СОГЛАСОВАНО

МАОУ СОШ № 2

Директор И.В. Лукина

«____» _____ 20 г.

УТВЕРЖДАЮ

ИП Яровая Е.В.

«____» _____ 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 соответствие 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.

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 1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	за 20 дней, г	Факт в день г, мл,	% выполнения
1	Хлеб ржаной	120	54,0	60	60	40	40	40	60	40	60	40	60	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, мороженные, консервированные), включая соленые 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 плодоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные***	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 используемой 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	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	2,0	0,0	0,0	0,0	2,0	2,0	2,0	2,0	0,0	0,0	2,0	22	1,1	100
15	Кофейный напиток	2	0,8	0	4	0	0	0	4	0	0	0	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	162	95	70	1172	59	100
17	Субпродукты (печень, язык, сердце)	40	18,0	0	0	0	121	0	0	0	0	114	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	114	349	17	97
18	Птица (цыплята-бройлеры потрошенные - 1 кат.)	53	39,8	26	149	0	0	65	0	26	109	26	0	0	65	0	26	93	143	0	0	0	46	774	39	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	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	0	149	0	0	0	0	156	0	0	191	0	0	0	633	32	96
23	Сметана	10	8,8	5	5	0	17,5	8	5	0	35	35	5	5	8	17	11	0	0	13	15	0	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	0	2	0,1	103
29	Крахмал	4	1,1	7	0	0	0	0	0	0	0	0	7	0	0	0	0	0	0	0	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	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	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 наборы 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

ЗЕРЕНИН ВЛАДИМИР И

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"

Автономное учреждение Тюменской области «Центр технологического контроля»

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						

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 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**	**№686-2004**
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 потрошеная 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						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147

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**	**9,3**	**12,9**	**176,3**	**№388-2004**
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	112	83						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208144

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

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"			**100**	**16,2**	**15,1**	**0,7**	**203,5**	**№494-2004**
курица потрошеная 1 категории	167	149						
или грудка куриная промышленного производства	157	149						
или бедро куриное	157	149						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5	5						
чеснок	0,6	0,5						
масло растительное	2	2						
Рагу из овощей			**180**	**5,2**	**11,3**	**23,0**	**214,5**	**№224-2004**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	173	130						

01.11.-31.12. -30%	186	130						
01.01-29.02 - 35%	200	130						
01.03 - 40%	217	130						
морковь до 01.01.-20%	30	24						
с 01.01 - 25%	27	20						
лук репчатый	18	15						
масло растительное	10	10						
для соуса		**60**						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	10	10						
мука пшеничная	2	2						
морковь до 01.01.-20%	6	5						
с 01.01 - 25%	7	5						
лук репчатый	6	5						
сахар	1,5	1,5						
Сок в ассортименте	**200**	**200**	**200**	**0,5**	**0,0**	**34,0**	**138,0**	**№518-2013, Пермь**
Хлеб ржаной			**40**	**1,9**	**0,4**	**17,5**	**81,0**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**40**					

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147

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

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						

Автономное учреждение Тюменской области
«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						

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

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						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203085147

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 потрошеная 1 категории	151	65						

или грудка куриная промышленного производства	96	65						
молоко питьевое	15	15						
яйцо куриное	9	9						
морковь до 01.01.-20%	29	23						
с 01.01 - 25%	31	23						
лук репчатый	12	10						
мука пшеничная	8	8						
сметана	8	8						
масло растительное	2	2						
Каша гречневая вязкая отварная			**180**	**2,0**	**5,4**	**29,2**	**173,4**	**№510-2004**
крупа гречневая	45	45						
вода питьевая	144	144						
масло сливочное	6	6						
Чай с молоком			**200**	**2,8**	**2,5**	**15,1**	**94,1**	**№630-1996**
чай-заварка	2	2						
сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						

Бюджетное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
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	**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 гренками			**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						
сухари	5	5						
масло растительное	2	2						
Картофель толченый, по-деревенски			**180**	**4,9**	**7,7**	**33,0**	**220,9**	**№208-2013, Пермь**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	226	170						

Центр технологического контроля»

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 (пряники, печенье, вафли)			**60**	**1,8**	**2,5**	**32,0**	**157,7**	
Кофейный напиток			**200**	**2,3**	**2,5**	**14,8**	**90,9**	**№690-2004**
кофейный напиток	4	4						
сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
Йогурт молочный полужирный в индивидуальной упаковке			**125**	**1,8**	**1,5**	**4,5**	**38,7**	
Хлеб ржаной			**20**	**0,7**	**0,1**	**9,4**	**40,5**	

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147

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						
капуста старого урожая используется в сыром виде до 1 марта, с 1 марта только капуста нового урожая или другой салат								
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			**100**	**10,3**	**9,9**	**3,8**	**145,5**	**№363-2013, Пермь**
говядина 1 категории	86	63						
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						

Бюджетное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147

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**

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***	

7 день

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	20						
сыр	21	20						
Шницель 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						

Бюджетное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»

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

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»

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***	
Фрикасе из птицы			**100**	**18,5**	**18,7**	**0,7**	**245,1**	**№493-2004**
филе куриное промышленного производства	123	117						

или филе индейки	115	109						
зелень сушеная (хмели-сунели)	0,1	0,1						
масло сливочное	5	5						
масса тушеной птицы		80						
лук репчатый	24	20						
сметана	20	20						
Рис припущенный с овощами "Мозаика"			**180**	**3,2**	**7,7**	**37,9**	**233,7**	**№416-2013, Пермь**
крупа рисовая	47	47						
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			**200**	**2,8**	**2,5**	**15,1**	**94,1**	**№630-1996**
чай-заварка	2	2						
сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»

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						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203200194

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	30						
масло сливочное	10	10						

Суфле "Чизкейк" (творожное с печеньем) с молоком сгущенным			**200/20**	**16,3**	**11,9**	**34,3**	**309,5**	**№19/5-2011, Екатеринбург**
печенье сахарное	40	40						
творог	151	149						
мука пшеничная	17	17						
яйцо куриное	20	20						
сахар	10	10						
сметана	15	15						
сухари пшеничные	10	10						
масло сливочное для смазки листа	5	5						
масса готового суфле		200						
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20						
Чай с сахаром			**200**	**0,2**	**0,0**	**15,0**	**60,8**	**№685-2004**
чай-заварка	2	2						
сахар	15	15						
Фрукты в ассортименте			**100**	**0,4**	**0,0**	**14,4**	**59,2**	**№458-2006, Москва**
Обед			***865***	***30,6***	***29,2***	***139,9***	***945,0***	
Салат из моркови и яблок			**100**	**0,9**	**5,2**	**9,3**	**87,6**	**№9-2013, Пермь**
морковь до 01.01.-20%	88	70						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147

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 потрошеная 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***	

ОГРН 1077203065147

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**					

Филиал ... Тюменской обл. ... «Центр технологического контроля»

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						

или Хлеб пшеничный витаминизированный	40					
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	
или хлеб ржаной витаминизированный	20					
ИТОГО:		*44*	*46*	*173*	*1282*	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (завтрак):		***18***	***18***	***77***	***542***	*При одном приеме пищи (завтрак)*
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ ЗАВТРАК (20-25%):		*15-19*	*16-20*	*67-84*	*470-588*	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (обед):		***26***	***26***	***104***	***759***	*При одном приеме пищи (обед)*
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ ОБЕД (30-35%):		*23-27*	*24-28*	*101-117*	*705-823*	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (завтрак и обед):		***44***	***45***	***180***	***1302***	*при двухразовом питании*
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (50-60%):		***39-46***	***40-47***	***168-201***	***1175-1410***	

11 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			***565***	***16,3***	***14,3***	***86,4***	***539,3***	
Бутерброд с сыром			**20/15**	**5,3**	**3,7**	**7,2**	**83,3**	**№3-2004**
хлеб пшеничный	20	20						
сыр	16	15						

Автономное учреждение Тюменской области «Центр технологического контроля» ОГРН 1077203065147

Каша рисовая жидкая			**200**	**6,4**	**7,2**	**27,0**	**198**	**№311-2004**
крупа рисовая	30	30						
молоко питьевое	190	190						
сахар	3	3						
соль йодированная	1	1						
масло сливочное	5	5						
Кофейный напиток			**200**	**2,3**	**2,5**	**14,8**	**90,9**	**№690-2004**
кофейный напиток	4	4						
сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
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**					
Хлеб ржаной			**20**	**0,7**	**0,1**	**9,4**	**41,3**	
или хлеб ржаной витаминизированный			**20**					
Обед			***740***	***27,9***	***31,5***	***92,9***	***766,2***	
Салат из капусты белокочанной с морковью			**80**	**1,3**	**4,1**	**7,7**	**72,7**	**№4-2013, Пермь**
капуста свежая белокочанная	84	67						

морковь до 01.01.-20%	10	8						
с 01.01 - 25%	10,6	8						
капуста и морковь старого урожая используется в сыром виде до 1 марта, с 1 марта только капуста или морковь нового урожая или другой салат								
сахар	3	3						
кислота лимонная	0,1	0,1						
вода для разведения лимонной кислоты	5	5						
масло растительное	4	4						
ИЛИ								
Салат из свежих помидоров			**80**	**0,8**	**4,1**	**2,8**	**51,1**	**№22-2013, Пермь**
помидоры свежие парниковые	78	76						
или помидоры свежие грунтовые	90	76						
масло растительное	4	4						
Суп из овощей на мясном бульоне со сметаной			**250/5**	**4,4**	**5,2**	**16,0**	**128,4**	**№135-2004**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	67	50						
01.11.-31.12. -30%	72	50						
01.01-29.02 - 35%	77	50						
01.03 - 40%	84	50						

Автономное учреждение Тюменской области
Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147

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						
Запеканка картофельная с мясом отварным, с маслом			**200/5**	**19,1**	**21,5**	**21,6**	**356,3**	**№157-2004, Пермь**
говядина 1 категории	132	97						
или говядина полуфабрикат	114	97						
масса отварного мяса		60						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	247	186						
01.11.-31.12. -30%	266	186						
01.01-29.02 - 35%	286	186						
01.03 - 40%	311	186						
масло сливочное	11	11						
яйцо куриное	4	4						
сухари	3	3						

масло растительное для смазки листа	3	3						
масло сливочное	5	5						
Сок в ассортименте	200	200	**200**	**0,4**	**0,0**	**22,0**	**90**	**№518-2013, Пермь**
Хлеб пшеничный			**40**	**2,0**	**0,6**	**16,2**	**77,8**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**40**					
Хлеб ржаной			**20**	**0,7**	**0,1**	**9,4**	**41,3**	
или хлеб ржаной витаминизированный			**20**					
ИТОГО:				***44***	***46***	***179***	***1306***	

12 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			***530***	***18,3***	***17,7***	***86,9***	***580,3***	
алат из моркови с изюмом			**80**	**1,0**	**0,1**	**12,8**	**55,8**	**№10-2013, Пермь**
морковь до 01.01.-20%	79	63						
с 01.01 - 25%	84	63						
морковь старого урожая используется в сыром виде до 1 марта, с 1 марта только морковь нового урожая или в отварном виде								
изюм	9	9						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147

сахар	8	8						
лимон для сока	10	4						
Гуляш из говядины			**100**	**9,1**	**7,5**	**3,4**	**117,5**	**№437-2004**
говядина 1 категории	86	63						
или говядина полуфабрикат	74	63						
или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	63	63						
масло растительное	4	4						
масса тушеного мяса		40						
масса соуса		60						
лук репчатый	14	12						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	6	6						
мука пшеничная	4	4						
Каша гречневая рассыпчатая			**150**	**3,1**	**6,6**	**32,0**	**199,7**	**№508-2004**
крупа гречневая	71	71						
вода питьевая	90	90						
масло сливочное	8	8						
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						
Хлеб пшеничный			**20**	**1,0**	**0,3**	**8,1**	**38,9**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**20**					
Хлеб ржаной			**20**	**0,7**	**0,1**	**9,4**	**41,3**	
или хлеб ржаной витаминизированный			**20**					
Обед			***810***	***23,8***	***24,3***	***113,8***	***768,6***	
Салат картофельный с огурцами			**80**	**1,4**	**4,0**	**7,4**	**71,0**	**№66-2013, Пермь**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	68	51						
01.11.-31.12. -30%	73	51						
01.01-29.02 - 35%	79	51						
01.03 - 40%	85	51						
масса отварного картофеля		48						
лук репчатый	10,7	9						
или лук зеленый	11	9						
лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый								
огурцы соленые без уксуса	18	10						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065167

или огурцы свежие парниковые	10,2	10						
или огурцы свежие грунтовые	10,5	10						
морковь до 01.01.-20%	15	12						
с 01.01 - 25%	16	12						
масса отварной моркови		10						
масло растительное	4	4						
Уха ростовская			**250/30**	**5,5**	**5,9**	**18,9**	**150,5**	**№119-2006, Москва**
горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	54	36						
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	66	36						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	50	37						
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	42	36						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	133	100						
01.11.-31.12. -30%	143	100						
01.01-29.02 - 35%	154	100						
01.03 - 40%	167	100						
лук репчатый	14	12						
помидоры свежие парниковые	21,4	21						

или помидоры свежие грунтовые	25	21						
или томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	10	10						
масло сливочное	5	5						
Фрикадельки из кур (2 шт. по 50 г.)			**100**	**10,8**	**10,9**	**5,4**	**162,9**	**№410-2013, Пермь**
курица потрошеная 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						
Макаронные изделия отварные			**150**	**3,2**	**2,8**	**34,3**	**175,2**	**№516-2004**
макаронные изделия	53	53						
масло сливочное	3,5	3,5						

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

Напиток из плодов шиповника			200	0,2	0,0	22,2	89,8	№705-2004
шиповник	25	25						
сахар	10	10						
Хлеб пшеничный			40	2,0	0,6	16,2	77,8	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			40					
Хлеб ржаной			20	0,7	0,1	9,4	41,3	
или хлеб ржаной витаминизированный			20					
ИТОГО:				*42*	*42*	*201*	*1349*	

13 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			*500*	*18,8*	*13,9*	*79,9*	*519,5*	
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	109	60	60	0,5	0,1	1,0	6,9	№101-2004
ИЛИ								
Овощи свежие (огурцы)			60	0,5	0,1	1,3	7,9	№70-2006, Москва
огурцы свежие грунтовые	63	60						
или огурцы свежие парниковые	61	60						

Суфле рыбное			**90**	**12,8**	**9,0**	**3,9**	**147,8**	**№400-2004**
горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	122	81						
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	147	81						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	112	83						
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	94	81						
масса отварной рыбы		**67**						
Соус молочный густой №598-2004		**23**						
молоко питьевое	17	17						
масло сливочное	3,4	3,4						
мука пшеничная	3,4	3,4						
вода питьевая	3,6	3,6						
яйцо куриное	14	14						
масло сливочное для смазки листа	1,8	1,8						
юре картофельное			**150**	**3,3**	**4,4**	**23,5**	**147**	**№520-2004**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	170	128						
01.11.-31.12. -30%	183	128						
01.01-29.02 - 35%	197	128						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203095147
ИНН 7203208134

01.03 - 40%	214	128						
молоко питьевое	24	24						
масло сливочное	5	5						
Сок в ассортименте	200	200	**200**	**0,5**	**0,0**	**34,0**	**138**	**№518-2013, Пермь**
Хлеб пшеничный			**20**	**1,0**	**0,3**	**8,1**	**38,9**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**20**					
Хлеб ржаной			**20**	**0,7**	**0,1**	**9,4**	**41,3**	
или хлеб ржаной витаминизированный			**20**					
Обед			***775***	***24,1***	***26,2***	***113,9***	***787,4***	
Икра кабачковая промышленного производства для детского питания	63	60	**60**	**0,8**	**2,7**	**3,3**	**40,7**	**№101-2004**
Борщ "Украинский" с мясом, со сметаной			**250/10/5**	**4,9**	**5,9**	**19,7**	**151,5**	**№113-2004**
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	16	16						
свекла до 01.01.-20%	38	30						
с 01.01 - 25%	40	30						
капуста свежая белокочанная	25	20						

картофель - 01.09.-31.10.- 25%	53	40						
01.11.-31.12. -30%	57	40						
01.01-29.02 - 35%	62	40						
01.03 - 40%	67	40						
морковь до 01.01.-20%	18	14						
с 01.01 - 25%	19	14						
лук репчатый	10	8						
чеснок свежий	1,3	1						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	8	8						
сахар	3	3						
лимонная кислота	0,08	0,08						
масло сливочное	5	5						
сметана	5	5						
Бефстроганов из говядины			**100**	**12,5**	**10,9**	**5,6**	**170,5**	**№423-2004**
говядина 1 категории	86	63						
или говядина полуфабрикат	74	63						
или говядина бефстроганов-полуфабрикат промышленного производства	63	63						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147

масса тушеного мяса		40						
масса соуса		60						
мука пшеничная	6	6						
сметана	12	12						
бульон или отвар	48	48						
лук репчатый	18	15						
масло растительное	5	5						
Рис припущенный с овощами "Мозаика"			**150**	**2,7**	**5,8**	**31,6**	**189,4**	**№416-2013, Пермь**
крупа рисовая	39	39						
кукуруза консервированная	42	25						
морковь до 01.01.-20%	23	18						
с 01.01 - 25%	24	18						
масло сливочное	8	8						
Компот из ягод			**200**	**0,5**	**0,2**	**28,1**	**116,2**	**№511-2013, Пермь**
вишня свежемороженая	21	20						
или смородина свежемороженая	21	20						
или клюква свежемороженая	21	20						

сахар	20	20						
Хлеб пшеничный			**40**	**2,0**	**0,6**	**16,2**	**77,8**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**40**					
Хлеб ржаной			**20**	**0,7**	**0,1**	**9,4**	**41,3**	
или хлеб ржаной витаминизированный			**20**					
ИТОГО:				***43***	***40***	***194***	***1307***	

14 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			***550***	***19,8***	***17,0***	***79,4***	***549,8***	
Бутерброд с маслом			**20/5**	**1,7**	**3,9**	**7,3**	**71,1**	**№1-2004**
хлеб пшеничный	20	20						
масло сливочное	5	5						
Пудинг творожный запеченный с молоком сгущенным			**180/20**	**15,4**	**11,5**	**43,2**	**337,9**	**№362-2004**
творог	143	141						
мука пшеничная	13	13						
или крупа манная	11	11						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147

сахар	15	15						
яйцо куриное	8	8						
изюм	18,5	18						
масло сливочное	5	5						
ванилин	0,01	0,01						
сухари	5	5						
сметана	5	5						
масло сливочное для смазки листа	3,5	3,5						
масса готового пудинга		180						
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20						
Чай с сахаром			**200**	**0,2**	**0,0**	**15,0**	**60,8**	**№685-2004**
чай-заварка	1,0	1,0						
сахар	15	15						
Йогурт молочный полужирный в индивидуальной упаковке			**125**	**1,8**	**1,5**	**4,5**	**38,7**	
Хлеб ржаной			**20**	**0,7**	**0,1**	**9,4**	**41,3**	
Хлеб ржаной витаминизированный			**20**					

Обед			***845***	***27,4***	***26,0***	***113,2***	***796,0***	
Салат из капусты белокочанной			**80**	**1,7**	**4,1**	**7,4**	**73,3**	**№1-2013, Пермь**
капуста белокочанная свежая (стертая с солью)	125	63						
морковь до 01.01.-20%	10	8						
с 01.01 - 25%	10,6	8						
капуста и морковь старого урожая используется в сыром виде до 1 марта, с 1 марта только капуста или морковь нового урожая или другой салат								
лук репчатый	5	4						
лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый								
или лук зеленый	5	4						
сахар	3	3						
кислота лимонная	0,1	0,1						
вода для разведения лимонной кислоты	5	5						
масло растительное	4	4						
ассольник ленинградский с курицей со сметаной			**250/10/5**	**7,2**	**5,9**	**15,4**	**143,5**	**№132-2004**
курица потрошеная 1 категории (мякоть без кожи)	29	26						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	69	52						
01.11.-31.12. -30%	74	52						

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

01.01-29.02 - 35%	80	52						
01.03 - 40%	87	52						
крупы перловая или пшеничная или рисовая	5	5						
огурцы соленые без уксуса	27	15						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13	10						
лук репчатый	6	5						
масло сливочное	5	5						
сметана	5	5						
Жаркое по - домашнему			**200**	**14,7**	**15,3**	**26,5**	**302,5**	**№436-2004**
говядина 1 категории	107	79						
или говядина полуфабрикат	93	79						
или свинина мясная	87	74						
или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	79	79						
масса готового мяса		50						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	166	125						
01.11.-31.12. -30%	179	125						

01.01-29.02 - 35%	193	125						
01.03 - 40%	209	125						
морковь до 01.01.-20%	25	20						
с 01.01 - 25%	27	20						
лук репчатый	18	15						
масло растительное	10	10						
Компот из сухофруктов			**200**	**0,7**	**0,0**	**23,9**	**98,4**	**№639-2004**
сухофрукты	20,3	20						
сахар	15	15						
Фрукты в ассортименте			**100**	**0,4**	**0,0**	**14,4**	**59,2**	**№458-2006, Москва**
Хлеб пшеничный			**40**	**2,0**	**0,6**	**16,2**	**77,8**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**40**					
Хлеб ржаной			**20**	**0,7**	**0,1**	**9,4**	**41,3**	
или хлеб ржаной витаминизированный			**20**					
ИТОГО:				***47***	***43***	***193***	***1346***	

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147

15 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			***595***	***16,7***	***19,3***	***78,7***	***555,3***	
Биточки рубленные из птицы запеченные, с маслом			**90/5**	**11,4**	**15,2**	**11,2**	**227,2**	**№498-2004**
филе куриное промышленного производства	63	60						
или филе индейки	63	60						
или грудка куриная промышленного производства (разделка на мякоть без кожи)	88	60						
хлеб пшеничный	17	17						
лук репчатый	10	8						
молоко питьевое	18	18						
яйцо куриное	6,5	6,5						
мука пшеничная	5,5	5,5						
масло растительное	2	2						
масло сливочное	5	5						
ис припущенный			**150**	**3,7**	**3,6**	**29,7**	**166,0**	**№512-2004**
крупа рисовая	53	53						

вода питьевая	110	110						
масло сливочное	4	4						
Чай "Витаминный"			**200**	**0,7**	**0,1**	**19,8**	**82,9**	**№493-2013, Пермь**
чай-заварка	1,0	1,0						
шиповник	15	15						
сахар	10	10						
Фрукт в ассортименте			**150**	**0,2**	**0,3**	**8,6**	**37,9**	**№458-2006, Москва**
Хлеб ржаной			**20**	**0,7**	**0,1**	**9,4**	**41,3**	
Или хлеб ржаной витаминизированный			**20**					
Обед			***760***	***22,6***	***21,3***	***108,3***	***715,0***	
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	109	60	**60**	**0,5**	**0,1**	**1,0**	**6,9**	**№101-2004**
ИЛИ								
Овощи свежие (огурцы)			**60**	**0,5**	**0,1**	**1,3**	**7,9**	**№70-2006, Москва**
огурцы свежие грунтовые	63	60						
или огурцы свежие парниковые	61	60						
Суп с крупой с курицей			**250/10**	**6,5**	**6,4**	**20,1**	**164,0**	**№138-2004**
курица потрошеная 1 категории (мякоть без кожи)	29	26						

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

крупы: кукурузная, или пшено, или овсяные хлопья "Геркулес"	5	5						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	67	50						
01.11.-31.12. -30%	72	50						
01.01-29.02 - 35%	77	50						
01.03 - 40%	84	50						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	12	10						
масло сливочное	5	5						
Котлета рыбная запеченная			**90**	**9,3**	**8,3**	**11,6**	**158,3**	**№388-2004**
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	101	75						
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	113	75						
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	87	75						
хлеб пшеничный	14	14						
вода питьевая	12	12						
лук репчатый	3,0	2,5						
яйцо куриное	3,5	3,5						

сухари	4,5	4,5						
масло растительное	2	2						
Картофель толченый, по-деревенски			**150**	**3,4**	**5,8**	**29,4**	**183,5**	**№208-2013, Пермь**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	189	142						
01.11.-31.12. -30%	203	142						
01.01-29.02 - 35%	219	142						
01.03 - 40%	237	142						
отвар картофельный	25	25						
масло сливочное	8	8						
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 пшеничный			**40**	**2,0**	**0,6**	**16,2**	**77,8**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**40**					
Хлеб ржаной			**20**	**0,7**	**0,1**	**9,4**	**41,3**	

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1027200000000

или хлеб ржаной витаминизированный	20					
ИТОГО:		*39*	*41*	*187*	*1270*	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (завтрак):		***18***	***16***	***82***	***549***	*При одном приеме пищи (завтрак)*
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ ЗАВТРАК (20-25%):		*15-19*	*16-20*	*67-84*	*470-588*	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (обед):		***25***	***26***	***108***	***767***	*При одном приеме пищи (обед)*
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ ОБЕД (30-35%):		*23-27*	*24-28*	*101-117*	*705-823*	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (завтрак и обед):		***43***	***42***	***191***	***1316***	*при двухразовом питании*
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (50-60%):		***39-46***	***40-47***	***168-201***	***1175-1410***	

16 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			***550***	***10,5***	***15,7***	***98,0***	***575,1***	
Каша манная жидкая с маслом			**200/5**	**5,1**	**7,1**	**28,0**	**196,3**	**№311-2004**
крупа манная	20	20						
молоко питьевое	190	190						
сахар	3	3						
соль йодированная	1,2	1,2						

масло сливочное	5	5						
Булочка домашняя			**100**	**3,8**	**7,8**	**41,0**	**249,4**	**№564-2013, Пермь**
мука пшеничная	67	67						
мука пшеничная на подпыл	3,3	3,3						
сахар	12	12						
сахар (для отделки)	3	3						
масло сливочное	16	16						
яйцо куриное (для смазки)	2	2						
соль йодированная	0,6	0,6						
дрожжи прессованные	1,6	1,6						
молоко питьевое	28	28						
масло растительное для смазки листа	0,3	0,3						
Iай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"			**200/20/10**	**0,2**	**0,0**	**15,5**	**62,8**	**№686-2004**
чай-заварка	1,0	1,0						
сахар	15	15						
лимон	11	10						
апельсин	21	20						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147

Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте (конфеты)			**15**	**0,4**	**0,5**	**5,4**	**27,7**	
Хлеб пшеничный			**20**	**1,0**	**0,3**	**8,1**	**38,9**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**20**					
Обед			***770***	***30,9***	***29,8***	***86,1***	***735,8***	
Винегрет овощной			**80**	**1,2**	**4,0**	**11,9**	**88,4**	**№71-2004**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	27	20						
01.11.-31.12. -30%	29	20						
01.01-29.02 - 35%	31	20						
01.03 - 40%	33	20						
масса отварного картофеля		18						
свекла до 01.01.-20%	19	15						
с 01.01 - 25%	20	15						
масса отварной свеклы		13						
морковь до 01.01.-20%	14	11						
с 01.01 - 25%	15	11						
масса отварной моркови		9						
огурцы соленые без уксуса	46	25						

лук репчатый	14	12						
лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый								
или лук зеленый	15	12						
масло растительное	4	4						
Суп - лапша домашняя на курином бульоне			**250**	**2,4**	**5,3**	**10,1**	**97,7**	**№148-2004**
мука пшеничная	17,5	17,5						
мука пшеничная (на подпыл)	1,2	1,2						
яйцо куриное	5	5						
вода питьевая	3,5	3,5						
соль йодированная	0,5	0,5						
масса лапши домашней		20						
или лапша промышленного производства	20	20						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	12	10						
масло сливочное	5	5						
тица отварная			**90**	**21,2**	**15,9**	**0,6**	**230,3**	**№404-2013, Пермь**
бедро куриное	137	130						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147

или грудка куриная промышленного производства	137	130						
морковь до 01.01.-20%	8,1	6,5						
с 01.01 - 25%	8,6	6,5						
лук репчатый	3,3	2,8						
Капуста тушённая			**150**	**3,1**	**3,9**	**12,4**	**97,1**	**№.534-2004**
капуста белокочанная свежая	215	172						
масло растительное	4	4						
морковь до 01.01.-20%	10	8						
с 01.01. - 25 %	10,6	8						
лук репчатый	8	7						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	3	3						
мука пшеничная	2,5	2,5						
сахар	3	3						
Компот из изюма			**200**	**0,3**	**0,0**	**25,5**	**103,2**	**№512-2013, Пермь**
изюм	15,3	15						
сахар	15	15						
Хлеб пшеничный			**40**	**2,0**	**0,6**	**16,2**	**77,8**	

или Хлеб пшеничный витаминизированный			**40**					
Хлеб ржаной			**20**	**0,7**	**0,1**	**9,4**	**41,3**	
или хлеб ржаной витаминизированный			**20**					
ИТОГО:				***41***	***45***	***184***	***1311***	

17 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			***570***	***22,9***	***14,8***	***74,7***	***523,4***	
Бутерброд с джемом			**20/25**	**1,8**	**0,2**	**21,0**	**93,0**	**№2-2004**
хлеб пшеничный	20	20						
джем абрикосовый, малиновый, вишневый, персиковый (без искусственных ароматизаторов, консервантов и красителей)	25,2	25						
Запеканка из творога с молоком сгущенным			**180/20**	**18,1**	**12,8**	**26,1**	**292**	**№313-2013, Пермь**
творог	173	172						
мука пшеничная	14	14						
или крупа манная	13	13						
вода питьевая для каши	43	43						
яйцо куриное	14	14						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147

сахар	7	7						
ванилин	0,01	0,01						
сметана	7	7						
сухари пшеничные	7	7						
масло сливочное для смазки листа	5	5						
масса готовой запеканки		180						
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20						
Чай с сахаром			**200**	**0,2**	**0,0**	**15,0**	**60,8**	**№685-2004**
чай-заварка	1,0	1,0						
сахар	15	15						
Йогурт молочный полужирный в индивидуальной упаковке			**125**	**1,8**	**1,5**	**4,5**	**38,7**	
Хлеб пшеничный			**20**	**1,0**	**0,3**	**8,1**	**38,9**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**20**					
Обед			***780***	***25,8***	***25,0***	***107,2***	***756,6***	
Салат из моркови с сыром			**80**	**4,4**	**7,6**	**5,9**	**109,6**	**№56-2013, Пермь**
морковь до 01.01.-20%	78	62						
с 01.01 - 25%	82	62						

масса отварной моркови		**60**						
сыр	17	16						
масло растительное	4	4						
Суп крестьянский с крупой со сметаной			**250/5**	**3,1**	**5,2**	**17,2**	**128,0**	**№134-2004**
крупа перловая или пшеничная	10	10						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	33	25						
01.11.-31.12. -30%	36	25						
01.01-29.02 - 35%	39	25						
01.03 - 40%	42	25						
капуста свежая белокочанная	38	30						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	12	10						
масло сливочное	5	5						
сметана	5	5						
Фрикадельки рыбные с маслом			**90/5**	**11,5**	**7,9**	**6,8**	**144,3**	**№347-2013, Пермь**
горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	108	72						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147

или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	131	72						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	97	72						
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	84	72						
хлеб пшеничный	13,5	13,5						
вода питьевая	18	18						
яйцо куриное	9	9						
масло сливочное	5	5						
Рис припущенный			**150**	**3,7**	**3,6**	**29,7**	**166,0**	**№512-2004**
крупа рисовая	53	53						
вода питьевая	110	110						
масло сливочное	4	4						
Сок в ассортименте	200	200	**200**	**0,4**	**0,0**	**22,0**	**90**	**№518-2013, Пермь**
Хлеб пшеничный			**40**	**2,0**	**0,6**	**16,2**	**77,8**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**40**					
Хлеб ржаной			**20**	**0,7**	**0,1**	**9,4**	**41,3**	
или хлеб ржаной витаминизированный			**20**					
ИТОГО:				***49***	***40***	***182***	***1280***	

18 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			***585***	***23,0***	***26,6***	***57,6***	***561,8***	
Бутерброд с сыром			**20/15**	**5,3**	**3,7**	**7,2**	**83,3**	**№3-2004**
хлеб пшеничный	20	20						
сыр	16	15						
Рагу из мяса			**200**	**14,5**	**20,0**	**17,6**	**308,4**	**№6/8-2011, Екатеринбург**
говядина 1 категории	107	79						
или говядина полуфабрикат	93	79						
или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	79	79						
масса тушенного мяса		50						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	60	45						
01.11.-31.12. -30%	64	45						
01.01-29.02 - 35%	69	45						
01.03 - 40%	75	45						
морковь до 01.01.-20%	56	45						

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

с 01.01 - 25%	60	45						
лук репчатый	30	25						
капуста белокочанная свежая	69	55						
масло растительное	10	10						
мука пшеничная	2	2						
сметана	8	8						
Кофейный напиток			**200**	**2,3**	**2,5**	**14,8**	**90,9**	**№690-2004**
кофейный напиток	4	4						
сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
Фрукт в ассортименте			**150**	**0,2**	**0,3**	**8,6**	**37,9**	**№458-2006, Москва**
Хлеб ржаной			**20**	**0,7**	**0,1**	**9,4**	**41,3**	
или хлеб ржаной витаминизированный			**20**					
Обед			***775***	***21,8***	***25,7***	***111,8***	***766,1***	
Салат из свежих помидоров			**80**	**0,8**	**4,1**	**2,8**	**51,1**	**№22-2013, Пермь**
помидоры свежие парниковые	78	76						
или помидоры свежие грунтовые	90	76						

масло растительное	4	4						
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						
Котлета по-хлыновски			**90**	**12,3**	**13,1**	**11,4**	**212,7**	**№454-2004**
говядина 1 категории	102	75						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147

или говядина полуфабрикат	89	75						
или фарш промышленного производства	75	75						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	24	18						
01.11.-31.12. -30%	26	18						
01.01-29.02 - 35%	28	18						
01.03 - 40%	30	18						
лук репчатый	13	11						
яйцо куриное	8	8						
сухари	8	8						
масло растительное	2	2						
Макаронные изделия отварные			**150**	**3,2**	**2,8**	**34,3**	**175,2**	**№516-2004**
макаронные изделия	53	53						
масло сливочное	3,5	3,5						
Кисель из свежих ягод			**200**	**0,3**	**0,2**	**21,5**	**89,0**	**№505-2013, Пермь**
вишня свежемороженая	25	24						
или смородина свежемороженая	25,2	24						
или клюква свежемороженая	25,2	24						

сахар	15	15						
крахмал	7	7						
Хлеб пшеничный			**40**	**2,0**	**0,6**	**16,2**	**77,8**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**40**					
Хлеб ржаной			**20**	**0,7**	**0,1**	**9,4**	**41,3**	
или хлеб ржаной витаминизированный			**20**					
ИТОГО:				***45***	***52***	***169***	***1328***	

19 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			***600***	***19,1***	***14,0***	***89,9***	***561,6***	
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	109	60	**60**	**0,5**	**0,1**	**1,0**	**6,9**	**№101-2004**
ИЛИ								
Овощи свежие (огурцы)			**60**	**0,5**	**0,1**	**1,3**	**7,9**	**№70-2006, Москва**
огурцы свежие грунтовые	63	60						
или огурцы свежие парниковые	61	60						
Рыба, запеченная с яйцом			**90**	**13,0**	**8,9**	**8,2**	**164,9**	**№341-2013, Пермь**
горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	140	93						

Автономное учреждение Тюменской области «Центр технологического контроля» ОГРН 1077203065147

или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	169	93						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	117	87						
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	108	93						
мука пшеничная	4	4						
масло растительное	4	4						
масса запеченной рыбы		70						
мука пшеничная	3	3						
яйцо куриное	20	20						
масло растительное	2	2						
Пюре картофельное			**150**	**3,3**	**4,4**	**23,5**	**147**	**№520-2004**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	170	128						
01.11.-31.12. -30%	183	128						
01.01-29.02 - 35%	197	128						
01.03 - 40%	214	128						
молоко питьевое	24	24						
масло сливочное	5	5						
Сок в ассортименте	200	200	**200**	**0,5**	**0,0**	**34,0**	**138**	**№518-2013, Пермь**

Фрукт в ассортименте			**100**	**0,1**	**0,2**	**5,7**	**25**	**№458-2006, Москва**
Хлеб пшеничный			**20**	**1,0**	**0,3**	**8,1**	**38,9**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**20**					
Хлеб ржаной			**20**	**0,7**	**0,1**	**9,4**	**41,3**	
или хлеб ржаной витаминизированный			**20**					
Обед			***740***	***25,6***	***31,8***	***94,4***	***765,8***	
Салат картофельный с кукурузой			**80**	**2,8**	**5,1**	**7,8**	**88,3**	**№65-2013, Пермь**
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						
масса отварного картофеля		40						
лук репчатый	8,3	7						
или лук зеленый	9	7						
лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый								
кукуруза консервированная (после термической обработки)	30	18						
яйцо куриное	12	12						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147

масло растительное	4	4						
Суп - харчо с мясом			**250/10**	**7,4**	**5,5**	**22,0**	**167,1**	**№154-1996**
говядина полуфабрикат	19	16						
или говядина 1 категории	22	16						
или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	16	16						
крупа рисовая	17,5	17,5						
лук репчатый	24	20						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	15	15						
масло сливочное	5	5						
чеснок свежий	1,9	1,5						
хмели-сунели (сушенная зелень)	0,3	0,3						
Мясо, тушенная с капустой			**200**	**12,5**	**20,5**	**18,4**	**308,1**	**№365-2013, Пермь**
говядина полуфабрикат	93	79						
или говядина 1 категории	107	79						
или свинина мясная	87	74						
масса тушенного мяса		50						
капуста свежая белокочанная	206	165						

масло растительное	10	10						
морковь до 01.01.-20%	19	15						
с 01.01 - 25%	20	15						
лук репчатый	12	10						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5	5						
мука пшеничная	4	4						
сахар	3	3						
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 пшеничный			**40**	**2,0**	**0,6**	**16,2**	**77,8**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**40**					
Хлеб ржаной			**20**	**0,7**	**0,1**	**9,4**	**41,3**	
или хлеб ржаной витаминизированный			**20**					
ИТОГО:				***45***	***46***	***184***	***1327***	

Автономное учреждение Пензенской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147

20 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			***605***	***21,8***	***20,8***	***73,5***	***572,3***	
Яйца вареные			**40**	**5,1**	**4,6**	**0,3**	**63,0**	**№300-2013, Пермь**
Котлеты из говядины и курицы "Школьные"			**90**	**11,3**	**9,8**	**11,9**	**181,0**	**№59-2006, Екатеринбург**
говядина 1 категории	72	53						
или говядина полуфабрикат	63	53						
или фарш мясной промышленного производства	53	53						
грудка куриная промышленного производства	22	15						
или филе куриное промышленного производства	16	15						
или фарш куриный промышленного производства	15	15						
крупа рисовая	5	5						
молоко питьевое	15	15						
масса вязкой каши		18						
лук репчатый	5	4						
яйцо куриное	9	9						

мука пшеничная	6	6						
масло растительное для смазки листа	2	2						
Каша гречневая вязкая отварная			**150**	**1,7**	**4,5**	**24,3**	**148,6**	**№510-2004**
крупа гречневая	38	38						
вода питьевая	120	120						
масло сливочное	5	5						
Чай с сахаром			**200**	**0,2**	**0,0**	**15,0**	**60,8**	**№685-2004**
чай-заварка	1,0	1,0						
сахар	15	15						
Йогурт молочный полужирный в индивидуальной упаковке			**125**	**1,8**	**1,5**	**4,5**	**38,7**	
Хлеб пшеничный			**20**	**1,0**	**0,3**	**8,1**	**38,9**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**20**					
Хлеб ржаной			**20**	**0,7**	**0,1**	**9,4**	**41,3**	
или хлеб ржаной витаминизированный			**20**					
Обед			***790***	***26,6***	***27,4***	***111,7***	***800,2***	
Салат из свежих огурцов			**80**	**0,6**	**4,1**	**2,0**	**47,1**	**№17-2013, Пермь**
огурцы свежие парниковые	78	76						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147

или огурцы свежие грунтовые	80	76						
масло растительное	4	4						
Суп с макаронными изделиями с курицей			**250/10**	**7,3**	**6,1**	**18,5**	**158,1**	**№147-2013, Пермь**
курица потрошеная 1 категории (мякоть без кожи)	29	26						
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						
макаронные изделия	10	10						
морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
с 01.01 - 25%	13,3	10						
лук репчатый	12	10						
масло сливочное	5	5						
ечень, тушеная с овощами			**100**	**11,7**	**10,8**	**4,9**	**164**	**№439-2004**
печень говяжья	114	95						
лук репчатый	18	15						
масло растительное	5	5						

масса готовой печени с луком		60						
мука пшеничная	2,0	2,0						
морковь до 01.01.-20%	62,5	50						
с 01.01 - 25%	66,5	50						
ароматное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	8	8						
вода питьевая	15	15						
артофель толченый, по-деревенски			**150**	**3,4**	**5,8**	**29,4**	**183,5**	**№208-2013, Пермь**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	189	142						
01.11.-31.12. -30%	203	142						
01.01-29.02 - 35%	219	142						
01.03 - 40%	237	142						
отвар картофельный	25	25						
масло сливочное	8	8						
мпот из кураги			**200**	**0,9**	**0,0**	**31,3**	**128,8**	**№638-2004**
курага	20,3	20						
сахар	15	15						
еб пшеничный			**40**	**2,0**	**0,6**	**16,2**	**77,8**	

Автономное учреждение Пермской области «Центр технологического контроля» ОГРН 1077203065147

01.11.-31.12. -30%	243	170						
01.01-29.02 - 35%	262	170						
01.03 - 40%	284	170						
отвар картофельный	30	30						
масло сливочное	10	10						
Сок в ассортименте	**200**	**200**	**200**	**0,4**	**0,0**	**22,0**	**89,6**	**№518-2013, Пермь**
Хлеб ржаной			**40**	**1,9**	**0,4**	**17,5**	**81,0**	
или Хлеб ржаной витаминизированный			**40**					
Хлеб пшеничный			**60**	**3,0**	**0,8**	**24,3**	**116,8**	
или Хлеб пшеничный витаминизированный			**60**					
ИТОГО:				***47***	***45***	***226***	***1500***	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (за завтраки):				***20***	***20***	***88***	***617***	*При одном приеме пищи (завтрак)*
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (за завтраки)(20-25%):				*18-23*	*18-23*	*77-96*	*544-680*	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (за обеды):				***28***	***29***	***128***	***884***	*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 (завтрак, обед):				***48***	***49***	***216***	***1502***	*При 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***	