

МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД**завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин****Возрастная категория: от 1 года до 3 лет
(11-12 часов пребывания детей)****20-ти дневное меню №20-ДС/3590-20/86 от 09 декабря 2020 года****МЕНЮ ДЛЯ САЙТА****1 день**

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			350	7,5	9,4	40,3	275,4	
Каша манная жидкая с вареньем			150	3,9	3,6	15,7	111	№6.2.-1995, Екатеринбург
Бутерброд с маслом			15/5	1,6	3,5	7,4	68	№1-2004
Какао с молоком сгущенным			180	1,6	2,1	11,5	71	№694-2004
Хлеб ржаной			15	0,4	0,2	5,7	26	
Второй завтрак				0,2	0,0	17,3	70	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Пермь
Обед			515	15,0	18,7	66,4	494	
Свекла отварная с маслом растительным			40	0,6	3,2	2,5	41	№56-2006, Москва

Рассольник "Домашний" с курицей со сметаной			150/10/5	3,0	2,8	7,1	66	№131-2004
Котлеты, биточки из говядины			50	6,0	6,5	5,9	106	№451-2004
Каша гречневая вязкая отварная, с соусом молочным			110	4,0	5,5	16,9	133	№510-2004
Компот из свежих плодов			150	0,3	0,1	13,3	55	№507-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			30	0,6	0,3	13,2	58	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,5	34	
Полдник			200	5,6	7,0	31,4	211	
Булочка ванильная			50	2,9	4,1	29,0	165	№767-2004
Кисломолочный напиток для детского питания в ассортименте	155	150	150	2,7	2,9	2,4	47	№698-2004
Ужин			410	10,2	14,8	45,4	356	
Салат картофельный с кукурузой и морковью			110	1,9	4,0	6,3	69	№73-2013, Пермь
Пудинг из говядины			50	7,4	10,3	0,9	126	№472-2004
Чай с лимоном			150	0,1	0,0	8,5	34	№686-2004
Фрукт в ассортименте			100	0,3	0,3	21,5	90	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)								
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Хлеб ржаной			10	0,3	0,1	3,8	17	
ИТОГО:				38	50	201	1405	

2 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Номер рецептуры
Завтрак			350	13,9	14,6	26,9	295	
Омлет натуральный			80	7,3	7,3	1,0	99	№340-2004
или								
Яичная кашка натуральная			80	7,4	7,5	1,1	102	№279-1996
Овощи на подгарнировку								
Кукуруза консервированная (после термической обработки)	100	60	60	0,9	0,2	4,1	22	№101-2004
Бутерброд с маслом с сыром			30	3,3	5,1	9,9	99	№1,3-2004
Кофейный напиток			180	2,4	2,0	11,9	75	№501-2013, Пермь
Второй завтрак				0,2	0,0	17,3	70	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Пермь
Обед			500	13,5	15,6	70,6	477	
Салат из моркови и яблок			40	0,6	3,1	4,6	49	№9-2013, Пермь
Суп гороховый на мясном бульоне с гренками			150/10	2,9	2,2	10,4	73	№139-2004
Жаркое по - домашнему			150	8,5	9,6	19,0	196	№436-2004

Компот из смеси сухофруктов			150	0,2	0,0	12,7	52	№508-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
Полдник			200	4,6	5,8	34,9	210	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			50	1,9	2,9	32,5	164	
ИЛИ								
Ватрушка с джемом			50	1,9	2,9	32,5	164	№541-2013, Пермь
Кисломолочный напиток для детского питания в ассортименте	155	150	150	2,7	2,9	2,4	47	№698-2004
Ужин			450	8,9	10,2	56,2	352	
Винегрет овощной			110	1,5	4,0	12,5	92	№71-2004
Суфле рыбное			60	6,5	5,7	5,5	99	№400-2004
Чай с сахаром			150	0,1	0,0	8,5	34	№685-2004
Фрукт в ассортименте			130	0,3	0,3	21,5	90	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)								
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Хлеб ржаной			10	0,3	0,1	3,8	17	
ИТОГО:				41	46	206	1404	

3 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			350	11,7	8,6	35,6	267	
Запеканка из творога с молоком сгущенным			140	8,9	7,2	9,5	138	№313-2013, Пермь
Бутерброд с джемом или повидлом			15/15	1,4	0,2	16,3	73	№2-2004
Чай с молоком			180	1,4	1,2	9,8	56	№495-2013, Пермь
Второй завтрак				0,2	0,0	16,9	69	
Отвар шиповника			100	0,2	0,0	16,9	69	№705-2004
Обед			535	13,1	17,1	70,1	487	
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком			40	1,3	3,2	4,5	52	№74-2013, Пермь
ИЛИ								
Салат из огурцов с маслом			40	0,4	3,0	1,3	34	№14/1-2011г, Екатеринбург
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной			150/5	1,3	3,9	4,7	59	№142-2013, Пермь
Котлета полтавская из говядины, запеченная с соусом сметанным с томатом			50/30	6,6	7,4	5,7	116	№427-1996
Макароны изделия отварные			110	3,0	2,2	31,1	156	№516-2004
Кисель из свежих ягод			150	0,2	0,1	12,2	51	№505-2013, Пермь

Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,2	7,5	34	
Полдник			220	3,6	3,5	42,3	215	
Шанежка с картофелем			70	3,2	3,3	21,8	130	№296-2004, Пермь
Сок в ассортименте	150	150	150	0,4	0,2	20,5	85	№518-2013, Пермь
Ужин			420	11,4	13,6	44,0	344	
Шницель из говядины			50	6,0	6,5	5,9	106	№451-2004
Овощи, припущенные в сметане			120	2,2	3,8	11,8	90	№210-2004
Чай с сахаром			150	0,1	0,0	8,5	34	№685-2004
Йогурт молочный для детского питания в ассортименте	100	100	100	2,8	3,2	14,0	96	
Хлеб ржаной			10	0,3	0,1	3,8	17	
ИТОГО:				40	43	209	1381	
4 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			360	9,8	12,0	34,5	285	
Суп молочный с крупой			150	2,7	3,8	14,5	103	№164-2013, Пермь

Бутерброд с маслом			15/5	1,6	3,5	7,4	68	№1-2004
Яйца вареные			40	5,1	4,6	0,3	63	№300-2013, Пермь
Чай с лимоном			150	0,1	0,0	8,5	34	№686-2004
Хлеб ржаной			10	0,3	0,1	3,8	17	
Второй завтрак				0,1	0,4	16,4	70	
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,4	16,4	70	№458-2006, Москва
Обед			550	17,0	19,3	65,2	503	
Салат из свеклы с сыром			40	1,9	4,1	2,8	56	№55-2013, Пермь
Суп картофельный с рыбными фрикадельками			150/40	4,9	3,8	12,2	103	№142-2004
Печень говяжья по - строгановски			60	6,7	8,9	1,6	113	№431-2004
Рис припущенный			110	2,3	2,0	18,6	102	№512-2004
Компот из кураги			150	0,3	0,0	14,3	58	№638-2004
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	52	
Полдник			200	5,4	7,3	31,8	215	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			50	2,7	3,8	26,1	149	
Кисломолочный напиток для детского питания в ассортименте	155	150	150	2,7	3,5	5,7	65	№698-2004

Ужин			450	11,6	13,6	45,2	350	
Кнели из говядины			50	6,2	6,5	7,6	114	№379-2013, Пермь
Капуста, запеченная в молочном соусе с сыром			120	3,5	4,5	9,2	91	№7.40-1995, Екатеринбург
Какао с молоком сгущенным			180	1,6	2,1	11,5	71	№694-2004
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,4	12,5	54	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)								
ИТОГО:				44	53	193	1422	
5 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			360	11,1	10,4	38,7	293	
Каша 5 злаков жидкая			150	4,5	5,8	16,9	138	№311-2004
Бутерброд с сыром			20/10	4,2	2,6	9,9	80	№3-2004
Кофейный напиток			180	2,4	2,0	11,9	75	№501-2013, Пермь
Второй завтрак				0,2	0,0	17,3	70	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Пермь
Обед			565	14,8	17,2	69,0	490	
Салат картофельный с огурцами			40	0,7	3,0	5,9	53	№75-2013, Пермь

Борщ "Сибирский" с мясом со сметаной			150/10/5	3,5	3,4	7,2	73	№111-2004
Шницель рыбный натуральный			60	6,2	4,6	7,5	96	№391-2004
Соус молочный			30	1,0	2,1	2,6	34	№435-2013, Пермь
Пюре картофельное			120	2,4	3,5	15,1	102	№520-2004
Компот из свежих яблок			150	0,1	0,1	15,0	61	№631-2004
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	52	
Полдник			200	6,1	6,9	32,9	218	
Шанежка наливная			50	3,4	3,4	27,2	153	№550 -2013, Пермь
Кисломолочный напиток для детского питания в ассортименте	155	150	150	2,7	3,5	5,7	65	№698-2004
Ужин			400	15,1	9,5	50,2	347	
Суфле из птицы			60	9,7	6,5	6,5	123	№193-2001, Пермь
Макароны отварные с овощами			120	2,4	2,5	18,3	105	№294-2013, Пермь
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004
Кондитерское изделие промышленного производства (вафли с фруктовой начинкой)			40	2,6	0,4	11,0	58	
Хлеб ржаной			10	0,3	0,1	3,8	17	
ИТОГО:				47	44	208	1418	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ				42	47	203	1406	

Норма в пищевых веществах и энергии (95%)				40	45	193	1330	При 12 часовом пребывании детей
Норма в пищевых веществах и энергии (100%) *				42	47	203	1400	
6 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			350	13,2	8,9	36,2	278	
Омлет натуральный			80	7,3	7,3	1,0	99	№340-2004
ИЛИ								
Яичная кашка натуральная			80	7,4	7,5	1,1	102	№279-1996
Овощи на поджарнировку								
Горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	92	60	60	2,9	0,1	4,7	31	№101-2004
Бутерброд с джемом или повидлом			15/15	1,4	0,2	16,3	73	№2-2004
Чай с молоком			180	1,4	1,2	9,8	56	№495-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Второй завтрак				0,2	0,0	17,3	70	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Пермь
Обед			500	13,7	20,7	63,5	495	
Салат из моркови с кукурузой			40	0,7	3,0	3,5	44	№11-2001, Пермь

Суп пюре из крупы перловой с курицей			150/10	3,1	3,5	13,5	98	№160-2013, Пермь
Говядина, тушенная с капустой			150	8,6	13,5	14,2	213	№440-2004
Кисель из свежих ягод			150	0,2	0,1	12,2	51	№505-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	52	
Полдник			280	11,6	7,7	22,3	205	
Сырники с морковью запеченные, с молоком сгущенным			130	8,9	4,8	19,9	158	№323-2013, Пермь
Кисломолочный напиток для детского питания в ассортименте	155	150	150	2,7	2,9	2,4	47	№698-2004
Ужин			410	10,4	16,4	39,0	345	
Салат овощной			110	5,1	8,2	4,6	113	№69-2013, Пермь
"Ежики" из мяса с рисом			50	4,8	7,7	5,7	111	№390-2013, Пермь
Чай с сахаром			150	0,1	0,0	8,5	34	№685-2004
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,4	16,4	70	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)								
Хлеб ржаной			10	0,3	0,1	3,8	17	
ИТОГО:				49	54	178	1393	

7 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			350	6,6	8,5	44,5	281	
Каша "Дружба"			150	4,7	4,9	22,2	152	№260-2013, Пермь
Бутерброд с маслом			15/5	1,6	3,5	7,4	68	№1-2004
Чай с лимоном			180	0,1	0,0	10,5	42	№686-2004
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Второй завтрак				0,2	0,0	17,3	70	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Пермь
Обед			515	12,2	15,5	75,7	491	
Овощное детское пюре промышленного производства в ассортименте			40	0,0	0,0	2,2	9	№101-2004
ИЛИ								
Нарезка из свеклы отварной			40	0,6	0,0	2,5	12	№50 - 2013, Пермь
Суп из овощей со сметаной			150/5	1,2	3,2	7,5	64	№135-2004
Тефтели, запеченные в молочном соусе			60	6,9	9,6	6,5	140	№388-2013, Пермь
Макароны изделия отварные			110	3,0	2,2	31,1	156	№516-2004
Компот из смеси сухофруктов			150	0,2	0,0	12,7	52	№508-2013, Пермь

Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	52	
Полдник			200	5,0	7,8	31,2	215	
Булочка "Пермская"			50	2,3	4,3	25,5	150	№554-2013, Пермь
Кисломолочный напиток для детского питания в ассортименте	155	150	150	2,7	3,5	5,7	65	№698-2004
Ужин			460	11,7	12,9	47,0	351	
Котлета рыбная натуральная запеченная			60	7,5	7,2	5,6	117	№9/7-2011, Екатеринбург
Картофель тушеный			120	2,2	3,1	13,6	91	№216-2004
Какао с молоком сгущенным			180	1,6	2,1	11,5	71	№694-2004
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,4	12,5	54	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)								
Хлеб ржаной			10	0,3	0,1	3,8	17	
ИТОГО:				36	45	216	1408	
8 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			350	15,5	11,8	31,3	293	
Запеканка из творога с молоком сгущенным			140	8,9	7,2	9,5	138	№313-2013, Пермь

Бутерброд с сыром			20/10	4,2	2,6	9,9	80	№3-2004
Кофейный напиток			180	2,4	2,0	11,9	75	№501-2013, Пермь
Второй завтрак				0,2	0,0	16,9	69	
Отвар шиповника			100	0,2	0,0	16,9	69	№705-2004
Обед			535	16,0	15,8	71,1	491	
Салат из свежих помидоров			40	0,7	3,0	2,7	41	№22-2013, Пермь
ИЛИ								
Салат из соленых огурцов с луком			40	0,4	3,0	2,1	37	№17-2004
Суп крестьянский с крупой с мясом и сметаной			150/10/5	3,9	3,5	7,7	78	№154-2013, Пермь
Фрикадельки рыбные, запеченные с соусом сметанным с томатом			60	7,8	5,1	10,5	119	№157-2001, Пермь
Пюре картофельное			120	2,4	3,5	15,1	102	№520-2004
Компот из свежих яблок			150	0,1	0,1	15,0	61	№631-2004
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	52	
Полдник			200	5,8	9,0	28,6	219	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			50	1,7	5,2	22,5	144	
Молоко питьевое кипяченое	158	150	150	4,1	3,8	6,1	75	№260-2001, Пермь

Ужин			400	7,7	6,2	63,5	340,6	
Плов из говядины			150	6,9	5,5	22,8	168	№443-2004
Сок в ассортименте	150	150	150	0,4	0,2	20,5	85	№518-2013, Пермь
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,4	16,4	70	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)								
Хлеб ржаной			10	0,3	0,1	3,8	17	
ИТОГО:				45	43	211	1412	
9 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			360	6,7	6,7	48,9	283	
Каша манная жидкая			150	3,9	5,3	22,8	155	№311-2004
Бутерброд с джемом или повидлом			15/15	1,4	0,2	16,3	73	№2-2004
Чай с молоком			180	1,4	1,2	9,8	56	№495-2013, Пермь
Второй завтрак				0,2	0,0	17,3	70	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Пермь
Обед			525	16,4	17,2	65,7	483	
Салат из капусты белокочанной с морковью			40	0,6	3,0	3,8	45	№4-2013, Пермь

Суп картофельный с мелкошинкованными овощами с мясом со сметаной			150/10/5	3,5	3,9	11,2	94	№1.72-1995, Екатеринбург
Суфле из печени			60	7,6	6,6	1,7	97	№35/8-2011, Екатеринбург
Каша гречневая вязкая отварная			110	3,3	3,1	14,6	100	№510-2004
Компот из кураги			150	0,3	0,0	14,3	58	№638-2004
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	52	
Полдник			200	5,5	7,0	33,2	218	
Булочка с сахаром			50	2,8	3,5	27,5	153	№772-2004
Кисломолочный напиток для детского питания в ассортименте	155	150	150	2,7	3,5	5,7	65	№698-2004
Ужин			400	11,4	12,6	48,8	354	
Салат из моркови			40	0,4	0,0	4,0	18	№7-2013, Пермь
Котлеты по - хлыновски			50	5,2	7,3	7,0	115	№454-2004
Пюре из гороха с маслом			120	5,0	3,0	18,5	121	№417,418-2013, Пермь
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004
Кондитерское изделие промышленного производства (конфеты)			10	0,4	2,2	4,9	41	
Хлеб ржаной			10	0,3	0,1	3,8	17	
ИТОГО:				40	44	214	1408	

10 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			350	8,0	9,7	37,4	269	
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая			150	6,3	6,2	19,5	159	№311-2004
Бутерброд с маслом			15/5	1,6	3,5	7,4	68	№1-2004
Чай с лимоном			180	0,1	0,0	10,5	42	№686-2004
Второй завтрак				0,2	0,0	17,3	70	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Пермь
Обед			530	15,8	16,6	69,8	492	
Кукуруза консервированная (после термической обработки)	67	40	40	0,8	0,1	3,5	18	№101-2004
Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей			150/10	3,2	3,5	13,5	98	№140-2004
Биточки рубленые из птицы припущенные			60	6,8	7,3	4,5	111	№498-2004
Капуста тушеная			120	3,5	4,9	12,2	107	№423-2004
Кисель из свежих ягод			150	0,2	0,1	12,2	51	№505-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	

Полдник			200	5,5	8,4	28,7	212	
Пирог "Вечерний"			50	2,8	5,5	26,3	166	№120-1999
Кисломолочный напиток для детского питания в ассортименте	155	150	150	2,7	2,9	2,4	47	№698-2004
Ужин			400	12,9	14,2	44,3	357	
Пудинг из творога с рисом с молоком сгущенным			130	8,5	10,1	17,2	194	№318-2013, Пермь
Молоко питьевое кипяченое	158	150	150	4,1	3,8	6,1	75	№260-2001, Пермь
Фрукт в ассортименте			120	0,3	0,3	21,0	88	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)								
ИТОГО:				42	49	198	1400	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ				42,49	46,7	203,4	1404	
Норма в пищевых веществах и энергии (95%)				40	45	193	1330	При 12 часовом пребывании детей
Норма в пищевых веществах и энергии (100%) *				42	47	203	1400	
11 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			360	10,7	9,0	42,1	292	
Каша кукурузная жидкая			150	4,1	4,4	20,3	137	№311-2004
Бутерброд с сыром			20/10	4,2	2,6	9,9	80	№3-2004

Кофейный напиток			180	2,4	2,0	11,9	75	№501-2013, Пермь
Второй завтрак				0,1	0,4	16,4	70	
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,4	16,4	70	№458-2006, Москва
Обед			565	19,5	19,8	60,1	497	
Салат из свеклы с огурцами			40	0,5	3,0	2,6	39	№53-2013, Пермь
Уха с крупой			150/50	8,9	5,9	8,9	124	№152-2013, Пермь
Фрикадельки из кур припущенные, с маслом			50/5	6,6	6,9	5,1	109	№410-2013, Пермь
Пюре картофельное			120	2,4	3,5	15,1	102	№520-2004
Компот из смеси сухофруктов			150	0,2	0,0	12,7	52	№508-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	52	
Полдник			200	2,5	7,7	33,2	212	
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте			50	2,2	7,7	21,0	162	
Сок в ассортименте	150	150	150	0,3	0,0	12,2	50	№518-2013, Пермь
Ужин			400	11,2	13,2	43,1	336	
Запеканка овощная			160	4,1	7,8	25,5	189	№234-2013, г. Пермь
Зразы рубленые из говядины, паровые			60	6,7	5,3	3,2	87	№457-2004

Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004
Хлеб ржаной			10	0,3	0,1	3,8	17	
ИТОГО:				44,0	50,1	194,9	1407	
12 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			360	6,3	6,8	45,6	269	
Каша пшенная жидкая			150	3,5	5,4	19,5	141	№311-2004
Бутерброд с джемом или повидлом			15/15	1,4	0,2	16,3	73	№2-2004
Чай с молоком			180	1,4	1,2	9,8	56	№495-2013, Пермь
Второй завтрак				0,2	0,0	17,3	70	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Пермь
Обед			500	15,9	18,2	59,7	466	
Салат из отварных овощей			40	1,0	3,0	5,5	53	№29/1-2011, Екатеринбург
Суп картофельный с клецками с курицей			150/10	3,2	3,5	8,7	79	№155-2004
Голубцы ленивые, запеченные с соусом сметанным с томатом			150	10,5	11,1	13,5	196	№372-2013, Пермь
Компот из свежих ягод			150	0,1	0,0	12,5	50	№634-2004

Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
Полдник			200	4,4	9,0	27,8	209,8	
Булочка "К чаю"			50	1,7	5,5	18,1	129	№788-2004
Кисломолочный напиток для детского питания в ассортименте	155	150	150	2,7	3,5	9,7	81	№698-2004
Ужин			410	15,2	12,0	44,1	345	
Сырники из творога запечённые с молоком сгущенным			130	9,9	5,8	19,2	169	№321-2013, Пермь
Молоко питьевое кипяченое	189	180	180	5,2	5,8	8,5	107	№260-2001, Пермь
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,4	16,4	70	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)								
ИТОГО:				42	46	195	1360	
13 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			350	6,2	9,4	42,2	278	
Каша гречневая вязкая			150	4,5	5,9	24,3	168	№248-2013, Пермь
Бутерброд с маслом			15/5	1,6	3,5	7,4	68	№1-2004

Чай с лимоном				180	0,1	0,0	10,5	42	№686-2004
Второй завтрак					0,2	0,0	17,3	70	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Пермь	
Обед				530	17,0	15,6	71,4	494	
Салат из свежих помидоров				40	0,7	3,0	2,7	41	№22-2013, Пермь
ИЛИ									
Салат из свеклы с зеленым горошком				40	0,7	3,0	2,9	41	№58-2013, Пермь
Суп картофельный с крупой с мясом				150/10	3,9	3,5	12,5	97	№138-2004
Рыба припущенная, в сметане				60	8,9	5,5	1,5	91	№338-2013, Пермь
Овощи припущенные				120	1,9	2,9	16,5	100	№524-2004
Компот из кураги				150	0,3	0,0	14,3	58	№638-2004
Хлеб пшеничный				20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной				40	0,9	0,5	15,1	69	
Полдник				200	4,2	8,0	31,4	214	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте				50	1,5	5,1	29,0	168	
Кисломолочный напиток для детского питания в ассортименте	155	150	150	2,7	2,9	2,4	47	№698-2004	
Ужин				400	15,7	14,6	40,9	358	
Яйца вареные				40	5,1	4,6	0,3	63	№300-2013, Пермь

Запеканка из печени с рисом			60	7,8	6,4	11,1	133	№482-2004
Пюре картофельное			120	2,4	3,5	15,1	102	№520-2004
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004
Хлеб ржаной			10	0,3	0,1	3,8	17	
ИТОГО:				43	48	203	1414	
14 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			350	13,0	9,2	39,1	291	
Суфле творожное			100	7,8	4,5	14,1	128	№365-2004
Соус молочный сладкий			40	0,9	2,1	4,5	41	№440-2013, Пермь
Бутерброд с сыром			20/10	4,2	2,6	9,9	80	№3-2004
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004
Второй завтрак				0,2	0,0	17,3	70	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Пермь
Обед			525	15,4	19,6	66,0	502,0	
Пюре из цветной капусты или капусты брокколи			40	0,3	2,5	2,1	32	№679-2002
ИЛИ								

Салат из огурцов с маслом			40	0,4	3,0	1,3	34	№14/1-2011г, Екатеринбург
Борщ с мелкошинкованными овощами с курицей и сметаной			150/10/5	3,1	4,5	7,2	82	№1.78-1995, Екатеринбург
Котлеты по - хлыновски			50	5,2	7,3	7,0	115	№454-2004
Овощи, запеченные с яйцом			120	5,2	4,5	12,5	111	№7.55.-1995, Екатеринбург
Компот из свежих плодов			150	0,3	0,1	13,3	55	№507-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
Полдник			220	6,0	7,9	29,9	215	
Блинчики с молоком сгущенным			50/20	3,3	5,0	27,5	168	№531-2013, Пермь
Кисломолочный напиток для детского питания в ассортименте	155	150	150	2,7	2,9	2,4	47	№698-2004
Ужин			410	8,3	9,5	60,2	360	
Плов вегетарианский с сухофруктами			130	3,0	3,3	35,3	183	№271-2013, Пермь
Молоко питьевое кипяченое	189	180	180	5,2	5,8	8,5	107	№260-2001, Пермь
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,4	16,4	70	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)								
ИТОГО:				43	46	213	1437	

15 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК			360	6,3	6,8	45,6	269	
Каша пшенная жидкая			150	3,5	5,4	19,5	141	№311-2004
Бутерброд с джемом или повидлом			15/15	1,4	0,2	16,3	73	№2-2004
Чай с молоком			180	1,4	1,2	9,8	56	№495-2013, Пермь
Второй завтрак				0,2	0,0	17,3	70	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Пермь
Обед			525	13,6	16,9	70,7	489,3	
Салат из капусты белокочанной			40	0,6	3,0	2,8	41	№1-2013, Пермь
ИЛИ								
Салат из квашеной капусты с луком			40	0,7	3,0	1,7	37	№48-2013, Пермь
Суп картофельный с мелкошинкованными овощами со сметаной			150/5	1,7	3,6	11,2	84	№1.72-1995, Екатеринбург
Зразы рыбные рубленые, запеченные			60	7,6	6,1	9,3	123	№344-2013, Пермь
Пюре картофельное			120	2,4	3,5	15,1	102	№520-2004
Кисель из свежих ягод			150	0,2	0,1	12,2	51	№505-2013, Пермь

Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	52	
Полдник			200	5,2	7,5	31,8	216	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			50	2,5	4,0	26,1	150	
Кисломолочный напиток для детского питания в ассортименте	155	150	150	2,7	3,5	5,7	65	№698-2004
Ужин			440	10,2	14,8	44,9	354	
Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и маслом растительным			110	2,0	5,6	7,5	88	№32/1-2011, Екатеринбург
Котлеты, биточки из говядины			50	6,0	6,5	5,9	106	№451-2004
Какао с молоком сгущенным			180	1,6	2,1	11,5	71	№694-2004
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,4	12,5	54	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)								
Хлеб ржаной			20	0,5	0,2	7,5	34	
ИТОГО:				35	46	210	1397	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ				42	47	203	1403	
Норма в пищевых веществах и энергии (95%)				40	45	193	1330	При 12 часовом пребывании детей
Норма в пищевых веществах и энергии (100%) *				42	47	203	1400	

16 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			350	6,6	8,4	43,7	277	
Суп молочный с макаронными изделиями			150	4,5	4,7	17,0	128	№165-2013, Пермь
Бутерброд с маслом			15/5	1,6	3,5	7,4	68	№1-2004
Чай с лимоном			180	0,1	0,0	10,5	42	№686-2004
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39	
Второй завтрак				0,2	0,0	17,3	70	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Пермь
Обед			520	16,1	19,2	59,2	474	
Винегрет овощной			40	0,6	3,0	4,5	47	№71-2004
Суп-пюре из капусты с мясом			150/10	4,2	5,5	6,0	90	№1.35-1995, Екатеринбург
Гуляш			60	6,7	7,0	1,9	97	№437-2004
Каша гречневая вязкая отварная			110	3,3	3,1	14,6	100	№510-2004
Компот из смеси сухофруктов			150	0,2	0,0	12,7	52	№508-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	

Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
Полдник			200	6,1	7,4	30,9	215	
Булочка домашняя			50	3,4	4,5	28,5	168	№564-2013, Пермь
Кисломолочный напиток для детского питания в ассортименте	155	150	150	2,7	2,9	2,4	47	№698-2004
Ужин			430	18,6	7,9	51,1	350	
Вареники ленивые			130	17,1	4,8	19,3	189	№325-2013, Пермь
Соус молочный сладкий			50	1,3	2,7	6,9	57	№440-2013, Пермь
Чай с сахаром			150	0,1	0,0	8,5	34	№685-2004
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,4	16,4	70	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)								
ИТОГО:				48	43	202	1385	
17 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			350	14,9	12,3	27,0	278	
Омлет натуральный			80	7,3	7,3	1,0	99	№340-2004
ИЛИ								
Яичная кашка натуральная			80	7,4	7,5	1,1	102	№279-1996

Овощи на поджаривание								
Кукуруза консервированная (после термической обработки)	100	60	60	0,9	0,2	4,1	22	№101-2004
Бутерброд с сыром			20/10	4,2	2,6	9,9	80	№3-2004
Кофейный напиток			180	2,4	2,0	11,9	75	№501-2013, Пермь
Второй завтрак				0,2	0,0	17,3	70	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Пермь
Обед			530	16,0	17,4	65,9	484	
Салат из огурцов с маслом			40	0,4	3,0	1,3	34	№14/1-2011г, Екатеринбург
ИЛИ								
Салат из соленых огурцов с луком			40	0,4	3,0	2,1	37	№17-2004
Суп картофельный с фасолью с курицей			150/10	5,2	4,2	13,2	111	№145-2013, Пермь
Котлета рыбная натуральная запеченная			60	7,5	7,2	5,6	117	№9/7-2011, Екатеринбург
Картофель отварной с маслом			120	1,9	2,4	14,3	86	№203 - 2004
Компот из свежих яблок			150	0,1	0,1	15,0	61	№631-2004
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	52	
Полдник			200	7,5	7,9	29,6	220	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			50	3,5	4,4	24,5	152	

Молоко питьевое кипяченое	158	150	150	4,0	3,5	5,1	68	№260-2001, Пермь
Ужин			400	8,2	13,1	50,7	353,5	
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" с бананом			150	5,0	5,5	23,4	163	№6.23-1995, Екатеринбург
ИЛИ								
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая			150	6,3	6,2	19,5	159	№311-2004
Чай с сахаром			150	0,1	0,0	8,5	34	№685-2004
Йогурт молочный для детского питания в ассортименте	100	100	100	2,8	7,5	15,0	139	
Хлеб ржаной			10	0,3	0,1	3,8	17	
ИТОГО:				46,8	50,7	190,5	1405	
18 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			360	7,6	6,8	46,4	284	
Каша рисовая жидкая			150	4,8	5,4	20,3	156	№311-2004
Бутерброд с джемом или повидлом			15/15	1,4	0,2	16,3	73	№2-2004
Чай с молоком			180	1,4	1,2	9,8	56	№495-2013, Пермь
Второй завтрак				0,1	0,4	16,4	70	
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,4	16,4	70	№458-2006, Москва

Обед			510	13,3	17,2	71,7	495,4	
Салат из свежих помидоров			40	0,7	3,0	2,7	41	№22-2013, Пермь
ИЛИ								
Салат из моркови и яблок			40	0,6	3,1	4,6	49	№9-2013, Пермь
Суп-пюре из разных овощей			150	1,8	3,0	8,0	66	№168-2004
Печень, тушенная в соусе			60	6,4	8,2	4,0	115	№401-2013, Пермь
Каша пшеничная рассыпчатая			110	3,2	2,2	23,5	127	№302-2004
Кисель из свежих ягод			150	0,2	0,1	12,2	51	№505-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
Полдник			200	2,0	5,2	37,0	202,8	
Булочка с изюмом			50	1,7	5,2	22,5	144	№11/12-2011, Екатеринбург
Сок в ассортименте	150	150	150	0,3	0,0	14,5	59	№518-2013, Пермь
Ужин			480	13,9	12,5	45,9	352	
Мясной сырок			50	8,5	5,5	4,0	100	№2.7-1995, Екатеринбург
Соус молочный			30	1,0	2,1	2,6	34	№435-2013, Пермь
Макароны отварные с овощами			120	2,4	2,5	18,3	105	№294-2013, Пермь

Какао с молоком сгущенным			180	1,6	2,1	11,5	71	№694-2004
какао - порошок	1,5	1,5						
молоко сгущенное с сахаром	20	20						
Хлеб ржаной			10	0,3	0,1	3,8	17	
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,2	5,7	25	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)								
ИТОГО:				37	42	217	1403	
19 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			350	8,8	10,7	37,9	283	
Каша молочная ассорти (пшенично-кукурузная)			150	4,8	5,2	18,6	140	№18/4-2011, Екатеринбург
Бутерброд с маслом			15/5	1,6	3,5	7,4	68	№1-2004
Кофейный напиток			180	2,4	2,0	11,9	75	№501-2013, Пермь
Второй завтрак				0,2	0,0	17,3	70	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Пермь
Обед			520	14,3	16,2	70,0	483	
Салат Витаминный			40	0,5	3,0	3,7	44	№21(II)-2006, Москва

Суп-пюре из птицы			150	3,9	4,5	11,5	102	№173-2004
Шницель рыбный натуральный			60	6,2	4,6	7,5	96	№391-2004
Пюре картофельное			120	2,4	3,5	15,1	102	№520-2004
Компот из смеси сухофруктов			150	0,2	0,0	12,7	52	№508-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,1	69	
Полдник			200	4,2	8,0	31,4	214	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			50	1,5	5,1	29,0	168	
Кисломолочный напиток для детского питания в ассортименте	155	150	150	2,7	2,9	2,4	47	№698-2004
Ужин			400	11,9	13,2	48,6	361	
Пюре из говядины			50	6,9	6,5	3,9	102	№393-2013, Пермь
Капуста, запеченная в молочном соусе с сыром			120	3,5	4,5	9,2	91	№7.40-1995, Екатеринбург
Чай с сахаром			180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте	50	50	50	1,2	2,1	20,5	106	
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
ИТОГО:				39	48	205	1411	

20 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			360	7,6	10,2	38,6	277	
Суп молочный с крупой			150	2,7	3,8	14,5	103	№164-2013, Пермь
Бутерброд с маслом с сыром			30	3,3	5,1	9,9	99	№1,3-2004
Чай с молоком			180	1,4	1,2	9,8	56	№495-2013, Пермь
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	
Второй завтрак				0,2	0,0	17,3	70	
Сок в ассортименте	100	100	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013, Пермь
Обед			570	17,2	20,9	63,7	512	
Салат картофельный с огурцами			40	0,7	3,0	5,9	53	№75-2013, Пермь
Уха рыбацкая			150/50	5,1	5,2	12,6	118	№30/2-2011, Екатеринбург
Биточки рубленые из птицы припущенные			60	6,8	7,3	4,5	111	№498-2004
Капуста тушеная			120	3,5	4,9	12,2	107	№423-2004
Компот из изюма			150	0,2	0,0	12,8	52	№638-2004
Хлеб пшеничный			10	0,2	0,1	4,4	19	

Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	52	
Полдник			200	4,9	9,2	29,4	220	
Булочка "Российская"			50	2,2	5,7	23,7	155	№775-2004
Кисломолочный напиток для детского питания в ассортименте	155	150	150	2,7	3,5	5,7	65	№698-2004
Ужин			430	9,6	12,9	45,4	336	
Печень говяжья по - строгановски			60	6,7	8,9	1,6	113	№431-2004
Пюре картофельное			120	2,4	3,5	15,1	102	№520-2004
Чай с сахаром			150	0,1	0,0	8,5	34	№685-2004
Хлеб ржаной			10	0,3	0,1	3,8	17	
Фрукт в ассортименте			100	0,1	0,4	16,4	70	№458-2006, Москва
Или Детское фруктовое пюре в ассортименте (от 80 до 130 г)								
ИТОГО:				39	53	194	1414	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ				42	47	202	1404	
Норма в пищевых веществах и энергии (95%)				40	45	193	1330	При 12 часовом пребывании детей
Норма в пищевых веществах и энергии (100%) *				42	47	203	1400	

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