

СОГЛАСОВАНО

« ____ » _____ 20 ____ г.

УТВЕРЖДАЮ

« ____ » _____ 20 ____ г.

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

для питания в детских общеобразовательных организациях, разработано в соответствии с требованиями СанПин 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические организации общественного питания населения"

**Возрастная категория детей: с 12 лет и старше
Приемы пищи: завтрак, обед.**

г. Тюмень, 2021г.



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: tocgse@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

№ 17/8

« 29 » 12 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 рецепты 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

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
КОПИЯ ВЕРНА
Директор _____ П.В. Шеломов



Исполнитель Д.Г. Шаева
567990, доп.3841



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 Приложение 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**).

«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

- 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 соответствии 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 день, г мл, нетто, на 1 ребенка в сутки	Норма в день, г мл, нетто, прием пищи - завтрак	Фактически получено г. мл.																	Факт в день г. мл.	% выполнено					
				День																							
				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	60	40	60	40	60	60	60	60	40	40	60	60	60	60	1080	54	100			
2	Хлеб пшеничный	200	100,0	100	100	104	90	131	80	124	60	100	80	105	80	96	119	80	122	108	80	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	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 грибы и капусту (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	Соли плодосовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные**	200	80,0	0	200	0	0	200	0	200	0	200	0	0	200	0	0	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, выдержка сахара должна быть увеличена в зависимости от его содержания в используемой готовой пищевой продукции)	35	28,0	33	12	29	48,5	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	0	60	0	15	40	0	0	0	0	0	0	15	25	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	0,0	0,0	0,0	2,0	2,0	2,0	2,0	0,0	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	4	0	0	0	0	0	0	0	4	0	0	16	1	100	
16	Масло 1-й категории	78	58,5	63	0	153	0	63	153	0	0	114	0	0	95	97	63	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	0	114	349	97	
18	Птица (целыята-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		
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	149	0	0	0	0	0	156	0	0	191	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	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	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	2	0,1	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	0	0	21	1,1	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	24	1,2	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	60	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 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

ЭЗЗ.МЛ.ЯР-ОРИГИНАЛ
 Меню № 20 - ШК/3590 - 20/93
 АУ ТО «Центр технологического контроля»

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 20-25 % от суточного рациона		% выполнения		Обед, ккал 30-35% от суточного рациона		% выполнения		Итого, ккал 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
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

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)"

**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.

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

Картофель	100	Капуста белокочанная	111
		Капуста цветная	80
		Морковь	154
		Свекла	118
		Бобы (фасоль), в том числе консервированные	33
		Горошек зеленый	40
		Горошек зеленый консервированный	64
		Кабачки	300
Фрукты свежие	100	Фрукты консервированные	200
		Соки фруктовые	133
		Соки фруктовые – ягодные	133
		Сухофрукты:	
		Яблоки	12
		Чернослив	17
		Курага	8
		Изюм	22

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								
Бутерброд с сыром и маслом			620	16,1	15,9	88,5	560,5	
			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								
хлопья овсяные "Геркулес"	25	25						
молоко питьевое	182	182						
сахар	3	3						
			200	7,5	7,7	26,0	203,3	№311-2004

ЖЕЗМЕНЕЦЬ-ОРИГІНАЛ

Меню № 20-ШК/3590-20/93

АУ ТО «Центр технологического контроля»

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									
курица потрошенная 1 категории (мякоть без кожи)	29		26			250/10/5	5,9	6,3	144,3
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 зеленый консервированный	28		18						
масло сливочное	5		5						

Автономное учреждение Республики Беларусь
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7263298134

	5	5	5										
сметана	5	5	5										
Гуляш из говядины													
говядина 1 категории	86	63			100		9,1		7,5		3,4		117,5
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													
крупа рисовая	63	63			180		4,4		4,3		35,0		196,6
вода питьевая	133	133											
масло сливочное	5	5											
Кисель из свежих ягод													
					200		0,3		0,2		21,5		89,0

№437-2004

№512-2004

№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									
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							

Федеральное учреждение
 «Центр технологического контроля»
 ОГРН 7703065147
 ИНН 7703208134

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								

Адрес: м.п. «Специальное учреждение Тульской области
по контролю качества продовольственных и
бытовых товаров»
ОГРН 1077203065147
ИНН 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	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	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

Автомобильная инспекция Тюменской области
 Центр технического контроля
 ОГРН 5017201083147
 ИНН 7203266134

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак								
Овощи натуральные								
помидоры свежие грунтовые	118	100						
или помидоры свежие парниковые	102	100						
Плов из мяса			250	15,4	15,9	48,7	399,5	№106-2013, 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	№458-2005, 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					

Адрес: г. Пермь, ул. Коммунаров, 10
 «Центр технологий качества» «Интролл»
 ОГРН 1077203065147
 ИНН 200208134

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									
сахари	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									

Федеральное государственное учреждение
 «Центр технического контроля»
 ОГРН - 017203086147
 ИНН - 200209134

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								
Запеканка " Царская" из творога с молоком сгущенным			560	21,9	21,9	92,7	655,6	
			200/20	18,5	14,4	44,0	379,7	№10/6-2011, 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

Центр Технического Контроля
 ОГРН 16 7203065147
 ИНН 720205132

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		227	1505					

Автономное учреждение
 «Центр гигиены и эпидемиологии
 в Пермском крае»
 ОГРН 39-24-0055-147
 ИНН 7203205134

5 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак								
Фрикадельки из кур (2 шт. по 50 г.)			580	17,7	19,2	81,6	569,0	
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						
	сахар	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)		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						
	или огурцы свежие парниковые	102						
Суп гороховый с гречками		250/20	3,1	4,1	31,7	176,1	№139-2004	
	горох лущёный	20						
	картофель - 01.09.-31.10.- 25%	67						

Автоматизированная информационная база
 Центральный архивный институт
 ОГРН 1077203065147
 ИНН 720203134

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															
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															
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															
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															

ИИН 720206134

6 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак								
Каша пшениная жидкая с маслом			200/5	4,8	6,9	28,0	193,3	№311-2004
крупа 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			№41-2011, 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										

Автономная некоммерческая организация
 «Центр технологий здорового питания»
 ОГРН 50772030685147
 ИНН 7203208134

	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											
	говядина 1 категории	86	63																
	или говядина полуфабрикат	74	63																
	или говядина туляш-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																

№363-2013,
Пермь

томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	8	8										№520-2004
Пюре картофельное			180	3,9	5,9	26,7	175,5					
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		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		100	0,4	0,0	14,4	59,2					№456-2006, Москва
Хлеб ржаной	40		40	1,9	0,4	17,5	81,0					
или Хлеб ржаной витаминизированный	40		40									
Хлеб пшеничный	60		60	3,0	0,8	24,3	116,8					

Центр товарного учета
 «Центр товарного учета»
 ОГРН 7707203065147
 ИНН 7707203065134

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	
Завтрак							
Бутерброд с сыром							
хлеб пшеничный	20	20	620	20,9	24,3	90,1	663
сыр	21	20	20/20	5,7	6,2	7,2	107,4
Шницель из говядины							
говядина 1 категории	101	74	100	10,1	14,2	17,0	236,2
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					
сахари	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	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	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					

Автоматизированная информационная система
 «Центр территориальной безопасности»
 ОГРН 1077203065147
 ИНН 7203203134

	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								
Фрикасе из птицы			620	27,4	31,0	73,0	680	
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

Дата: 15.05.2013
 Центр питания №1
 Д/ПН 7203205134
 ИНН 7203205134

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				
горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	170	119							№341-2013, Пермь
или горбуша неразделанная (филе с кожей без костей)	205	119							
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	138	119							

Министерство сельского хозяйства Пермского края
 «Центр территориального контроля»
 ОГРН 5603003036047
 ИНН 5603003036

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						
			180	3,9	5,9	26,7	175,5	№520-2004
Пюре картофельное								
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						№518-2013, Пермь
Сок в ассортименте	200	200						
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								
Бутерброд с маслом			560	19,2	19,3	78,2	563,3	№1-2004
			30/10	2,3	7,4	14,5	133,8	
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

Автономное учреждение
 «Центр территориального контроля»
 ОГРН 77203065147
 ИНН 770308134

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										

Алтайский республиканский территориальный орган
«Центр транспортиночного контроля»
ОГРН 0712030065147
ИНН 7203208134

Хлеб пшеничный			60	3,0	0,8	24,3	116,8	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			60					
ИТОГО:			50	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								
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	182	100	580	22,6	19,4	80,0	584,2	
			100	0,8	0,1	1,6	10,6	№101-2004

ИЛИ

Овощи свежие (огурцы)			100	0,7	0,1	1,9	11,3	№70-2005, 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									
сахари	5	5									
масло растительное	2	2									
Пюре картофельное			180					3,9	5,9	26,7	175,5
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
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

Автономное учреждение
 «Центр технического обслуживания населения»
 ОГРН 10 7203065147
 ИНН 7203208134

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	№505-2013, Пермь
вишня свежемороженая	25,2	24					
или смородина свежемороженая	25,2	24					
или клюква свежемороженая	25,2	24					
сахар	15	15					

Итого-список учредителей: Тюменская обл.
Итого-список учредителей: Тюменская обл.

ОГРН 1072030565147
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):										
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (за завтраки)(20-25%):										
					18-23	18-23	77-96	544-680		При одном приеме пищи (завтрак)
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (за обеды):										
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (за обеды)(30-35%):										
					31	32	127	916		При одном приеме пищи (обед)
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (завтрак, обед):										
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (завтрак, обед)(50-60%):										
					52	53	210	1525		При двухразовом питании (завтрак, обед)
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						
Бутерброд с сыром						
	хлеб пшеничный	20				
	сыр	21				
Каша рисовая жидкая						
	крупа рисовая	30				
	молоко питьевое	190				
	сахар	3				
	соль йодированная	1				
	масло сливочное	5				
Кофейный напиток						
	кофейный напиток	4				
	сахар	10				
	молоко питьевое	100				
Фрукты в ассортименте						
		130	0,6	0,5	19,9	86,5
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

Центр технологического контроля
 ОГРН 1077203065147
 ИНН 7203206134

№456-2006,
Москва

№690-2004

№311-2004

№3-2004

или Хлеб пшеничный витаминизированный				20					
Обед				810	31,5	38,4	116,1	936	
Салат из капусты белокачанной с морковью				100	1,6	5,1	9,6	90,7	№4-2013, Пермь
капуста белокачанная	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																		
Запекалка 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
 «Центр технической помощи студентам»
 ОГРН 1077203065147
 ИНН 7205205134

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	
Завтрак							
Салат из моркови с изюмом			580	19,1	19,1	107,1	675,7
морковь до 01.01.-20%	96	77	100	1,2	0,1	15,0	65,7
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				№42-1996
	какао - порошок	5	5										
	молоко питьевое	130	130										
	сахар	15	15										

Актос-инде уюсқазыме
 «Центр бухгалтерского контроля»
 ТООМБЕНСКИЙ БУЛВАР
 ОГРН 1077203065147
 ИНН 7203208134

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													
масло растительное	5		14										
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										

Авто-бюро и переводчик Тамбовский обл.
 «Центр делопроизводства и контроля»
 ОГРН 1077203065147
 ИНН 7203206134

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	
Завтрак			600	24,0	18,4	85,0	601
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	182	100	100	0,8	0,1	1,6	№101-2004
ИЛИ							
Овощи свежие (огурцы)			100	0,7	0,1	1,9	№70-2006, Москва
огурцы свежие грунтовые	105	100					
или огурцы свежие парниковые	102	100					
Суфле рыбное			120	17,1	12,0	5,2	№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 технического контроля»

СГРН 1077203065147
ИНН 7205208134

мука пшеничная	5	5	5							
вода питьевая	5	5	5							
яйцо куриное	18	18	18							
масло сливочное для смазки листа	2,4	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	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	1,4	4,5	5,5	68,1				№101-2004

Борщ "Украинский" с мясом, со сметаной													
		22	16	250/10/5		4,9	5,9	19,7	151,5			№113-2004	
говядина 1 категории													
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										

Датум: 20.05.2014
 «Центр технологического контроля»
 ОГРН 1077203065147
 ИНН 7203208134

	сметана	5	5																	
Бефстроганов из говядины																				
	говядина 1 категории	86	63							100	12,5	10,9	5,6	170,5						№423-2004
	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"																				
	крупа рисовая	47	47							180	3,2	7,7	37,9	233,7						№416-2013, Пермь
	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									
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						

Адрес: м.п. «Адрес: м.п. «Центр питания» Челябинск-10
 ОГРН 1077203065147
 ИНН 7203208134

	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 стуженное 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	№885-2004
	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 белокачанной				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									
капуста и морковь старого урожая используется в сыром виде до 1 марта, с 1 марта только капуста или морковь нового урожая или другой салат											
лук репчатый	6	5									
лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый											
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									

Адрес: Санкт-Петербург, Центральный район, ул. Гурьянова, д. 10, к. 1
 ОГРН 1077203065147
 ИНН 7203208134

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					
	сахар	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	
Завтрак			635	19,6	21,6	93,3	645,4
Биточки рубленные из птицы запеченные, с маслом			100/5	12,6	16,5	12,4	248,5
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					

Автоматизированное удостоверение
 № 1077203065147
 от 10.07.2010 г.

СГРН 1077203065147
 ИНН 7203206134

	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					
огурцы свежие грунтовые		105	100		0,7	0,1	1,9	11,3	№70-2006, Москва
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

«Центр технологических контролей»
 ОГРН 10772030665147
 ИНН 7203208134

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			<i>При основном 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):				29	30	132	913			<i>При основном 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 (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			<i>При обезжиренном питании (завтрак, обед)</i>
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (100%)*:				90	92	383	2720			

16 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак								
Каша манная жидкая с маслом			200/5	5,1	7,1	28,0	196,3	№311-2004
крупя 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"														
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
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									

Авто-служба учреждений Тернопольской области
 «Центр технологического контроля»
 ОГРН 1077203065147
 ИНН 7203206134

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 укуса	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
мука пшеничная	17,5	17,5								
мука пшеничная (на подпыл)	1,2	1,2								
яйцо куриное	5	5								
вода питьевая	3,5	3,5								

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	Единица г	Масса г	Химический состав	№ рецептуры

		СРЕДСТВ	ГОСУДАРСТВУ	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
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						

Автоматическое удостоверение государственного образца
 «Центр технологического контроля»
 ОГРН 1077203065147
 ИНН 7203208134

Завтрак				640	25,7	30,1	76,1	677	
Бутерброд с сыром	хлеб пшеничный	20	20	20/20	5,7	6,2	7,2	107,4	№3-2004
	сыр	21	20						
Рагу из мяса	говядина 1 категории	107	79	250	15,8	20,7	28,0	361,5	№6/8-2011, Екатеринбург
	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							

Адрес: ул. Сибирская, 10
 «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:				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						

Адрес: Москва, ул. Давыдовское шоссе, д. 10
 Центр технологического контроля

ОГРН 1077203065147
 ИНН 7203208134

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		175,5
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					0,5		0,0		138,0
Фрукт в ассортименте			100				0,1		0,2		25

№518-2013,
Пермь

№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					

Автоматизированная информационная система
 - Центр технологического контроля
 ОГРН 1077203065147
 ИНН 7203205134

Суп - харчо с мясом	250/10		7,4	5,5	22,0	167,1	№154-1996
	19	16					
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	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					

масло растительное для смазки листа	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 сахаром			200	0,2	0,0	15,0	60,8						№885-2004
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											

Адрес: Мичуринское урочище Томьский район
 Центр технического контроля

ОГРН 1077203065147
 ИНН 7203208134

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 обмене 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 обмене 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".