

СОГЛАСОВАНО

« ____ » _____ 20 ____ г.

УТВЕРЖДАЮ

« ____ » _____ 20 ____ г.

ПРИМЕРНОЕ 20 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

№20-ШК/3590-20/94 от 01.02.2021 г.

для питания в детских общеобразовательных организациях, разработано в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические организации общественного питания населения"

Возрастная категория детей: с 7 до 11 лет.

Приемы пищи: завтрак, обед.

г. Тюмень, 2021г.



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



УТВЕРЖДАЮ
Главный врач (заместитель) ФБУЗ
«Центр гигиены и эпидемиологии в
Тюменской области»
А.Я.Фольмер

№ 16/2

«09» 03 2021 г.

г. Тюмень

Экспертное заключение

1. Наименование услуги: экспертиза примерного 20-ти дневного меню № 20-ШК/3590-20/94 от 01.02.2021 для питания в детских общеобразовательных организациях.
2. Заявитель: АУ ТО «Центр технологического контроля».
Юридический адрес: 625026, г. Тюмень, ул. Рижская 47А;
ИНН 7203208134, ОГРН 1077203065147.
3. Получатель: АУ ТО «Центр технологического контроля».
Юридический адрес: 625026, г. Тюмень, ул. Рижская 47А;
ИНН 7203208134, ОГРН 1077203065147.
4. Нормативные документы, используемые экспертами при проведении экспертизы:
СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» (далее СанПиН 2.3/2.4.3590-20).
5. Санитарно-эпидемиологической экспертизой установлено:
На основании заявки № 112405 от 09.02.2021г. рассмотрено представленное примерное 20-ти дневное меню № 20-ШК/3590-20/94 от 01.02.2021 для питания в детских общеобразовательных организациях. Приемы пищи: завтрак, обед. Возрастная категория детей: 7-11 лет.
Меню разработано на основании:
- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».
При составлении меню использованы:
• Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции общественного питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, Том 1,2 — Москва.: 2006 г.

- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах — М.: Хлебпродинформ, 2004г.

- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для диетического питания — М.: Хлебпродинформ, 2002 г.

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

- Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях, I часть, II часть - Екатеринбург, Уральский государственный экономический университет, ФГУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области», 2011г.

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

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

Меню разработано на период не менее двух недель (с учетом режима организации) для возрастной группы детей 7-11 лет, что соответствует требованиям п. 8.1.4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

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

Меню включает завтрак, обед. На долю завтрака в среднем за 20 дней приходится 20-25% от суточной потребности в пищевых веществах и энергии, на долю обеда - 30 - 35%. Примерное меню разработано с учетом физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастной группы с 7 до 11 лет (приложение 10 СанПиН 2.3/2.4.3590-20) и суточного набора продуктов для организации питания детей в организациях профессионального образования (приложение 7 таблица 2 СанПиН 2.3/2.4.3590-20), что соответствует требованиям п. 8.1.2.3. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Объем готовых блюд для указанного возраста (7-11 лет) соответствует приложению 9 таблице 1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Для дополнительного обогащения рациона питания детей микронутриентами в меню используется: хлеб и хлебобулочные изделия с содержанием витаминов и минералов. В целях профилактики йододефицитных состояний у детей используется соль поваренная пищевая йодированная при приготовлении блюд и кулинарных изделий, что соответствует требованиям п. 8.1.6. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

В примерном меню отсутствуют блюда и кулинарные изделия, которые могут послужить причиной возникновения и распространения инфекционных и массовых

неинфекционных заболеваний (отравлений), указанные в приложении 6 (СанПиН 2.3/2.4.3590-20), что соответствует п. 8.1.9. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Заключение

Представленное примерное 20-ти дневное меню № 20-ШК/3590-20/94 от 01.02.2021 для питания в детских общеобразовательных организациях, разработанное АУ ТО «Центр технологического контроля» соответствует требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

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

Д.Г. Шасва



Исполнитель Д.Г. Шасва
567990, доп.3841

Аннотация

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

Возрастная категория детей: с 7 до 11 лет.

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

Суточная потребность 2350 ккал в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Приложение 10, Таблица 1 «Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах (суточная).

Соблюдено требование п.8.1.2.3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20, «допускается в течение дня отступление от норм калорийности по отдельным приемам пищи в пределах +/- 5 % при условии, что средний % пищевой ценности за неделю будет соответствовать нормам, приведенным в таблице 3 Приложения №10 к настоящим правилам, по каждому приему пищи».

Выведено соответствие по содержанию пищевых веществ, как и отдельно, по приемам пищи – завтраков и обедов, так и в совокупности завтрак, обед.

Масса порций для детей в меню соответствует требованиям Приложения № 9, Таблица 1 «Масса порций для детей в зависимости от возраста (в граммах)».

Суммарные объемы блюда по приемам пищи соответствуют требованиям Приложения № 9, Таблица 3 «Суммарные объемы блюда по приемам пищи (в граммах не менее)».

Нормы питания в соответствии СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", Приложение 7, Таблица 2 "Среднесуточные наборы пищевой продукции для организации питания детей от 7 до 18 лет (в нетто г., мл. на 1 ребенка в сутки)".

В меню предусмотрено потребление полного продуктового набора за завтраки - молочные продукты, мясо, рыба, курица, творог, крупы, овощи, картофель, фрукты и т.д., что позволяет применять меню как для одного приема пищи, так и для двухразового питания.

Меню содержит обязательные вложения - титульный лист, аннотацию, накопительную ведомость, таблицу распределения энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи, таблицу суммарных объемов блюд по приемам пищи (в граммах - не менее).

Форма меню в соответствии с требованиями п.8.1.4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20, Приложение В (рекомендуемый образец).

Меню содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической ценности, расчеты проведены на программном комплексе: «Система расчетов для общественного питания», одобренный Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (свидетельство № 32 от 11.06.2009 г.)

Технологическая документация разработана на основании нормативных сборников рецептур:

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, I часть - М.: Хлебпродинформ, 1996 г (**№рец.-1996**).

- Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции общественного питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, Том 1,2 – Москва.:2006г; (**№рец.-2006, Москва**).
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах — М.: Хлебпродинформ, 2004г (**№рец.-2004**).
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для диетического питания — М.: Хлебпродинформ, 2002 г (**№рец.-2002**).

- Сборник технических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации – Пермь, ООО «Уральский региональный центр питания» ГБОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е.А. Вагнера», 2013 г. (№рец.-2013, Пермь).
- Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях, I часть, II часть – Екатеринбург, Уральский государственный экономический университет, ФГУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области», 2011г. (№рец.-2011, Екатеринбург).

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

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

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

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

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

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

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

ТАБЛИЦА ЗАМЕНЫ ПИЩЕВОЙ ПРОДУКЦИИ В ГРАММАХ (НЕТТО) С УЧЕТОМ ИХ ПИЩЕВОЙ ЦЕННОСТИ

Вид пищевой продукции	Масса, г	Вид пищевой продукции - заменитель	Масса, г
Говядина	100	Мясо кролика	96
		Печень говяжья	116
		Мясо птицы	97
		Рыба (треска)	125
		Творог с массовой долей жира 9%	120
		Баранина 2 кат.	97
		Конина 1 кат.	104
		Мясо лосося (мясо с ферм)	95
		Оленина (мясо с ферм)	104
		Консервы мясные	120
Молоко питьевое с массовой долей жира 3,2%	100	Молоко питьевое с массовой долей жира 2,5%	100
		Молоко сгущенное (цельное и с сахаром)	40
		Сгущено-вареное молоко	40
		Творог с массовой долей жира 9%	17
		Мясо (говядина 1 кат.)	14
		Мясо (говядина 2 кат.)	17
		Рыба (треска)	17,5
		Сыр	12,5
		Яйцо куриное	22
Творог с массовой долей жира 9%	100	Мясо говядина	83
		Рыба (треска)	105
Яйцо куриное	41	Творог с массовой долей жира 9%	31
		Мясо (говядина)	26
		Рыба (треска)	30
		Молоко цельное	186
		Сыр	20
Рыба (треска)	100	Мясо (говядина)	87
		Творог с массовой долей жира 9%	105

Картофель	100	Капуста белокочанная	111
		Капуста цветная	80
		Морковь	154
		Свекла	118
		Бобы (фасоль), в том числе консервированные	33
		Горошек зеленый	40
		Горошек зеленый консервированный	64
		Кабачки	300
Фрукты свежие	100	Фрукты консервированные	200
		Соки фруктовые	133
		Соки фруктовые – ягодные	133
		Сухофрукты:	
		Яблоки	12
		Чернослив	17
		Курага	8
		Изюм	22

Суммарные объемы блюд по приемам пищи для детей с 7 до 11 лет (не менее)

	Завтрак, грамм	Обед, грамм
Приложение №9, таблица 3 к СанПин 2.3/2.4.3590-20	500	700
1 день	615	795
2 день	600	755
3 день	590	800
4 день	540	785
5 день	550	770
6 день	570	885
7 день	575	720
8 день	580	755
9 день	540	795
10 день	500	745
11 день	565	740
12 день	530	810
13 день	500	775
14 день	550	845
15 день	595	760
16 день	550	770
17 день	570	780
18 день	585	775
19 день	600	740
20 день	605	790

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

Расход соли и специй
при приготовлении блюд и изделий

Блюда	Наименование специй	
	Соль, г	Лавровый лист, г
1	2	5
1. Холодные блюда (на порцию)	2—3	0,01
2. Супы (на 1000 г) ¹	6—10	0,04
3. Блюда из овощей (варка) на 1 л воды	10	—
4. Блюда из круп (на 1 кг крупы)		
гречневая каша:		
рассыпчатая из ядрицы	21	—
вязкая	40	—
пшеничная каша:		
рассыпчатая	25	—
вязкая	40	—
рисовая каша:		
рассыпчатая	28	—
вязкая	45	—
перловая каша:		
рассыпчатая	30	—
вязкая	45	—
овсяная каша вязкая	40	—
манная каша вязкая	45	—
кукурузная каша:		
рассыпчатая	30	—
вязкая	35	—
5. Блюда из бобовых (на 1 порцию отварных бобов)	3—4	—
6. Блюда из макаронных изделий (варка) на 1 кг изделий	30	—
7. Блюда из яиц (на 1 шт.)	0,25	—
8. Блюда из творога (на 1 кг)	10	—
9. Блюда из рыбы и морепродуктов (на 1 порцию)	3	0,01
10. Блюда из мяса (на 1 порцию)	4	0,02
11. Блюда из сельскохозяйственной птицы (на 1 порцию)	3—5	0,02

¹ Норма закладки соли в молочных супах — 6 г на 1000 г.

ур блюди
ий, 1996 г.
ица № 28

лечение

специй

арвовый
лист, г

5
0,01
0,04
—

—

—

—

—

—

—

—

—

—

—

—

—

—

—

—

—

—

—

—

—

—

—

НАКОПИТЕЛЬНАЯ ВЕДОМОСТЬ в меню №20-шк/3590-20/04 от 01.02.2021 г. для питания детей школьного возраста с 7 до 11 лет (завтрак, обед)

№	Продукты	Норма в питание в день, г мл, netto, прием пищи - завтрак, обед	Фактически получено г, мл.																			Факт в день г, мл.	% выполнения	
			Дни																					
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19			20
1	Хлеб ржаной	80	40	20	30	40	40	40	20	40	40	40	40	40	40	40	20	20	40	40	40	690	35	96
2	Хлеб пшеничный	150	80	79	82	70	114	60	102	40	79	82	83	60	65	76	60	101	68	60	60	1478	74	99
3	Мука пшеничная	15	4	2	3	18	8	2	0	4	18	0	0	12	9	13	6	92	14	2	11	225	11,2	104
4	Крупы, бобовые	45	78	0	50	6	58	25	5	49	0	38	30	71	39	5	58	20	63	0	18	656	33	97
5	Макаронные изделия	15	0	0	0	53	0	0	53	0	53	0	0	53	0	0	0	0	53	0	10	275	13,8	102
6	Картофель	187	50	256	141	43	192	228	175	138	30	203	236	151	168	177	192	20	25	106	171	2919	146	104
7	Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соленые и квашеные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-пюре, зелень	280	105	205	359	164	116	120	120	212	129	188	113	178	259	140	91	282	112	300	317	3681	184	101
8	Фрукты свежие	185	204	0	130	140	100	140	100	100	0	123	24	130	4	20	100	190	30	0	174	1749	87	95
9	Сухофрукты	15	0	0	25	15	0	0	20	0	20	15	0	34	0	38	15	15	0	0	20	217	11	103
10	Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные***	200	0	200	0	0	200	0	200	200	0	0	200	0	200	0	0	0	200	0	200	1600	80	100
11	Сахар (в т.ч. для приготовления блюд и напитков, в случае использования пищевой продукции промышленного выпуска, содержащих сахар, выдана сахара должна быть уменьшена в зависимости от его содержания в используемой готовой пищевой продукции)	30	33	12	28	46	10	28	15	11	39	25	16	33	23	48	25	51	15	26	18	530	27	98
12	Кондитерские изделия	10	0	0	0	0	0	40	0	15	36	0	0	0	0	0	0	15	25	0	0	131	6,6	104
13	Какао	1	0	0	5	0	0	0	0	0	0	0	0	5	0	0	0	0	0	0	0	10	0,5	100
14	Чай	1	1,0	0,0	0,0	1,0	1,0	0,0	0,0	1,0	1,0	1,0	0,0	0,0	0,0	1,0	1,0	1,0	1,0	0,0	1,0	11	0,6	100
15	Кофейный напиток	2	0	4	0	0	0	4	0	0	0	4	0	4	0	0	0	0	4	0	4	16	0,8	100
16	Мясо 1-й категории	70	63	0	146	0	0	63	146	0	0	79	97	63	79	79	0	0	154	95	53	1117	55,9	100
17	Субпродукты (печень, язык, сердце)	30	15	0	0	101	0	0	0	0	95	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	291	14,6	97
18	Птица (цыплята-бройлеры потрошенные - 1 кат.)	35	26	135	0	0	65	0	26	95	26	0	0	65	0	26	86	130	0	0	41	721	36	103
19	Рыба (филе), в т.ч. филе слабо или малосоленое	58	0	75	36	0	72	0	0	107	0	72	0	36	81	0	75	0	72	0	93	719	36	103
20	Молоко	300	182	124	143	20	128	314	13	124	20	37	290	130	41	20	18	218	20	100	24	1981	99	97
21	Кисломолочная пищевая продукция	150	0	125	0	0	125	0	0	125	0	0	0	0	0	125	0	0	125	0	0	750	38	100
22	Творог (5%-9% м.д.ж.)	50	0	0	120	0	0	120	0	0	134	0	0	0	0	141	0	0	172	0	0	567	28	95
23	Сметана	10	5	5	0	15	8	5	0	35	32	5	5	8	17	10	0	0	12	13	0	175	8,7	103
24	Сыр	10	10	15	0	0	0	20	15	10	0	16	15	0	0	0	0	0	0	15	0	116	5,8	97
25	Масло сливочное	30	19	10	5	35,7	19,8	15	8,5	22	23	20	26	17	23	19	22	26	19	9	10	365	18,3	101
26	Масло растительное	15	8	12	18	8	4	9	12	3	9	8	7	10	5	14	4	8	0	16	20	186	9,3	104
27	Яйцо, шт.	40	32	4	5	24	14	0	5	0	18	5	4	9	14	8	10	7	23	8	32	270	13	96
28	Дрожжи хлебопекарные**	0,2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	2	0,1	100
29	Крахмал	3	1,1	7	0	0	0	0	0	0	0	7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	21	1,1	100
30	Специи	2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	24	1,20	100
31	Соль пищевая поваренная йодированная	3	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	36	1,8	100

* Нормы питания в соответствии СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", Приложение 7, Таблица 2 "Среднесуточные нормы потребления пищевых продуктов 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
 Меню №20-шк/3590-20/04 от 01.02.21
 АУ ТО «Центр технологического контроля»

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

Суточная потребность СанПин 2.3/2.4.3590-20 (2350 ккал)**	Завтрак, ккал		% выполнения		Обед, ккал		% выполнения		Итого, ккал		% выполнения
	20-25 % от суточного рациона				30-35% от суточного рациона				50 - 60% от суточного рациона		
	470-588				705-823				1175/1410		
1 день	548		23		738		31		1286		55
2 день	559		24		743		32		1302		55
3 день	586		25		730		31		1316		56
4 день	581		25		714		30		1295		55
5 день	545		23		788		34		1333		57
ИТОГО в среднем за неделю	564		24		743		32		1306		56
6 день	505		21		799		34		1304		55
7 день	563		24		725		31		1288		55
8 день	585		25		731		31		1316		56
9 день	530		23		789		34		1319		56
10 день	529		23		753		32		1282		55
ИТОГО в среднем за неделю	542		23		759		32		1302		55
11 день	539		23		766		33		1306		56
12 день	580		25		769		33		1349		57
13 день	520		22		787		34		1307		56
14 день	550		23		796		34		1346		57
15 день	555		24		715		30		1270		54
ИТОГО в среднем за неделю	549		23		767		33		1316		56
16 день	575		24		736		31		1311		56
17 день	523		22		757		32		1280		54
18 день	562		24		766		33		1328		57
19 день	562		24		766		33		1327		56
20 день	572		24		800		34		1373		58
ИТОГО в среднем за неделю	559		24		765		33		1324		56
ИТОГО в среднем за день	553		24		758		32		1312		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" Тюменской области

«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147

завтрак, обед

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ №20-ШК/3590-20/94 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								
Бутерброд с сыром и маслом			20/5/10	5,8	6,4	7,9	112,4	№1,3-2004
хлеб пшеничный	20	20						
масло сливочное	5	5						
сыр	11	10						
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая								
хлопья овсяные "Геркулес"	25	25						
молоко питьевое	182	182						
сахар	3	3						
соль йодированная	1	1						
масло сливочное	5	5						
							№311-2004	

ЭКЗЕМПЛЯР ОРГАНИЗАЦИИ
 Меню №20-ШК/3590-20/94 от 01.02.21
 АУ ТО «Центр технологического контроля»

2021

Чай 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					
Фрукты в ассортименте		150	0,6	0,0	21,6	88,8	№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		795	26,8	26,8	97,6	738,4	
Салат "Дальневосточный" из морской капусты с яйцом отварным		80	5,1	8,5	1,4	102,5	№362-2002
салат "Дальневосточный" из морской капусты	41	24					
или капуста морская консервированная без уксуса	41	24					
морковь до 01.01.-20%	22,5	18					
с 01.01 - 25%	23,9	18					
масса отварной моркови		16					
яйцо куриное	32	32					
лук репчатый	8,3	7					

Адрес куратора		3,3	8,3	7						
Или лук зелёный		0	7							
масло растительное		4	4							
Суп из овощей с курицей, со сметаной										
курица потрошенная 1 категории (мякоть без кожи)		29	26	250/10/5	5,9	6,3	16,0	144,3	№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							
морковь до 01.01.-20%		12,5	10							
с 01.01 - 25%		13,3	10							
лук репчатый		12	10							
горошек зелёный консервированный		28	18							
масло сливочное		5	5							
сметана		5	5							
Гуляш из говядины				100	9,1	7,5	3,4	117,5	№437-2004	
говядина 1 категории		86	63							
или говядина полуфабрикат		74	63							
или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства		63	63							

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

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
Хлеб пшеничный	40		2,0	0,6	16,2	77,8	
или Хлеб пшеничный витаминизированный	40						
или хлеб ржаной витаминизированный	20						
ИТОГО:			43	41	186	1286	
2 день							
Завтрак							
Бутерброд с сыром							№3-2004
хлеб пшеничный	20	20					
сыр	16	15					
Котлета рыбная запеченная							№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					
сахари	4,5	4,5					

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

огурцы свежие грунтовые	63	60	60	60	60
или огурцы свежие парниковые	61	60	60	60	60
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			
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	90	14,6	13,6	0,6	183,2
курица потрошенная 1 категории	151	135			
или бедро куриное	142	135			

Автономное учреждение «Центр технологического контроля»
 ОГРН 1077203065147
 ИНН 203208134

№494-2004

Хлеб ржаной

30

1,1

0,2

14,1

62,0

5 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
Завтрак							
Фрикадельки из кур (2 шт. по 50 г.)			550	17,4	18,3	76,7	545,0
курица потрошенная 1 категории	151	65					
или грудка куриная промышленного производства	96	65					
молоко питьевое	15	15					
яйцо куриное	9	9					
морковь до 01.01.-20%	29	23					
с 01.01 - 25%	31	23					
лук репчатый	12	10					
мука пшеничная	8	8					
сметана	8	8					
масло растительное	2	2					
Каша гречневая вязкая отварная			150	1,7	4,5	24,3	148,6
крупа гречневая	38	38					
вода питьевая	120	120					

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр государственного контроля»
ОГРН 1077203069147
ИНН 7203208184

Вид, марка	Угл. г	Жирн. г	Белки, г	Волокн. г	Вода, г	Энерг. ккал
Крупа пшеница	20,0	0,0	4,6	200/6	25	103,3
крупа пшено					25	
молоко питьевое					190	
сахар					3	
соль йодированная					1,2	
масло сливочное					5	
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте (пряники, печенье, вафли)	21,0	1,5	1,1	40		101,9
Кофейный напиток	14,8	2,5	2,3	200		90,9
кофейный напиток					4	
сахар					10	
молоко питьевое					100	
Йогурт молочный полужирный в индивидуальной упаковке	4,5	1,5	1,8	125		38,7
Хлеб пшеничный	8,1	0,3	1,0	20		38,9
или Хлеб пшеничный витаминизированный				20		
Хлеб ржаной	9,4	0,1	0,7	20		41,3
или хлеб ржаной витаминизированный				20		
Обед				885		
Салат из белокачанной капусты с зеленым горошком	2,9	4,0	1,2	80		52,4

Автоматическое измерение Тримерной системы
 Центр территориального контроля
 ОГРН 1077203065147
 ИНН 7203208134
 №41-2011
 Екатеринбург

ИШЕМО

Химический состав

Наименование блюда

Нетто, г

Брутто, г

№ рецептуры

Выход, г

Белки, г

Жиры, г

Угл. г

ЭЦ, ккал

Бутерброд в соусе

хлеб пшеничный

20

20

20/10

0,3

3,7

7,3

83,3

№ 1-0004

сыр

15

16

Шницель из говядины

говядина 1 категории

67

91

90

8,1

11,8

14,3

195,8

№451-2004

или говядина полуфабрикат

67

79

или фарш промышленного производства

67

67

хлеб пшеничный

16

16

молоко питьевое

13

13

лук репчатый

4,5

5,4

яйцо куриное

4,5

4,5

сухари

5,5

5,5

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

Сок в ассортименте

200

0,2

0,0

11,0

45

№518-2013

Автомобильное управление Пермского края

«Центр технологического КИП» №518-2013, ОГРН 1077203065147 Пермь

ИНН 7203208134

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					
Обед		720	25,4	25,1	99,4	724,7	
Икра кабачковая промышленного производства для детского питания		60	0,8	2,7	3,3	40,7	№101-2004
Суп с крупой с курицей		250/10	6,5	6,4	20,1	164,0	№138-2004
курица потрошенная 1 категории (мякоть без кожи)		29	26				
крупы: кукурузная, или пшено, или овсяные хлопья "Геркулес"		5	5				
картофель - 01.09.-31.10. - 25%		67	50				
01.11.-31.12. -30%		72	50				
01.01.-29.02 - 35%		77	50				
01.03 - 40%		84	50				
морковь до 01.01.-20%		12,5	10				
с 01.01 - 25%		13,3	10				
лук репчатый		12	10				
масло сливочное		5	5				
Жаркое по - домашнему		200	14,7	15,3	26,5	302,5	№436-2004
говядина 1 категории		107	79				

Итого: 107

		200	14,7	15,3	26,5	302,5	№430-2004
говядина 1 категории	107	79					
или говядина Суши (обуваренная промышленного производства)	70	70					
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					
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	44	180	1288	Актинское учреждение «Имперская Сельская «Центр технологического инноваций» ОГРН 1677299885147 ИНН 7208134

8 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак								
Фрикасе из птицы			580	22,9	25,2	66,6	584,8	
филе куриное промышленного производства	108	102						
или филе индейки	100	95						
масло сливочное	4	4						
зелень сушеная (хмели-сунели)	0,1	0,1						
масса тушеной птицы		70						
лук репчатый	24	20						
сметана	20	20						
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						

Итого: 1,0 1,0 1,0

Сметана 10 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			90	21,4	14,5	4,3	233,3		№341-2013, Пермь
горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	153	107							
или горбуша неразделанная (филе с кожей без костей)	184	107							
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	136	101							
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	124	107							
мука пшеничная	4	4							
сметана	10	10							
сыр	6	5							

01.08 - 01.10 - 30%	170	170							
01.11 - 01.12 - 30%	161	170							

сыр	6	6	6	6	6	6	6	6	6
масло растительное	3	3							
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	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:			55	50	163	1316			
9 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				№ рецептуры		
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г			
Завтрак			540	16,4	18,2	75,1	Акт Угл. № Уд. № 077203/085147 «Центр техн. поддержки колледжа» С/ПР № 077203/085147 И/Н 7203030134		

сахар	15	15	100	0,4	0,0	14,4	59,2	№458-2006, Москва
Фрукты в ассортименте			100	0,4	0,0	14,4	59,2	
Салат из моркови и яблок			80	0,7	4,2	0,0	70,0	№124-2004
морковь до 01.01.-20%	70	56						
с 01.01 - 25%	74	56						
<i>морковь старого урожая используется в сыром виде до 1 марта, с 1 марта только морковь нового урожая или в отварном виде</i>								
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	26	23						
масло растительное	4	4						
Щи из свежей капусты с картофелем, с курицей, со сметаной			250/10/5	5,8	6,5	12,0	129,7	
курица потрошенная 1 категории (мякоть без кожи)	29	26						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	40	30						
01.11.-31.12. -30%	43	30						
01.01.-29.02 - 35%	46	30						
01.03 - 40%	50	30						
капуста свежая белокочанная	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						

Адрес: 125080, Москва, ул. Мухоморова, д. 10
«Центр технико-экономического контроля»
ОГРН 1077203055147
ИНН 770308134

Печень говяжья по - строгоновски			100	11,9	10,9	3,7	160,5	№431-2004
печень говяжья	114	95						
масло растительное	5	5						
масса готовой печени		60						
мука пшеничная	2,5	2,5						
сметана	12,5	12,5						
вода питьевая	30	30						
Макаронные изделия отварные			150	3,2	2,8	34,3	175,2	№516-2004
макаронные изделия	53	53						
масло сливочное	3,5	3,5						
Компот из кураги			200	0,9	0,0	31,3	128,8	№638-2004
курага	20,3	20						
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:				42	43	191	1319	

ИТОГО:

42

43

191

1319

10 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Завтрак								
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	109	60	60	20,2	16,6	74,8	529,0	№101-2004
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						
Биточки рыбные			90	14,0	11,6	13,0	212,4	№345-2013, Пермь
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	97	72						
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	108	72						
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	84	72						
хлеб пшеничный	17	17						
молоко питьевое	13	13						
масло сливочное	1,8	1,8						
яйцо куриное	5	5						
сухари	4,5	4,5						Летисловское учреждение Тюменской области «Центр технологического контроля» СГРН 1077203013147 ИНН 7203208334
масло растительное	2	2						
Пюре картофельное			150	3,3	4,4	23,5	147	№520-2004

или Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,0	0,6	16,2	77,8	
ИТОГО:	44	46	173	1282		
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (завтрак):	18	18	77	542		
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						
аша рисовая жидкая		200	6,4	7,2	27,0	198	№311-2004	
крупа рисовая	30	30						
молоко питьевое	190	190						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 120320813

ИТОГО:

12 дней

Наименование блюда	12 дней		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
	Брутто, г	Нетто, г						
Завтрак			530	18,3	17,7	86,9	580,3	
Салат из моркови с изюмом			80	1,0	0,1	12,8	55,8	№10-2013, Пермь
морковь до 01.01.-20%		79						
с 01.01 - 25%		84						
морковь старого урожая используется в сыром виде до 1 марта, с 1 марта только морковь нового урожая или в отварном виде								
изюм		9						
сахар		8						
лимон для сока		10						
Гуляш из говядины			100	9,1	7,5	3,4	117,5	№437-2004
говядина 1 категории		86						
или говядина полуфабрикат		74						
или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства		63						
масло растительное		4						
масса тушеного мяса								
масса соуса								
лук репчатый		14						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)		6						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»

ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

мука пшеничная	4	4	150	3,1	6,6	32,0	199,7	№508-2004
Каша гречневая рассыпчатая								
крупа гречневая	71	71						
вода питьевая	90	90						
масло сливочное	8	8						№642-1996
Какао с молоком			200	3,4	3,2	21,2	127,2	
какао - порошок	5	5						
молоко питьевое	130	130						
сахар	15	15					38,9	
Хлеб пшеничный			20	1,0	0,3	8,1		
или Хлеб пшеничный витаминизированный			20				41,3	
Хлеб ржаной			20	0,7	0,1	9,4		
или хлеб ржаной витаминизированный			20					
Обед			810	23,8	24,3	113,8	768,6	№66-2013, Пермь
Салат картофельный с огурцами			80	1,4	4,0	7,4	71,0	
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						

говядина 1 категории или говядина полуфабрикат	22	16	10,7	5,9	151,5	№423-2004
свекла до 01.01.-20% с 01.01 - 25%	38 40	30 30				
капуста свежая белокочанная	25	20				
картофель - 01.09.-31.10.- 25% 01.11.-31.12. -30%	53 57	40 40				
01.01-29.02 - 35% 01.03 - 40%	62 67	40 40				
морковь до 01.01.-20%	18	14				
с 01.01 - 25% лук репчатый	19 10	14 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	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				

Ассоциация производителей говядины
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203063147
ИНН 7203208134

или Хлеб пшеничный витаминизированный

Хлеб ржаной

40

20

0,7 0,1

9,4

41,3

ИТОГО:

43

194

1307

14 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
Завтрак							
Бутерброд с маслом			550	19,8	17,0	79,4	549,8
хлеб пшеничный	20	20	20/5	1,7	3,9	7,3	71,1
масло сливочное	5	5					
Пудинг творожный запеченный с молоком сгущенным							№1-2004
творог	143	141	180/20	15,4	11,5	43,2	337,9
мука пшеничная	13	13					
или крупа манная	11	11					
сахар	15	15					
яйцо куриное	8	8					
изюм	18,5	18					
масло сливочное	5	5					
ванилин	0,01	0,01					
сахари	5	5					
сметана	5	5					
масло сливочное для смазки листа	3,5	3,5					

Автономное учреждение Тамбовской области
 «Центр технологического мониторинга»
 ОГРН 1077203065147
 ИНН 7203208134

вода для разведения лимонной кислоты	5	5	5	5
масло растительное	4	4	4	4
курица потрошенная 1 категории (мякоть без кожи)	29	26		
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		
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	15,3	14,7	302,5
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		

Автоминлов учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 077203065147
ИНН 7203208134

Быточки рубленые из птицы запеченные, с маслом		90/5	11,4	15,2	11,2	227,2	№498-2004
филе куриное промышленного производства		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				
Рис припущенный		150	3,7	3,6	29,7	166,0	№512-2004
крупка 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
Слеб 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	Автономное учреждение Тюменской области «Центр технического контроля» ОБЕРН 1077203065147 ИНН 7203208134

Овощи консервированные без уксуса (огурцы)		109	60	60	0,5	0,1	1,0	6,9	№101-2004
ИЛИ									
Овощи свежие (огурцы)				60					№70-2006, Москва
	огурцы свежие грунтовые	63	60		0,5	0,1	1,3	7,9	
	или огурцы свежие парниковые	61	60						
Суп с крупой с курицей				250/10	6,5	6,4	20,1	164,0	№138-2004
	курица потрошенная 1 категории (мякоть без кожи)	29	26						
	крупы: кукурузная, или пшено, или овсяные хлопья "Геркулес"	5	5						
	картофель - 01.09.-31.10.- 25%	67	50						
	01.11.-31.12.-30%	72	50						
	01.01-29.02 - 35%	77	50						
	01.03 - 40%	84	50						
	морковь до 01.01.-20%	12,5	10						
	с 01.01 - 25%	13,3	10						
	лук репчатый	12	10						
	масло сливочное	5	5						
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						

ИТОГО:													
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (завтрак):													При одном приеме пищи (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ ЗАВТРАК (20-25%):													При одном приеме пищи (обед)
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (обед):													при двухразовом питании
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ ОБЕД (30-35%):													
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (завтрак и обед):													
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (50-60%):													

16 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
Завтрак							
Каша манная жидкая с маслом			550	10,5	15,7	98,0	575,1
крупя 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
мука пшеничная	67	67					
мука пшеничная на подпыл	3,3	3,3					

№664-2013,
Пермь

№311-2004

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							
<i>лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый</i>									
или лук зеленый	15	12							
масло растительное	4	4							
Суп - лапша домашняя на курином бульоне									
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							
			250	2,4	5,3	10,1	97,7		№148-2004

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								
Бутерброд с джемом			570	22,9	14,8	74,7	523,4	
			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								
творог	173	172						
мука пшеничная	14	14						
или крупа манная	13	13						
вода питьевая для каши	43	43						
яйцо куриное	14	14						
	7	7						

сахар

		3,0	3,7	29,7	166,0	№613-2004		
крупа рисовая	53	53						
вода питьевая	110	110						
Сок в ассортименте	200	200	0,4	22,0	90	№518-2013, Пермь		
Хлеб пшеничный	40	40	2,0	16,2	77,8			
или Хлеб пшеничный витаминизированный	40	40						
Хлеб ржаной	20	20	0,7	9,4	41,3			
или хлеб ржаной витаминизированный	20	20						
ИТОГО:			49	182	1280			
18 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				№ рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г		ЭЦ, ккал
Завтрак								
Бутерброд с сыром								
хлеб пшеничный	20	20						
сыр	16	15						
Загу из мяса								
говядина 1 категории	107	79						
или говядина полуфабрикат	93	79						
или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	79	79						
масса тушеного мяса		50						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	60	45						
01.11.-31.12. -30%	64	45						
			200	14,5	20,0	17,6	308,4	№618-2011, Екатеринбург
			585	23,0	26,6	57,6	561,8	№3-2004
			20/15	5,3	3,7	7,2	83,3	

Администрация
 «Центр технического контроля»
 ОГРН 1077203065147
 ИНН 7203208134

или помидоры свежие грунтовые	90	76				
масло растительное	4	4				
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				
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				

Автономное учреждение
 «Центр государственного контроля»
 ОГРН 1077203065147
 ИНН 320614