

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Брусничка»



Утверждаю:

Заведующий МДОУ «Брусничка»

Нагибина Т.А.

26.08.2020г.

Примерное 10-ти дневное меню
Для детей с 3 - 7 лет с 12 ч
пребыванием в МДОУ «Брусничка»

МЕНЮ для детей 3-7 лет № 637 от 19.09.2012 г.

Меню содержит обязательные вложения - титульный лист, накопительную, аннотацию, меню.

1 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Витамины, мг			Минералы, мг	
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	В2	Кальций	Железо
Завтрак				10,7	12,7	55,1	378	0,9	0,2	0,3	185,1	1,4
Каша пшенная жидкая с маслом (311-2004)			200/5	9,0	9,3	35,0	260	0,9	0,2	0,3	178,0	1,00
крупa пшено	30	30										
молоко питьевое	178	178										
или молоко концентрированное	82	82										
или молоко сухое	21	21										
вода кипяченая для концентрированного молока	96	96										
вода кипяченая для сухого молока	157	157										
сахар	3	3										
масло сливочное	5	5										
Чай с сахаром (628-1996)			180	0,1	0,0	10,6	43	0,00	0,00	0,00	0,46	0,04
чай - заварка	0,6	0,6										
сахар	13	13										
Масло сливочное	5	5	5	0,0	3,2	0,1	29	0,00	0,00	0,00	1,06	0,01
Батон высший сорт			20	1,6	0,2	9,4	46	0,00	0,03	0,01	5,60	0,31
ИЛИ Хлеб пшеничный витаминизированный			20									
Второй завтрак				0,7	0,1	20,5	86	8,0	0,0	0,0	12,1	0,1
Фрукт			130	0,7	0,1	20,5	86	8,00	0,05	0,00	12,10	0,09
Обед				24	24	88	664	27	0	0	133	6
Салат из белокочанной капусты со свеклой и растительным маслом (№5/1 - 2011, Екатеринбург)			60	1,0	3,0	4,8	50	22,54	0,02	0,03	28,06	0,39
капуста белокочанная свежая	65	52										
свекла до 01.01 -20%	15	12										

Экземпляр оригинал
Меню № 000637
АУ ТО «Центр технологического контроля»

с 01.01 - 25%	16	12											
масса отварной свеклы		10											
сахар	2	2											
масло растительное	3	3											
или													
Икра кабачковая промышленного производства	62	60	60	1,4	3,1	4,0	50	17,40	0,01	0,01	21,54	0,31	
Суп - пюре из картофеля с гренками (171-2004)		250/10		4,1	3,1	24,5	142	2,86	0,11	0,10	56,90	0,35	
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	93	70											
01.11.-31.12. -30%	100	70											
01.01-29.02 - 35%	108	70											
01.03 - 40%	117	70											
морковь - до 01.01 - 20%	31	25											
с 01.01 - 25%	33	25											
лук репчатый	12	10											
мука пшеничная	5	5											
масло сливочное	5	5											
молоко питьевое	38	38											
или молоко концентрированное	17	17											
или молоко сухое	5	5											
вода кипяченая для концентрированного молока	21	21											
вода кипяченая для сухого молока	33	33											
хлеб пшеничный	19	16											
Бефстроганов из мяса (423-2004)			80	11,8	13,2	1,8	173	0,12	0,02	0,04	7,46	1,00	
оленина*	86	63											
или говядина 1 категории	86	63											
или говядина полуфабрикат	74	63											
масло растительное	4	4											
лук репчатый	24	20											
сметана	15	15											
бульон или вода питьевая	25	25											

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
 Меню № 000637
 АУ ТО «Центр технологического контроля»

мука пшеничная	3	3										
Гречка отварная вязкая (№3/4-2011, Екатеринбург)			150	4,1	4,0	21,0	136	0,00	0,18	0,09	14,62	3,25
крупа гречневая	38	38										
вода питьевая	120	120										
масло сливочное	5	5										
Сок фруктовый (рассчитана средняя пищевая ценность соков - яблочного, виноградного, сливового, мультифруктового, грушевого)	180	180	180	0,6	0,0	21,4	88	1,40	0,02	0,00	16,00	0,00
Хлеб пшеничный			15	1,1	0,2	7,1	35	0,00	0,02	0,00	2,24	0,23
или хлеб витаминизированный			15									
Хлеб ржаной			20	1,6	0,3	7,6	39	0,00	0,04	0,00	7,88	0,50
Полдник				11,4	8,5	36,0	266	1,5	0,1	0,3	275,3	0,4
Булочка молочная (779-2004)			70	5,6	3,5	28,5	168	0,14	0,08	0,05	40,05	0,20
мука пшеничная	56	56										
соль йодированная	0,7	0,7										
молоко питьевое	28	28										
или молоко концентрированное	13	13										
или молоко сухое	3	3										
вода кипяченая для концентрированного молока	15	15										
вода кипяченая для сухого молока	25	25										
дрожжи прессованные	0,7	0,7										
или дрожжи сухие быстрорастворимые	0,2	0,2										
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7										
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % жирности (260-2001, Пермь)	189	180	180	4,8	5,8	7,7	102	0,90	0,10	0,10	190,10	0,20
ИЛИ												
Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке 2,5 % жирности			200	5,5	5,0	8,6	101	1,00	0,10	0,20	219,00	0,46
ИЛИ												
Кисломолочный напиток 2,5 % жирности (йогурт) (439-2006)	207	200	200	5,8	5,0	7,5	98	1,40	0,06	0,21	235,20	0,20
Ужин				15,9	12,3	48,2	367	4,4	0,2	0,1	375,8	1,5

Экземпляр оригинал
Меню № 0010
АУ ТО «Центр технологического контроля»

Овощи отварные с маслом растительным (техничко-технологическая карта)			150	2,2	5,0	13,2	107	3,10	0,09	0,09	29,47	0,06
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	69	52										
01.11.-31.12. -30%	74	52										
01.01-29.02 - 35%	80	52										
01.03 - 40%	87	52										
морковь - до 01.01 - 20%	128	102										
с 01.01 - 25%	136	102										
или свекла - до 01.01 - 20%	131	105										
с 01.01 - 25%	140	105										
или горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	154	100										
масло растительное	5	5										
Рыба запечённая с маслом (377-2004)			70/5	11,2	6,8	3,5	120	0,27	0,06	0,06	27,22	0,61
щекур неразделанный (филе с кожей без костей)*	166	83										
или горбуша (кета) потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	119	83										
или горбуша (кета) неразделанная (филе с кожей без костей)	143	83										
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	106	79										
или лосось неразделанный (филе без кожи и костей)	151	83										
или ряпушка неразделанная целая с головой	96	83										
мука пшеничная	2	2										
масло растительное	3,5	3,5										
масло сливочное	5	5										
Кисель из яблок (642-2004)			180	0,1	0,1	20,1	82	1,08	0,00	0,00	7,26	0,10
яблоки свежие, очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом	43	30										
сахар	12	12										
мука картофельная (крахмал)	7	7										
Хлеб ржаной			30	2,4	0,4	11,4	59	0,00	0,06	0,00	11,81	0,75

ЭКОНОМИЧЕСКИЙ ОРИГИНАЛ
 Меню № 000637
 АУ ТО «Центр технологического контроля»

ИТОГО:				63	57	248	1760	42	1,0	1,0	681	9,1
Соотношение белков:жиров:углеводов				1	1	4						
2 день												
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Витамины, мг			Минералы, мг	
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	В2	Кальций	Железо
Завтрак				11,5	12,2	47,3	345	1,4	0,1	0,2	306,5	1,0
Суп молочный с макаронными изделиями (161-1996)			250	5,5	5,0	20,8	150	0,65	0,06	0,10	138,44	0,42
вода питьевая	105	105										
молоко питьевое	125	125										
или молоко концентрированное	58	58										
или молоко сухое	15	15										
вода кипяченая для концентрированного молока	68	68										
вода кипяченая для сухого молока	110	110										
макаронные изделия	16	16										
соль йодированная	0,8	0,8										
сахар	2	2										
масло сливочное	2	2										
Кофейный напиток (253-2004, Пермь)			180	4,4	3,8	17,0	120	0,78	0,04	0,10	161,38	0,26
кофейный напиток	3	3										
сахар	13	13										
молоко питьевое	150	150										
или молоко концентрированное	69	69										
или молоко сухое	18	18										
вода кипяченая для концентрированного молока	81	81										
вода кипяченая для сухого молока	132	132										
Масло сливочное	5	5	5	0,0	3,2	0,1	29	0,00	0,00	0,00	1,06	0,01
Батон высший сорт			20	1,6	0,2	9,4	46	0,00	0,03	0,01	5,60	0,31
ИЛИ Хлеб пшеничный витаминизированный			20									

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
 Метод № 000637
 АУ ТО «Центр технологического контроля»

Второй завтрак				0,6	0,0	21,4	88	1,4	0,0	0,0	16,0	0,0
Сок фруктовый (рассчитана средняя пищевая ценность соков - яблочного, виноградного, сливового, мультифруктового, грушевого)	180	180	180	0,6	0,0	21,4	88	1,40	0,02	0,00	16,00	0,00
Обед				20,5	21,0	88,9	629	20,55	0,32	0,26	130,33	4,74
Салат из огурцов с луком (17-2004)			60	0,3	3,0	1,5	34	4,66	0,02	0,02	11,29	0,20
огурцы свежие грунтовые	53	50										
или огурцы свежие парниковые	51	50										
или огурцы соленые	56	50										
лук зелёный	10,8	8										
или лук репчатый	10	8										
масло растительное	3	3										
Суп крестьянский со сметаной (134-2004)			250/5	1,8	4,3	8,9	82	7,74	0,05	0,04	23,93	0,58
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										
крупа перловая или пшено	5	5										
капуста белокочанная свежая	38	30										
морковь - до 01.01 - 20%	12,5	10										
с 01.01 - 25%	13	10										
лук репчатый	12	10										
масло сливочное	5	5										
сметана	5	5										
Биточки "Детские" с маслом сливочным (техничко-технологическая карта)			70/5	8,9	9,4	6,4	146	5,80	0,03	0,09	16,34	0,58
опенина (котлетное мясо)*	71	52										
или говядина 1 категории	71	52										
или говядина полуфабрикат	61	52										
морковь - до 01.01 - 20%	13	10										
с 01.01 - 25%	13	10										

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
 Меню № 000637
 АУ ТО «Центр технологического контроля»

капуста белокочанная свежая	25	20										
яйца	5	5										
Масса припущенных овощей		28										
масло растительное для смазки листа	3,5	3,5										
масло сливочное	5	5										
Картофельное пюре (472-1996)			150	2,9	3,3	17,9	115	2,17	0,08	0,09	34,68	0,93
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	23										
или молоко концентрированное	11	10										
или молоко сухое	3	3										
вода кипяченая для концентрированного молока	13	12										
вода кипяченая для сухого молока	21	20										
масло сливочное	3,5	3,5										
Компот из сухофруктов + Витамин "С" (638-2004)			180	0,3	0,0	21,1	86	0,18	0,01	0,02	19,91	0,73
сухофрукты	15	15										
сахар	13	13										
Хлеб ржаной			50	4,0	0,7	19,0	98	0,00	0,10	0,00	19,69	1,25
Хлеб пшеничный			30	2,3	0,3	14,1	69	0,00	0,04	0,00	4,49	0,47
или хлеб витаминизированный			30									
Полдник				8,3	11,6	33,1	269	0,9	0,1	0,1	193,1	0,2
Кондитерское изделие (вафли, или пряники, или сухой бисквит без крема)	80	80	80	3,5	5,8	25,4	168	0,00	0,00	0,01	3,00	0,00
или Кондитерское изделие витаминизированное (в ассортименте)			80									
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % жирности (260-2001,Пермь)	189	180	180	4,8	5,8	7,7	102	0,90	0,10	0,10	190,10	0,20
ИЛИ												
Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке 2,5 % жирности			200	5,5	5,0	8,6	101					

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Метр № 000637
1,00 0,10 0,20 219,00 0,46
АУ ТО «Центр технологического контроля»

Ужин				15,7	20,3	31,1	370	5,9	0,2	0,1	185,5	1,5
Салат "Рыжик" (технико-технологическая карта)			100	0,7	5,0	4,2	65	4,17	0,07	0,05	16,17	0,17
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	27	20										
01.11.-31.12. -30%	29	20										
01.01-29.02 - 35%	31	20										
01.03 - 40%	33	20										
морковь - до 01.01 - 20%	81	65										
с 01.01 - 25%	86	65										
лук репчатый	18	15										
масло растительное	5	5										
Омлет с сыром с маслом (342-2004)			100/5	13,4	15,1	1,9	197	0,23	0,06	0,09	162,54	0,80
яйца	70	70										
молоко питьевое	26	26										
или молоко концентрированное	12	12										
или молоко сухое	3	3										
вода кипяченая для концентрированного молока	14	14										
вода кипяченая для сухого молока	23	23										
сыр	15,5	15										
масло растительное для смазки листа	2	2										
масло сливочное	5	5										
Компот из апельсинов или мандаринов (636-2004)			180	0,1	0,0	15,6	62	1,50	0,00	0,00	3,83	0,19
апельсины	53	35										
или мандарины	47	35										
сахар	13	13										
Хлеб пшеничный			20	1,5	0,2	9,4	46	0,00	0,02	0,00	2,99	0,31
или хлеб витаминизированный			20									
ИТОГО:				57	65	222	1701	30	0,7	0,7	831	7,4
Соотношение белков:жиров:углеводов				1	1	4						

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
800637

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
 Меню № 000637
 ЛУ ТО «Центр технологического контроля»

3 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Витамины, мг			Минералы, мг	
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	В2	Кальций	Железо
Завтрак				12,4	11,5	48,1	344	1,7	0,2	0,3	375,8	1,6
Каша "Геркулесовая" жидкая с маслом (311-2004)			200/5	6,0	7,2	20,1	169	0,46	0,15	0,24	209,18	0,90
крупа "Геркулес"	25	25										
молоко питьевое	182	182										
или молоко концентрированное	84	84										
или молоко сухое	22	22										
вода кипяченая для концентрированного молока	98	98										
вода кипяченая для сухого молока	160	160										
сахар	3	3										
соль йодированная	1	1										
масло сливочное	5	5										
Чай с лимоном (686-2004)			180/5	0,1	0,0	13,8	54	0,80	0,00	0,00	2,22	0,07
чай - заварка	0,6	0,6										
сахар	13	13										
лимон	6	5										
Сыр порциями	16	15	15	3,9	4,0	0,0	52	0,42	0,00	0,06	156,00	0,18
Батон высший сорт			30	2,4	0,3	14,2	69	0,00	0,05	0,01	8,40	0,47
ИЛИ Хлеб пшеничный витаминизированный			30									
Второй завтрак				0,7	0,3	20,1	86	21,7	0,0	0,0	2,2	0,1
Отвар шиповника (705-2004)			180	0,7	0,3	20,1	86	21,7	0,00	0,00	2,22	0,11
шиповник	20	20										
сахар	5	5										
Обед				23,7	20,8	96,2	664	7,2	0,2	0,1	96,5	5,9
Салат из свеклы отварной с маслом растительным (56-2006, Москва)			60	0,9	3,0	4,3	48	1,22	0,01	0,02	20,23	0,77
свекла до 01.01 -20%	78	62										

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
 Меню № 000637
 АУ ТО «Центр технологического контроля»

с 01.01 - 25%	82	62										
масса отварной свеклы		60										
масло растительное	3	3										
Бабушкин суп на курином бульоне со сметаной (технико-технологическая карта)			250/5	2,9	3,5	10,0	83	3,19	0,05	0,05	21,28	0,94
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	120	90										
01.11.-31.12. -30%	129	90										
01.01-29.02 - 35%	139	90										
01.03 - 40%	150	90										
морковь - до 01.01 - 20%	29	23										
с 01.01 - 25%	31	23										
лук репчатый	12	10										
масло сливочное	4	4										
сметана	5	5										
Курица (кролик) отварная с соусом (487-2004)			80	10,1	7,7	0,2	111	0,20	0,02	0,02	11,41	1,05
курица потрошенная 1 категории	97	86										
или окорочок куриный*	92	86										
или грудка куриная *	93	88										
или кролик 1 категории*	86	82										
лук репчатый	3	2										
Соус молочный (595 -2004)			20									
молоко питьевое	10	10										
мука пшеничная	1,1	1,1										
бульон или отвар	10	10										
масло сливочное	1,1	1,1										
Рис припущенный с овощами (технико-технологическая карта)			150	3,4	5,4	29,2	179	0,97	0,03	0,02	15,22	0,67
крупа рисовая	40	40										
морковь - до 01.01 - 20%	41,3	33										
с 01.01 - 25%	44	33										
кукуруза консервированная после термической обработки для подачи к блюду	33	20										



масло сливочное	8	8										
Компот из свежих яблок + Витамин "С" (585-1996)			180	0,2	0,2	18,5	73	1,60	0,01	0,01	6,64	0,90
яблоки свежие с удаленным семенным гнездом	45,4	40										
сахар	13	13										
Хлеб пшеничный			40	3,0	0,4	18,8	92	0,00	0,05	0,00	5,98	0,62
или хлеб витаминизированный			40									
Хлеб ржаной			40	3,2	0,5	15,2	78	0,00	0,08	0,00	15,75	1,00
Полдник				11,2	9,2	32,9	259	1,2	0,2	0,3	239,1	0,5
Шанежка с картофелем (296 - 2001, Пермь)			70	5,7	4,2	24,3	158	0,18	0,05	0,05	20,09	0,00
масса теста		35										
мука пшеничная	24	24										
сахар	1,4	1,4										
масло сливочное	1,1	1,1										
яйца	1,4	1,4										
соль йодированная	0,4	0,4										
дрожжи прессованные	1,4	1,4										
или дрожжи сухие быстрорастворимые	0,4	0,4										
молоко питьевое или вода питьевая	10	10										
или молоко концентрированное	4	4										
или молоко сухое	1,1	1,1										
вода кипяченая для концентрированного молока	5	5										
вода кипяченая для сухого молока	9	9										
масса фарша		49										
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	51	39										
01.11.-31.12. - 30%	55	39										
01.01-29.02 - 35%	59	39										
01.03 - 40%	64	39										
молоко питьевое	8	8										
или молоко концентрированное	4	4										
или молоко сухое	1	1										

ЭКЗЕМПЛЯР ОРИГИНАЛ
 Меню № 000637
 АУ ТО «Центр технологического контроля»

вода кипяченая для концентрированного молока	4	4										
вода кипяченая для сухого молока	7	7										
яйца	2,1	2,1										
масло сливочное	0,8	0,8										
яйца для смазки изделия	1,4	1,4										
сметана для смазки изделий	2,1	2,1										
масло сливочное	0,9	0,9										
масло растительное для смазки листа	0,9	0,9										
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % жирности (260-2001, Пермь)	189	180	180	4,8	5,8	7,7	102	0,90	0,10	0,10	190,10	0,20
или												
Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке 2,5 % жирности			200	5,5	5,0	8,6	101	1,00	0,10	0,20	219,00	0,46
или												
Кисломолочный напиток 2,5 % жирности (йогурт) (439-2006)	207	200	200	5,8	5,0	7,5	98	1,40	0,06	0,21	235,20	0,20
Ужин				15,3	15,5	43,8	376	4,0	0,1	0,1	58,1	3,2
Салат Мазайка (техничко-технологическая карта)			100	1,5	5,0	8,9	87	3,92	0,03	0,03	23,05	0,80
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	86	65										
01.11.-31.12. - 30%	93	65										
01.01.-29.02 - 35%	100	65										
01.03 - 40%	109	65										
масса отварного картофеля		63										
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	54	35										
масло растительное	5	5										
Пудинг из мяса (25/8-2011, Екатеринбург)			70	11,5	10,1	0,7	140	0,07	0,03	0,11	26,92	1,82
оленина*	116	85										
или говядина полуфабрикат	100	85										
или говядина 1 категории	116	85										
масло сливочное	5	5										
молоко питьевое	14	14										

ЭКСПЕМПЛЯР ОРИГИНАЛ
 Меню № 020637
 АУ ТО «Центр технологического контроля»

или молоко концентрированное	6	6										
или молоко сухое	2	2										
вода кипяченая для концентрированного молока	8	8										
вода кипяченая для сухого молока	12	12										
яйца	9	11										
Витаминизированный напиток ("Золотой шар")			200	0,0	0,0	21,4	86					
концентрат "Золотой шар"	9	9										
ИЛИ												
Сок фруктовый или ягодный с содержанием витаминов и минералов	200	200	200									
Хлеб пшеничный			15	1,1	0,2	7,1	35	0,00	0,02	0,00	2,24	0,23
или хлеб витаминизированный			15									
Хлеб ржаной			15	1,2	0,2	5,7	29	0,00	0,03	0,00	5,91	0,38
ИТОГО:				63	57	241	1729	36	0,7	0,8	772	11,4
Соотношение белков:жиров:углеводов				1	1	4						
4 день												
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Витамины, мг			Минералы, мг	
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	В2	Кальций	Железо
Завтрак				11,3	13,7	50,8	372	1,28	0,13	0,26	290,31	1,47
Каша "Солнечная" с маслом (техничко-технологическая карта)			200/5	5,2	6,5	24,1	176	0,50	0,06	0,15	122,60	0,60
крупa кукурузная	15	15										
крупa манная	15	15										
молоко питьевое	172	172										
или молоко концентрированное	79	79										
или молоко сухое	21	21										
вода кипяченая для концентрированного молока	93	93										
вода кипяченая для сухого молока	151	151										
сахар	4	4										
масло сливочное	5	5										

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ

Х. 000637

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
 Меню № 000637
 АУ ТО «Центр технологического контроля»

Какао с молоком (642-1996)			180	4,5	3,8	17,2	121	0,78	0,04	0,10	161,05	0,55
какао - порошок	3	3										
молоко питьевое	150	150										
или молоко концентрированное	69	69										
или молоко сухое	18	18										
вода кипяченая для концентрированного молока	81	81										
вода кипяченая для сухого молока	132	132										
сахар	13	13										
Масло сливочное	5	5	5	0,0	3,2	0,1	29	0,00	0,00	0,00	1,06	0,01
Батон высший сорт			20	1,6	0,2	9,4	46	0,00	0,03	0,01	5,60	0,31
ИЛИ Хлеб пшеничный витаминизированный			20									
Второй завтрак				0,7	0,1	20,5	86	8,00	0,05	0,00	12,10	0,09
Фрукт			130	0,7	0,1	20,5	86	8,00	0,05	0,00	12,10	0,09
Обед				22,9	21,6	86,0	631	32,6	0,3	0,2	143,7	4,4
Салат из моркови с яблоками и растительным маслом (№11/1-Екатеринбург)			60	0,6	3,0	6,0	53	3,19	0,03	0,03	13,53	0,53
морковь - до 01.01 - 20%	60	48										
с 01.01 - 25%	64	48										
яблоки свежие очищенные с удаленным семенным гнездом	14,3	10										
сахар	2	2										
масло растительное	3	3										
ИЛИ												
Салат из припущенной моркови с яблоками и растительным маслом (№13/1-Екатеринбург)			60	0,7	3,0	6,1	54	1,82	0,03	0,03	14,33	0,55
морковь - до 01.01 - 20%	63	50										
с 01.01 - 25%	67	50										
масса припущенной моркови		47										
яблоки свежие очищенные с удаленным семенным гнездом	14,3	10										
сахар	2	2										

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 000637
АУ ТО «Центр технологического контроля»

масло растительное	3	3										
Суп - лапша домашняя с курой (148-2004)			250/10	4,5	3,9	17,7	124	4,20	0,08	0,06	15,40	0,79
кураца потрошенная 1 категории	30	26										
или окорочок куриный*	28	26										
мука пшеничная	17,5	17,5										
мука пшеничная на подпыл	1,2	1,2										
яйца	2	2										
вода питьевая	3,5	3,5										
соль йодированная	0,1	0,1										
или лапша промышленного производства	20	20										
морковь - до 01.01 - 20%	13	10										
с 01.01 - 25%	14	10										
лук репчатый	12	10										
масло сливочное	4	4										
Тефтели из оленины с рисом (35-1992 нац. сбор.)			70/30	10,1	10,4	7,5	164	0,20	0,03	0,06	36,37	0,81
оленина (котлетное мясо)*	58	43										
крупа рисовая	8	8										
лук репчатый	29	24										
масло сливочное	3	3										
мука пшеничная	5	5										
масло растительное	3	3										
Соус сметанный с томатом для запекания (601-2004)		30										
сметана	10	10										
бульон или вода питьевая	20	20										
мука пшеничная	2,3	2,3										
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	1,2	1,2										
Сложный гарнир			150									
Картофель отварной (203-2004)			50	1,4	1,9	10,0	63	2,94	0,06	0,05	7,21	0,40
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										
масло сливочное	2	2										
Капуста припущенная (524-2004)			100	2,4	1,7	8,0	57	20,97	0,03	0,04	52,80	0,77
капуста белокочанная свежая	111	89										
морковь - до 01.01 - 20%	19	15										
с 01.01 - 25%	20	15										
лук репчатый	13	11										
масло сливочное	4	4										
мука пшеничная	3	3										
Кисель из свежих ягод + витамин "С" (590-1996)			180	0,1	0,1	15,1	62	1,10	0,00	0,00	6,00	0,10
смородина, клюква, брусника	20	18										
мука картофельная (крахмал)	7	7										
сахар	12	12										
Хлеб пшеничный			30	2,3	0,3	14,1	69	0,00	0,04	0,00	4,49	0,47
или хлеб витаминизированный			30									
Хлеб ржаной			20	1,6	0,3	7,6	39	0,00	0,04	0,00	7,88	0,50
Полдник				4,8	5,8	47,0	259	0,2	0,0	0,0	22,9	0,7
Мучное булочное изделие промышленного производства (слойка, сдоба обыкновенная, булочка домашняя и т.д.)			80	4,5	5,8	25,9	174	0,00	0,00	0,01	3,00	0,00
ИЛИ Мучное изделие промышленного производства обогащенное витаминами			80									
Компот из сухофруктов (638-2004)			180	0,3	0,0	21,1	86	0,18	0,01	0,02	19,91	0,73
сухофрукты	15	15										
сахар	13	13										
Ужин				17,5	12,0	45,0	359	6,5	0,3	0,2	69,1	2,8
Винегрет (60-1996)			150	1,8	6,0	12,0	109	5,51	0,06	0,06	32,09	1,07
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	64	48										
01.11.-31.12. -30%	69	48										

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
 Меню № 000637
 АУ ТО «Центр технологического контроля»

[illegible]

AV TO «Центр технологического контроля»

	
--	--

ЭКЗЕМПЛЯР ОПИТИНАЛ	000637
--------------------	--------

сахар	13	13											
Хлеб пшеничный			20	1,5	0,2	9,4	46	0,00	0,02	0,00	2,99	0,31	
или хлеб витаминизированный			20										
Хлеб ржаной			25	2,0	0,3	9,5	49	0,00	0,05	0,00	9,84	0,63	
ИТОГО:				57	53	249	1707	49	0,8	0,7	538	9,4	
Соотношение белков:жиров:углеводов				1	1	4							

5 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Витамины, мг			Минералы, мг	
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	В2	Кальций	Железо
Завтрак				23,9	10,3	47,1	377	1,7	0,1	0,4	316,9	1,0
Суфле из творога с джемом или вареньем (365-2004)			150/20	19,5	6,5	30,1	257	0,90	0,06	0,29	155,52	0,70
творог	108	107										
мука пшеничная	12	12										
сахар	11	11										
яйца	7	7										
сметана	12	12										
молоко питьевое	26	26										
масло сливочное для смазки листа	3	3										
джем, или варенье	20,2	20										

или

Запеканка творожная с яблоками с джемом или вареньем (технологическая карта)			150/20	18,5	6,9	32,1	265	0,80	0,05	0,30	150,12	1,10
творог	105	104										
крупа манная	9	9		14,8	5,52	25,68	211,6	0,64	0,04	0,24	120,096	0,88
или мука пшеничная	10	10										
сахар	6	6										
яйца	6	6										
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом, очищенные от кожицы)	69	48										

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
 Меню № 000637
 АУ ТО «Центр технологического контроля»

Масса припущенных яблок		38											
масло сливочное для смазки листа	3	3											
сухари пшеничные	6	6											
сметана	4	4											
джем, или варенье	20,2	20											
Кофейный напиток (253-2004, Пермь)			180	4,4	3,8	17,0	120	0,78	0,04	0,10	161,38	0,26	
кофейный напиток	3	3											
сахар	13	13											
молоко питьевое	150	150											
или молоко концентрированное	69	69											
или молоко сухое	18	18											
вода кипяченая для концентрированного молока	81	81											
вода кипяченая для сухого молока	132	132											
Второй завтрак				0,6	0,0	21,4	88,0	1,4	0,0	0,0	16,0	0,0	
Сок фруктовый (рассчитана средняя пищевая ценность соков - яблочного, виноградного, сливового, мультифруктового, грушевого)	180	180	180	0,6	0,0	21,4	88	1,40	0,02	0,00	16,00	0,00	
Обед				28,4	26,2	78,8	661	13,6	0,3	0,2	142,8	4,4	
Нарезка из овощей с яйцом отварным, с маслом растительным (техничко-технологическая карта)			60	3,0	3,0	4,7	58	0,60	0,03	0,09	18,89	0,68	
морковь - до 01.01 - 20%	26	21											
с 01.01 - 25%	28	21											
масса отварной моркови		20											
огурцы соленые	22	12											
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	9	6											
яйца	20	20											
масло растительное	3	3											
Суп картофельный с рыбными фрикадельками (142-2004)			250/25	5,3	4,5	15,2	123	6,27	0,07	0,06	17,37	0,86	
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	133	100											
01.11.-31.12. -30%	143	100											

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ

Меню № 000637

ЛУ ТО «Центр технологического контроля»

01.01-29.02 - 35%	154	100											
01.03 - 40%	167	100											
морковь - до 01.01 - 20%	16	13											
с 01.01 - 25%	17	13											
лук репчатый	12	10											
масло сливочное	3	3											
фрикадельки		25											
щекур неразделанный (филе с кожей без костей)*	43	23,5											
или горбуша (кета) потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	35	23,5											
или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	43	23,5											
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	32	23,5											
или лосось неразделанный (филе без кожи и костей)	43	23,5											
лук репчатый	6	5											
яйца	1,3	1,3											
бульон	2,3	2,3											
Голубцы ленивые с соусом сметанным (160-2001, Пермь)			220	13,8	17,9	7,4	246	6,45	0,06	0,03	62,62	0,91	
опенина (котлетное мясо)*	92	68											
или говядина полуфабрикат	80	68											
или говядина 1 категории	92	68											
крупа рисовая	9	9											
лук репчатый	12	10											
масло сливочное	5	5											
капуста белокочанная свежая	128	102											
Соус сметанный (600-2004)		50											
сметана	12,5	12,5											
мука пшеничная	3,8	3,8											
бульон или отвар	37,5	37,5											
масло сливочное	1,5	1,5											

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
 Меню № 000637
 АУ ТО «Центр технологического контроля»

Компот из кураги + Витамин "С" (638-2004)			180	0,8	0,0	22,2	88	0,24	0,01	0,02	23,72	0,51
курага	15	15										
сахар	13	13										
Хлеб пшеничный			30	2,3	0,3	14,1	69	0,00	0,04	0,00	4,49	0,47
или хлеб витаминизированный			30									
Хлеб ржаной			40	3,2	0,5	15,2	78	0,00	0,08	0,00	15,75	1,00
Полдник				11	11	36	284	1,5	0,1	0,3	266,2	0,5
Булочка "Российская (775-2004)			70	5,0	5,7	28,5	185	0,10	0,06	0,06	30,98	0,25
мука пшеничная	40	40										
мука пшеничная на подпыл	1,2	1,2										
сахар	11	11										
сахар для отделки	2,3	2,3										
масло сливочное	6	6										
молоко питьевое	18	18										
или молоко концентрированное	9	9										
или молоко сухое	3	3										
вода кипяченая для концентрированного молока	11	11										
вода кипяченая для сухого молока	17	17										
яйца	2	2										
яйца для смазки изделия	1,8	1,8										
дрожжи прессованные	1,2	1,2										
или дрожжи сухие быстрорастворимые	0,3	0,3										
соль йодированная	0,4	0,4										
ванилин	0,02	0,02										
масло растительное для смазки листа	0,7	0,7										
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % жирности (260-2001, Пермь)	189	180	180	4,8	5,8	7,7	102	0,90	0,10	0,10	190,10	0,20
ИЛИ												
Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке 2,5 % жирности			200	5,5	5,0	8,6	101	1,00	0,10	0,20	219,00	0,46
ИЛИ												

ЭКЗЕМПЛЯР ОРИГИНАЛ
 Меню № 000637
 АУ ТО «Центр технологического контроля»

Кисломолочный напиток 2,5 % жирности (йогурт) (439-2006)	207	200	200	5,8	5,0	7,5	98	1,40	0,06	0,21	235,20	0,20
Ужин				17,7	13,2	46,8	378	13,3	0,2	0,2	31,6	3,4
Жаркое по - русски (техничко - технологическая карта)			220	16,1	13,0	23,6	278	12,47	0,16	0,17	26,4	3,01
оленина*	86	63										
или говядина 1 категории	86	63										
или говядина полуфабрикат	74	63										
масса готового мяса		40										
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	146	110										
01.11.-31.12. -30%	157	110										
01.01-29.02 - 35%	169	110										
01.03 - 40%	184	110										
лук репчатый	24	20										
масло сливочное	5	5										
морковь - до 01.01 - 20%	75	60										
с 01.01 - 25%	80	60										
Чай с лимоном (686-2004)			180/5	0,1	0,0	13,8	54	0,80	0,00	0,00	2,22	0,07
чай - заварка	0,6	0,6										
сахар	13	13										
лимон	6	5										
Хлеб пшеничный			20	1,5	0,2	9,4	46	0,00	0,02	0,00	2,99	0,31
или хлеб витаминизированный			20									
ИТОГО:				81	60	230	1788	31	0,7	1,0	773	9,2
Соотношение белков:жиров:углеводов				1	1	4						
6 день												
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Витамины, мг			Минералы, мг	
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	В2	Кальций	Железо
Завтрак				9,4	11,7	50,6	346	0,37	0,10	0,16	193,85	0,79

Меню № 000637
 АУ ТО «Центр технологического контроля»

Каша манная жидкая с маслом (311-2004)			200/5	7,7	8,3	30,5	228	0,37	0,07	0,15	186,73	0,43
круп манная	31	31										
молоко питьевое	176	176										
или молоко концентрированное	81	81										
или молоко сухое	21	21										
вода кипяченая для концентрированного молока	95	95										
вода кипяченая для сухого молока	155	155										
сахар	3	3										
масло сливочное	5	5										
Чай с сахаром (628-1996)			180	0,1	0,0	10,6	43	0,00	0,00	0,00	0,46	0,04
чай - заварка	0,6	0,6										
сахар	13	13										
Масло сливочное	5	5	5	0,0	3,2	0,1	29	0,00	0,00	0,00	1,06	0,01
Батон высший сорт			20	1,6	0,2	9,4	46	0,00	0,03	0,01	5,60	0,31
ИЛИ Хлеб пшеничный витаминизированный			20									
Второй завтрак				0,7	0,3	20,1	86	21,7	0,0	0,0	2,2	0,1
Отвар шиповника (705-2004)			180	0,7	0,3	20,1	86	21,7	0,00	0,00	2,22	0,11
шиповник	20	20										
сахар	5	5										
Обед				26,3	25,7	79,5	654	20,1	0,4	0,2	83,8	7,8
Салат из свежей капусты с зеленым горошком (техно-технологическая карта)			60	1,0	3,8	3,3	51	18,68	0,02	0,02	22,80	0,29
капуста белокочанная свежая	60	48										
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	15	10										
масло растительное	3	3										
Суп с макаронными изделиями, с мясом (147-2004)			250/10	5,1	5,1	10,6	109	0,16	0,03	0,03	9,93	0,80
оленина*	22	16										
или говядина 1 категории	22	16										
или говядина полуфабрикат	19	16										

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
 Меню № 000637
 АУ ТО «Центр технологического контроля»

макароны, вермишель, фигурные изделия	20	20										
морковь - до 01.01 - 20%	12,5	10										
с 01.01 - 25%	13	10										
лук репчатый	12	10										
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	0,9	0,9										
масло сливочное	4	4										
Гуляш (152-ч.1. 2004 Пермь)			80	11,2	11,9	1,7	159	0,15	0,03	0,06	5,60	1,91
оленина*	86	63										
или говядина п/ф	74	63										
или говядина 1 категории	86	63										
масло растительное	4	4										
лук репчатый	12	10										
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	5	5										
мука пшеничная	1	1										
Гречка отварная вязкая (№3/4-2011, Екатеринбург)			150	4,1	4,0	21,0	136	0,00	0,18	0,09	14,62	3,25
крупа гречневая	38	38										
вода питьевая	120	120										
масло сливочное	5	5										
Кисель из яблок (642-2004)			180	0,1	0,1	20,1	82	1,08	0,00	0,00	7,26	0,10
яблоки свежие, очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом	43	30										
сахар	12	12										
мука картофельная (крахмал)	7	7										
Хлеб пшеничный			20	1,6	0,3	7,6	39	0,00	0,04	0,00	7,88	0,50
или хлеб витаминизированный			20									
Хлеб ржаной			30	3,2	0,5	15,2	78	0,00	0,08	0,00	15,75	1,00
Полдник				9,3	11,6	33,6	275	0,9	0,1	0,1	193,1	0,2
Мучное булочное изделие промышленного производства (слойка, сдоба обыкновенная, булочка домашняя и т.д.)			80	4,5	5,8	25,9	174	0,00	0,00	0,01	3,00	0,00

Экземпляр-оригинал
 Меню № 000637
 АУ ТО «Центр технологического контроля»

ИЛИ Мучное изделие промышленного производства обогащенное витаминами			80									
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % жирности (260-2001,Пермь)	189	180	180	4,8	5,8	7,7	102	0,90	0,10	0,10	190,10	0,20
ИЛИ												
Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке 2,5 % жирности			200	5,5	5,0	8,6	101	1,00	0,10	0,20	219,00	0,46
Ужин				17,6	10,2	51,0	366	5,0	0,2	0,2	112,8	1,8
Нарезка из овощей отварных или свежих (техничко-технологическая карта)			100	1,5	0,0	10,2	47	3,44	0,03	0,06	57,36	0,19
морковь - до 01.01 - 20%	128	102										
с 01.01 - 25%	136	102										
или помидоры свежие парниковые	102	100										
или помидоры свежие грунтовые	118	100										
или горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	154	100										
Рыба, запеченная в омлете (382-2004)			80	12,4	9,7	2,4	147	0,16	0,08	0,15	28,59	0,79
щекур неразделанный (филе с кожей без костей)*	111	60										
или горбуша (кета) потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	90	60										
или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	109	60										
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	77	57										
или лосось неразделанный (филе без кожи и костей)	109	60										
мука пшеничная	3	3										
масло сливочное	3	3										
яйца	25	25										
молоко питьевое	10	10										
или молоко концентрированное	5	5										
или молоко сухое	1,2	1,2										
вода кипяченая для концентрированного молока	5	5										
вода кипяченая для сухого молока	9	9										

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
 Меню № 000637
 АУ ТО «Центр технологического контроля»

масло сливочное	3	3										
ИЛИ												
Суфле из рыбы (№14/7 - 2011, Екатеринбург)			80	13,6	7,8	2,6	135	0,14	0,04	0,10	35,80	0,65
щекур неразделанный (филе с кожей без костей)*	133	72										
или горбуша (кета) потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	105	70										
или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	127	70										
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	96	71										
или лосось неразделанный (филе без кожи и костей)	133	73										
масса отварной рыбы		58										
мука пшеничная	3	3										
молоко питьевое	27	27										
или молоко концентрированное	12	12										
или молоко сухое	3,2	3,2										
вода кипяченая для концентрированного молока	15	15										
вода кипяченая для сухого молока	24	24										
масло сливочное	2	2										
масса соуса молочного		26										
яйца	10	10										
масло сливочное для смазки листа	1	1										
Сок фруктовый (рассчитана средняя пищевая ценность соков - яблочного, виноградного, сливового, мультифруктового, грушевого)	180	180	180	0,6	0,0	21,4	88	1,40	0,02	0,00	16,00	0,00
Хлеб пшеничный			20	1,5	0,2	9,4	46	0,00	0,02	0,00	2,99	0,31
или хлеб витаминизированный			20									
Хлеб ржаной			20	1,6	0,3	7,6	39	0,00	0,04	0,00	7,88	0,50
ИТОГО:				63	59	235	1727	48	0,8	0,7	586	10,7
Соотношение белков:жиров:углеводов				1	1	4						
7 день												

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
 Меню № 000637
 АУ ТО «Центр технологического контроля»

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Витамины, мг			Минералы, мг	
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	В2	Кальций	Железо
Завтрак				13,1	14,6	48,8	379	2,2	0,2	0,4	557,1	1,4
Кулеш рисовый с маслом (техничко-технологическая карта)			250/5	3,2	6,6	22,4	161	1,02	0,13	0,28	234,11	0,67
крупа рисовая	22	22										
вода питьевая	100	100										
молоко питьевое	150	150										
или молоко концентрированное	69	69										
или молоко сухое	18	18										
вода кипяченая для концентрированного молока	81	81										
вода кипяченая для сухого молока	132	132										
сахар	3	3										
масло сливочное	5	5										
Кофейный напиток (253-2004, Пермь)			180	4,4	3,8	17,0	120	0,78	0,04	0,10	161,38	0,26
кофейный напиток	3	3										
сахар	13	13										
молоко питьевое	150	150										
или молоко концентрированное	69	69										
или молоко сухое	18	18										
вода кипяченая для концентрированного молока	81	81										
вода кипяченая для сухого молока	132	132										
Сыр порциями	16	15	15	3,9	4,0	0,0	52	0,42	0,00	0,06	156,00	0,18
Батон высший сорт			20	1,6	0,2	9,4	46	0,00	0,03	0,01	5,60	0,31
или хлеб витаминизированный			20									
Второй завтрак				0,7	0,1	20,5	86	8,0	0,0	0,0	12,1	0,1
Фрукт			130	0,7	0,1	20,5	86	8,00	0,05	0,00	12,10	0,09
Обед				21	19	93	629	25	0	0	182	6
Салат из свеклы с огурцами (21-2004)			60	0,7	3,0	3,1	42	1,38	0,01	0,02	28,67	0,98
свекла до 01.01 -20%	43	34										

Экземпляр оригинал
 Меню № 000637
 АУ ТО «Центр технологического контроля»

с 01.01 - 25%	45	34											
огурцы соленые	42	23											
лук репчатый	4,3	4											
масло растительное	3	3											
Суп гороховый с гречками (139-2004)			250/10	4,8	4,0	20,1	136	1,68	0,16	0,08	29,50	1,30	
горох	20	20											
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	68	50											
01.11.-31.12. -30%	71	50											
01.01-29.02 - 35%	78	50											
01.03 - 40%	84	50											
морковь - до 01.01 - 20%	12,5	10											
с 01.01 - 25%	13	10											
лук репчатый	15	13											
масло сливочное	4	4											
хлеб пшеничный	19	16											
Колбасные изделия отварные с соусом (413-2004)			80	5,3	8,2	1,1	99	0,13	0,05	0,05	18,32	0,65	
колбаса вареная высший сорт	66	65											
или сосиски молочные высший сорт	66	65											
Соус молочный (595 -2004)		15											
молоко питьевое	10	10											
или молоко концентрированное	5	5											
или молоко сухое	1	1											
вода кипяченая для концентрированного молока	5	5											
вода кипяченая для сухого молока	9	9											
мука пшеничная	1,1	1,1											
бульон или отвар	5	5											
масло сливочное	1,1	1,1											
Сложный гарнир			150										
Картофельное пюре (472-1996)			50	1,0	1,1	6,0	38	0,72	0,03	0,03	11,56	0,31	
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	57	43											

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
 Меню № 000637
 АУ ТО «Центр технологического контроля»

01.11.-31.12. -30%	61	43										
01.01-29.02 - 35%	66	43										
01.03 - 40%	72	43										
молоко питьевое	7,5	7,5										
или молоко концентрированное	3	3										
или молоко сухое	1	1										
вода кипяченая для концентрированного молока	4	4										
вода кипяченая для сухого молока	7	7										
масло сливочное	2	2										
Капуста тушеная (482-1996)			100	2,4	1,8	8,1	58	20,97	0,03	0,04	52,80	0,40
капуста белокочанная свежая	142	113										
масло сливочное	5	5										
морковь - до 01.01 - 20%	7,5	6										
с 01.01 - 25%	8	6										
лук репчатый	8	7										
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	4	4										
мука пшеничная	2	2										
сахар	0,6	0,6										
Компот из сухофруктов + Витамин "С" (638-2004)			180	0,3	0,0	21,1	86	0,18	0,01	0,02	19,91	0,73
сухофрукты	15	15										
сахар	13	13										
Хлеб пшеничный			40	3,0	0,4	18,8	92	0,00	0,05	0,00	5,98	0,62
или хлеб витаминизированный			40									
Хлеб ржаной			40	3,2	0,5	15,2	78	0,00	0,08	0,00	15,75	1,00
Полдник				9,3	11,0	34,0	272	1,4	0,1	0,3	264,8	0,7
Булочка дорожная (770-2004)			70	3,5	6,0	26,5	174	0,05	0,05	0,05	29,55	0,49
мука пшеничная	44	44										
сахар	8	8										
молоко питьевое	21	21										



или молоко концентрированное	10	10										
или молоко сухое	3	3										
вода кипяченая для концентрированного молока	11	11										
вода кипяченая для сухого молока	18	18										
масло сливочное	13	13										
соль йодированная	0,4	0,4										
дрожжи прессованные	1,1	1,1										
или дрожжи сухие быстрорастворимые	0,3	0,3										
масло растительное	0,6	0,6										
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % жирности (260-2001, Пермь)	189	180	180	4,8	5,8	7,7	102	0,90	0,10	0,10	190,10	0,20
или												
Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке 2,5 % жирности			200	5,5	5,0	8,6	101	1,00	0,10	0,20	219,00	0,46
или												
Кисломолочный напиток 2,5 % жирности (йогурт) (439-2006)	207	200	200	5,8	5,0	7,5	98	1,40	0,06	0,21	235,20	0,20
Ужин				16,1	12,6	50,4	378	1,2	0,1	0,1	233,3	0,7
Запеканка из творога со сгущенным молоком (366-2004)			150/20	16,0	12,6	36,6	324	0,44	0,06	0,09	231,12	0,60
творог	142	140										
крупа манная	9	9										
или мука пшеничная	12	12										
сахар	10	10										
яйца	4	4										
масло сливочное	6	6										
сухари пшеничные	6	6										
сметана	6	6										
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20										
Чай с лимоном (686-2004)			180/5	0,1	0,0	13,8	54	0,80	0,00	0,00	2,22	0,07
чай - заварка	0,6	0,6										
сахар	13	13										

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
 Меню № 000637
 АУ ТО «Центр технологического контроля»

лимон	6	5										
ИТОГО:				60	57	247	1744	38	0,8	1,0	1250	8,9
Соотношение белков:жиров:углеводов				1	1	4						
8 день												
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Витамины, мг			Минералы, мг	
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	В2	Кальций	Железо
Завтрак				11,6	14,5	50,2	378	1,2	0,2	0,3	358,9	2,0
Каша молочная ассорти (пшенично-кукурузная) с маслом (19/4 -2011, Екатеринбург)			200/5	5,5	7,3	23,5	182	0,37	0,08	0,22	191,21	1,09
крупa пшеничная	15	15										
крупa кукурузная	15	15		3,6	4,7	15,3	118,1	0,2	0,1	0,1	124,3	0,7
вода питьевая	70	70										
молоко питьевое	102	102										
или молоко концентрированное	47	47										
или молоко сухое	12	12										
вода кипяченая для концентрированного молока	55	55										
вода кипяченая для сухого молока	90	90										
сахар	3	3										
масло сливочное	5	5										
Какао с молоком (642-1996)			180	4,5	3,8	17,2	121	0,78	0,04	0,10	161,05	0,55
какао - порошок	3	3										
молоко питьевое	150	150										
или молоко концентрированное	69	69										
или молоко сухое	18	18										
вода кипяченая для концентрированного молока	81	81										
вода кипяченая для сухого молока	132	132										
сахар	13	13										
Масло сливочное	5	5	5	0,0	3,2	0,1	29	0,00	0,00	0,00	1,06	0,01
Батон высший сорт			20	1,6	0,2	9,4	46	0,00	0,03	0,07	5,60	0,31

ИЛИ Хлеб пшеничный витаминизированный			20									
Второй завтрак				0,7	0,1	20,5	86	8,00	0,05	0,00	12,10	0,09
Фрукт			130	0,7	0,1	20,5	86	8,00	0,05	0,00	12,10	0,09
Обед				25,6	18,1	92,7	637	12,98	0,35	0,59	100,58	5,46
Икра морковная (78-2004)			60	1,1	3,8	5,0	59	1,49	0,03	0,03	17,60	0,53
морковь - до 01.01 - 20%	75	60										
с 01.01 - 25%	80	60										
лук репчатый	13	11										
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	2,5	2,5										
сахар	0,7	0,7										
масло растительное	4	4										
Суп рыбный (41-2004, Пермь)			250/25	5,1	3,9	7,4	85	1,99	0,05	0,04	15,42	0,59
щекур неразделанный (филе с кожей без костей)*	56	30										
или горбуша (кета) потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	45	30										
или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	55	30										
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	42	31										
или лосось неразделанный (филе без кожи и костей)	55	30										
или рыбная консервы в собственном соку (лосось, или сайра)	26	25										
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										
лук репчатый	15	13										
масло сливочное	3	3										
Мясо, тушеное в соусе с овощами (техничко-технологическая карта)			80	8,2	6,4	2,7	101	8,40	0,10	0,50	31,50	2,00
оленина*	86	63										

Экземпляр оригинал
 Меню № 000637
 АУ ТО «Центр технологического контроля»

или говядина п/ф	74	63										
или говядина 1 категории	86	63										
морковь - до 01.01 - 20%	15	12										
с 01.01 - 25%	16	12										
лук репчатый	12	10										
масло растительное	4	4										
сметана	12	12										
мука пшеничная	2	2										
вода питьевая	30	30										
Макаронные изделия отварные (516-2004)			150	5,6	3,1	33,2	183	0,00	0,06	0,02	9,82	0,77
макаронные изделия	52	52										
масло сливочное	3,5	3,5										
Кисель из свежих ягод + витамин "С" (590-1996)			180	0,1	0,1	15,1	62	1,10	0,00	0,00	6,00	0,10
смородина, клюква, брусника	20	18										
мука картофельная (крахмал)	7	7										
сахар	12	12										
Хлеб пшеничный			30	2,3	0,3	14,1	69	0,00	0,04	0,00	4,49	0,47
или хлеб витаминизированный			30									
Хлеб ржаной			40	3,2	0,5	15,2	78	0,00	0,08	0,00	15,75	1,00
Полдник				9,3	11,6	33,6	275	0,9	0,1	0,1	193,1	0,2
Мучное булочное изделие промышленного производства (слойка, сдоба обыкновенная, булочка домашняя и т.д.)			80	4,5	5,8	25,9	174	0,00	0,00	0,01	3,00	0,00
ИЛИ Мучное изделие промышленного производства обогащенное витаминами			80									
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % жирности (260-2001, Пермь)	189	180	180	4,8	5,8	7,7	102	0,90	0,10	0,10	190,10	0,20
или												
Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке 2,5 % жирности			200	5,5	5,0	8,6	101	1,00	0,10	0,20	219,00	0,46
Ужин				9,0	14,6	46,1	352	42,3	0,2	0,2	144,8	2,1

Меню № 000637
 АУ ТО «Центр технологического контроля»

Салат из белокочанной капусты с растительным маслом (№3/1 - 2011, Екатеринбург)			80	1,0	4,0	4,0	56	32,35	0,03	0,03	37,05	0,47
капуста белокочанная свежая (стертая с солью)	150	76										
сахар	4	4										
масло растительное	4	4										
ИЛИ												
Капуста квашенная промышленного производства (45-2004)			80	1,3	4,0	2,1	50	9,60	0,01	0,01	16,19	0,41
капуста квашенная промышленного производства	101	71										
лук репчатый	8	7										
масло растительное	4	4										
Картофель, запеченный в соусе молочном (259-2004)			200	6,7	10,2	16,5	185	8,36	0,11	0,13	98,84	0,53
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	182	137										
01.11.-31.12. -30%	196	137										
01.01-29.02 - 35%	211	137										
01.03 - 40%	229	137										
масло сливочное	5	5										
Соус молочный (595 -2004)		84										
молоко питьевое	85	85										
или молоко концентрированное	39	39										
или молоко сухое	10	10										
вода кипяченая для концентрированного молока	46	46										
вода кипяченая для сухого молока	75	75										
мука пшеничная	5	5										
масло сливочное	4	4										
сыр	11,5	11										
Хлеб пшеничный			15	1,1	0,2	7,1	35	0,00	0,02	0,00	2,24	0,23
или хлеб витаминизированный			15									
Компот из груш (585-1996)			180	0,2	0,2	18,5	77	1,60	0,01	0,01	6,64	0,90
груши свежие	44,4	40										
сахар	13	13										

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
 Меню № 000637
 АУ ТО «Центр технологического контроля»

Сок фруктовый (рассчитана средняя пищевая ценность соков - яблочного, виноградного, сливового, мультифруктового, грушевого)	180	180	180	0,6	0,0	21,4	88	1,40	0,02	0,00	16,00	0,00
Обед				25,3	20,7	89,3	643	22,8	0,4	0,3	112,2	5,3
Овощи свежие или соленые (1996)			60	0,3	0,0	0,9	5	7,72	0,02	0,02	8,16	0,20
помидоры свежие грунтовые	71	60										
или помидоры свежие парниковые	61	60										
или томаты в собственном соку	63	60										
или помидоры соленые	67	60										
или огурцы свежие грунтовые	63	60										
или огурцы свежие парниковые	61	60										
или огурцы соленые	66	60										
Щи с мясом, со сметаной (123-2004)			250/10/5	4,7	4,9	5,0	83	6,15	0,09	0,07	21,40	0,95
оленина*	22	16										
или говядина 1 категории	22	16										
или говядина полуфабрикат	19	16										
капуста белокочанная свежая	88	70										
морковь - до 01.01 - 20%	12,5	10										
с 01.01 - 25%	13	10										
лук репчатый	15	12,5										
масло сливочное	4	4										
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	0,8	0,8										
сметана	5	5										
Шницель рубленый из оленины с маслом (34 -1992, нац. сбор.)			70/5	10,5	9,1	8,5	158	0,00	0,09	0,06	9,24	0,30
оленина (котлетная мясо)*	61	52										
хлеб пшеничный	12	12										
молоко питьевое	18	18										
или молоко концентрированное	8	8										
или молоко сухое	2	2										
вода кипяченая для концентрированного молока	10	10										



вода кипяченая для сухого молока	16	16										
яйца	3	3										
масло растительное	4	4										
сухари пшеничные	4	4										
масло сливочное	5	5										
Сложный гарнир			150									
Картофель отварной (203-2004)			75	2,0	2,8	14,9	95	4,41	0,09	0,07	10,81	0,60
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										
масло сливочное	3	3										
Свекла припущенная в сметанном соусе (537-2004)			75	1,4	2,8	7,5	60	2,93	0,02	0,03	34,26	0,70
свекла до 01.01 -20%	90	72										
с 01.01 - 25%	96	72										
масло сливочное	4	4										
Соус сметанный (600-2004)		20										
сметана	10	10										
масло сливочное	0,8	0,8										
бульон или вода питьевая	10	10										
мука пшеничная	1,5	1,5										
Компот "Бодрость" (техничко-технологическая карта)			180	0,2	0,2	18,5	73	1,60	0,01	0,01	6,64	0,90
смородина, клюква, брусника	37	35										
шиповник	5	5										
сахар	13	13										
Хлеб пшеничный			40	3,0	0,4	18,8	92	0,00	0,05	0,00	5,98	0,62
или хлеб витаминизированный			40									
Хлеб ржаной			40	3,2	0,5	15,2	78	0,00	0,08	0,00	15,75	1,00
Полдник				8	7	43	260	0,1	0,1	0,1	22,5	0,5
Расстегай Московский (745-2004)			70	7,5	6,5	32,0	217	0,08	0,06	0,05	22,08	0,50

масса теста		50											
мука пшеничная	34	34											
сахар	1,7	1,7											
масло сливочное	1,7	1,7											
соль йодированная	0,4	0,4											
дрожжи прессованные	0,5	0,5											
вода питьевая	14	14											
масса фарша (752-2004)		25											
щекур неразделанный (филе с кожей без костей)*	48	26											
или горбуша (кета) потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	39	26											
или горбуша (кета) неразделанная (филе без кожи и костей)	47	26											
или лосось неразделанный (филе без кожи и костей)	47	26											
лук репчатый	4,2	3,5											
петрушка (зелень)	0,3	0,2											
мука пшеничная	0,3	0,3											
масло сливочное	2,6	2,6											
яйца для смазки изделия	0,8	0,8											
масло растительное для смазки листа	0,5	0,5											
Чай с сахаром (628-1996)			180	0,1	0,0	10,6	43	0,00	0,00	0,00	0,46	0,04	
чай - заварка	0,6	0,6											
сахар	13	13											
Ужин				13,4	10,2	53,0	354	1,8	0,1	0,3	183,3	1,7	
Сырники из творога (№6/5-2011, г. Екатеринбург)			130	13,2	10,0	34,5	281	0,23	0,07	0,27	176,70	0,77	
творог	118	117											
мука пшеничная	18	18											
яйца	5	5											
сахар	13	13											
масло растительное	5	5											

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
 Меню № 000637
 АУ ТО «Центр технологического контроля»

Компот из свежих яблок + Витамин "С" (585-1996)									
180	0,2	0,2	18,5	73	1,60	0,01	0,01	6,64	0,90
яблоки свежие с удаленным семенным гнездом		45,4	40						
сахар		13	13						
ИТОГО:									
58	51	256	1713	27	0,9	0,9	0,9	659	8,9
Соотношение белков:жиров:углеводов									
1	1	4							
10 день									

Наименование блюда		Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	Эл, ккал	С	В1	В2	Кальций	Железо
Химический состав		Витамины, мг											
Минералы, мг													

Суп молочный с крупой (161-2004)										250	4,6	4,9	15,9	126	0,65	0,05	0,16	137,20	0,24
Заправка										11,9	12,4	46,3	344	1,43	0,13	0,26	304,87	1,05	

15	15	крупяная "еркунес", или рисовая, или манная, или											
138	138	вода питьевая											
125	125	молоко питьевое											
58	58	или молоко концентрированное											
15	15	или молоко сухое											
68	68	вода кипяченая для концентрированного молока											
110	110	вода кипяченая для сухого молока											
2,5	2,5	сахар											
0,8	0,8	соль йодированная											
3	3	масло сливочное											

Кофейный напиток (253-2004, Пермь)													
180	4,4	3,8	17,0	120	0,78	0,04	0,10	161,38	0,26				

3	3	кофейный напиток											
13	13	сахар											
150	150	молоко питьевое											
69	69	или молоко концентрированное											
18	18	или молоко сухое											
81	81	вода кипяченая для концентрированного молока											
132	132	вода кипяченая для сухого молока											

Метод № 000637
 АУ ТО «Центр технологического контроля»
 ЭКЗЕМПЛЯР ОПИШНАЯ

Масло сливочное	5	5	5	0,0	3,2	0,1	29	0,00	0,00	0,00	1,06	0,01
Батон высший сорт			35	2,9	0,5	13,3	69	0,00	0,04	0,00	5,23	0,54
или Хлеб пшеничный витаминизированный			35									
Второй завтрак				0,7	0,3	20,1	86	21,7	0,0	0,0	2,2	0,1
Отвар шиповника (705-2004)			180	0,7	0,3	20,1	86	21,7	0,00	0,00	2,22	0,11
шиповник	20	20										
сахар	5	5										
Обед				27,1	27,7	93,4	732	9,38	0,27	0,26	151,12	5,51
Сельдь с луком, морковь отварная (89-2004)			20/45/5/3	2,6	3,2	0,8	43	0,98	0,01	0,02	14,80	0,24
сельдь слабого посола	44	20										
морковь - до 01.01 - 20%	58	46										
с 01.01 - 25%	61	46										
масса отварной моркови		45										
лук репчатый	6	5										
или лук зеленый	6,3	5										
масло растительное	3	3										
Борщ Сибирский со сметаной (111-2004)			250/5	3,8	4,5	11,2	101	1,50	0,05	0,07	45,10	1,35
свекла до 01.01 - 20%	50	40										
с 01.01 - 25%	53	40		3,0	3,6	9,0	80,4	1,2	0,0	0,1	36,1	1,1
капуста белокочанная свежая	25	20										
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	5	5										
морковь - до 01.01 - 20%	12,5	10										
с 01.01 - 25%	13,3	10										
лук репчатый	12	10										
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	3,2	3,2										

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
Меню № 000637
ЛУ ТО «Центр технологического контроля»

масло сливочное	4	4										
сахар	1,3	1,3										
сметана	5	5										
Пагу из птицы, кролика (489-2004)			220	12,6	15,6	24,1	287	5,70	0,06	0,11	35,65	1,45
кураца 1 категории потрошенная (разделка на филе)	177	157										
или грудка куриная (мякоть без кожи) *	115	110										
или кролик 1 категории*	107	80										
масса готовой мякоти		60										
масло растительное	10	10										
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	137	103										
01.11.-31.12. -30%	147	103										
01.01-29.02 - 35%	159	103										
01.03 - 40%	172	103										
морковь - до 01.01 - 20%	25	20										
с 01.01 - 25%	27	20										
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	4,4	4,4										
мука пшеничная	1,1	1,1										
лук репчатый	21	18										
масло сливочное	4	4										
Витаминизированный напиток ("Золотой шар")			200	0,0	0,0	21,4	86					
концентрат "Золотой шар"	9	9										
ИЛИ												
Сок фруктовый или ягодный с содержанием витаминов и минералов	200	200	200									
Хлеб пшеничный			25	1,9	0,3	11,8	58	0,00	0,03	0,00	3,74	0,39
или хлеб витаминизированный			25									
Хлеб ржаной			40	3,2	0,5	15,2	78	0,00	0,08	0,00	15,75	1,00
Полдник				9,3	10,8	32,9	266	1,4	0,1	0,2	238,2	0,2
Кондитерское изделие (вафли, или пряники, или сухой бисквит без крема)	80	80	80	3,5	5,8	25,4	168	0,00	0,00	0,01	3,00	0,00

или Кондитерское изделие витаминизированное (в ассортименте)			80									
Кисломолочный напиток 2,5 % жирности (йогурт) (439-2006)	207	200	200	5,8	5,0	7,5	98	1,40	0,06	0,21	235,20	0,20
ИЛИ												
Молоко питьевое кипяченое 3,2 % жирности (260-2001, Пермь)	189	180	180	4,8	5,8	7,7	102	0,90	0,10	0,10	190,10	0,20
ИЛИ												
Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке 2,5 % жирности			200	5,5	5,0	8,6	101	1,00	0,10	0,20	219,00	0,46
Ужин				14,6	15,3	46,0	379	28,9	0,1	0,4	128,4	1,5
Салат "Солнечный зайчик" (техничко-технологическая карта)			100	1,8	3,1	5,9	59	21,1	0,03	0,04	41,94	0,63
капуста белокочанная свежая	100	80										
кукуруза консервированная (после термической обработки)	33	20										
масло растительное	3	3										
ИЛИ												
Кукуруза консервированная (после термической обработки)	84	50	50	2,4	0,1	3,8	26	5,0	0,12	0,08	11,40	0,3
Омлет натуральный (284-1996)			105	11,0	11,9	1,9	159	0,19	0,05	0,34	71,74	0,50
яйца	80	80										
молоко питьевое	30	30										
или молоко концентрированное	14	14										
или молоко сухое	4	4										
вода кипяченая для концентрированного молока	16	16										
вода кипяченая для сухого молока	26	26										
масло растительное	2	2										
Чай с лимоном (686-2004)			180/5	0,1	0,0	13,8	54	0,80	0,00	0,00	2,22	0,07
чай - заварка	0,6	0,6										
сахар	13	13										
лимон	6	5										
Фрукт			110	0,6	0,1	17,3	73	6,77	0,04	0,00	10,24	0,08
Хлеб пшеничный			15	1,1	0,2	7,1	35	0,00	0,02	0,00	2,24	0,23

или хлеб витаминизированный			15									
ИТОГО:				64	66	239	1807	63	0,6	1,1	825	8,4
Соотношение белков:жиров:углеводов				1	1	4						

* Нормы отходов и потерь при холодной и тепловой обработках определяются контрольными проработками

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ
 Меню № 000637
 АУ ТО «Центр технологического контроля»