, Пермь
сухофрукты	25	25						
сахар	15	15						

Хлеб пшеничный			70	1,4	0,7	30,8	135	
Хлеб ржаной			70	1,6	0,9	26,4	120	
Полдник			400	3,6	8,2	85,5	430,2	
Булочка домашняя на масле растительном			50	2,8	7,5	44,0	255	№564-2013, Пермь
мука пшеничная	34	34						
мука пшеничная на подпыл	1,7	1,7						
сахар	6	6						
сахар (для отделки)	1,5	1,5						
масло растительное	8	8						
яйцо куриное	1	1						
дрожжи прессованные	1	1						
или дрожжи сухие	0,25	0,25						
соль йодированная	0,4	0,4						
молоко питьевое	14	14						
масло растительное для смазки листа	0,5	0,5						
Фрукты в ассортименте			150	0,7	0,7	28,9	125	№458-2006, Москва
Чай с сахаром			200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004

чай - заварка	1,5	1,5						
сахар	12	12						
ИТОГО:				72	77	312	2224	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				90	92	383	2720	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:				99	101	421	2992	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):				74	76	316	2244	При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):				71	72	300	2132	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				78	80	332	2356	
5 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			580	24,0	27,0	95,8	718,2	
Для бутерброда:								
Масло сливочное (порциями)	10	10	10	0,1	7,3	0,1	67	№96-2004
Сыр (порциями)	21	20	20	5,4	5,8	0,0	74	№97-2004
Хлеб ржаной			40	1,9	0,4	17,5	81	
Батон пшеничный	60	60	60	1,4	0,6	28,7	122	
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая			250	10,4	9,6	33,7	263	№311-2004

хлопья овсяные "Геркулес"	32	32						
молоко питьевое	228	228						
сахар	4	4						
соль йодированная	1	1						
масло сливочное	5	5						
Кофейный напиток			200	4,9	3,2	15,9	112	№501-2013, Пермь
кофейный напиток	5	5						
сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
Обед			870	33,4	35,0	145,6	1031,0	
Салат из свежих помидоров с кукурузой			100	2,1	5,1	9,8	94	№23-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	61	60						
или помидоры свежие грунтовые	71	60						
кукуруза консервированная (после термической обработки)	58	35						
масло растительное	5	5						
Рассольник ленинградский с курицей со сметаной			250/15/5	6,8	6,1	15,4	144	№132-2004
курица потрошенная 1 категории (разделка мякоть без кожи)	45	40						

картофель - 01.09.-31.10.- 25%	69	52						
01.11.-31.12. -30%	74	52						
01.01-29.02 - 35%	80	52						
01.03 - 40%	87	52						
крупа перловая	5	5						
огурцы соленые без уксуса	27	15						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	6	5						
масло растительное	5	5						
сметана	5	5						
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Гуляш из свинины			100	15,9	16,1	1,7	215	№152-2004, Пермь
свинина мясная	87	74						
масло растительное	5	5						
лук репчатый	12	10						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	8	8						

или томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	3	3						
мука пшеничная	2	2						
или								
Гуляш из говядины			100	17,1	14,8	1,7	208	№152-2004, Пермь
говядина 1 категории (мясо на кости)	107	79						
или говядина полуфабрикат (мясо без кости)	93	79						
или гуляш-полуфабрикат промышленного производства	79	79						
масло растительное	5	5						
лук репчатый	12	10						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	8	8						
или томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	3	3						
мука пшеничная	2	2						
Пюре картофельное			200	5,1	6,1	28,1	188	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	227	171						
01.11.-31.12. -30%	245	171						
01.01-29.02 - 35%	263	171						

01.03 - 40%	286	171						
молоко питьевое	32	32						
масло сливочное	7	7						
Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			60	1,2	0,6	26,4	116	
Хлеб ржаной			80	1,8	1,0	30,2	137	
Полдник			400	13,6	12,6	73,9	463	
Мучное изделие промышленного производства			50	7,7	5,5	36,0	224	
Кисломолочный продукт в ассортименте	207	200	200	5,2	6,4	9,0	114	№698-2004
Фрукты в ассортименте			150	0,7	0,7	28,9	125	№458-2006, Москва
ИТОГО:				71	75	315	2213	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				90	92	383	2720	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:				99	101	421	2992	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):				74	76	316	2244	При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):				71	72	300	2132	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				78	80	332	2356	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ:				73	74	324	2252	

6 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			680	21,9	20,1	117,3	736,9	
Каша манная жидкая			250	7,3	9,8	35,0	257	№311-2004
крупa манная	25	25						
молоко питьевое	238	238						
сахар	4	4						
соль йодированная	1	1						
масло сливочное	5	5						
Бутерброд с сыром			30/20	7,1	4,7	14,9	130	№3-2004
батон пшеничный	30	30						
сыр	21	20						
Какао с молоком			200	3,9	4,2	22,2	142	№642-1996
какао - порошок	5	5						
сахар	15	15						
молоко питьевое	130	130						

Фрукты в ассортименте			180	2,7	0,9	28,8	134	№458-2006, Москва
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34	
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Обед			865	34,3	37,3	146,2	1057,7	
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным			100	0,9	5,0	3,1	61,0	№14/1; 15/1- 2011, Екатеринбург
помидоры свежие парниковые	51	50						
или помидоры свежие грунтовые	59	50						
огурцы свежие парниковые	46	45						
или огурцы свежие грунтовые	47	45						
масло растительное на полив при подаче	5	5						
Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей			250/15	7,2	5,7	21,2	165	№140-2004
курица потрошенная 1 категории (разделка мякоть без кожи)	45	40						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	100	75						
01.11.-31.12. -30%	107	75						
01.01-29.02 - 35%	8	5						
01.03 - 40%	125	75						
макаронные изделия	12	12						

морковь до 01.01.-20%	15	12						
с 01.01 - 25%	16	12						
лук репчатый	14	12						
масло растительное	5	5						
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Свинина, тушеная с картофелем			300	22,5	24,8	31,0	437	№54-9м-2020, 2021, Новосибирск
свинина мясная	87	74						
масло растительное	10	10						
масса тушеного мяса		50						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	160	120						
01.11.-31.12. -30%	172	120						
01.01-29.02 - 35%	185	120						
01.03 - 40%	200	120						
морковь до 01.01.-20%	69	55						
с 01.01 - 25%	73	55						
помидоры свежие грунтовые	24	20						
или помидоры свежие парниковые	20,4	20						

или томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5	5						
или томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	2	2						
лук репчатый	24	20						
сметана	15	15						
бульон или вода питьевая	55	55						
или								
Говядина, тушеная с картофелем			300	23,7	23,9	31,0	434	№54-9м-2020, 2021, Новосибирск
говядина 1 категории (мясо на кости)	107	79						
или говядина полуфабрикат (мясо без кости)	93	79						
или гуляш-полуфабрикат промышленного производства	79	79						
масло растительное	10	10						
масса тушеного мяса		50						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	160	120						
01.11.-31.12. -30%	172	120						
01.01-29.02 - 35%	185	120						
01.03 - 40%	200	120						
морковь до 01.01.-20%	69	55						

с 01.01 - 25%	73	55						
помидоры свежие грунтовые	24	20						
или помидоры свежие парниковые	20,4	20						
или томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5	5						
или томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	2	2						
лук репчатый	24	20						
сметана	15	15						
бульон или вода питьевая	55	55						
Компот из изюма			200	0,3	0,0	25,5	103	№512-2013, Пермь
изюм	15,3	15						
сахар	15	15						
или								
Компот из смеси сухофруктов			200	0,5	0,0	25,5	104	№508-2013, Пермь
сухофрукты	25	25						
сахар	15	15						
Хлеб пшеничный			80	1,6	0,8	35,2	154	
Хлеб ржаной			80	1,8	1,0	30,2	137	

Полдник				350	14,9	15,2	68,6	470,8	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте (рулет)				150	14,8	15,2	56,0	420	
Чай с сахаром				200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004
чай - заварка	1,5	1,5							
сахар	12	12							
ИТОГО:					71	73	332	2265	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:					90	92	383	2720	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:					99	101	421	2992	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):					74	76	316	2244	При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):					71	72	300	2132	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):					78	80	332	2356	
7 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак				620	21,5	29,8	94,9	733,0	
Каша пшенная жидкая				250	9,9	10,5	30,5	256	№311-2004
крупa пшено	32	32							

молоко питьевое	232	232						
сахар	4	4						
соль йодированная	1	1						
масло сливочное	5	5						
Бутерброд с маслом			30/15	2,5	9,9	14,5	157	№1-2004
батон пшеничный	30	30						
масло сливочное	15	15						
Чай с лимоном			200	0,1	0,0	15,5	62	№686-2004
чай - заварка	1,5	1,5						
сахар	15	15						
лимон	6	5						
Йогурт промышленного производства в ассортименте	125	125	125	7,7	8,7	9,2	146	№698-2004
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34	
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77	
Обед			865	36,0	33,5	156,6	1071,9	
Салат из огурцов с маслом			100	0,9	5,1	1,2	54	№14/1-2011, Екатеринбург
огурцы свежие парниковые	98	96						

или огурцы свежие грунтовые	101	96						
масло растительное	5	5						
Суп домашний с мясом со сметаной			250/10/5	6,9	5,2	11,2	119	№10/2-2011, Екатеринбург
говядина 1 категории (мясо на кости)	22	16						
или говядина полуфабрикат (мясо без кости)	19	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						
огурцы соленые без уксуса	27	15						
лук репчатый	18	15						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5	5						
или томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	2	2						
масло растительное	5	5						
сметана	5	5						
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Паста "Карбонара" с курицей			300	24,3	21,4	53,3	503	№54-3гк-2020, 2021, Новосибирск

грудка куриная (разделка на мякоть без кожи)	107	103						
или филе куриное	95	90						
масло растительное	5	5						
масса тушеной мякоти птицы		70						
чеснок свежий	0,6	0,5						
макаронные изделия	80	80						
масло сливочное	5	5						
сметана	10	10						
сыр тертый	11	10						
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Компот из смеси сухофруктов			200	0,5	0,0	25,5	104	№508-2013, Пермь
сухофрукты	25	25						
сахар	15	15						
Хлеб пшеничный			80	1,6	0,8	35,2	154	
Хлеб ржаной			80	1,8	1,0	30,2	137	
Полдник			400	13,7	8,4	76,0	434	

Кондитерское мучное изделие промышленного производства	50	50	50	12,7	7,9	21,0	206	
Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь
Фрукты в ассортименте			150	0,5	0,5	21,0	91	№458-2006, Москва
ИТОГО:				71	72	327	2239	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				90	92	383	2720	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:				99	101	421	2992	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):				74	76	316	2244	При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):				71	72	300	2132	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				78	80	332	2356	
8 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			655	24,1	18,8	125,3	766,7	
Каша рисовая жидкая			250	8,1	9,4	40,5	279	№268-2013, Пермь
крупa рисовая	38	38						
молоко питьевое	150	150						

вода питьевая	75	75						
соль йодированная	1	1						
сахар	4	4						
масло сливочное	5	5						
Бутерброд с сыром			30/20	7,1	4,7	14,9	130	№3-2004
батон пшеничный	30	30						
сыр	21	20						
Фрукты в ассортименте			180	2,7	0,9	28,8	134	№458-2006, Москва
Кофейный напиток			200	4,9	3,2	15,9	112	№501-2013, Пермь
кофейный напиток	5	5						
сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34	
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77	
Обед			865	33,6	34,9	152,3	1058	
Салат из свежих помидоров			100	1,2	5,1	4,1	67	№22-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	99	97						

или помидоры свежие грунтовые	114	97						
масло растительное	5	5						
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной			250/10/5	6,1	6,7	7,8	116	№142-2013, Пермь
говядина 1 категории (мясо на кости)	22	16						
или говядина полуфабрикат (мясо без кости)	19	16						
капуста свежая белокочанная	63	50						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	47	35						
01.11.-31.12. -30%	50	35						
01.01-29.02 - 35%	54	35						
01.03 - 40%	58	35						
морковь до 01.01.-20%	19	15						
с 01.01 - 25%	20	15						
лук репчатый	12	10						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	4	4						
или томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	1,6	1,6						
масло растительное	5	5						
сметана	5	5						

зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Котлета рыбная "Белоснежка", запеченная			100	17,3	15,2	12,9	258	№309-2021, Пермь
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	108	80						
хлеб пшеничный	18	18						
вода питьевая	14	14						
лук репчатый	12	10						
масло растительное внутрь изделия	2	2						
яйцо куриное	6	6						
крупа манная	8	8						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Пюре картофельное			200	5,1	6,1	28,1	188	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	227	171						
01.11.-31.12. -30%	245	171						
01.01-29.02 - 35%	263	171						
01.03 - 40%	286	171						
молоко питьевое	32	32						
масло сливочное	7	7						

Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			80	1,6	0,8	35,2	154	
Хлеб ржаной			80	1,8	1,0	30,2	137	
Полдник			400	14,0	20,9	52,9	455,3	
Печенье Школьное			75	6,2	12,2	34,8	273	№54-2в- 2020,2021, Новосибирск
мука пшеничная	53	53						
дрожжи сухие	0,2	0,2						
вода питьевая	6,0	6						
сахар	1	1						
соль йодированная	0,4	0,4						
масло растительное	15	15						
яйцо куриное	10	10						
сахар на посыпку	0,8	0,8						
масло растительное для смазки листа	0,5	0,5						
или								
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			75	6,2	12,2	34,8	273	
Йогурт сливочный промышленного производства в ассортименте	125	125	125	7,7	8,7	5,5	131	№698-2004

Чай с сахаром				200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004
чай - заварка	1,5	1,5							
сахар	12	12							
ИТОГО:					72	75	330	2280	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:					90	92	383	2720	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:					99	101	421	2992	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):					74	76	316	2244	При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):					71	72	300	2132	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):					78	80	332	2356	
9 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			550	32,6	26,1	97,0	752,5		
Омлет натуральный			200	22,7	20,5	2,4	285	№340-2004	
яйцо куриное	152	152							
молоко питьевое	60	60							
масло растительное для смазки листа	2	2							

Овощи на поджаривание								
Горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	154	100	100	3,1	0,2	6,5	40	№101-2004
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте			50	2,7	2,2	43,0	203	
Чай с молоком			200	2,8	2,5	19,9	113	№495-2013, Пермь
чай - заварка	1,5	1,5						
молоко питьевое	100	100						
сахар	15	15						
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34	
Обед			845	30,5	34,5	150,4	1034,1	
Салат из капусты белокочанной с морковью			100	1,1	4,9	3,3	62	№4-2013, Пермь
капуста свежая белокочанная	106	85						
лимон (для сока)	12	5						
сахар	0,5	0,5						
морковь до 01.01.-20%	15	12						
с 01.01 - 25%	16	12						
в свежем виде морковь и капусту старого урожая использовать до 1 марта, после 1 марта свежего урожая или другой салат								

масло растительное	5	5						
или								
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным			100	0,9	5,0	3,1	61	№14/1; 15/1-2011, Екатеринбург
помидоры свежие парниковые	51	50						
или помидоры свежие грунтовые	59	50						
огурцы свежие парниковые	46	45						
или огурцы свежие грунтовые	47	45						
масло растительное на полив при подаче	5	5						
Суп сырный с курицей			250/15	8,2	8,1	23,7	201	№12/2-2011, Екатеринбург
курица потрошенная 1 категории (разделка мякоть без кожи)	45	40						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	133	100						
01.11.-31.12. -30%	143	100						
01.01-29.02 - 35%	154	100						
01.03 - 40%	167	100						
морковь до 01.01.-20%	25	20						
с 01.01 - 25%	27	20						
лук репчатый	7	6						

масло растительное	5	5						
сыр плавленный для супа	16	15						
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Курица, в соусе с томатом			100	12,1	13,6	1,8	178	№405-2013, Пермь
грудка куриная	73	70						
или филе куриное	69	65						
масло растительное	4	4						
масса тушеной мякоти птицы		50						
лук репчатый	9,5	8						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	10	10						
или томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	4	4						
мука пшеничная	2	2						
чеснок свежий	1,2	0,9						
морковь до 01.01.-20%	10	8						
с 01.01 - 25%	11	8						
вода питьевая	50	50						
Каша гречневая вязкая отварная			180	4,8	6,1	29,2	191	№510-2004

крупa гречневая	45	45						
вода питьевая	144	144						
масло сливочное	7	7						
Компот из кураги			200	0,9	0,0	27,0	112	№638-2004
курага	25	25						
сахар	6	6						
или								
Компот из смеси сухофруктов			200	0,5	0,0	25,5	104	№508-2013, Пермь
сухофрукты	25	25						
сахар	15	15						
Хлеб пшеничный			80	1,6	0,8	35,2	154	
Хлеб ржаной			80	1,8	1,0	30,2	137	
Полдник			380	10,7	13,0	74,4	457,4	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			80	3,5	6,3	51,0	274,7	
Фрукты в ассортименте			100	1,4	0,3	14,0	64	№458-2006, Москва
Молоко питьевое кипяченое	210	200	200	5,8	6,4	9,4	118	№260-2001, Пермь

или								
Кисломолочный продукт в ассортименте	207	200	200	5,2	6,4	9,0	114	№698-2004
ИТОГО:				74	74	322	2244	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				90	92	383	2720	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:				99	101	421	2992	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):				74	76	316	2244	При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):				71	72	300	2132	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				78	80	332	2356	
10 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			625	20,4	25,0	110,9	749	
Каша пшеничная жидкая			250	10,8	9,6	35,8	273	№264-2013, Пермь
крупa пшеничная	30	30						
молоко питьевое	240	240						
сахар	4	4						
соль йодированная	1	1						

масло сливочное	5	5						
Бутерброд с маслом			30/15	2,5	9,9	14,5	157	№1-2004
батон пшеничный	30	30						
масло сливочное	15	15						
Фрукты в ассортименте			130	2,3	0,8	22,0	104	№458-2006, Москва
Какао с молоком			200	3,9	4,2	22,2	142	№642-1996
какао - порошок	5	5						
сахар	15	15						
молоко питьевое	130	130						
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34	
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Обед			845	33,6	35,2	147,7	1042,1	
Салат из огурцов с маслом			100	0,9	5,1	1,2	54	№14/1-2011, Екатеринбург
огурцы свежие парниковые	98	96						
или огурцы свежие грунтовые	101	96						
масло растительное	5	5						

Суп картофельный с крупой рисовой с курицей			250/15	7,9	5,8	14,5	142	№114-2021, Пермь
курица потрошенная 1 категории (разделка мякоть без кожи)	45	40						
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%	13	10						
с 01.01 - 25%	13	10						
лук репчатый	6	5						
крупa рисовая	5	5						
масло растительное	5	5						
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Суп картофельный с бобовыми с мясом, с гренками			250/10/20	9,8	6,1	32,5	224	№144-2013, Пермь
говядина 1 категории (мясо на кости)	22	16						
или говядина полуфабрикат (мясо без кости)	19	16						
горох	21	20						
или горошек консервированный	31	20						

картофель - 01.09.-31.10.- 25%	86	65						
01.11.-31.12. -30%	93	65						
01.01-29.02 - 35%	100	65						
01.03 - 40%	109	65						
морковь до 01.01.-20%	15	12						
с 01.01 - 25%	16	12						
лук репчатый	12	10						
масло растительное	5	5						
гренки из пшеничного хлеба		20						№170-2013, Пермь
хлеб пшеничный	38	32						
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Котлеты (из говядины и свинины)			100	15,4	15,6	15,8	265	№451-2004
говядина 1 категории (мясо на кости)	52	38						
или говядина полуфабрикат (мясо без кости)	45	38						
свинина мясная	44	38						
или фарш промышленного производства (только немеханической обвалки изготовленный из охлажденного мяса продуктивных животных)	76	76						

хлеб пшеничный	18	18						
молоко питьевое	9	9						
лук репчатый	11	9						
яйцо куриное	9	9						
сухари пшеничные	10	10						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Капуста тушеная			180	5,5	6,9	16,8	151	№423-2013, Пермь
капуста свежая белокочанная	238	190						
морковь до 01.01.-20%	35	28						
с 01.01 - 25%	37	28						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	4	4						
или томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	1,6	1,6						
лук репчатый	14	12						
масло растительное	7	7						
мука пшеничная	2	2						
сахар	0,4	0,4						
Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь

Хлеб пшеничный			80	1,6	0,8	35,2	154	
Хлеб ржаной			80	1,8	1,0	30,2	137	
Полдник			400	19,2	18,3	51,1	445,9	
Запеканка из творога с яблоками с джемом или повидлом			200	19,1	18,3	38,5	395	№54-4т-2020, 2021, Новосибирск
творог	133	130						
яблоки свежие (очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом)	60	42						
яйцо куриное	18	18						
сахар	4	4						
сметана	4	4						
масло сливочное	4	4						
крупа манная	7	7						
ванилин	0,01	0,01						
сухари пшеничные	7	7						
масло растительное для смазки листа	4	4						
масса готовой запеканки		180						
джем или повидло промышленного производства (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	20,2	20						
Чай с сахаром			200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004

чай - заварка	1,5	1,5						
сахар	12	12						
ИТОГО:				73	78	310	2237	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				90	92	383	2720	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:				99	101	421	2992	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):				74	76	316	2244	При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):				71	72	300	2132	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				78	80	332	2356	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ:				72	74	324	2253	
11 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			630	26,0	31,3	83,6	720,1	
Вермишель в молоке			250	8,1	9,2	25,8	218	№165-2013, Пермь
молоко питьевое	175	175						
вода питьевая	75	75						
масло сливочное	5	5						

сахар	2	2						
макаронные изделия (вермишель)	20	20						
соль йодированная	0,6	0,6						
Бутерброд с маслом с сыром			55	4,3	9,7	10,7	147	№1,3-2004
батон пшеничный	30	30						
масло сливочное	10	10						
сыр	16	15						
Кофейный напиток			200	4,9	3,2	15,9	112	№501-2013, Пермь
кофейный напиток	5	5						
сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
Йогурт промышленного производства в ассортименте	125	125	125	7,7	8,7	9,2	146	№698-2004
Хлеб пшеничный			50	1,0	0,5	22,0	97	
Обед			880	34,9	34,3	152,3	1057,5	
Салат из свежих огурцов с зеленым горошком			100	1,2	5,1	4,5	69	№18-2013, Пермь
огурцы свежие парниковые	79	77						
или огурцы свежие грунтовые	81	77						

горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	31	20						
масло растительное	5	5						
Суп картофельный с рыбой			250/80	12,9	6,2	12,9	159	№150-2013, Пермь
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	134	99						
или горбуша или кета потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	144	96						
или горбуша или кета неразделанная (филе без кожи и костей)	175	96						
или горбуша или кета потрошенная без головы (филе без кожи и костей)	139	96						
или скумбрия неразделанная (филе с кожей без костей)	189	102						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	133	100						
01.11.-31.12. -30%	143	100						
01.01-29.02 - 35%	154	100						
01.03 - 40%	167	100						
морковь до 01.01.-20%	15	12						
с 01.01 - 25%	16	12						
лук репчатый	10	8						
масло растительное	5	5						
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						

Орзотто со свиной			250	16,9	21,2	44,0	434	№54-11м-2020, 2021, Новосибирск
свинина мясная	104	89						
чеснок свежий	1,2	0,9						
лук репчатый	18	15						
масло растительное	5	5						
масса припущенного на масле мяса с луком и чесноком		60						
крупка перловая	58	58						
масло сливочное	10	10						
вода питьевая	140	140						
масса готовой крупы перловой		170						
морковь до 01.01.-20%	31	25						
с 01.01 - 25%	33	25						
масло сливочное	5	5						
масса нарезанной кубиком моркови, припущенной с маслом		20						
или								
Орзотто с говядиной			250	18,1	19,9	44,0	428	№54-11м-2020, 2021, Новосибирск
говядина 1 категории (мясо на кости)	129	95						

или говядина полуфабрикат (мясо без кости)	112	95						
чеснок свежий	1,2	0,9						
лук репчатый	18	15						
масло растительное	5	5						
масса припущенного на масле мяса с луком и чесноком		60						
крупя перловая	58	58						
масло сливочное	10	10						
вода питьевая	140	140						
масса готовой крупы перловой		170						
морковь до 01.01.-20%	31	25						
с 01.01 - 25%	33	25						
масло сливочное	5	5						
масса нарезанной кубиком моркови, припущенной с маслом		20						
Компот из смеси сухофруктов			200	0,5	0,0	25,5	104	№508-2013, Пермь
сухофрукты	25	25						
сахар	15	15						
Хлеб пшеничный			80	1,6	0,8	35,2	154	

Хлеб ржаной				80	1,8	1,0	30,2	137	
Полдник				440	12,1	7,7	84,6	456,1	
Кондитерское мучное изделие промышленного производства	60	60		60	9,3	6,8	43,2	271	№518-2013, Пермь
Фрукты в ассортименте				180	2,7	0,9	28,8	134	№458-2006, Москва
Чай с сахаром				200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004
чай - заварка	1,5	1,5							
сахар	12	12							
ИТОГО:					73	73	321	2234	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:					90	92	383	2720	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:					99	101	421	2992	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):					74	76	316	2244	При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):					71	72	300	2132	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):					78	80	332	2356	
12 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак				640	22,0	20,7	116,2	738,6	

Каша гречневая жидкая			250	10,8	12,5	38,0	308	№311-2004
крупa гречневая	50	50						
молоко питьевое	220	220						
сахар	4	4						
соль йодированная	1	1						
масло сливочное	5	5						
Бутерброд с сыром			30/20	7,1	4,7	14,9	130	№3-2004
батон пшеничный	30	30						
сыр	21	20						
Чай с молоком			200	2,8	2,5	19,9	113	№495-2013, Пермь
чай - заварка	1,5	1,5						
молоко питьевое	100	100						
сахар	15	15						
Фрукты в ассортименте			150	0,5	0,5	27,0	115	№458-2006, Москва
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34	
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Обед			870	42,8	34,8	139,3	1041,6	

Нарезка из свежих овощей с маслом растительным			100	0,9	5,0	3,1	61	№14/1; 15/1-2011, Екатеринбург
помидоры свежие парниковые	51	50						
или помидоры свежие грунтовые	59	50						
огурцы свежие парниковые	46	45						
или огурцы свежие грунтовые	47	45						
масло растительное на полив при подаче	5	5						
Свекольник с курицей, со сметаной			250/15/5	7,8	6,7	21,0	176	№34-2004, Пермь
курица потрошенная 1 категории (разделка мякоть без кожи)	45	40						
свекла до 01.01.-20%	80	64						
с 01.01 - 25%	85	64						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	57	43						
01.11.-31.12. -30%	61	43						
01.01-29.02 - 35%	66	43						
01.03 - 40%	72	43						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	13	11						

томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	3	3						
или томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	1,2	1,3						
масло растительное	5	5						
сахар	1	1						
сметана	5	5						
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Биточки печеночные			100	25,4	15,2	5,1	259	№35/8-2011, Екатеринбург
печень говяжья	172	142						
масса отварной, протертой печени		95						
яйцо куриное	12	12						
лук репчатый	24	20						
масло сливочное	4	4						
масса прогретого с маслом лука		12						
мука пшеничная	10	10						
масло растительное	2	2						
или								
Биточки (из говядины и свинины)			100	15,4	15,6	15,8	265	№451-2004

говядина 1 категории (мясо на кости)	52	38						
или говядина полуфабрикат (мясо без кости)	45	38						
свинина мясная	44	38						
или фарш промышленного производства (только немеханической обвалки изготовленный из охлажденного мяса продуктивных животных)	76	76						
хлеб пшеничный	18	18						
молоко питьевое	9	9						
лук репчатый	11	9						
яйцо куриное	9	9						
сухари пшеничные	10	10						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Пюре картофельное			200	5,1	6,1	28,1	188	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	227	171						
01.11.-31.12. -30%	245	171						
01.01-29.02 - 35%	263	171						
01.03 - 40%	286	171						
молоко питьевое	32	32						
масло сливочное	7	7						

Компот из свежих яблок			200	0,2	0,0	16,6	67	№507-2013, Пермь
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	45,6	40						
кислота лимонная	0,2	0,2						
сахар	15	15						
Хлеб пшеничный			80	1,6	0,8	35,2	154	
Хлеб ржаной			80	1,8	1,0	30,2	137	
Полдник			350	6,6	16,2	75,0	472	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте (кекс)			150	6,1	16,2	41,0	334	
Сок в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь
ИТОГО:				71	72	330	2252	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				90	92	383	2720	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:				99	101	421	2992	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):				74	76	316	2244	При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):				71	72	300	2132	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				78	80	332	2356	
13 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры

Наименование блюда	Брутто, г		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Завтрак			620	21,5	30,6	97,1	749,8	
Каша 3 злака жидкая			250	9,9	11,3	34,0	277	№311-2004
крупa (кукурузная, пшеничная, ячневая)	30	30						
молоко питьевое	240	240						
сахар	4	4						
соль йодированная	1	1						
масло сливочное	5	5						
Бутерброд с маслом			30/15	2,5	9,9	14,5	157	№1-2004
батон пшеничный	30	30						
масло сливочное	15	15						
Йогурт промышленного производства в ассортименте	125	125	125	7,7	8,7	9,2	146	№698-2004
Чай с лимоном			200	0,1	0,0	15,5	62	№686-2004
чай - заварка	1,5	1,5						
сахар	15	15						
лимон	6	5						
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	

Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Обед			890	40,8	33,7	150,6	1068,1	
Салат из свежих помидоров с кукурузой			100	2,1	5,1	9,8	94	№23-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	61	60						
или помидоры свежие грунтовые	71	60						
кукуруза консервированная (после термической обработки)	58	35						
масло растительное	5	5						
Суп из овощей с фасолью с мясом			250/10	8,7	5,5	15,5	146	№143-2013, Пермь
говядина 1 категории (мясо на кости)	22	16						
или говядина полуфабрикат (мясо без кости)	19	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						
капуста свежая белокочанная	48	38						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	7	6						

фасоль консервированная натуральная	33	20						
масло растительное	5	5						
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Котлета из свинины "Богатырская"			100	17,9	13,4	14,0	248	№55-24м-2020, 2021, Новосибирск
свинина мясная	84	72						
молоко питьевое	10	10						
хлопья овсяные "Геркулес"	15	15						
лук репчатый	15	13						
яйцо куриное	5	5						
мука пшеничная	10	10						
масло растительное для смазки листа	2	2						
или								
Котлета из говядины "Богатырская"			100	18,5	11,1	14,0	229	№55-24м-2020, 2021, Новосибирск
говядина 1 категории (мясо на кости)	98	72						
или говядина полуфабрикат (мясо без кости)	85	72						
или фарш промышленного производства (только немеханической обвалки изготовленный из охлажденного мяса продуктивных животных)	72	72						

молоко питьевое	10	10						
хлопья овсяные "Геркулес"	15	15						
лук репчатый	15	13						
яйцо куриное	5	5						
мука пшеничная	10	10						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Картофель тушеный			230	8,2	8,1	26,4	211	№216-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	326	245						
01.11.-31.12. -30%	350	245						
01.01-29.02 - 35%	377	245						
01.03 - 40%	409	245						
чеснок свежий	6,4	5						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	10	10						
или томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	4	4						
масло растительное	8	8						
Компот из кураги			200	0,9	0,0	27,0	112	№638-2004
курага	25	25						

сахар	6	6						
или								
Компот из смеси сухофруктов			200	0,5	0,0	25,5	104	№508-2013, Пермь
сухофрукты	25	25						
сахар	15	15						
Хлеб пшеничный			80	1,6	0,8	35,2	154	
Хлеб ржаной			60	1,4	0,8	22,7	103	
Полдник			405	8,6	13,0	69,4	428,6	
Печенье Школьное			75	6,2	12,2	34,8	273	№54-2в- 2020,2021, Новосибирск
мука пшеничная	53	53						
дрожжи сухие	0,2	0,2						
вода питьевая	6,0	6						
сахар	1	1						
соль йодированная	0,4	0,4						
масло растительное	15	15						
яйцо куриное	10	10						
сахар на посыпку	0,8	0,8						

масло растительное для смазки листа	0,5	0,5						
или								
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			75	6,2	12,2	34,8	273	
Фрукты в ассортименте			130	2,3	0,8	22,0	104	№458-2006, Москва
Чай с сахаром			200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004
чай - заварка	1,5	1,5						
сахар	12	12						
ИТОГО:				71	77	317	2246	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				90	92	383	2720	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:				99	101	421	2992	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):				74	76	316	2244	При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):				71	72	300	2132	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				78	80	332	2356	
14 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			560	30,3	29,6	97,3	773,5	

Для бутерброда:								
Масло сливочное (порциями)	10	10	10	0,1	7,3	0,1	67	№96-2004
Сыр (порциями)	21	20	20	5,4	5,8	0,0	74	№97-2004
Хлеб ржаной			40	1,9	0,4	17,5	81	
Батон пшеничный	60	60	60	1,4	0,6	28,7	122	
Запеканка из творога с молоком сгущенным			200/30	21,5	15,5	38,5	380	№313-2013, Пермь
творог	193	192						
крупа манная	15	15						
молоко питьевое для каши	48	48						
яйцо куриное	16	16						
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						
молоко сгущенное с сахаром	30,2	30						
Чай с сахаром			200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004

чай - заварка	1,5	1,5						
сахар	12	12						
Обед			870	38,9	32,0	156,7	1069,6	
Салат из огурцов с маслом			100	0,9	5,1	1,2	54	№14/1-2011, Екатеринбург
огурцы свежие парниковые	98	96						
или огурцы свежие грунтовые	101	96						
масло растительное	5	5						
Солянка из мяса со сметаной			250/15/5	4,2	5,3	17,5	135	№157-1996
говядина 1 категории (мясо на кости)	33	24						
или говядина полуфабрикат (мясо без кости)	28	24						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	100	75						
01.11.-31.12. -30%	107	75						
01.01-29.02 - 35%	116	75						
01.03 - 40%	125	75						
огурцы соленные без уксуса	27	15						
лук репчатый	21	18						
масло растительное	5	5						

томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	3	3						
или томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	1,2	1,2						
сметана	5	5						
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Курица запеченная			100	24,2	14,4	0,7	229	№450-1996
курица потрошенная 1 категории	167	149						
или грудка куриная	157	149						
или бедро куриное	157	149						
сметана	5	5						
чеснок свежий	0,6	0,5						
масло растительное	2	2						
Рис припущенный			200	6,5	5,8	54,2	295	№415-2013, Пермь
крупа рисовая	70	70						
вода питьевая	145	145						
масло сливочное	8	8						
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			380	9,3	13,0	77,4	463,8	
Булочка промышленного производства в ассортименте			80	2,1	6,3	54,0	281	
Фрукты в ассортименте			100	1,4	0,3	14,0	64	№458-2006, Москва
Молоко питьевое кипяченое	210	200	200	5,8	6,4	9,4	118	№260-2001, Пермь
или								
Кисломолочный продукт в ассортименте	207	200	200	5,2	6,4	9,0	114	№698-2004
ИТОГО:				78	75	331	2307	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				90	92	383	2720	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:				99	101	421	2992	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):				74	76	316	2244	При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):				71	72	300	2132	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				78	80	332	2356	
15 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			625	20,5	25,1	112,8	759,1	

Каша кукурузная жидкая			250	9,5	10,5	36,5	279	№311-2004
крупa кукурузная	32	32						
молоко питьевое	234	234						
сахар	4	4						
соль йодированная	1,3	1,3						
масло сливочное	5	5						
Бутерброд с маслом			30/15	2,5	9,9	14,5	157	№1-2004
батон пшеничный	30	30						
масло сливочное	15	15						
Кофейный напиток			200	4,9	3,2	15,9	112	№501-2013, Пермь
кофейный напиток	5	5						
сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
Фрукты в ассортименте			130	2,3	0,8	22,0	104	№458-2006, Москва
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
Обед			885	37,9	37,4	140,6	1051	

Салат из капусты белокочанной			100	1,2	4,9	3,2	62	№1-2013, Пермь
капуста белокочанная свежая (стертая с солью)	158	80						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
<i>в свежем виде морковь и капусту старого урожая использовать до 1 марта, после 1 марта свежего урожая или другой салат</i>								
лук репчатый (бланшированный)	12	10						
<i>лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый</i>								
или лук зелёный	12,5	10						
лимон (для сока)	12	5						
сахар	1	1						
масло растительное	5	5						
или								
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным			100	0,9	5,0	3,1	61	№14/1; 15/1-2011, Екатеринбург
помидоры свежие парниковые	51	50						
или помидоры свежие грунтовые	59	50						
огурцы свежие парниковые	46	45						
или огурцы свежие грунтовые	47	45						

масло растительное на полив при подаче	5	5						
Суп лапша домашняя, с курицей			250/15	6,7	8,5	12,5	153	№128-2021, Пермь
курица потрошенная 1 категории (разделка мякоть без кожи)	45	40						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13	10						
лук репчатый	12	10						
<i>лапша домашняя</i>		20						№534-2021, Пермь
мука пшеничная	18	18						
мука пшеничная (на подпыл)	1,2	1,2						
яйцо куриное	5	5						
вода питьевая	3,5	3,5						
соль йодированная	0,5	0,5						
или лапша промышленного производства	20	20						
масло растительное	5	5						
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,1	0,1						
Рыба запечённая			120	20,6	16,1	4,4	245	№310-1996
горбуша или кета потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	204	143						

или горбуша или кета неразделанная (филе с кожей без костей)	246	143						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	184	136						
сухари пшеничные	6	6						
масло растительное	8	8						
Пюре картофельное			200	5,1	6,1	28,1	188	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	227	171						
01.11.-31.12. -30%	245	171						
01.01-29.02 - 35%	263	171						
01.03 - 40%	286	171						
молоко питьевое	32	32						
масло сливочное	7	7						
Компот из кураги			200	0,9	0,0	27,0	112	№638-2004
курага	25	25						
сахар	6	6						
ИЛИ								
Компот из смеси сухофруктов			200	0,5	0,0	25,5	104	№508-2013, Пермь
сухофрукты	25	25						

сахар	15	15						
Хлеб пшеничный			80	1,6	0,8	35,2	154	
Хлеб ржаной			80	1,8	1,0	30,2	137	
Полдник			360	12,7	12,5	69,6	441,7	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте (вафли, печенье)	60	60	60	11,2	12,2	43,0	327	
Чай с сахаром			200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004
чай - заварка	1,5	1,5						
сахар	12	12						
Фрукты в ассортименте			100	1,4	0,3	14,0	64	№458-2006, Москва
ИТОГО:				71	75	323	2251	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:				90	92	383	2720	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:				99	101	421	2992	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):				74	76	316	2244	При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):				71	72	300	2132	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):				78	80	332	2356	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ:				73	74	324	2258	

*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".

