

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

« ____ » _____ 20 ____ г.

СР



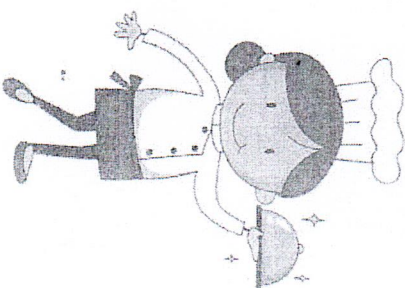
Иванов Александрович
ИП
Иванов Александрович
Александров

2028 г.

15 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД №15-ЛДП/3590-20/137 от 15.01.2025 г.

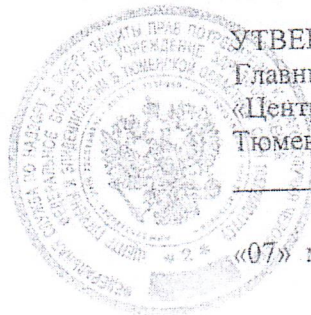
для питания в детских общеобразовательных организациях в период отдыха и оздоровления,
разработано в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20
"Санитарно - эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"

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





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



УТВЕРЖДАЮ

Главный врач (заместитель) ФБУЗ
«Центр гигиены и эпидемиологии в
Тюменской области»

А.Я. Фольмер

№ 34/Д

«07» марта 2025 г.

г. Тюмень

Экспертное заключение

1. Наименование услуги: экспертиза примерного 15-дневного меню (завтрак, обед, полдник) для питания детей в общеобразовательных организациях в период отдыха и оздоровления, возрастная категория: с 7 до 11 лет.
2. Заявитель: АУ ТО «Центр технологического контроля» (ИНН 7203208134, ОГРН 1077203065147), юридический адрес: 625026, г. Тюмень, ул. Рижская, д.47А.
3. Получатель: АУ ТО «Центр технологического контроля» (ИНН 7203208134 ОГРН 1077203065147), юридический адрес: 625026, г. Тюмень, ул. Рижская, д.47А.
4. Нормативные документы, используемые экспертами при проведении экспертизы: СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».
5. Санитарно-эпидемиологической экспертизой установлено:
На основании заявки № 000167354 от 12.02.2025г. рассмотрено представленное 15-ти дневное меню (завтрак, обед, полдник) для питания детей в общеобразовательных организациях в период отдыха и оздоровления № 15-ЛДП/3590-20/137 от 15.01.2025г. возрастная категория детей с 7 до 11 лет.
-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 технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для общеобразовательных учреждений I часть, II часть – Пермь, ООО «Уральский институт питания», 2001г (№ рец. – 2001, Пермь);

-Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях, г. Екатеринбург (ФГУЗ «Центра гигиены и эпидемиологии в Свердловской области»), 2011г (№ рец. – 2011, Екатеринбург);

-Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, обслуживающих учащихся образовательных учреждений Свердловской области – Екатеринбург, Министерство торговли, питания и услуг Свердловской области, 2006 (№ рец. – 2006, Екатеринбург);

-Сборник технологических 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 поддержке – Пермь, ООО «Уральский региональный центр питания» ГБОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е.А. Вагнера», 2013г (№ рец. – 2013, Пермь);

-Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций от 1 -4-х классов – Новосибирск, «Федеральная служба по надзору в сфере защиты потребителей и благополучия человека» 2021г (№ рец. 2020. 2021, Новосибирск);

-Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций, 1-4 классов – Новосибирск, «Федеральная служба по надзору в сфере защиты потребителей и благополучия человека» 2021г (№ рец. 2020, 2021, Новосибирск);

-Единый сборник нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации лечебно-профилактических учреждений - Пермь: Уральский институт питания, 2001г (№ рец.-2001, Пермь).

Представлены аннотация к меню, содержащая ссылки на используемую литературу, нормативные документы, пояснения к меню; накопительная ведомость; таблица замены пищевой продукции в граммах (нетто) с учетом их пищевой ценности; расход соли и специй при приготовлении блюд и изделий; суммарные объемы блюд по приемам пищи для детей с 7 до 11 лет (не менее); таблица распределения энергетической ценности (калорийности) обедов для детей школьного возраста с 7 до 11 лет.

Для обеспечения здоровым питанием составлено примерное меню на 15 дней для возрастной группы детей с 7 до 11 лет 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.

Примерное меню содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности (содержание витаминно-микроэлементного состава в каждом блюде).

Наименования блюд и кулинарных изделий, указано в меню в соответствии с их наименованиями, указанными в использованных сборниках рецептов, согласно п. 11.2 МР 2.3.6.0233-21.

Представлены технологические карты, в которых отражена рецептура, технология приготовления блюд и кулинарных изделий, а также витаминно-микроэлементный состав блюд и температура реализации горячих блюд, согласно п. 11.3 (приложение 7) МР 2.3.6.0233-21.

В каждой технологической карте приводятся ссылки на рецептуры используемых блюд и кулинарных изделий, в соответствии со сборниками рецептов.

На долю завтрака в среднем за неделю приходится 24-26% (при нормируемой калорийности 25%); на долю обеда в среднем за неделю приходится 34-37% (при нормируемой калорийности 35%), на долю полдника в среднем за неделю приходится 14-

16% (при нормируемой калорийности 15%) от суточной потребности в пищевых веществах и энергии. Примерное меню разработано с учетом физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастной группы с 7 до 11 лет (приложение 10, таблица 1, таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20), что соответствует требованиям п. 8.1.2.3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Суммарный объем готовых блюд для указанной возрастной группы с 7 до 11 лет соответствует требованиям п. 8.1.2 (приложение 9, таблица 3) СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Масса порций готовых блюд для указанной возрастной группы с 7 до 11 лет соответствует п. 8.1.2. (таблица 1, приложение 9) СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Для дополнительного обогащения рациона питания детей микронутриентами в меню используется: хлеб и хлебобулочные изделия с содержанием витаминов и минералов, витаминизированные напитки. 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.

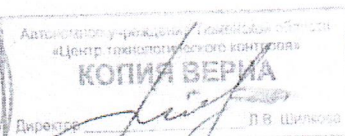
ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Представленное примерное 15-тидневное меню № 15-ЛДП/3590-20/137 от 15.01.2025г. для питания детей в общеобразовательных организациях (завтрак, обед, полдник) для питания детей в общеобразовательных организациях в период отдыха и оздоровления, возрастная категория: с 7 до 11 лет, разработанное АУ ТО «Центр технологического контроля», соответствует требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Врач по общей гигиене



А.Г. Алексанова



Аннотация

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

Возрастная категория детей: с 7 до 11 лет.

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

Суточная потребность 2350 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). В соответствии с п.8.1.2.4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 потребность в пищевых веществах, энергии увеличены на 10%, соответственно составила 2585 ккал, при трехразовом питании 1993 ккал.

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».

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 соответствии с п.8.1.2.4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 нормы питания увеличены на 10%.

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 технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для общеобразовательных учреждений, I часть, II часть — Пермь: Уральский институт питания, 2001г (№рец.-2001, 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).
- 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 рецептур блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций, 1 – 4-х классов – Новосибирск, «Федеральная служба по надзору в сфере защиты потребителей и благополучия человека», 2021г (№ рец.-2020,2021, Новосибирск).
- Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, школ – интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений — Пермь: Уральский региональный центр питания, 2021г (№рец.-2021, Пермь).

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

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

блюда соответствует нормативным таблицам. Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий 1996 г.

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

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

Следует учитывать, что выход фруктов, мучных, 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

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	—
пшениная 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.

НАКОПИТЕЛЬНАЯ ВЕДОМОСТЬ к меню № 15-ЛДП/3590-20/137 от 15 января 2025г для питания детей с 7 до 11 лет

№	Продукты	Норма питания в г*, мл, netto на 1 ребенка в сутки	Норма в день, г*, мл, netto, прием пищи - завтрак, обед, полдник (*10%)	Фактически получено г, мл, **															Факт в день Г, мл,	% выполнения
				Дни																
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
1	Хлеб ржаной	80	76	40	70	40	60	100	80	80	80	80	80	80	60	80	100	100	74	97
2	Хлеб пшеничный***	150	143	60	141	200	88	120	210	150	146	140	134	130	190	100	147	124	139	97
3	Мука пшеничная	15	15	16	14	0	36	2	0	0	53	2	2	0	10	63	0	19	14	96
4	Крупы, бобовые	45	38	84	35	31	40	30	20	25	38	38	35	58	40	15	76	25	39	103
5	Макаронные изделия	15	15	75	0	64	0	0	12	65	0	0	0	20	0	0	0	0	16	105
6	Картофель	187	122	100	219	20	75	206	171	75	189	100	75	100	197	290	75	0	126	104
7	Овощи (свежие, мороженные, консервированные), включая соленные и квашеные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-пюре, зелень	230	182	155	121	185	162	143	195	131	185	220	315	158	203	194	132	120	175	96
8	Фрукты свежие	185	148	205	130	120	130	130	180	155	130	105	165	180	190	105	100	235	151	102
9	Сухофрукты	15	13	0	25	0	25	0	15	25	0	25	0	25	0	25	0	25	13	99
10	Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные	200	110	200	0	200	0	200	0	200	200	0	200	0	200	0	200	0	107	97
11	Сахар (в т.ч. для приготовления блюд и напитков, в случае использования пищевой продукции промышленного выпуска, содержащих сахар, выдана норма должна быть уменьшена в зависимости от его содержания в используемой готовой пищевой продукции)	30	30	31	44	16	41	13	45	33	27	22	33	39	34	35	19	32	31	103
12	Кондитерские изделия	10	10	30	55	0	20	0	0	0	0	30	20	0	0	0	0	0	10,3	103
13	Какао	1	0,7	0	0	0	0	0	5	0	0	0	5	0	0	0	0	0	0,7	103
14	Кофейный напиток	2	1,7	0	5	0	0	5	0	0	5	0	0	5	0	0	0	5	1,7	98
15	Чай	1	0,9	0,8	0,8	0,8	1,6	0	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	0,8	1,6	0,8	0,8	0,9	100
16	Мясо 1 категории	70	42	74	16	16	76	74	74	16	16	0	76	89	0	88	24	0	43	101
17	Птица (цыплята-бройлеры потрошенные - 1 кат.)	35	35	40	0	0	0	40	40	78	0	110	40	0	40	0	134	40	37	105
18	Субпродукты (печень, язык, сердце)	30	10	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	142	0	0	0	9	96
19	Рыба (филе), в т.ч. филе слабо или малосоленое	58	29	0	76	0	74	0	0	0	72	0	0	77	0	0	0	119	28	96
20	Молоко	300	240	216	278	120	183	311	320	185	249	160	331	275	305	10	263	316	235	98
21	Кисломолочная пищевая продукция	150	68	0	0	200	125	200	0	125	125	0	0	125	0	125	0	0	68	101
22	Творог (5%-9% м.д.ж.)	50	28	0	130	0	0	0	0	0	0	0	108	0	0	0	172	0	27	99
23	Сметана	10	6	5	16	5	0	5	10	12	5	0	3	0	5	0	16	0	5	99
24	Сыр	10	9,5	6	15	0	0	20	15	5	15	15	0	15	15	0	20	0	9	99
25	Масло сливочное	30	17	15	21	25	4	22	5	20	17	6	18	30	16	10	16	22	16	100
26	Масло растительное	15	15	21	12	10	23	15	16	13	25	16	20	10	13	17	12	16	16	105
27	Яйцо, шт.	40	30	16	15	0	162	0	0	0	15	152	24	0	12	15	14	5	29	96
28	Дрожжи хлебопекарные	0,2	0,09	0,0	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0	0,0	0,1	104
29	Крахмал	3	1,4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	20	0	0	0	0	1,3	99
30	Специи	2	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	100
31	Соль пищевая поваренная йодированная	3	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	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. В соответствии с п. 8.1.2.4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 нормы питания увеличены на 10%.

** Количество потребленных продуктов округлено до целого числа

*** Мучное, булочное, кондитерское изделие промышленного производства посчитано в 3,5,6,7,9,11,12,14,15 дни посчитано к норме хлеба пшеничного

Лист № 15-ЛДП/3590-20/137 15.01.25

Распределение энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи для детей школьного возраста с 7 до 11 лет*

Суточная потребность СанПиН 2.3/2.4.3590-20 (2350 ккал)**	Завтрак, ккал		% выполнения	Обед, ккал		% выполнения	Полдник, ккал		% выполнения	Итого, ккал		% выполнения
	25 % от суточного рациона			35% от суточного рациона			15% от суточного рациона			75% от суточного рациона		
	646			905			388			1939		
п.8.1.2.4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 УВЕЛИЧЕНИЕ НА 10% (2585 ккал)	1 день	635	25	922	36	397	15	1955	76			
	2 день	681	26	901	35	402	16	1985	77			
	3 день	681	26	914	35	409	16	2004	78			
	4 день	641	25	926	36	408	16	1976	76			
	5 день	615	24	946	37	376	15	1937	75			
ИТОГО в среднем за неделю	651	25	922	36	398	15	1971	76				
6 день	667	26	933	36	370	14	1971	76				
7 день	618	24	910	35	409	16	1937	75				
8 день	646	25	939	36	396	15	1981	77				
9 день	656	25	922	36	394	15	1971	76				
10 день	649	25	936	36	372	14	1957	76				
ИТОГО в среднем за неделю	647	25	928	36	388	15	1963	76				
11 день	662	26	928	36	375	14	1964	76				
12 день	671	26	884	34	369	14	1924	74				
13 день	614	24	952	37	388	15	1954	76				
14 день	630	24	948	37	406	16	1984	77				
15 день	657	25	896	35	403	16	1955	76				
ИТОГО в среднем за неделю	647	25	921	36	388	15	1956	76				

*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 7 до 11 лет (не менее)

Приложение №9, таблица 3 к СанПИН 2.3/2.4.3590-20	Завтрак, грамм	Обед, грамм	Полдник, грамм
	500	700	300
1 день	530	815	380
2 день	505	855	500
3 день	505	835	370
4 день	545	860	380
5 день	510	850	370
6 день	625	815	300
7 день	555	815	400
8 день	575	835	400
9 день	500	815	360
10 день	560	815	370
11 день	630	860	420
12 день	595	850	300
13 день	555	865	375
14 день	505	840	360
15 день	560	845	340

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

ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ЭНЕРГИИ ПО НЕДЕЛЯМ*

с 1 по 5 день

	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ:	65	66	279	1971
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:	77	79	335	2350
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:	85	87	369	2585
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (75%):	64	65	276	1939
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):	60	62	263	1842
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):	67	68	290	2036

При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)

с 6 по 10 день

	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ:	64	65	282	1963
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:	77	79	335	2350
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:	85	87	369	2585
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (75%):	64	65	276	1939
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):	60	62	263	1842
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):	67	68	290	2036

При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)

с 11 по 15 день

	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ:	65	65	278	1956
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:	77	79	335	2350
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:	85	87	369	2585
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (75%):	64	65	276	1939
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):	60	62	263	1842
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):	67	68	290	2036

При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)

*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".

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

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

15 - ти дневное меню № 15-ЛДП/3590-20/137 от 15 января 2025 г

ЭЛЕКТРОННАЯ ВЕРСИЯ МЕНЮ ДЛЯ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ В РАБОТЕ

1 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			530	17,6	18,9	98,6	635,3	
Макаронные изделия, запеченные с сыром			200	9,2	8,1	45,8	293	№296-2013, Пермь
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте			30	6,5	10,3	14,5	177	
Чай с лимоном			200	0,1	0,0	15,5	62	№686-2004
Фрукты в ассортименте			100	1,4	0,3	14,0	64	№458-2006, Москва
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Обед			815	30,4	28,7	135,5	921,9	
Салат из свежих помидоров			100	1,2	5,1	4,1	67	№22-2013, Пермь
Суп картофельный с курицей			250/15	7,7	5,5	15,5	142	№137 -2004
Плов из свинины			250	19,3	17,2	49,2	429	№370-2013, Пермь

ИЛИ									
Плов из говядины	200		200	250	19,9	15,8	49,2	419	№370-2013, Пермь
Сок в ассортименте	200		200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь
Хлеб пшеничный				40	0,8	0,4	17,6	77	
Хлеб ржаной				40	0,9	0,5	15,1	69	
Полдник									
Манник				80	6,9	10,5	26,3	227	№550-2021, Пермь
ИЛИ									
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте				80	6,9	10,5	26,3	227	
Молоко питьевое кипяченое	210	200	200	200	5,8	5,0	9,4	106	№260-2001, Пермь
ИЛИ									
Кисломолочный продукт в ассортименте	207	200	200	200	5,2	6,4	9,0	114	№698-2004
Фрукты в ассортименте			100	100	1,4	0,3	14,0	64	№458-2006, Москва
ИТОГО:									
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:									
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:									
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):									
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):									
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):									
При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)									
2 день									

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак								
Бутерброд с маслом с сыром			505	19,1	27,8	88,9	681,4	
			55	4,3	9,7	10,7	147	№1,3-2004
Суп молочный с крупой "Солнечный"			250	6,6	6,6	21,8	173	№162-1996
Кофейный напиток			200	4,9	3,2	15,9	112	№501-2013, Пермь
Печенье промышленного производства в ассортименте			35	2,4	7,8	24,1	176	
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34	
Обед								
			855	32,7	25,9	134,3	901,3	
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным			100	0,9	5,0	3,1	61	№14/1; 15/1-2011, Екатеринбург
Суп картофельный с бобовыми с мясом, с гречками			250/10/20	9,8	6,1	32,5	224	№144-2013, Пермь
Вершинки рыбные			90	15,7	7,9	10,0	174	№9/7-2011, Екатеринбург
Пюре картофельное			180	3,9	5,9	26,7	176	№520-2004
Компот из смеси сухофруктов			200	0,5	0,0	25,5	104	№508-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77	
Хлеб ржаной			50	1,1	0,6	18,9	86	
Полдник								
			500	14,4	10,8	61,8	402,0	
Суфле творожное с джемом или повидлом			170	12,0	10,0	27,2	247	№365-2004

Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004
Фрукты в ассортименте	130	2,3	0,8	22,0	104	№458-2006, Москва
ИТОГО:						
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:		77	79	335	2350	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:		85	87	369	2585	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):		64	65	276	1939	При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):		60	62	263	1842	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):		67	68	290	2036	

3 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак								
Каша рисовая жидкая			505	17,6	26,4	93,3	681,2	№268-2013, Пермь
Бутерброд с маслом			200	6,5	6,8	32,4	217	№1-2004
Чай с сахаром			30/15	2,5	9,9	14,5	157	№685-2004
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			60	8,1	9,5	25,0	218	
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Обед								
Салат из огурцов с маслом			835	35,3	28,4	129,4	914,2	№14/1-2011г., Екатеринбург
Борщ с капустой и картофелем, с мясом со сметаной			250/10/5	6,4	6,6	16,7	152	№110-2004

Курица запеченная "Домашняя"										90	21,6	12,1	0,6	198	№494-2004
Макаронные изделия отварные										180	4,2	3,7	44,2	227	№516-2004
Сок в ассортименте										200	200	0,5	34,0	138	№518-2013, Пермь
Хлеб пшеничный										40	0,8	0,4	17,6	77	
Хлеб ржаной										40	0,9	0,5	15,1	69	
Полдник										370	12,7	12,0	62,5	408,8	
Булочное изделие промышленного производства в ассортименте										50	5,5	4,9	36,0	210	
Кисломопочный продукт в ассортименте										200	200	5,2	9,0	114	№698-2004
Фрукты в ассортименте										120	2,0	0,7	17,5	84	№458-2006, Москва
ИТОГО:											66	67	285	2004	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:											77	79	335	2350	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:											85	87	369	2585	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):											64	65	276	1939	При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):											60	62	263	1842	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):											67	68	290	2036	

4 день

Наименование блюда	Брутто, г		Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
				Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак									
				545	29,5	31,2	60,6	641,2	
Омлет натуральный									
				200	22,7	20,5	2,4	285	№340-2004

№340-2004

Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте				20	1,9	3,5	19,0	115	
Чай с молоком				200	2,8	2,5	19,9	113	№495-2013, Пермь
Йогурт промышленного производства в ассортименте				125	1,7	4,5	10,5	89	№698-2004
Хлеб пшеничный				20	0,4	0,2	8,8	39	
Обед				860	33,5	29,2	132,6	926,4	
Салат из свеклы с зеленым горошком				100	1,7	5,0	7,3	81	№58-2013, Пермь
Уха рыбацкая				250/60	10,8	4,9	12,2	136	№181-1996
Котлеты (из говядины и свинины)				100	15,4	15,6	15,8	265	№451-2004
Рис припущенный с овощами "Мозаика"				150	2,5	2,5	30,0	153	№416-2013, Пермь
Компот из кураги				200	0,9	0,0	27,0	112	№638-2004
ИЛИ									
Компот из смеси сухофруктов				200	0,5	0,0	25,5	104	№508-2013, Пермь
Хлеб пшеничный				40	0,8	0,4	17,6	77	
Хлеб ржаной				60	1,4	0,8	22,7	103	
Полдник				380	3,4	8,0	80,6	408,0	
Булочка домашняя на масле растительном				50	2,8	7,5	44,0	255	№564-2013, Пермь
Чай с сахаром				200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004
Фрукты в ассортименте				130	0,5	0,5	24,0	103	№458-2006, Москва
ИТОГО:					66	68	274	1976	

НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:		77	79	335	2350	При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:		85	87	369	2585			
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):		64	65	276	1939			
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):		60	62	263	1842			
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):		67	68	290	2036			
5 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав			№ рецептуры		
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г		Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтрак			510	20,7	24,9	77,7	615,1	
Для бутерброда:								
Масло сливочное (порциями)	10	10	10	0,1	7,3	0,1	67	№96-2004
Сыр (порциями)	21	20	20	5,4	5,8	0,0	74	№97-2004
Батон пшеничный	40	40	40	0,9	0,4	19,1	81	
Хлеб ржаной	40	40	40	0,9	0,5	15,1	69	
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая			200	8,5	7,7	27,5	213	№311-2004
Кофейный напиток			200	4,9	3,2	15,9	112	№501-2013, Пермь
Обед			850	31,4	34,4	127,9	946,0	
Салат из свежих помидоров с кукурузой			100	2,1	5,1	9,8	94	№23-2013, Пермь
Рассольник ленинградский с курицей со сметаной			250/15/5	6,8	6,1	15,4	144	№132-2004
Гуляш из свинины			100	15,9	16,1	1,7	215	№152-2004, Пермь

ИЛИ

Гуляш из говядины	100	17,1	14,8	1,7	208	№152-2004, Пермь
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	176	№520-2004
Сок в ассортименте	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	
Хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103	
Полдник	370	11,9	9,0	61,8	376	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте	40	6,2	3,5	28,8	172	
Фрукты в ассортименте	130	0,5	0,5	24,0	103	№458-2006, Москва
Кисломолочный продукт в ассортименте	200	5,2	5,0	9,0	102	№698-2004
ИТОГО:		64	68	267	1937	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:		77	79	335	2350	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:		85	87	369	2585	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):		64	65	276	1939	При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):		60	62	263	1842	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):		67	68	290	2036	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ:		65	66	279	1971	

6 день

Наименования блюд	Единица	Масса	Химический состав	№ рецептуры
-------------------	---------	-------	-------------------	-------------

наименование блюда	крупы, г	овощи, г	фрукты, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Завтрак									
Каша манная жидкая				625	18,9	16,8	110,3	667,2	
Бутерброд с сыром				200	5,1	7,1	28,0	196	№311-2004
Какао с молоком				30/15	6,3	4,1	14,9	122	№3-2004
Фрукты в ассортименте				200	3,9	4,2	22,2	142	№642-1996
Хлеб пшеничный				180	2,7	0,9	28,8	134	№458-2006, Москва
Хлеб ржаной				20	0,4	0,2	8,8	39	
Обед									
Морозка из свежих овощей с маслом растительным				20	0,5	0,3	7,6	34	
Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей				815	30,4	34,9	124,5	933,3	
Свинина, тушеная с картофелем				100	0,9	5,0	3,1	61	№14/1, 15/1-2011, Екатеринбург
ИЛИ									
Говядина, тушеная с картофелем				250/15	7,2	5,7	21,2	165	№140-2004
Компот из изюма				250	19,5	22,8	25,6	386	№54-9м-2020, 2021, Новосибирск
ИЛИ									
Говядина, тушеная с картофелем				250	20,7	21,9	25,6	382	№54-9м-2020, 2021, Новосибирск
Компот из изюма				200	0,3	0,0	25,5	103	№512-2013, Пермь
ИЛИ									
Компот из смеси сухофруктов				200	0,5	0,0	25,5	104	№508-2013, Пермь
Хлеб пшеничный				60	1,2	0,6	26,4	116	
Хлеб ржаной				60	1,4	0,8	22,7	103	

Полдник		300	10,7	11,9	55,1	370,3	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте (рулет)		100	10,6	11,9	42,5	320	
Чай с сахаром		200	0,1	0,0	12,6	51	№686-2004
ИТОГО:			60	64	290	1971	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:			77	79	335	2350	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:			85	87	369	2585	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):			64	65	276	1939	При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):			60	62	263	1842	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):			67	68	290	2036	

7 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак								
Каша пшениная жидкая			555	17,5	23,9	83,5	618,1	№311-2004
			200	6,6	7,4	23,7	188	
			20/10	1,8	7,1	9,9	111	
Бутерброд с маслом			200	0,1	0,0	15,5	62	№686-2004
Чай с лимоном			125	7,7	8,7	9,2	146	№698-2004
Йогурт промышленного производства в ассортименте	125	125	40	0,8	0,4	17,6	77	
Хлеб пшеничный			20	0,5	0,3	7,6	34	
Хлеб ржаной								

Обед		815	32,4	29,4	129,1	909,8	
Салат из огурцов с маслом		100	0,9	5,1	1,2	54	№14/1-2011г., Екатеринбург
Суп домашний с мясом со сметаной		250/10/5	6,9	5,2	11,2	119	№10/2-2011, Екатеринбург
Паста "Карбонара" с курицей		250	21,9	17,9	50,9	452	№54-ЗПК-2020, 2021, Новосибирск
Компот из смеси сухофруктов		200	0,5	0,0	25,5	104	№508-2013, Пермь
Хлеб пшеничный		40	0,8	0,4	17,6	77	
Хлеб ржаной		60	1,4	0,8	22,7	103	
Полдник		400	13,4	8,6	69,5	409	
Кондитерское мучное изделие промышленного производства в ассортименте		50	12,7	7,9	21,0	206	
Фрукты в ассортименте		150	0,5	0,5	21,0	91	№458-2006, Москва
Сок в ассортименте		200	0,2	0,2	27,5	113	№518-2013, Пермь
ИТОГО:			63	62	282	1937	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:			77	79	335	2350	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:			85	87	369	2585	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):			64	65	276	1939	При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):			60	62	263	1842	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):			67	68	290	2036	
8 день							

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак								
Каша рисовая жидкая			575	21,0	15,5	105,9	646,1	
Бутерброд с сыром			200	6,5	6,8	32,4	217	№268-2013, Пермь
Кофейный напиток			30/15	6,3	4,1	14,9	122	№3-2004
Фрукты в ассортименте			200	4,9	3,2	15,9	112	№501-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			130	2,0	0,7	17,5	84	№458-2006, Москва
Хлеб ржаной			40	0,8	0,4	17,6	77	
			20	0,5	0,3	7,6	34	
Обед								
Салат из свежих помидоров			835	29,5	32,8	131,6	939,1	
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной			100	1,2	5,1	4,1	67	№22-2013, Пермь
Котлета рыбная "Белоснежка", запеченная			250/10/5	6,1	6,7	7,8	116	№142-2013, Пермь
Пюре картофельное			90	15,2	13,7	10,0	224	№309-2021, Пермь
			180	3,9	5,9	26,7	176	№520-2004
Сок в ассортименте		200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			60	1,2	0,6	26,4	116	
Хлеб ржаной			60	1,4	0,8	22,7	103	
Полдник								
			400	11,2	15,6	52,9	396,4	
Печенье Школьное			75	6,2	12,2	34,8	273	№54-2в-2020, 2021, Новосибирск
ИЛИ								

MTM

Муочное изделие промышленного производства в ассортименте						75	6,2	12,2	34,8	273	№685-2004
Чай с сахаром						200	0,1	0,0	12,6	51	
чай - заварка						0,8	0,8				
сахар						12	12				
Йогурт молочный промышленного производства в ассортименте						125	125				№698-2004
ИТОГО:						125	4,9	3,4	5,5	72	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:							62	64	290	1981	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:							77	79	335	2350	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (75%):							85	87	369	2585	При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):							64	65	276	1939	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):							60	62	263	1842	
							67	68	290	2036	

9 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			500	30,3	25,0	77,6	655,8	
Омлет натуральный			200	22,7	20,5	2,4	285	№340-2004
Овощи на подгарнировку								
Чай с молоком			200	2,8	2,5	19,9	113	№495-2013, Пермь
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте			30	1,6	1,3	34,0	154	

Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	
Обед	815	28,5	33,1	127,5	922,1	
Салат из капусты белокочанной с морковью	100	1,1	4,9	3,3	62	№4-2013, Пермь
ИЛИ						
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным	100	0,9	5,0	3,1	61	№14/1, 15/1-2011, Екатеринбург
Суп сырный с курицей	250/15	8,2	8,1	23,7	201	№12/2-2011, Екатеринбург
Курица, в соусе с томатом	100	12,1	13,6	1,8	178	№405-2013, Пермь
Каша гречневая вязкая отварная	150	4,3	5,1	24,3	160	№510-2004
Компот из кураги	200	0,9	0,0	27,0	112	№638-2004
ИЛИ						
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	25,5	104	№508-2013, Пермь
Хлеб пшеничный	60	1,2	0,6	26,4	116	
Хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103	
Полдник	360	8,7	10,0	67,2	394	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте	60	1,5	4,7	43,8	223,5	
Молоко питьевое кипяченое	210	200	5,8	9,4	106	№260-2001, Пермь
ИЛИ						
Кисломолочный продукт в ассортименте	207	200	5,2	6,4	114	№698-2004

Фрукты в ассортименте	100	1,4	0,3	14,0	64	№458-2006, Москва
ИТОГО:						
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:		67	68	272	1971	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:		77	79	335	2350	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):		85	87	369	2585	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):		64	65	276	1939	При 3-х разовом питании детей (застрахов, обед, полдник)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):		60	62	263	1842	
		67	68	290	2036	

10 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			560	17,4	21,0	97,8	649	
Каша пшеничная жидкая			200	8,5	8,4	27,3	219	№264-2013, Пермь
Бутерброд с маслом			20/10	1,8	7,1	9,9	111	№1-2004
Какао с молоком			200	3,9	4,2	22,2	142	№642-1996
Фрукты в ассортименте			130	2,3	0,8	22,0	104	№458-2006, Москва
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34	
Обед			815	31,9	32,8	128,6	936,4	
Салат из огурцов с маслом			100	0,9	5,1	1,2	54	№14/1-2011г., Екатеринбург
Суп картофельный с крупой рисовой с курицей			250/15	7,9	5,8	14,5	142	№114-2021, Пермь

ИЛИ									
Суп картофельный с бобовыми с мясом, с гренками	250/10/20		9,8	6,1	32,5	224	№144-2013, Пермь		
Котлеты (из говядины и свинины)	100		15,4	15,6	15,8	265	№451-2004		
Капуста тушеная	150		4,6	4,9	14,0	119	№423-2013, Пермь		
Сок в ассортименте	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь		
Хлеб пшеничный	60		1,2	0,6	26,4	116			
Хлеб ржаной	60		1,4	0,8	22,7	103			
Полдник	370		17,1	12,8	47,0	371,6			
Запеканка из творога с яблоками с джемом или повидлом	170		17,0	12,8	34,4	321	№54-4т-2020, 2021, Новосибирск		
Чай с сахаром	200		0,1	0,0	12,6	51	№685-2004		
ИТОГО:			66	67	273	1957			
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:			77	79	335	2350			
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:			85	87	369	2585			
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):			64	65	276	1939	При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):			60	62	263	1842			
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):			67	68	290	2036			
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ:			64	65	282	1963			
11 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				№ рецептуры		
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г		ЭЦ, ккал	

Завтрак		630	25,4	31,0	70,4	662,2	
Вермишель в молоке		250	8,1	9,2	25,8	218	№165-2013, Пермь
Бутерброд с маслом с сыром		55	4,3	9,7	10,7	147	№1,3-2004
Кофейный напиток		200	4,9	3,2	15,9	112	№501-2013, Пермь
Йогурт промышленного производства в ассортименте		125	7,7	8,7	9,2	146	№698-2004
Хлеб пшеничный		20	0,4	0,2	8,8	39	
Обед		860	32,0	32,4	127,2	927,6	
Салат из свежих огурцов с зеленым горошком		100	1,2	5,1	4,5	69	№18-2013, Пермь
Суп картофельный с рыбой		250/60	11,2	4,9	12,9	141	№150-2013, Пермь
Орзотто со свиной		250	16,9	21,2	44,0	434	№54-11м-2020, 2021, Новосибирск

ИЛИ

Орзотто с говядиной		250	18,1	19,9	44,0	428	№54-11м-2020, 2021, Новосибирск
Компот из смеси сухофруктов		200	0,5	0,0	25,5	104	№508-2013, Пермь
Хлеб пшеничный		40	0,8	0,4	17,6	77	
Хлеб ржаной		60	1,4	0,8	22,7	103	
Полдник		420	9,1	4,9	73,5	375	
Кондитерское мучное изделие промышленного производства в ассортименте		40	6,3	4,0	32,1	190	
Фрукты в ассортименте		180	2,7	0,9	28,8	134	№458-2006, Москва
Чай с сахаром		200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004
ИТОГО:			66	68	271	1964	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:			77	79	335	2350	

НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:	85	87	369	2585	При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полночь)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):	64	65	276	1939	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):	60	62	263	1842	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):	67	68	290	2036	

12 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			595	19,1	17,9	108,5	671	
Каша гречневая жидкая			200	8,6	10,3	30,3	248	№311-2004
Бутерброд с сыром			30/15	6,3	4,1	14,9	122	№3-2004
Чай с молоком			200	2,8	2,5	19,9	113	№495-2013, Пермь
Фрукты в ассортименте			150	0,5	0,5	27,0	115	№458-2006, Москва
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34	
Обед			850	39,9	33,7	105,2	883,7	
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным			100	0,9	5,0	3,1	61	№14/1,15/1-2011, Екатеринбург
Свекольник с курицей, со сметаной			250/15/5	7,8	6,7	21,0	176	№34-2004, Пермь
Биточки печеночные			100	25,4	15,2	5,1	259	№35/8-2011, Екатеринбург
ИЛИ								
Биточки (из говядины и свинины)			100	15,4	15,6	15,8	265	№451-2004

Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	176	№520-2004		
Компот из свежих яблок	200	0,2	0,0	16,6	67	№507-2013, Пермь		
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77			
Хлеб ржаной	40	0,9	0,5	15,1	69			
Полдник	300	5,6	10,1	64,0	369			
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте (кекс)	100	5,1	10,1	30,0	231			
Сок в ассортименте	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь		
ИТОГО:		65	62	278	1924			
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:		77	79	335	2350			
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:		85	87	369	2585			
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):		64	65	276	1939	При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)		
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):		60	62	263	1842			
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):		67	68	290	2036			
13 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				№ рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г		ЭЦ, ккал
Завтрак			555	17,4	25,9	78,0	613,9	
Каша 3 злака жидкая			200	6,9	9,6	27,0	222	№311-2004
Бутерброд с маслом			20/10	1,8	7,1	9,9	111	№1-2004

Чай с лимоном			200	0,1	0,0	15,5	62	№686-2004
Йогурт промышленного производства в ассортименте			125	7,7	8,7	9,2	146	№698-2004
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34	
Обед			865	38,5	27,2	138,4	952,0	
Салат из свежих помидоров с кукурузой			100	2,1	5,1	9,8	94	№23-2013, Пермь
Суп из овощей с фасолью с мясом			250/10	8,7	5,5	15,5	146	№143-2013, Пермь
Котлета из свинины "Богатырская"			100	17,9	13,4	14,0	248	№55-24м-2020, 2021, Новосибирск
ИЛИ								
Котлета из говядины "Богатырская"			100	18,5	11,1	14,0	229	№55-24м-2020, 2021, Новосибирск
Картофель тушеный			200	5,7	4,2	23,0	153	№216-2004
Компот из кураги			200	0,9	0,0	27,0	112	№638-2004
ИЛИ								
Компот из смеси сухофруктов			200	0,5	0,0	25,5	104	№508-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			60	1,2	0,6	26,4	116	
Хлеб ржаной			60	1,4	0,8	22,7	103	
Полдник			375	7,7	12,5	61,4	388	
Печенье Школьное			75	6,2	12,2	34,8	273	№54-2в-2020, 2021, Новосибирск
ИЛИ								
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			75	6,2	12,2	34,8	273	

Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004
Фрукты в ассортименте	100	1,4	0,3	14,0	64	№458-2006, Москва
ИТОГО:						
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:		64	66	278	1954	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:		77	79	335	2350	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (75%):		85	87	369	2585	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):		64	65	276	1939	При 3-х разовом питании детей (застрак, обед, полдник)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):		67	68	290	2036	

14 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			505	24,0	24,1	79,2	629,9	
Для бутерброда:								
Масло сливочное (порциями)	5	5	5	0,1	3,7	0,1	34	№96-2004
Сыр (порциями)	21	20	20	5,4	5,8	0,0	74	№97-2004
Батон пшеничный	40	40	40	1,0	0,6	14,6	68	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
Запеканка из творога с молоком сгущенным			180/20	16,5	13,5	36,8	335	№313-2013, Пермь
Чай с сахаром			200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004

Обед				840	34,0	28,9	138,1	947,7	
Салат из огурцов с маслом				100	0,9	5,1	1,2	54	№14/1-2011г., Екатеринбург
Солянка из мяса со сметаной				250/15/5	4,2	5,3	17,5	135	№157-1996
Курица запеченная				90	21,8	13,1	0,6	208	№450-1996
Рис припущенный				180	4,4	4,2	44,5	233	№415-2013, Пермь
Сок в ассортименте				200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь
Хлеб пшеничный				40	0,8	0,4	17,6	77	
Хлеб ржаной				60	1,4	0,8	22,7	103	
Полдник				360	8,9	10,0	70,2	406,4	
Булочка промышленного производства в ассортименте				60	1,7	4,7	46,8	236	
Молоко питьевое кипяченое				200	5,8	5,0	9,4	106	№260-2001, Пермь
ИЛИ									
Кисломолочный продукт в ассортименте				200	5,2	6,4	9,0	114	№698-2004
Фрукты в ассортименте				100	1,4	0,3	14,0	64	№458-2006, Москва
ИТОГО:					67	63	287	1984	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:					77	79	335	2350	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:					85	87	369	2585	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):					64	65	276	1939	При 3-х разовом питании детей (завтрак, обед, полдник)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):					60	62	263	1842	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):					67	68	290	2036	

15 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак								
Каша кукурузная жидкая			560	17,9	20,2	100,9	657,0	
Бутерброд с маслом			200	7,6	8,4	29,2	223	№311-2004
Кофейный напиток			20/10	1,8	7,1	9,9	111	№1-2004
Фрукты в ассортименте			200	4,9	3,2	15,9	112	№501-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			130	2,3	0,8	22,0	104	№458-2006, Москва
Хлеб ржаной			20	0,4	0,2	8,8	39	
			40	0,9	0,5	15,1	69	
Обед								
Салат из капусты белокочанной			845	33,1	34,4	113,6	895,6	
			100	1,2	4,9	3,2	62	№1-2013, Пермь
ИЛИ								
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным			100	0,9	5,0	3,1	61	№14/1; 15/1-2011, Екатеринбург
Суп-лапша домашняя, с курицей			250/15	6,7	8,5	12,5	153	№128-2021, Пермь
Рыба запечённая			100	18,2	13,9	3,9	214	№310-1996
Пюре картофельное			180	3,9	5,9	26,7	176	№520-2004
Компот из кураги			200	0,9	0,0	27,0	112	№638-2004
ИЛИ								
Компот из смеси сухофруктов			200	0,5	0,0	25,5	104	№508-2013, Пермь

Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	
Хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103	
Полдник	340	11,3	11,7	63,1	403	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте (вафли, печенье)	40	9,8	11,4	36,5	288	
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004
Фрукты в ассортименте	100	1,4	0,3	14,0	64	№458-2006, Москва
ИТОГО:		62	66	278	1955	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (100%)*:		77	79	335	2350	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО НОРМАТИВУ (+10%)*:		85	87	369	2585	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (75%):		64	65	276	1939	При 3-х разовом питании детей (застрак, обед, полдник)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (95%):		60	62	263	1842	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ (105%):		67	68	290	2036	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ:		65	65	278	1956	

*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".