

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

«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) 56-79-92

Тел/факс (3452) 20-50-06; e-mail: logesen@fguz-tumen.ru; <http://www.fguz-tumen.ru>

ОКПО 74757016 ОГРН 1057200617759 ИНН/КПП 7203158959/720301001



И.П.Иванов (заместитель) ФБУЗ
«Центр гигиены и эпидемиологии в
Тюменской области»
А.В.Фоминер

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. Приемлы 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 общепитаемых школах — М.: Хлебпромформ, 2004 г.

• Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для диетического питания — М.: Хлебпромформ, 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» ТБОУ 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, ФГВЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области», 2011 г.

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

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

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

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

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

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

Для дополнительного обогащения рациона питания детей микронутриентами в меню используются: 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 меню № 20-ШК/3590-20/93 от 01.02.2021 для питания в детских общеобразовательных организациях, разработанное АУ ТО «Центр технологического контроля» соответствует требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

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

Д.Г. Шаева



Исполнитель Д.Г. Шаева
567990, доп.3841

Аннотация

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

Возрастная категория детей: с 12 и старше

В соответствии с Приложением 10, Таблица 3 «Распределение в процентном отношении потребления пищевых веществ и энергии по приемам пищи в зависимости от времени пребывания в организации» СанПиН 2.3/2.4.3590-20, предусмотренные 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 $\pm 5\%$ 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 Приложение № 9, Таблица 1 «Масса порций для детей в зависимости от возраста (в граммах)».

Суммарные объемы блюд по приемам пищи соответствуют требованиям Приложение № 9, Таблица 3 «Суммарные объемы блюд 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 нормы 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 рецептов:

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, I часть - М.: Хлебродинформ, 1996 г. (№рек.-1996).

Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции общественного питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, Том 1,2 - Москва: 2006г. (№рек.-2006, Москва).

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах - М.: Хлебродинформ, 2004г. (№рек.-2004).

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для диетического питания - М.: Хлебродинформ, 2002 г. (№рек.-2002).



- Сборник технических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации – Пермь, ООО «Уральский региональный центр питания» ГБОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е.А. Вачегера», 2013 г. (Пермь, 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», 2011 г. (Пермь, 2011, Екатеринбург).

Меню укомплектовано технологическими документами (технологическими картами) в соответствии с п. 2.8. СанПиН 2.3/2.4.3590-20. Приготовление блюд должно соблюдаться принцип «шадящего 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 соответствия 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 микроэлементами используются: хлеб и хлебобулочные изделия с содержанием витаминов и минералов, витаминизированные напитки. Для дополнительного обогащения рациона микроэлементами рекомендуется использовать в меню специализированные продукты питания, обогащенные микроэлементами, а также инстантные витаминизированные напитки промышленного выпуска. В целях профилактики поддефицитных состояний у детей должна использоваться **соль поваренная пищевая йодированная** при приготовлении блюд и кулинарных изделий. Соль в меню включена в состав рецептур блюд (каши, выпечные изделия), в другие блюда закладка соли осуществляется с учетом приготовления качественных по органолептическим показателям **в меру соленых блюд**.

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

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

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

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

20	Продукты	Норма питания в г, мл, нетто на 1 ребенка в сутки	Норма в день, г мл, нетто, прием пищи - завтрак	Фактически получено г, мл, Дни																				за 20 дней, г	Факт в день г, мл,	% выполнения
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20			
1	Хлеб ржаной	120	54,0	60	60	40	40	40	60	40	60	40	60	60	60	60	60	40	40	60	80	60	1080	54	100	
2	Хлеб пшеничный	200	100,0	100	100	104	90	131	80	124	60	100	80	105	80	80	96	119	80	122	108	80	60	1899	95	95
3	Мука пшеничная	20	12,0	4	2	3	21,3	8	2,4	0	5	20	0	0	12	11	14	6	92	16	3	13	10	243	12	101
4	Крупы, бобовые	50	37,5	88	0	70	7	65	25	5	57	0	48	30	85	47	5	68	20	73	0	18	51	762	38	102
5	Макаронные изделия	20	16,0	0	0	0	64	0	0	64	0	64	0	0	64	0	0	0	0	0	64	0	10	330	17	103
6	Картофель	187	160,8	50	304	148	43	220	254	215	164	30	229	303	164	194	217	220	25	25	121	207	245	3378	169	105
7	Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соевые и квашеные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-пюре, зелень	320	208,0	116	257	354	185	156	140	170	120	143	246	132	168	296	168	132	335	127	334	428	208	4215	211	101
8	Фрукты свежие	185	92,5	204	0	130	140	100	140	100	0	130	24	130	5	20	100	190	30	0	174	140	0	1757	88	95
9	Сухофрукты	20	11,0	0	0	25	15	0	0	20	0	20	15	0	36	0	40	15	15	0	0	0	20	221	11	100
10	Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. instantные ***	200	80,0	0	200	0	0	200	0	200	200	0	0	200	0	200	0	0	0	200	0	200	0	1600	80	100
11	Сахар (в т.ч. для приготовления блюд и напитков, в случае использования пищевой продукции промышленного выпуска, содержащих сахар, выдача сахара должна быть уменьшена в зависимости от его содержания в кулинарной готовой пищевой продукции)	35	28,0	33	12	29	46,5	10	28	15	11	40	25	17	35	23	49	30	49	23	26	19	30	550	27	98
12	Кондитерские изделия	15	7,5	0	0	0	0	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	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	0,0	2,0	2,0	2,0	0,0	2,0	2,0	2,0	22	1,1	100
15	Кофейный напиток	2	0,8	0	4	0	0	0	4	0	0	0	0	4	0	0	0	0	0	0	4	0	0	16	1	100
16	Мясо 1-й категории	78	58,5	63	0	153	0	0	63	153	0	0	95	97	63	79	79	0	0	0	0	0	162	95	59	100
17	Субпродукты (печень, язык, сердце)	40	18,0	0	0	0	121	0	0	0	0	114	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	114	34,9	17	97
18	Птица (целыята-бройлеры промышленные - 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	77,4	39	97
19	Рыба (филе), в т.ч. филе слабо или малосоленое	77	42,4	0	83	36	0	80	0	0	119	0	80	0	36	111	0	83	0	80	0	102	0	810	41	96
20	Молоко	350	95	182	129	144	20	129	319	14	129	20	43	290	145	51	20	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	5	5	8	17	11	0	0	13	15	0	0	185	9	105	
24	Сыр	15	7,5	15	20	0	0	0	20	20	5	0	25	20	0	0	0	0	0	0	20	0	0	145	7	97
25	Масло сливочное	35	21,0	20	12	5	38,8	23	17	9	27	24	24	30	19	29	25	20	21	21	9	12	21	407	20	97
26	Масло растительное	18	10,8	9	14	24	10	4	10	14	4	11	9	10	11	5	17	4	10	0	19	24	13	222	11	103
27	Яйцо, шт.	40	15,2	40	4	5	24	15	0	5	0	20	6	7	9	18	9	11	7	25	8	35	52	300	15	99
28	Дрожжи хлебопекарные***	0,3	0,1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	2	0,1	103	
29	Крахмал	4	1,1	7	0	0	0	0	0	0	0	7	0	0	0	0	0	0	0	7	0	0	21	1,1	97	
30	Специи	2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	24	1,2	100		
31	Соль пищевая поваренная йодированная	5	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	60	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

20-ШК/3590-20/93

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

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

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

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

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

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

Название блюда	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

Блюда		1
Наименование специй	Соль, г	2
	Лавровый лист, г	5
1. Холодные блюда (на порцию)		2—3
2. Супы (на 1000 г)		0,01
3. Блюда из овощей (варка) на 1 л воды		6—10
4. Блюда из круп (на 1 кг крупы)		10
Гречневая каша:		
распычатая из ядрицы		21
вязкая		40
пшениная каша:		
распычатая		25
вязкая		40
рисовая каша:		
распычатая		28
вязкая		45
перловая каша:		
распычатая		30
вязкая		45
овсяная каша вязкая		40
манная каша вязкая		45
кукурузная каша:		
распычатая		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
10. Блюда из мяса (на 1 порцию)		4
11. Блюда из сельскохозяйственной птицы (на 1 порцию)		3—5
		0,02

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

ТАБЛИЦА ЗАМЕНЫ ПИЩЕВОЙ ПРОДУКЦИИ В ГРАММАХ (НЕТО) С УЧЕТОМ ИХ
СанПиН 2.3/2.4.3590-20
Приложение N 11к

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 лоса (мясо с ферм)	95
		Оленина (мясо с ферм)	104
		Консервы мясные	120
		Молоко питьевое с массовой долей жира 2,5%	100
		Молоко сгущенное (цельное и с сахаром)	40
Молоко питьевое с массовой долей жира 3,2%	100	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
		Мясо говядина	83
		Рыба (треска)	105
		Творог с массовой долей жира 9%	31
		Мясо (говядина)	26
		Рыба (треска)	30
Яйцо куриное	41	Молоко цельное	186
		Сыр	20
		Мясо (говядина)	87
		Рыба (треска)	105
		Творог с массовой долей жира 9%	105
Рыба (треска)	100	Мясо (говядина)	105
		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 консервированные	200
		Соки фруктовые	133
Фрукты свежие	100	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			620	16,1	15,9	88,5	560,5		
Бутерброд с сыром и маслом			20/5/15	6,1	7,8	7,9	126,2	№1,3-2004	
	хлеб пшеничный	20	20						
	масло сливочное	5	5						
	сыр	16	15						
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая			200	7,5	7,7	26,0	203,3	№311-2004	
	хлопья овсяные "Геркулес"	25	25						
	молоко питьевое	182	182						
	сахар	3	3						

20-ШК/3590-20/93

	соль йодированная	1	1							
	масло сливочное	5	5							
Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"				200/20/10	0,2	0,0	15,5	62,8	№666-2004	
	чай-заварка	2	2							
	сахар	15	15							
	лимон	11	10							
	апельсин	21	20							
Фрукты в ассортименте				150	0,6	0,0	21,6	88,8	№458-2006, Москва	
Хлеб ржаной				20	0,7	0,1	9,4	40,5		
или Хлеб ржаной витаминизированный				20						
Хлеб пшеничный				20	1,0	0,3	8,1	38,9		
или Хлеб пшеничный витаминизированный				20						
Обед				845	30,1	30,1	119,4	869		
Салат "Дальневосточный" из морской капусты с яйцом отварным				100	5,5	10,5	1,7	123,3	№362-2002	
	салат "Дальневосточный" из морской капусты	51	30							
	или капуста морская консервированная без уксуса	51	30							
	морковь до 01.01.-20%	27,5	22							
	с 01.01 - 25%	29,3	22							

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

	сметана	5	5						
Гуляш из говядины				100	9,1	7,5	3,4	117,5	№437-2004
	говядина 1 категории	86	63						
	или говядина полуфабрикат	74	63						
	или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	63	63						
	масло растительное	4	4						
	масса тушеного мяса		40						
	масса соуса		60						
	лук репчатый	14	12						
	томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	6	6						
	мука пшеничная	4	4						
Рис припущенный				180	4,4	4,3	35,0	196,6	№512-2004
	крупа рисовая	63	63						
	вода питьевая	133	133						
	масло сливочное	5	5						
Кисель из свежих ягод				200	0,3	0,2	21,5	89,0	№505-2013, Пермь
	вишня свежемороженая	25,2	24						

или смородина свежемороженая	25,2	24							
или клюква свежемороженая	25,2	24							
сахар	15	15							
крахмал	7	7							
Хлеб ржаной			40	1,9	0,4	17,5	81,0		
или Хлеб ржаной витаминизированный			40						
Хлеб пшеничный			60	3,0	0,8	24,3	116,8		
или Хлеб пшеничный витаминизированный			60						
ИТОГО:				46	46	208	1429		

2 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			645	24,7	25,5	75,5	629,3	
Бутерброд с сыром			20/20	5,7	6,2	7,2	107,4	№3-2004
хлеб пшеничный	20	20						
сыр	21	20						
Котлета рыбная запеченная			100	10,3				
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	112	83						

Автоматическое учреждение Томской области
«Центр технологического контроля»

ОГРН 1077203063147
ИНН 7203208134

№386-2004

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

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

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»

ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

	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						
	масло сливочное	5	5						
	сахар	0,5	0,5						
	сметана	5	5						

Бедро или грудка куриные запеченные "Домашние"

	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						

Ранг из овощей

	картофель - 01.09.-31.10.- 25%	173	130						
				180	5,2	11,3	23,0	214,5	№224-2004

Хлеб пшеничный		60	3,0	0,8	24,3	116,8		
или Хлеб пшеничный витаминизированный		60						
ИТОГО:			55	58	194	1514		
3 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			680	21,5	20,0	101,7	673	
Овощи натуральные			100	1,1	0,1	3,8	20,5	№106-2013, Пермь
помидоры свежие грунтовые		118	100					
или помидоры свежие парниковые		102	100					
Плов из мяса			250	15,4	15,9	48,7	399,5	№370-2013, Пермь
говядина 1 категории		107	79					
или говядина полуфабрикат		93	79					
или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства		79	79					
или свинина мясная		87	74					
масса тушеного мяса			50					
масло растительное		12	12					

	крупа рисовая	70	70							
	морковь до 01.01.-20%	25	20							
	с 01.01 - 25%	27	20							
	лук репчатый	19	16							
	томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	10	10							
Какао с молоком				200	3,4	3,2	21,2	127,2	№642-1996	
	какао - порошок	5	5							
	молоко питьевое	130	130							
	сахар	15	15							
Фрукты в ассортименте				130	0,6	0,5	19,9	86,5	№458-2006, Москва	
Хлеб пшеничный				20	1,0	0,3	8,1	38,9		
или Хлеб пшеничный витаминизированный				20						
Обед				860	26,8	31,5	124,1	886,9		
Салат овощной				100	2,3	5,0	9,1	90,5	№69-2013, Пермь	
	морковь до 01.01.-20%	50	40							
	с 01.01 - 25%	53	40							
	масса отварной моркови		38							

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»

ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

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							
Суп картофельный с рыбой			250/30	5,7	6,3	19,1	155,9	№150-2013, Пермь	
горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	54	36							
или горбуша неразделанная ((филе без кожи и костей)	66	36							
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	50	37							
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	42	36							
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	150	113							
01.11.-31.12. -30%	162	113							
01.01-29.02 - 35%	174	113							
01.03 - 40%	189	113							
лук репчатый	12	10							

	Морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
	с 01.01 - 25%	13,3	10						
	Масло сливочное	5	5						
Биточки из говядины				100	10,1	14,2	17,0	236,2	№451-2004
	говядина 1 категории	101	74						
	или говядина полуфабрикат	87	74						
	или фарш промышленного производства	74	74						
	хлеб пшеничный	18	18						
	молоко питьевое	14	14						
	лук репчатый	6	5						
	яйцо куриное	5	5						
	сухари	6	6						
	масло растительное	2	2						
Капуста тушённая				180	3,7	4,7	14,9	116,7	№.534-2004
	капуста белокочанная свежая	258	206						
	масло растительное	5	5						
	морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
	с 01.01 - 25%	13,3	10						

Автоматическое управление технологическим процессом
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

	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							
	Хлеб ржаной			40	1,9	0,4	17,5	81,0		
	или Хлеб ржаной витаминизированный			40						
	Хлеб пшеничный			60	3,0	0,8	24,3	116,8		
	или Хлеб пшеничный витаминизированный			60						
ИТОГО:					48	51	226	1560		
4 день										
Наименование блюда		Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры	
				Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак				560	21,9	21,9	92,7	655,6		
Запеканка " Царская" из творога с молоком сгущенным				200/20	18,5	14,4	44,0	379,7	№10/5-2011, Екатеринбург	
	творог	140	137							

	крупа манная	7	7						
	яйцо куриное	24	24						
	сахар	14	14						
	крошка		33						
	масло сливочное	14	14						
	мука пшеничная	14	14						
	сахар	7	7						
	масло сливочное для смазки листа	4,5	4,5						
	масса готовой запеканки		200						
	молоко сгущенное с сахаром	20,2	20						
Бутерброд с маслом				30/10	2,3	7,4	14,5	133,8	№1-2004
	хлеб пшеничный	30	30						
	масло сливочное	10	10						
Чай "Витаминный"				200	0,7	0,1	19,8	82,9	№493-2013, Пермь
	чай-заварка	2	2						
	шиповник	15	15						
	сахар	10	10						

«Центр технологического контроля»

Автоматное управление Точкой контроля

ОГРН 1077203065147

ИНН 7202506124

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						
морковь в сыром виде использовать только до 1 марта, после 1 марта в отварном									
сахар		3	3						
масло растительное		5	5						
Свекольник со сметаной				250/5	2,5	4,9	16,2	118,9	№34-2004, Пермь
свекла до 01.01.-20%		80	64						
с 01.01 - 25%		85	64						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%		57	43						
01.11.-31.12. -30%		61	43						
01.01-29.02 - 35%		66	43						
01.03 - 40%		72	43						
морковь до 01.01.-20%		12,5	10						
с 01.01 - 25%		13,3	10						

	лук репчатый	13	11						
	томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	3	3						
	масло сливочное	5	5						
	сахар	0,5	0,5						
	сметана	5	5						
Печень, тушеная в соусе				120	10,5	9,9	5,5	153,1	№401-2013, Пермь
	печень говяжья	147	121						
	мука пшеничная	6	6						
	масло растительное	5	5						
	масса тушеной печени		80						
	соус сметанный №442-2013, Пермь		50						
	сметана	12,5	12,5						
	мука пшеничная	1,3	1,3						
	вода питьевая	40	40						
	масло сливочное	1,3	1,3						
Макаронные изделия отварные				180	3,8	3,4	41,1	210,2	№516-2004
	макаронные изделия	64	64						

	масло сливочное	4	4							
Компот из свежих плодов				200	0,2	0,0	20,6	83,2	№585-1996	
	яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	45,6	40							
	или груши свежие	44	40							
	или апельсины свежие	60	40							
	сахар	15	15							
Хлеб ржаной				40	1,9	0,4	17,5	81,0		
или Хлеб ржаной витаминизированный				40						
Хлеб пшеничный				60	3,0	0,8	24,3	116,8		
или Хлеб пшеничный витаминизированный				60						
ИТОГО:					45	46	227	1505		
5 день										
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав						№ рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал			
Завтрак			580	17,7	19,2	81,6	569,0			
Фрикадельки из кур (2 шт. по 50 г.)			100	10,8	10,9	5,4	162,9	№410-2013, Пермь		
курица потрошенная 1 категории		151	65							

или грудка куриная промышленного производства		96	65						
молоко питьевое		15	15						
яйцо куриное		9	9						
морковь до 01.01.-20%		29	23						
с 01.01 - 25%		31	23						
лук репчатый		12	10						
мука пшеничная		8	8						
сметана		8	8						
масло растительное		2	2						
Каша гречневая вязкая отварная				180	2,0	5,4	29,2	173,4	№610-2004
крупа гречневая		45	45						
вода питьевая		144	144						
масло сливочное		6	6						
Чай с молоком				200	2,8	2,5	15,1	94,1	№630-1996
чай-заварка		2	2						
сахар		10	10						
молоко питьевое		100	100						

Автоматное учреждение полевой части
«Центр технологического контроля»

ОГРН 1077203208134
ИНН 7203208134

Фрукты в ассортименте		100	0,4	0,0	14,4	59,2	№458-2006, Москва	
Хлеб ржаной		20	0,7	0,1	9,4	40,5		
или Хлеб ржаной витаминизированный		20						
Хлеб пшеничный		20	1,0	0,3	8,1	38,9		
или Хлеб пшеничный витаминизированный		20						
Обед		850	29,6	26,0	144,5	930,7		
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)		182	100	0,8	0,1	1,6	10,6	№101-2004
ИЛИ								
Овощи свежие (огурцы)		100	0,7	0,1	1,9	11,3	№70-2006, Москва	
огурцы свежие грунтовые		105	100					
или огурцы свежие парниковые		102	100					
Суп гороховый с гречками		250/20	3,1	4,1	31,7	176,1	№139-2004	
горох лущёный		20	20					
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%	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						
	сахари	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						

Автономное учреждение
 «Центр технического развития
 ОГРН 1077203065134
 ИНН 7203065134

	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 завтраку):					20	20	88	617		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (за завтраку)(20-25%):					18-23	18-23	77-96	544-680		Гру одним приеме пищи (завтрак)
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		Гру одним приеме пищи (обед)
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (завтрак, обед):					48	49	216	1502		Гру двухразовом питании (завтрак, обед)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (завтрак, обед)(50-60%):					45-54	46-55	192-230	1360-1632		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (100%)*:					90	92	383	2720		

6 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав						№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			590	12,4	13,8	96,8	560		
Каша пшенная жидкая с маслом			200/5	4,8	6,9	28,0	193,3	№311-2004	
	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 (праники, 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	0,4	9,4	40,5	Автоматическое учреждение «Центр технологического менеджмента»	

Акт оформлен учредителем
«Центр технологического творчества»

ОГРН 1077203065147

ИНН 7203293134

или Хлеб ржаной витаминизированный		20							
Хлеб пшеничный		20	1,0	0,3	8,1	38,9			
или Хлеб пшеничный витаминизированный		20							
Обед		935	28,9	31,7	130,7	923,9			
Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком		100	1,5	5,0	4,7	69,8			№4/1-2011, Екатеринбург
капуста свежая белокочанная	96	77							
<i>капуста старого урожая используется в сыром виде до 1 марта, с 1 марта только капуста нового урожая или другой салат</i>									
горошек зеленый консервированный	31	20							
лимонная кислота	0,10	0,10							
вода питьевая для разведения лимонной кислоты	5	5							
масло растительное	5	5							
ИЛИ									
Салат из свежих помидоров		100	1,0	5,1	3,5	63,9			№22-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	97	95							
или помидоры свежие грунтовые	112	95							
масло растительное	5	5							
Суп сырный со сметаной		250/5	7,7	9,7	18,7	192,9			№12/2-2011, Екатеринбург
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	133	100							

	01.11.-31.12. -30%	143	100						
	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

	говядина 1 категории	86	63	100	10,3	9,9	3,8	145,5	№363-2013, Пермь
	или говядина полуфабрикат	74	63						
	или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	63	63						
	масло растительное	5	5						
	масса тушеного мяса		40						
	масса соуса		60						
	морковь до 01.01.-20%	6	5						

Автоматическое учреждение "Автослужба"
«Центр технического обслуживания»

ОГРН 1077203063147
ИНН 7203063134

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

7 день

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:			41	46	227	1484	

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			620	20,9	24,3	90,1	663	
Бутерброд с сыром			20/20	5,7	6,2	7,2	107,4	№3-2004
	хлеб пшеничный	20						
	сыр	21						
Шницель из говядины			100	10,1	14,2	17,0	236,2	№451-2004
	говядина 1 категории	101						
	или говядина полуфабрикат	87						
	или фарш промышленного производства	74						
	хлеб пшеничный	18						

	молоко питьевое	14	14							
	лук репчатый	6	5							
	яйцо куриное	5	5							
	сухари	6	6							
	масло растительное	2	2							
Макаронные изделия отварные				180	3,8	3,4	41,1	210,2	№516-2004	
	макаронные изделия	64	64							
	масло сливочное	4	4							
	Сок в ассортименте	200	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	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						
лук репчатый	12	10						
масло сливочное	5	5						

Жаркое по - Домашнему

говядина 1 категории	107	79	250	15,7	17,9	32,3	352,9	№436-2004
или говядина полуфабрикат	93	79						
или свинина мясная	87	74						
или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	79	79						
масса готового мяса		50						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	219	165						
01.11.-31.12. -30%	236	165						
01.01-29.02 - 35%	254	165						
01.03 - 40%	276	165						

	морковь до 01.01.-20%	31	25							
	с 01.01 - 25%	33	25							
	лук репчатый	24	20							
	масло растительное	12	12							
Компот из сухофруктов				200	0,7	0,0	23,9	98,4	№639-2004	
	сухофрукты	20,3	20							
	сахар	15	15							
Хлеб ржаной				40	1,9	0,4	17,5	81,0		
или Хлеб ржаной витаминизированный				40						
Хлеб пшеничный				60	3,0	0,8	24,3	116,8		
или Хлеб пшеничный витаминизированный				60						
ИТОГО:					50	54	214	1544		

8 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	Эц, ккал	
Завтрак			620	27,4	31,0	73,0	680	
			100	18,5	18,7	0,7	245,1	№493-2004
Фрикасе из птицы								
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"

	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						

Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте (конфеты)

		15	0,4	0,5	5,4	27,7		
--	--	----	-----	-----	-----	------	--	--

Чай с молоком

	чай-заварка	2	2	200	2,8	2,5	15,1	94,1	№630-1996
	сахар	10	10						
	молоко питьевое	100	100						

Автоматическое удостоверение
«Идентификационный код»

СГРН 107720306-1167

ИИН 720306194

Йогурт молочный полужирный в индивидуальной упаковке		125	1,8	1,5	4,5	38,7	
Хлеб ржаной		20	0,7	0,1	9,4	40,5	
или Хлеб ржаной витаминизированный		20					
Обед		835	37,6	30,7	117,4	897	
Овощи натуральные №106-2013, Пермь		100	1,1	0,1	3,8	20,5	№106-2013, Пермь
	помидоры свежие грунтовые	118	100				
	или помидоры свежие парниковые	102	100				
Борщ "Сибирский" со сметаной		250/5	3,5	4,7	18,0	128,3	№111-2004
	свекла - до 01.01 - 20%	50	40				
	с 01.01 - 25%	53	40				
	капуста белокочанная свежая	25	20				
	или капуста квашеная промышленного производства	21	15				
	картофель - 01.09.-31.10.- 25%	13	10				
	01.11.-31.12. -30%	14	10				
	01.01-29.02 - 35%	15	10				
	01.03 - 40%	17	10				
	фасоль	10	10				

морковь до 01.01.-20%	15	12						
с 01.01 - 25%	16	12						
лук репчатый	12	10						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	6	6						
масло сливочное	5	5						
сахар	0,5	0,5						
сметана	5	5						
Рыба запечённая со сметаной и сыром			100	23,8	18,8	5,1	284,8	№341-2013, Пермь
горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	170	119						
или горбуша неразделанная (филе с кожей без костей)	205	119						
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	138	119						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	153	113						
мука пшеничная	5	5						
сметана	10	10						
сыр	6	5						
масло растительное	4	4						
Пюре картофельное			180	3,9	5,9	26,7	175,5	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	205	154						

Итого: 1077203969147

Итого: 1077203969147

Итого: 1077203969147

	01.11.-31.12. -30%	220	154							
	01.01-29.02 - 35%	237	154							
	01.03 - 40%	257	154							
	молоко питьевое	29	29							
	масло сливочное	7	7							
Сок в ассортименте		200	200	200	0,4	0,0	22,0	89,6	№518-2013, Пермь	
Хлеб ржаной				40	1,9	0,4	17,5	81,0		
или Хлеб ржаной витаминизированный				40						
Хлеб пшеничный				60	3,0	0,8	24,3	116,8		
или Хлеб пшеничный витаминизированный				60						
ИТОГО:					65	62	190	1576		

9 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав						№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			560	19,2	19,3	78,2	563,3		
Бутерброд с маслом			30/10	2,3	7,4	14,5	133,8	№1-2004	
	хлеб пшеничный	30						/	
	масло сливочное	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
чай-заварка				2	2				
сахар				15	15				
Фрукты в ассортименте					100	0,4	0,0	14,4	59,2
Обед					865	30,6	29,2	139,9	945,0
Салат из моркови и яблок					100	0,9	5,2	9,3	87,6
морковь до 01.01.-20%				88	70				

Генеральный директор ООО «Сити-Торгов»
Иванов И.И.
Подпись: _____
М.П. ООО «Сити-Торгов»
ИНН 10/772030/0017

ИДН 7200-00184

	с 01.01 - 25%	93	70						
морковь в сыром виде использовать только до 1 марта, после 1 марта в отварном									
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	34	30							
масло растительное	5	5							
Щи из свежей капусты с картофелем, с курицей, со сметаной				250/10/5	5,8	6,5	12,0	129,7	№124-2004
курица потрошенная 1 категории (мякоть без кожи)	29	26							
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	40	30							
01.11.-31.12.- 30%	43	30							
01.01-29.02 - 35%	46	30							
01.03 - 40%	50	30							
капуста белокочанная свежая	63	50							
морковь до 01.01.-20%	16	13							
с 01.01 - 25%	17	13							
лук репчатый	12	10							
масло сливочное	5	5							
сметана	5	5							
Печень говяжья по - строгановски				120	14,3	12,9	4,4	190,9	№431-2004
печень говяжья	137	114							

	масло растительное	6	6						
	масса готовой печени		75						
	мука пшеничная	3	3						
	сметана	15	15						
	вода питьевая	35	35						
Макаронные изделия отварные				180	3,8	3,4	41,1	210,2	№516-2004
	макаронные изделия	64	64						
	масло сливочное	4	4						
Компот из кураги				200	0,9	0,0	31,3	128,8	№638-2004
	курага	20,3	20						
	сахар	15	15						
Хлеб ржаной				40	1,9	0,4	17,5	81,0	
или Хлеб ржаной витаминизированный				40					
Хлеб пшеничный				60	3,0	0,8	24,3	116,8	
или Хлеб пшеничный витаминизированный				60					
ИТОГО:					50	49	218	1508	

«Федеральное учреждение «Федеральный центр
клинической диагностики крови и тканей»
ФГБУ «Национальный центр гематологии»
ОГРН 1077203006147
ИНН 7201088134

10 день

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

	сухари	5	5						
	масло растительное	2	2						
Пюре картофельное				180	3,9	5,9	26,7	175,5	№520-2004
	картофель - 01.09.-31.10.- 25%	205	154						
	01.11.-31.12.- 30%	220	154						
	01.01-29.02 - 35%	237	154						
	01.03 - 40%	257	154						
	МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	29	29						
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	7	7						
Чай "Витаминный"				200	0,7	0,1	19,8	82,9	№493-2013, Пермь
	чай-заварка	2	2						
	ШИПОВНИК	15	15						
	сахар	10	10						
Хлеб ржаной				20	0,7	0,1	9,4	40,5	
или Хлеб ржаной витаминизированный				20					
Хлеб пшеничный				20	1,0	0,3	8,1	38,9	
или Хлеб пшеничный витаминизированный				20					

720003134

Обед				815	30,7	35,9	121,2	931	
Салат из свеклы с сыром				100	6,1	12,9	7,7	171,3	№50-2004
свекла - до 01.01 - 20%	93	74							
с 01.01 - 25%	98	74							
масса отварной свеклы		70							
сыр	26	25							
масло растительное	5	5							
Рассольник с мясом, со сметаной				250/10/5	4,1	5,2	12,5	113,2	№130-2004
говядина 1 категории	22	16							
или говядина полуфабрикат	19	16							
или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	16	16							
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	100	75							
01.11.-31.12. -30%	107	75							
01.01-29.02 - 35%	116	75							
01.03 - 40%	125	75							
морковь до 01.01.-20%	12,5	10							
с 01.01 - 25%	13,3	10							

огурцы соленые без уксуса	27	15						
лук репчатый	12	10						
масло сливочное	5	5						
сметана	5	5						
Гречка по-купечески с мясом			250	15,3	16,4	37,7	359,6	№4/8-2011, Екатеринбург

говядина 1 категории	107	79							
или говядина полуфабрикат	93	79							
или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	79	79							
масло растительное	2	2							
масса тушеного мяса		50							
крупа гречневая	48	48							
вода питьевая	150	150							
масло сливочное	10	10							
лук репчатый	14	12							
морковь до 01.01.-20%	31	25							
с 01.01 - 25%	33	25							

Кисель из свежих ягод			200	0,3	0,2	21,5	89,0	№505-2013, Пермь
вишня свежемороженая	25,2	24						

1. В соответствии с постановлением
 Правительства Пермского края от 11.01.2013 №10-П
 «О введении в действие постановления
 Правительства Пермского края от 11.01.2013 №10-П
 «О введении в действие постановления
 Правительства Пермского края от 11.01.2013 №10-П»
 1077203000197
 1077203000197
 1077203000197

	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:			53	55	201	1515			
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (за завтраку):										
	НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (за завтраку)(20-25%):	18-23	18-23	77-96	544-680					При одном приеме пищи (завтрак)
	ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (за обеды):	31	32	127	916					При одном приеме пищи (обед)
	НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (за обеды)(30-35%):	27-32	28-32	115-134	816-952					
	ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (зае́трак, обед):	52	53	210	1525					При безразовом питании (завтрак, обед)
	НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (зае́трак, обед)(50-60%):	45-54	46-55	192-230	1360-1632					
	НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (100%)*:	90	92	383	2720					

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 504074246255880625918708617174458765454418972398

Владелец Калинин Александр Павлович

Действителен с 17.05.2023 по 16.05.2024