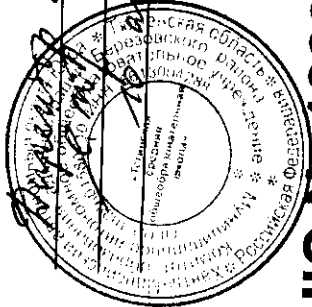


СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДАЮ:



# ПРИМЕРНОЕ 12-ТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ № 1883 от "01" августа 2019 г

(завтрак, обед)

Для питания детей с 11 лет и старше, осенне – зимний сезон

Расчет содержания пищевой и энергетической ценности, витаминов, минеральных элементов, проведен на программном комплексе: «Система расчетов для общественного питания», на модуле системы – разработка технологической документации с расчетом химического состава, расчетом содержания пищевой и энергетической ценности, витаминов, минеральных элементов (продуктов полуфабрикатов, кулинарных изделий, с учетом их сохранности на всех стадиях технологического процесса).

Программа разработана Уральским государственным экономическим университетом и одобрена Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (свидетельство № 32 от 11.06.2009)

2019 г

**Примерное 14 - ти дневное МЕНЮ №1883 от "01" августа 2019 г**

**для питания детей школьного возраста с 11 лет и старше (завтрак, обед), осеннее - зимний сезон**

**Меню содержит обязательные вложения - титульный лист, накопительную ведомость, аннотацию, таблицу распределения энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи, таблицу по расходу соли и специй**

**1 день**

Наименование блюда	Выход, г		Химический состав	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
	Брутто, г	Нетто, г		Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг рет.экв.	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>															
Каша молочная кукурузная жидкая №265-2013, Пермь			200												
крупа кукурузная	25														
молоко питьевое	185														
или молоко концентрированное	85														
или молоко сухое	22														
вода кипяченая для концентрированного молока	100														
вода кипяченая для сухого молока	163														
сахар	5														
соль йодированная	0,9														
масло сливочное	5														
Бутерброд с сыром, маслом № 91, 93-2013, Пермь			30/5/15												
хлеб пшеничный	30														
масло сливочное	5														
сыр	16														
Какао с молоком №497-2013, Пермь			200												
				3,9	3,3	20,4	127	0,5	0,0	0,21	0,0	124,9	108,3	28,3	0,9





Каша перловая р: сыпчатая №242-2013, Пермь		180	8,3	7,8	45,5	285	0,00	0,1	0,28	0,5	20,9	118,8	31,0	1,6
крупа перловая	60													
вода питьевая	144													
масло сливочное	10													
Компот из смеси сухофруктов №508 - 2013, Пермь		200	0,2	0,0	20,3	82	0,3	0,0	0,0	0,8	23,6	20,4	15,0	0,5
сухофрукты	25													
сахар	10													
Хлеб ржаной №109-2013, Пермь		50	3,0	0,7	16,7	87	0,0	0,1	0,0	0,7	18,0	79,0	24,0	2,0
Хлеб пшеничный №108-2013, Пермь		80	6,4	1,2	30,4	158	0,00	0,2	0,0	1,8	32,0	104,0	22,4	1,8
<b>ИТОГО</b>			57	53	230	1627	19	1	2	7	697	1115	265	15

## МЕНЮ

### 2 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)					
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг рет. экв.	Е	Ca	P	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>															
Запеканка творожная с яблоками со сгущенным молоком (Технико технологическая карта, разработано АУ ТО Центр технологического контроля)			200	16,7	15,1	48,0	395	1,3	0,1	47,1	0,5	230,2	279,6	44,8	1,9
	творог	120	119												
крупа манная	10	10													
или мука пшеничная	12	12													
сахар	7	7													
яйцо куриное	6	6													
яблоки свежие (очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом)	79	55													

наименование	количество		количество																				
	шт	кг	шт	кг	шт	кг	шт	кг	шт	кг	шт	кг	шт	кг	шт	кг	шт	кг	шт	кг	шт	кг	
<b>ИЛИ</b>																							
салат из свежих помидоров №22-2013, Пермь	100		1,0	5,1	3,5	64	16,5	0,0	0,0	2,5	13,0	24,0	18,0	0,8									
<b>Обед</b>																							
<b>Салат из свеклы отварной №50-2013, Пермь</b>																							
свекла - до 01.01 - 20%		125	100																				
с 01.01 - 25%		133	100																				
масса свеклы отварной			95																				
масло растительное		5	5																				
<b>Хлеб ржаной №109-2013, Пермь</b>																							
Плоды свежие в ассортименте №112-2013, Пермь		180		1,3	0,2	32,0	134	11,79	0,1	0,0	0,4	7,7	3,2	17,6	0,5								
чай - заварка		0,6	0,6																				
сахар		15	15																				
лимон		8	7																				
Хлеб из свеклы отварной №50-2013, Пермь		100		1,5	5,1	12,0	100	5,70	0,0	0,0	2,3	33,0	38,0	19,0	1,3								
свекла - до 01.01 - 20%		125	100																				
с 01.01 - 25%		133	100																				
масса свеклы отварной			95																				
масло растительное		5	5																				
<b>Чай с лимоном №494-2013, Пермь</b>																							
чай - заварка		0,6	0,6																				
сахар		15	15																				
лимон		8	7																				
Бутерброд с маслом №93-2013, Пермь		20/5		1,4	3,7	9,6	77	0,0	0,0	19,6	0,1	1,2	1,5	0,0	0,0								
хлеб пшеничный		20	20																				
масло сливочное		5	5																				
<b>Плоды свежие в ассортименте №112-2013, Пермь</b>																							
чай - заварка		0,6	0,6																				
сахар		15	15																				
лимон		8	7																				
Хлеб ржаной №109-2013, Пермь		20		1,2	0,2	6,6	34	0,0	0,0	0,3	7,2	31,6	9,6	0,8									
Плоды свежие в ассортименте №112-2013, Пермь		180		1,3	0,2	32,0	134	11,79	0,1	0,0	0,4	7,7	3,2	17,6	0,5								
чай - заварка		0,6	0,6																				
сахар		15	15																				
лимон		8	7																				
Бутерброд с маслом №93-2013, Пермь		20/5		1,4	3,7	9,6	77	0,0	0,0	19,6	0,1	1,2	1,5	0,0	0,0								
хлеб пшеничный		20	20																				
масло сливочное		5	5																				
масса готовой заправки			170																				
молоко стухшее с сахаром		30	30																				
масса припущенных яблок			45																				
масло сливочное для смазки листа		4	4																				
сухари пшеничные		7	7																				
сметана		4	4																				



картофель - 01.09.-31.10. - 25%	61	46																					
01.11.-31.12. - 30%	65	46																					
01.01-29.02 - 35%	70	46																					
01.03 - 40%	76	46																					
морковь - до 01.01 - 20%	80	64																					
с 01.01 - 25%	85	64																					
лук репчатый	29	24																					
капуста белоочанная свежая	87	70																					
масло сливочное	7	7																					
мука пшеничная	2	2																					
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	4	4																					

ИЛИ

Говядина, тушённая с капустой № 365-2013, Пермь	300	19,8	21,2	17,3	339	48,2	0,1	0,9	6,2	85,0	223,0	75,2	4,5
говядина 1 категории	110		81										
или говядина полуфабрикат	96		81										
масса отварного мяса			50										
лук репчатый	60		50										
масло растительное	5		5										
капуста тушёная													
капуста квашенная промышленного производства	300		210										
или капуста свежая белоочанная	313		250										
масло растительное	15		15										
морковь до 01.01.-20%	18		15										

7





Джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	25,2	25																					
хлеб пшеничный	20	20																					
<b>Плоды свежие в ассортименте №112-2013, Пермь</b>																							
			180	1,3	0,2	32,0	134	11,79	0,1	0,0	0,4	7,7	3,2	17,6	0,5								
<b>Хлеб ржаной №109-2013, Пермь</b>																							
			20	1,2	0,2	6,6	34	0,0	0,0	0,3	7,2	31,6	9,6	0,8									
<b>Обед</b>																							
<b>Икра кабачковая (промышленного производства) №115- 2013, Пермь</b>																							
икра кабачковая	100	100																					
<b>Суп картофельный с бобовыми (2 варианта), с курицей №145 - 2013, Пермь</b>																							
Курица 1 категории потрошенная	32	29																					
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	106	80																					
01.11.-31.12. -30%	114	80																					
01.01.-29.02 - 35%	123	80																					
01.03 - 40%	134	80																					
фасоль	21	20																					
морковь - до 01.01 - 20%	16	13																					
с 01.01 - 25%	17	13																					
лук репчатый	12	10																					
масло сливочное	6	6																					
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2																					
<b>ИЛИ</b>																							
<b>Суп картофельный с бобовыми (2 варианта), с мясом №145 - 2013, Пермь</b>																							
говядина 1 категории	22	16																					
или говядина полуфабрикат	19	16																					



Горбуша в морковно-сухарной корочке с маслом (Технико-технологическая карта, разработано АУ ТО Центр технологического контроля)		120/5	21,2	15,1	8,1	253	1,20	0,3	0,38	7,5	35,6	178,2	42,2	1,2
горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	167	111												
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	202	111												
сухари пшеничные	9	9												
морковь - до 01.01 - 20%	14	11												
с 01.01 - 25%	15	11												
яйцо куриное	8	8												
мука пшеничная	5	5												
масло растительное	8	8												
масло сливочное	5	5												
<b>Картофель припущенный с маслом №173-2013, Пермь</b>		<b>180</b>	<b>3,6</b>	<b>4,2</b>	<b>27,1</b>	<b>161</b>	<b>10,11</b>	<b>0,2</b>	<b>37,2</b>	<b>0,2</b>	<b>21,2</b>	<b>65,0</b>	<b>37,3</b>	<b>1,5</b>
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	247	186												
01.11.-31.12. -30%	266	186												
01.01-29.02 - 35%	286	186												
01.03 - 40%	311	186												
масло сливочное	7	7												
<b>Компот из яблок с лимоном №509-2013, г.Пермь</b>		<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0,1</b>	<b>19,1</b>	<b>78</b>	<b>12,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>22,1</b>	<b>14,3</b>	<b>12,2</b>	<b>0,9</b>
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	57	50												
лимон	11,5	7												
сахар	15	15												
<b>Хлеб пшеничный №108-2013, Пермь</b>		<b>80</b>	<b>6,4</b>	<b>1,2</b>	<b>30,4</b>	<b>158</b>	<b>0,00</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>1,8</b>	<b>32,0</b>	<b>104,0</b>	<b>22,4</b>	<b>1,8</b>
<b>Хлеб ржаной №109-2013, Пермь</b>		<b>60</b>	<b>3,6</b>	<b>0,8</b>	<b>20,0</b>	<b>104</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>0,8</b>	<b>21,6</b>	<b>94,8</b>	<b>28,8</b>	<b>2,4</b>

<b>ИТОГО</b>	59	45	243	1617	48	1	38	15	252	762	249	15
--------------	----	----	-----	------	----	---	----	----	-----	-----	-----	----

## МЕНЮ

### 4 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав						Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)											
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг рет.экв.	Е	Са	Р	Mg	Fe												
																23	20	105	688	13	0	1	1	525	425	89	3
<b>Завтрак</b>																											
<b>Каша ячневая вязкая №255-2013, Пермь</b>													200														
крупя ячневая	30		30																								
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	5		5																								
соль йодированная	1		1																								
масло сливочное	5		5																								
<b>Бутерброд с сыром №91-2013, Пермь</b>													30/20														
хлеб пшеничный	30		30																								
сыр	21		20																								
<b>Чай с молоком №495-2013, Пермь</b>													200														
чай - заварка	0,6		0,6																								
молоко питьевое	100		100																								
или молоко концентрированное	46		46																								

12

или молоко сухое	12	12																	
вода кипяченая для концентрированного молока	54	54																	
вода кипяченая для сухого молока	88	88																	
сахар	15	15																	
Фрукты свежие в ассортименте №112-2013, Пермь	180	1,3	0,2	32,0	134	11,79	0,1	0,0	0,4	7,7	3,2	17,6	0,5						
Хлеб ржаной №109-2013, Пермь	40	2,4	0,4	13,2	68	0,0	0,1	0,0	0,6	14,4	63,2	19,2	1,6						
<b>Обед</b>	36	30	30	130	938	18	1	1	10	177	621	197	11						
Салат из моркови с зеленым горошком № 61- 2013, Пермь	100	1,9	5,1	9,2	90	4,6	0,07	0,0	4,7	22,0	53,0	27,0	0,6						
морковь - до 01.01 - 20%	75				60														
с 01.01 - 25%	80				60														
масса припущенной моркови					58														
горошек зелёный консервированный (после термической обработки)	50				40														
масло растительное	5				5														

**ИЛИ**

Салат из огурцов с маслом (№14/1-2011г., Екатеринбург)	100	0,8	5,1	2,5	59	6,80	0,03	0,00	2,30	22,50	41,16	13,70	0,59
огурцы соленые (без уксуса)	173				95								
или огурцы свежие парниковые	97				95								
или огурцы свежие грунтовые	100				95								
масло растительное	5				5								
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7				2								
Свекольник с мясом со сметаной №131-2013, г.Пермь	250/10/5	4,5	4,6	12,0	107	3,9	0,1	0,31	0,4	39,9	90,0	32,1	1,9
говядина 1 категории	22				16								
или говядина полуфабрикат	19				16								

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	10																		
лук репчатый	13	11																		
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	3	3																		
сахар	0,6	0,6																		
масло сливочное	6	6																		
сметана	5	5																		
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2																		
<b>Котлеты из говядины с овощами №380-2013, г.Пермь</b>			<b>100</b>	<b>14,2</b>	<b>14,5</b>	<b>237</b>	<b>9,70</b>	<b>0,07</b>	<b>0,07</b>	<b>0,6</b>	<b>37,0</b>	<b>169,0</b>	<b>30,0</b>	<b>2,5</b>						
говядина 1 категории	109	80																		
или говядина полуфабрикат	94	80																		
капуста белокочанная свежая	58	46																		
морковь - до 01.01 - 20%	21	17																		
с 01.01 - 25%	23	17																		
яйцо куриное	8	8																		
масло сливочное	6	6																		
мука пшеничная	11	11																		

масло сливочное для смазки листа	3	3																		
Каша гречневая №237-2013, Пермь	180	5,2	4,0	24,4	154	0,0	0,10	0,22	0,5	0,2	95,2	45,3	2,2							
крупа гречневая	45	45																		
вода питьевая	144	144																		
масло сливочное	5	5																		
Компот из смеси сухофруктов №508-2013, Пермь	200	0,2	0,0	20,3	82	0,3	0,0	0,0	0,8	23,6	20,4	15,0	0,5							
сухофрукты	25	25																		
сахар	10	10																		
Хлеб пшеничный №108-2013, Пермь	100	8,0	1,5	38,0	198	0,00	0,2	0,0	2,2	40,0	130,0	28,0	2,2							
Хлеб ржаной №109-2013, Пермь	40	2,4	0,5	13,3	69	0,00	0,1	0,0	0,6	14,4	63,2	19,2	1,6							
<b>ИТОГО</b>		59	50	234	1626	31	1	2	11	703	1046	286	14							

## МЕНЮ

### 5 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав					Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)																				
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг рет.экв.	Е	Ca	P	Mg	Fe																		
<b>Завтрак</b>																																	
Омлет натуральный с маслом №301-2013, Пермь			200	18,5	22,1	2,8	284	0,0	0,1	0,5	82,5	288,0	18,0	0,9	3,8																		
яйцо куриное	145	145																															
молоко питьевое	55	55																															
или молоко концентрированное	25	25																															
или молоко сухое	7	7																															
вода кипяченая для концентрированного молока	30	30																															
вода кипяченая для сухого молока	48	48																															



масло сливочное для смазки листа	4	4																	
масса готового омплета																			
масло сливочное	10	10																	
<b>Бургерброд с маслом №93-2013, Пермь</b>	2015	1,4	3,7	9,6	77	0,0	0,0	0,2	0,1	1,2	1,5	0,0	0,0						
хлеб пшеничный																			
масло сливочное																			
<b>Кофейный напиток с молоком №501 - 2013, Пермь</b>	200	3,9	3,5	18,8	122	0,8	0,0	0,12	0,0	175,0	126,0	8,0	0,1						
кофейный напиток																			
сахар																			
молоко питьевое																			
или молоко концентрированное																			
или молоко сухое																			
вода кипяченая для концентрированного молока																			
вода кипяченая для сухого молока																			
<b>Флоды свежие в ассортименте №112-2013, Пермь</b>	180	1,3	0,2	32,0	134	11,79	0,1	0,0	0,4	7,7	3,2	17,6	0,5						
<b>Хлеб пшеничный №108-2013, Пермь</b>	20	1,6	0,3	7,6	40	0,0	0,0	0,0	0,4	8,0	26,0	5,6	0,4						
<b>Хлеб ржаной №109-2013, Пермь</b>	20	1,2	0,2	6,6	34	0,0	0,0	0,0	0,3	7,2	31,6	9,6	0,8						
<b>Обед</b>	25	30	145	950	36	1	0	9	201	485	176	10							
<b>Салат из свеклы с солеными огурцами №53 - 2013, Пермь</b>	100	1,2	10,4	10,2	139	5,50	0,01	0,0	4,5	32,0	36,0	19,0	1,1						
свекла - до 01.01 - 20%																			
с 01.01 - 25%																			
огурцы соленые																			
или огурцы консервированные без уксуса																			

ИПИ															
масло растительное на полив при подаче	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10					
Салат из свежих помидоров №22-2013, Пермь	97	95	100	1,0	5,1	3,5	64	16,5	0,0	0,0	2,5	13,0	24,0	18,0	0,8
помидоры свежие парниковые	97	95													
или помидоры свежие грунтовые	112	95													
масло растительное	5	5													
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2													
Суп крестьянский с крупой на мясном бульоне со сметаной №154-2013, Пермь	38	30	250/5	2,9	4,6	12,4	103	5,60	0,0	0,29	0,4	42,0	62,0	21,7	1,0
капуста белокочанная свежая	38	30													
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													
крупы: перловая, рисовая, овсяная, ячневая, пшеничная	10	10													
морковь - до 01.01 - 20%	12,5	10													
с 01.01 - 25%	13	10													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное	6	6													
сметана	5	5													
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2													
Говядина отварная, тушенная в соусе с картофелем и овощами (Технико технологическая карта, разработано АУ ТО Центр технологического контроля)	280	9,2	17,3	35,6	335	6,00	0,2	0,0	2,7	49,5	168,0	57,7	3,5		
говядина 1 категории	110	81													

17

или говядина полуфабрикат	96	81																							
масса отварной говядины		50																							
масло растительное	10	10																							
лук репчатый	23	19																							
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%	213	128																							
морковь - до 01.01. - 20%	45	36																							
с 01.01. - 25%	48	36																							
горошек зелёный консервированный	55	36																							
<u>Соус томатный</u>		50																							
вода питьевая	50	50																							
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	4	4																							
мука пшеничная	3	3																							
масло сливочное	3	3																							
сахар	1,0	1																							
зелень свежая (петрушка, укроп)	0,7	0,5																							
<b>Соки овощные, фруктовые и ягодные №518-2013, Пермь</b>		200	1,2	0,4	39,0	164	8,00	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,5	38,0	22,0	27,0	0,3								
<b>Хлеб пшеничный №108-2013, Пермь</b>		100	8,0	1,5	38,0	198	0,00	0,2	0,0	0,0	0,0	2,2	40,0	130,0	28,0	2,2									
<b>Хлеб ржаной №109-2013, Пермь</b>		50	3,0	0,7	16,7	87	0,0	0,1	0,0	0,0	0,7	18,0	79,0	24,0	2,0										
<b>ИТОГО</b>			53	60	223	1642	49	1	1	1	11	482	961	235	15										

**МЕНЮ**

18

## 6 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав					Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)																																
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг рет.экв.	Е	Са	Р	Мg	Fe																															
<b>Завтрак</b>																																														
Запеканка из творога с молоком сгущённым №313-2013, Пермь														200																																
творог	160	159																																												
крупа манная	11	11																																												
или мука пшеничная	14	14																																												
сахар	12	12																																												
яйцо куриное	5	5																																												
ванилин	0,017	0,017																																												
сухари пшеничные	6	6																																												
сметана	6	6																																												
масло растительное для смазки листа	2	2																																												
масса готовой запеканки		170																																												
молоко сгущенное с сахаром	30	30																																												
Бутерброд с сыром, маслом № 91, 93-2013, Пермь														30/5/15	5,9	8,6	14,5	159	0,1	0,0	0,51	0,1	148,2	89,7	8,1	0,1																				
хлеб пшеничный	30	30																																												
масло сливочное	5	5																																												
сыр	16	15																																												
Чай с лимоном №494- 2013, Пермь														200/7	0,1	0,0	15,7	63	1,1	0,0	0,0	0,0	3,2	1,4	0,8	0,1																				
чай - заварка	0,6	0,6																																												
сахар	15	15																																												

лимон		8	7													
Плоды свежие в ассортименте №112-2013, Пермь				180	1,3	0,2	32,0	134	11,79	0,1	0,0	0,4	7,7	3,2	17,6	0,5
Хлеб ржаной №109-2013, Пермь				20	1,2	0,2	6,6	34	0,0	0,0	0,3	7,2	31,6	9,6	0,8	
<b>Обед</b>				100	40	34	116	932	27	1	1	14	206	649	170	8
Икра кабачковая (промышленного производства) №115- 2013, Пермь				100	1,9	8,9	7,7	119	7,00	0,0	0,0	3,1	41,0	37,0	15,0	0,7
Икра кабачковая				100												
Суп из овощей с мясом (2 вариант) №143 - 2013, Пермь				250/10	4,8	5,2	10,8	109	9,00	0,1	0,31	0,4	19,1	63,2	27,9	1,1
говядина 1 категории				22	16											
или говядина полуфабрикат				19	16											
картофель - 01.09.-31.10.- 25%				75	56											
01.11.-31.12. -30%				80	56											
01.01.-29.02 - 35%				87	56											
01.03 - 40%				94	56											
морковь - до 01.01 - 20%				19	15											
с 01.01 - 25%				20	15											
капуста цветная замороженная				36	35											
или кукуруза консервированная				29	18											
или фасоль консервированная в собственном соку				27	18											
лук репчатый				12	10											
масло сливочное				6	6											
зелень сушеная (петрушка, укроп)				0,2	0,2											
<b>Рыба запеченная с маслом №333 - 2013, Пермь</b>				120/5	20,6	11,3	5,7	207	0,0	0,10	0,35	6,80	33,20	258,30	37,00	1,30
горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)				204	143											

20

или горбуша неразделанная (филе с кожей без костей)	246	143																			
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	184	136																			
мука пшеничная	6	6																			
масло растительное	6	6																			
масло сливочное	5	5																			1,3
<b>Картофельное пюре №429 - 2013, Пермь</b>	180						3,5	7,1	23,0	170	8,3	0,1	0,48	0,3	45,3	105,1	35,3				
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	205	154																			
01.11.-31.12.- 30%	220	154																			
01.01.-29.02 - 35%	237	154																			
01.03 - 40%	257	154																			
молоко питьевое	27	27																			
или молоко концентрированное	12,4	12,4																			
или молоко сухое	3,2	3,2																			
вода кипяченая для концентрированного молока	14,6	14,6																			
вода кипяченая для сухого молока	23,8	23,8																			
масло сливочное	10	10																			
<b>Компот из свежих плодов №507-2013, Пермь</b>	200						0,2	0,0	24,7	100	2,22	0,0	0,0	0,7	21,0	18,1	13,3	0,4			
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	46	40																			
сахар	15	15																			
<b>Хлеб пшеничный №108-2013, Пермь</b>	80						6,4	1,2	30,4	158	0,00	0,2	0,0	1,8	32,0	104,0	22,4	1,8			
<b>Хлеб ржаной №109-2013, Пермь</b>	40						2,4	0,5	13,3	69	0,00	0,1	0,0	0,6	14,4	63,2	19,2	1,6			
<b>ИТОГО</b>							76	52	216	1636	40	1	2	15	768	1237	257	11			

**МЕНЮ**

9

**7 день**

Наименование блюда	Выход, г		Химический состав						Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мг рет. экв.	Е	Ca	P	Mg	Fe				
<b>Завтрак</b>																		
<b>Каша пшеничная молочная №267-2013, Пермь</b>																		
крупа пшеничная	30	30																
сахар	5	5																
соль йодированная	0,8	0,8																
молоко питьевое	190	190																
или молоко концентрированное	87	87																
или молоко сухое	23	23																
вода кипяченая для концентрированного молока	103	103																
вода кипяченая для сухого молока	167	167																
масло сливочное	5	5																
<b>Бутерброд с маслом №93-2013, Пермь</b>																		
хлеб пшеничный	20	20																
масло сливочное	5	5																
<b>Кофейный напиток с молоком №501 - 2013, Пермь</b>																		
кофейный напиток	2	2																
сахар	15	15																
молоко питьевое	150	150																
или молоко концентрированное	69	69																
или молоко сухое	18	18																

29

вода кипяченая для концентрированного молока	81	81																		
вода кипяченая для сухого молока	132	132																		
Фрукты свежие в ассортименте №112-2013, Пермь	180	1,3	0,2	32,0	134	11,79	0,1	0,0	0,4	7,7	3,2	17,6	0,5							
Хлеб ржаной №109-2013, Пермь	60	3,6	0,8	20,0	104	0,0	0,1	0,0	0,8	21,6	94,8	28,8	2,4							
<b>Обед</b>																				
Салат картофельный с зеленым горошком №65 - 2013, Пермь	100	3,1	11,4	6,8	142	10,2	0,1	0,0	4,6	18,0	66,0	18,0	0,9							
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	53																			
01.11.-31.12. - 30%	57																			
01.01-29.02 - 35%	62																			
01.03 - 40%	67																			
масса отварного картофеля																				
яйцо куриное	18																			
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	46																			
лук репчатый	9,5																			
или лук зеленый	10																			
масло растительное	10																			
<b>ИЛИ</b>																				
Салат из свежих помидоров №22-2013, Пермь	100	1,0	5,1	3,5	64	16,5	0,0	0,0	2,5	13,0	24,0	18,0	0,8							
помидоры свежие парниковые	97																			
или помидоры свежие грунтовые	112																			
масло растительное	5																			
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7																			
Рассольник ленинградский с мясом, со сметаной №134- 2013, Пермь	250/10/5	4,8	5,1	14,8	124	4,9	0,1	0,31	0,4	23,2	94,9	27,6	1,4							

1/10



говядина 1 категории	22	16																	
или говядина полуфабрикат	19	16																	
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	100	75																	
01.11.-31.12. -30%	107	75																	
01.01-29.02 - 35%	116	75																	
01.03 - 40%	125	75																	
крупы (перловая, овсяная или пшеничная)	5	5																	
морковь - до 01.01 - 20%	12,5	10																	
с 01.01 - 25%	13,3	10																	
лук репчатый	6	5																	
огурцы консервированные без уксуса или соленые	27	15																	
масло сливочное	6	6																	
сметана	5	5																	
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2																	
<b>Овощи тушеные с гарнирами (Технико технологическая карта, разработано АУ ТО Центр технологического контроля)</b>		<b>330</b>	<b>21,1</b>	<b>19,3</b>	<b>24,3</b>	<b>355</b>	<b>9,12</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>2,8</b>	<b>28,4</b>	<b>154,0</b>	<b>61,2</b>	<b>1,3</b>					
Курица 1 категории потрошенная	160	144																	
масло растительное	5	5																	
масса готового порционного кусочка		100																	
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	89	67																	
01.11.-31.12. -30%	96	67																	
01.01-29.02 - 35%	103	67																	
01.03 - 40%	112	67																	

24





<b>Заптрак</b>																
Пудинг творожный запеченный, с молоком стученным №319-2013, Пермь		200/20														
		152	150		35	16	90	645	3	0,3	0,2	2	354	538	71	5
творог			150													
крупа манная		15	15													
яйцо куриное		14	14													
сахар		15	15													
изюм		20,5	20													
ванилин		0,02	0,02													
масло сливочное		6	6													
сухари пшеничные		5	5													
сметана		5	5													
масло сливочное для смазки листа		3	3													
молоко стученное с сахаром		20	20													
<b>Чай с лимоном №494- 2013, Пермь</b>		<b>200/7</b>														
чай - заварка		0,6	0,6													
сахар		15	15													
лимон		8	7													
<b>Бутерброд с джемом или повидлом №95-2013, Пермь</b>		<b>20/25</b>														
джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)		25,2	25													
хлеб пшеничный		20	20													
<b>Яйца вареные №300-2013, Пермь</b>		<b>40</b>														
					5,1	4,6	0,3	63	0,00	0,03	0,1	0,2	22,0	77,0	5,0	1,0
<b>Хлеб ржаной №109-2013, Пермь</b>		<b>20</b>														
					1,2	0,2	6,6	34	0,0	0,0	0,0	0,3	7,2	31,6	9,6	0,8
<b>Хлеб пшеничный №108-2013, Пермь</b>		<b>20</b>														
					1,6	0,3	7,6	40	0,00	0,0	0,0	0,4	8,0	26,0	5,6	0,4

JK

<b>Обед</b>																	
Салат из свеклы с сыром №147 - 2013, Пермь					100			250/20									
		86	69			35	31	133	954	25	0,6	23	11	320	644	167	13
свекла - до 01.01 - 20%																	
с 01.01 - 25%		92	69										2,8	121,0	53,1	11,3	2,9
маасса припущенной свеклы																	
сыр		31	30														
масло растительное		5	5														
Суп картофельный с макаронными изделиями с мясными фрикадельками №147 - 2013, Пермь																	
макаронь, вермишель, лапша		10	10														
картофель - 01.09.-31.10. - 25%		100	75														
01.11.-31.12. -30%		107	75														
01.01-29.02 - 35%		116	75														
01.03 - 40%		125	75														
морковь - до 01.01 - 20%		12,5	10														
с 01.01 - 25%		13	10														
лук репчатый																	
масло сливочное		6	6														
для фрикаделек №169 - 2013, Пермь:																	
говядина 1 категории		31	23														
или говядина полуфабрикат		27	23														
или фарш промышленного производства		23	23														
лук репчатый		2,4	2														
яйцо куриное		1,6	1,6														



вода питьевая	37,5	37,5																		
<b>Каша гречневая №237 - 2013, Пермь</b>																				
крупа гречневая	45	45																		
вода питьевая	144	144																		
масло сливочное	5	5																		
<b>Компот из кураги №512 - 2013, Пермь</b>																				
курага	25	25																		
сахар	10	10																		
<b>Хлеб пшеничный №108-2013, Пермь</b>																				
80																				
<b>Хлеб ржаной №109-2013, Пермь</b>																				
30																				
<b>ИТОГО</b>																				
180																				
5,2																				
4,0																				
24,4																				
154																				
0,0																				
0,10																				
0,22																				
0,5																				
0,2																				
95,2																				
45,3																				
2,2																				
10,5																				
0,0																				
0,0																				
1,3																				
32,0																				
28,3																				
21,0																				
0,9																				
0,00																				
0,2																				
0,0																				
1,8																				
32,0																				
104,0																				
22,4																				
1,8																				
0,4																				
0,0																				
0,1																				
0,0																				
0,4																				
14,4																				
1,2																				
0,0																				
0,1																				
0,0																				
0,4																				
14,4																				
1,2																				
1599																				
28																				
223																				
47																				
70																				
223																				
1599																				
28																				
14																				
674																				
1182																				
238																				
17																				

**МЕНЮ**

**9 день**

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав						Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг рет.экв.	Е	Са	Р	Mg	Fe	Ca	P	Mg	Fe	
																				20
<b>Завтрак</b>																				
<b>Каша манная молочная жидкая №262-2013, Пермь</b>	200																			
крупа 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																		

*(Handwritten mark)*

сахар	5	5																			
соль йодированная	1	1																			
масло сливочное	5	5																			
Бутерброд горячий с сыром (Технико-технологическая карта, разработанная АУ ТО "Центр технологического контроля")			40			5,9	7,3	7,6	120	0,0	0,0	0,25	0,1	49,4	28,5	2,7	0,0				
сыр	21	20																			
масло сливочное	5	5																			
хлеб пшеничный	20	20																			
Какао с молоком №497-2013, Пермь			200			3,9	3,3	20,4	127	0,5	0,0	0,21	0,0	124,9	108,3	28,3	0,9				
какао-порошок	3,5	3,5																			
сахар	15	15																			
молоко питьевое	130	130																			
или молоко концентрированное	60	60																			
или молоко сухое	16	16																			
вода кипяченая для концентрированного молока	70	70																			
вода кипяченая для сухого молока	114	114																			
Плоды свежие в ассортименте №112-2013, Пермь			180			1,3	0,2	32,0	134	11,79	0,1	0,0	0,4	7,7	3,2	17,6	0,5				
Хлеб ржаной №109-2013, Пермь			40			2,4	0,4	13,2	68	0,0	0,1	0,0	0,6	14,4	63,2	19,2	1,6				
<b>Обед</b>						43	28	145	1001	41	1	1	20	239	799	312	14				
Салат овощной с зеленым горошком №69-2013, Пермь			100			2,8	7,1	9,1	112	11,70	0,08	0,02	3,0	19,0	64,0	23,0	0,9				
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	47	35																			
01.11.-31.12. -30%	50	35																			
01.01-29.02 - 35%	54	35																			

88



01.03 - 40%	58	35																					
масса отварного картофеля		33																					
морковь - до 01.01 - 20%	46	37																					
с 01.01 - 25%	49	37																					
масса припущенной моркови		35																					
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	26	17																					
яйцо куриное	10	10																					
масло растительное	5	5																					
<b>Суп картофельный с курицей №149 - 2013, Пермь</b>			250/20	6,9	5,4	135	8,5	0,5	0,0	5,1	65,0	287,6	122,0	4,8									
<b>Курица 1 категории потрошенная</b>	32	29																					
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	100	75																					
01.11.-31.12. - 30%	107	75																					
01.01.-29.02 - 35%	116	75																					
01.03 - 40%	125	75																					
морковь - до 01.01 - 20%	16,3	13																					
с 01.01 - 25%	17,3	13																					
лук репчатый	12	10																					
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	2,5	2,5																					
масло сливочное	6	6																					
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2																					
<b>ИЛИ</b>																							
<b>Суп картофельный с мясом №149 - 2013, Пермь</b>			250/10	4,5	5,3	125	44,3	0,5	0,0	5,1	65,0	287,6	122,0	4,8									
<b>говядина 1 категории</b>	22	16																					

99



	14	12												
лук репчатый	14	12												
масло сливочное	6	6												
мука пшеничная	6	6												
вода питьевая	115	115												
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2												
<b>Соки овощные, фруктовые и ягодные №518-2013, Пермь</b>			200	1,2	0,4	39,0	164	8,00	0,0	0,5	38,0	22,0	27,0	0,3
<b>Хлеб пшеничный №108-2013, Пермь</b>			100	8,0	1,5	38,0	198	0,00	0,2	2,2	40,0	130,0	28,0	2,2
<b>Хлеб ржаной №109-2013, Пермь</b>			50	3,0	0,7	16,7	87	0,0	0,1	0,7	18,0	79,0	24,0	2,0
<b>ИТОГО</b>				62	46	249	1663	56	2	21	658	1179	408	17

## МЕНЮ

### 10 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав						Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	C	B1	A, мкг рет.экв.	E	Ca	P	Mg	Fe	Ca	P	Mg	Fe		
																				ЭЦ, ккал	
<b>Завтрак</b>			250	19	20	98	652	2	0,2	1	1	0,59	0,3	416	401	61	2	2			
Суп молочный с крупой №164-2013, Пермь				8,2	8,1	21,5	192	1,1	0,1					225,3	210,3	33,8	0,6	0,6			
молоко питьевое	250	250																			
или молоко концентрированное	115	115																			
или молоко сухое	30	30																			
вода кипяченая для концентрированного молока	135	135																			
вода кипяченая для сухого молока	220	220																			
Крупа: рисовая или манная, кукурузная, хлопья овсяные "Геркулес"	15	15																			
или ячневая, или гречневая, пшено	20	20																			
масло сливочное	2,5	2,5																			

12

сахар	2,5	2,5																				
соль йодированная	1	1																				
<b>Бутерброд с маслом №93-2013, Пермь</b>	20/5		1,4	3,7	9,6	77	0,0	0,0	0,2	0,1	1,2	1,5	0,0	0,0								
хлеб пшеничный	20	20																				
масло сливочное	5	5																				
<b>Кофейный напиток с молоком №501 - 2013, Пермь</b>	200		3,9	3,5	18,8	122	0,8	0,0	0,12	0,0	175,0	126,0	8,0	0,1								
кофейный напиток	2	2																				
сахар	15	15																				
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																				
<b>Мучное изделие промышленного производства в ассортименте</b>	50		3,5	4,2	35,0	192	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0								
<b>Хлеб ржаной №109-2013, Пермь</b>	40		2,4	0,5	13,3	69	0,00	0,1	0,0	0,6	14,4	63,2	19,2	1,6								
<b>Обед</b>			35	27	130	905	34	1	0	7	143	597	149	10								
кукуруза отварная №175 - 2013, Пермь			2,4	0,5	14,6	73	6,00	0,0	0,0	0,0	9,0	55,0	0,0	0,6								
кукуруза консервированная	167	100																				
<b>ИЛИ</b>																						
<b>Салат из свежих помидоров №22-2013, Пермь</b>			100	1,0	5,1	3,5	64	16,5	0,0	0,0	2,5	13,0	24,0	18,0	0,8							
помидоры свежие парниковые	97	95																				
или помидоры свежие грунтовые	112	95																				
масло растительное	5	5																				

нз

зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2	250/10/5	5,4	5,9	12,8	126	12,4	0,09	0,31	0,36	26,2	94,9	27,6	1,4
Рассольник домашний с мясом, со сметаной №132 - 2013, Пермь															
говядина 1 категории	22	16													
или говядина полуфабрикат	19	16													
капуста белокочанная свежая	25	20													
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	100	75													
01.11.-31.12.- 30%	107	75													
01.01.-29.02.- 35%	116	75													
01.03.- 40%	125	75													
морковь - до 01.01 - 20%	12,5	10													
с 01.01 - 25%	13	10													
лук репчатый	12	10													
масло сливочное	6	6													
огурцы консервированные без уксуса или соленые	27	15													
сметана	5	5													
зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,2	0,2													
Рагу из говядины (Технико-технологическая карта, разработано АУ ТО "Центр технологического контроля")			300	16,3	18,4	23,5	325	13,2	0,2	0,0	2,6	28,6	220,0	55,6	3,4
говядина 1 категории	107	79													
или говядина полуфабрикат	93	79													
масло растительное	5	5													
масса тушеного мяса		50													
фасоль стручковая замороженная	212	167													
или кабачки свежие	249	167													

морковь - до 01.01 - 20%	123	98																		
с 01.01 - 25%	130	98																		
лук репчатый	29	24																		
масло растительное	10	10																		
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	7	7																		
мука пшеничная	2,7	2,7																		
Компот из свежих плодов №507-2013, Пермь			200	0,2	0,0	24,7	100	2,22	0,0	0,0	21,0	18,1	13,3	0,4						
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	46	40																		
сахар	15	15																		
Хлеб пшеничный №108-2013, Пермь			100	8,0	1,5	38,0	198	0,00	0,2	0,0	40,0	130,0	28,0	2,2						
Хлеб ржаной №109-2013, Пермь			50	3,0	0,5	16,5	85	0,0	0,1	0,0	18,0	79,0	24,0	2,0						
<b>ИТОГО</b>				55	47	228	1557	36	1	1	8	998	210	12						

**МЕНЮ**

**11 день**

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав						Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг рет.экв.	Е	Са	Р	Мg	Fe	Ca	Р	Мg	Fe		
<b>Завтрак</b>																					
Каша "Дружба" №260-2013, Пермь			200	7,8	10,3	27,1	232	0,6	0,1	0,08	0,2	233,5	148,4	32,2	0,6						
крупка пшеничная	11	11																			
крупка рисовая	15	15																			
молоко питьевое	172	172																			
или молоко концентрированное	79	79																			
или молоко сухое	21	21																			

*Handwritten mark*

вода кипяченая для концентрированного молока	93	93															
вода кипяченая для сухого молока	151	151															
соль йодированная	1	1															
сахар	5	5															
масло сливочное	5	5															
<b>Бутерброд с вареной колбасой №81-2013, Пермь</b>			50														
хлеб пшеничный	20	20															
колбаса вареная, в том числе куриная	31	30															
<b>Чай с сахаром №493 - 2013, Пермь</b>					200												
чай - заварка	0,6	0,6															
сахар	15	15															
<b>Фрукты свежие в ассортименте №112-2013, Пермь</b>					200												
<b>Хлеб ржаной №109-2013, Пермь</b>						50											
<b>Обед</b>																	
<b>Салат из свеклы отварной №50-2013, Пермь</b>						100											
свекла - до 01.01 - 20%	125	100															
с 01.01 - 25%	133	100															
масса свеклы отварной		95															
масло растительное	5	5															

**ИПИ**

<b>Салат из огурцов с маслом (№14/1-2011г., Екатеринбург)</b>			100	0,8	5,1	2,5	59	6,80	0,03	0,00	2,30	22,50	41,16	13,70	0,59
огурцы соленые (без уксуса)	173	95													
или огурцы свежие парниковые	97	95													

*Handwritten mark*





вода питьевая или бульон	35	35																	
<b>Макаронные изделия отварные №291 - 2013, Пермь</b>		180																	
макаронные изделия	61	61																	
масло сливочное	7	7																	
<b>Компот из смеси сухофруктов №508 - 2013, Пермь</b>		200																	
сухофрукты	25	25																	
сахар	10	10																	
<b>Хлеб пшеничный №108-2013, Пермь</b>		100																	
Хлеб ржаной №109-2013, Пермь		40																	
<b>ИТОГО</b>		<b>55</b>	<b>47</b>	<b>246</b>	<b>1635</b>	<b>29</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>10</b>	<b>450</b>	<b>940</b>	<b>225</b>	<b>14</b>						

### МЕНЮ

### 12 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг рет.экв.	Е	Са	Р	Мg	Fe				
<b>Завтрак</b>																			
<b>Каша молочная пшеничная жидкая №264-2013, Пермь</b>			200	6,1	7,3	24,3	187	0,70	0,1	0,50	0,0	194,3	202,7	21,9	1,3				
крупа пшеничная	25	25																	
молоко питьевое	185	185																	
или молоко концентрированное	85	85																	
или молоко сухое	22	22																	
вода кипячая для концентрированного молока	100	100																	
вода кипячая для сухого молока	163	163																	
сахар	5	5																	

соль йодированная			1	1													
масло сливочное			5	5							28,5	2,7					
Бутерброд горячий с сыром (Технико-технологическая карта, разработан AU ТО "Центр технологического контроля")					40	5,9	7,3	7,6	120	0,0	0,0	0,25	0,1	49,4	28,5	2,7	0,0
сыр			21	20													
масло сливочное			5	5													
хлеб пшеничный			20	20													
Яйца вареные №300-2013, Пермь					40	5,1	4,6	0,3	63	0,00	0,03	0,1	0,2	22,0	77,0	5,0	1,0
чай с молоком №495- 2013, Пермь					200	2,9	2,9	15,4	99	0,65	0,0	0,19	0,0	107,0	79,5	12,6	0,1
чай - заварка			0,6	0,6													
молоко питьевое			100	100													
или молоко концентрированное			46	46													
или молоко сухое			12	12													
вода кипяченая для концентрированного молока			54	54													
вода кипяченая для сухого молока			88	88													
сахар			15	15													
Фрукты свежие в ассортименте №112-2013, Пермь					150	0,6	0,0	16,8	70	6,30	0,1	0,0	0,0	15,0	8,5	23,5	0,5
Хлеб пшеничный №108-2013, Пермь					30	2,4	0,5	11,4	59	0,00	0,1	0,0	0,7	12,0	39,0	8,4	0,7
Хлеб ржаной №109-2013, Пермь					30	1,8	0,4	10,0	52	0,00	0,1	0,0	0,4	10,8	47,4	14,4	1,2
<b>Обед</b>					39	3,9	3,4	120	939	26	1	26	8	189	543	172	10
Салат картофельный с кукурузой и морковью №73-2013, Пермь					100	2,4	9,5	17,1	164	10,2	0,09	0,00	4,5	20,0	86,0	34,0	1,3
картофель - 01.09.-31.10. - 25%			29	22													
01.11.-31.12. - 30%			31	22													



зелень сушеная (петрушка, укроп)										0,2	0,2												
Сосиски, сардельки, колбаса отварные с маслом №102-2013,										100/5													
Пермь																							
сардельки, сосиски; колбаса вареная, в том числе куриные										102	100												
масло сливочное										5	5												
Каши гречневая №237-2013, Пермь										180	5,2	4,0	24,4	154	0,0	0,10	0,22	0,5	0,2	95,2	45,3	2,2	
крупы гречневая																							
вода питьевая																							
масло сливочное																							
Компот из изюма №512-2013, Пермь										200	1,2	0,1	23,2	99	11,3	0,0	0,0	0,0	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0
изюм																							
сахар																							
Хлеб пшеничный №108-2013, Пермь										80	6,4	1,2	30,4	158	0,00	0,2	0,0	1,8	32,0	104,0	22,4	1,8	
Хлеб ржаной №109-2013, Пермь										40	2,4	0,4	13,2	68	0,0	0,1	0,0	0,6	14,4	63,2	19,2	1,6	
<b>ИТОГО</b>											<b>63</b>	<b>56</b>	<b>206</b>	<b>1589</b>	<b>34</b>	<b>1</b>	<b>27</b>	<b>10</b>	<b>600</b>	<b>1025</b>	<b>260</b>	<b>14</b>	