

СОГЛАСОВАНО

« ____ » _____ 20 ____ г.

УТВЕРЖДАЮ

« ____ » _____ 20 ____ г.

20 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД №20-ШК-Д/3590-20/115 от 21.10.2021 г.

Для питания детей с заболеванием сахарный диабет

в детских общеобразовательных организациях, разработано в соответствии с требованиями

СанПин 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические организации общественного питания населения"

В 20-ти дневное меню №20-ШК/3590-20/93 от 01.02.2021 г., имеющее экспертное заключение о соответствии требованиям СанПин 2.3/2.4.3590-20 (№17/Д от 09.03.2021г., выданное Центром гигиены и эпидемиологии в Тюменской области) внесены изменения по исключению или существенному ограничению легкоусвояемых углеводов.

Возрастная категория детей: с 12 лет и старше.

Приемы пищи: завтрак, обед.



г. Тюмень, 2021г.

Аннотация

Меню приготавливаемых блюд для питания детей с заболеванием сахарный диабет в детских общеобразовательных организациях, разработано в соответствие 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 12 и старше

В 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ №20-ШК/3590-20/93 от 01.02.2021 г., имеющее экспертное заключение о соответствии требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 (№17/Д от 09.03.2021г., выданное Центром гигиены и эпидемиологии в Тюменской области) внесены изменения по исключению или существенному ограничению легкоусвояемых углеводов. Учтены рекомендации в соответствии с Приложением № 1 МР 2.4.0162-19. 2.4. Гигиена детей и подростков. Особенности организации питания детей, страдающих сахарным диабетом и иными заболеваниями, сопровождающимися ограничениями в питании (в образовательных и оздоровительных организациях). Методические рекомендации" (утв. Главным государственным санитарным врачом РФ 30.12.2019).

ПЕРЕЧЕНЬ ПИЩЕВОЙ ПРОДУКЦИИ, КОТОРАЯ НЕ ДОПУСКАЕТСЯ В ПИТАНИИ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

1. С сахарным диабетом:

- 1) жирные виды рыбы;
- 2) мясные и рыбные консервы;
- 3) сливки, жирные молочные продукты, соленые сыры, сладкие сырки;
- 4) жиры животного происхождения отдельных пищевых продуктов;
- 5) яичные желтки;
- 6) молочные супы с добавлением манной крупы, риса, макарон;
- 7) жирные бульоны;
- 8) пшеничная мука, сдобное и слоеное тесто, рис, пшенная крупа манная крупа, макароны;
- 9) овощи соленые;
- 10) сахар, кулинарные изделия, приготовленные на сахаре, шоколад, виноград, финики, изюм, инжир, бананы, хурма и ананасы;
- 11) острые, жирные и соленые соусы;
- 12) сладкие соки и промышленные сахарсодержащие напитки.

Предусмотрена замена макаронных изделий из муки пшеничной на макаронные изделия диабетического назначения.

Применять в соответствии с рекомендациями п.3.3. ...Для детей с пищевой аллергией к имеющемуся в организации цикличному меню разрабатывается приложение к нему с заменой продуктов и блюд, исключающих наличие в меню пищевых аллергенов. "МР 2.4.0162-19. 2.4. Гигиена детей и подростков. Особенности организации питания детей, страдающих сахарным диабетом и иными заболеваниями, сопровождающимися ограничениями в питании (в образовательных и оздоровительных организациях). Методические рекомендации" (утв. Главным государственным санитарным врачом РФ 30.12.2019).

В соответствии с Приложение 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 2720 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 8 (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 соответствии 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 соответствии 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**.

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

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

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 питания детей с 12 лет и старше, с заболеванием сахарный диабет
(не менее)**

Приложение №9, таблица 3 к СанПИН 2.3/2.4.3590-20	Завтрак, грамм	Обед, грамм
1 день	550	800
2 день	620	845
3 день	645	835
4 день	680	860
5 день	560	855
6 день	580	850
6 день	585	935
7 день	620	810
8 день	605	835
9 день	570	865
10 день	610	815
11 день	570	835
12 день	580	860
13 день	600	845
14 день	595	910
15 день	630	840
16 день	670	830
17 день	600	840
18 день	640	835
19 день	680	810
20 день	650	810

Автономное учреждение Тамбовской 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	—
пшенная 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.

НАКОПИТЕЛЬНАЯ ВЕДОМОСТЬ к меню №20-ШК- Д/3590-20/115 от 21.10.2021 г. для питания детей школьного возраста с 12 лет и старше (завтрак, обед)

20	Продукты	Норма питания в г., мл, нетто на 1 ребенка в сутки	Норма в день, г мл, нетто, прием пищи - завтрак	Фактически получено г, мл, **																				за 20 дней, г	Факт в день, г, мл,	% выполнен ия
				Дни																						
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20			
1	Хлеб ржаной или ржаной с отрубями***	120	130,0	130	120	130	112	120	158	120	158	120	100	150	160	100	100	140	120	158	2586	129	99			
2	Хлеб пшеничный	200	100,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
3	Мука пшеничная	20	10,0	2	2,5	7,3	0	2,4	0	3	0	2	11	0	0	3	0	3	10	0	51	3	25			
4	Крупы, бобовые	50	42,5	70	0	67	14	65	70	5	67	14	58	25	85	14	5	25	81	0	20	45	41	96		
5	Макаронные изделия	20	18,0	0	0	0	61	0	61	0	61	0	61	0	61	0	45	0	61	0	20	370	19	103		
6	Картофель	187	102,9	50	214	113	43	220	100	145	10	30	179	50	100	194	170	50	25	101	154	0	99	96		
7	Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соевые и квашеные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-пюре, зелень	320	256,0	116	360	386	183	166	140	240	302	143	241	359	246	296	248	192	338	135	327	471	235	256	100	
8	Фрукты свежие	185	92,5	204	0	130	140	100	140	100	0	130	24	130	0	20	100	170	0	174	140	0	1892	95	102	
9	Сухофрукты	20	10,0	0	0	25	15	0	0	20	0	20	15	0	25	0	20	15	20	0	0	20	195	10	98	
10	Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные***	200	80,0	0	200	0	0	200	0	200	0	0	200	0	200	0	0	200	0	200	0	1600	80	100		
11	Сахар (в т.ч. для приготовления блюд и напитков, в случае использования пищевой продукции промышленного выпуска, содержащих сахар, выдача сахара должна быть уменьшена в зависимости от его содержания в используемой готовой пищевой продукции)	35	28,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
12	Кондитерские изделия (диабетические)	15	13,5	0	0	0	20	0	60	0	0	20	30	0	0	20	0	100	20	0	0	270	14	100		
13	Какао	1,2	0,5	0	0	5	0	0	0	0	0	0	0	5	0	0	0	0	0	0	0	10	1	99		
14	Чай	2	1,1	2,0	0,0	2,0	0,0	2,0	0,0	4	0	0	4	0	0	0	0	0	0	0	0	22	1,1	100		
15	Кофейный напиток	2	0,8	0	4	0	0	0	4	0	0	0	4	0	0	0	0	0	0	0	4	16	1	100		
16	Мясо 1-й категории	78	58,5	63	0	168	0	0	63	161	0	95	82	63	79	79	0	0	168	95	79	1195	60	102		
17	Субпродукты (печень, язык, сердце)	40	12,0	0	0	121	0	0	73	0	0	114	0	0	0	0	0	0	0	0	0	235	12	98		
18	Птица (цыплята-бройлеры потрошенные - 1 кат.)	53	39,8	26	149	0	0	26	109	26	0	73	0	73	0	26	99	143	0	0	0	776	39	98		
19	Рыба (филе), в т.ч. филе слабо или малосоленое	77	46,2	0	120	36	0	120	0	119	0	120	0	36	111	0	83	0	102	0	102	949	47	103		
20	Молоко	350	88	182	129	150	20	115	290	14	100	0	29	296	145	51	20	20	35	120	29	14	1759	88	101	
21	Кисломолочная пищевая продукция	180	36,0	0	125	0	0	125	0	125	0	0	0	0	0	125	0	0	125	0	0	125	750	38	104	
22	Творог (5%-9% м.д.ж.)	60	39,0	0	0	191	0	0	0	0	191	0	0	0	0	191	0	0	191	0	0	764	38	98		
23	Сметана	10	10,0	5	5	0	25,5	15	5	0	35	28	5	5	15	17	8	0	13	15	0	197	10	98		
24	Сыр	15	8,3	15	20	0	0	0	20	20	5	0	25	20	0	0	0	0	20	20	0	165	8	100		
25	Масло сливочное	35	17,5	21	12	5	26,3	21	16	9	23	25	22	15	19	29	21	20	5	34	9	12	356	18	102	
26	Масло растительное	18	11,7	9	12	32	15	2	10	12	4	11	7	7	16	5	15	9	13	7	19	17	241	12	103	
27	Яйцо, шт.	40	12,0	40	0	6	15	9	0	5	0	15	0	5	9	18	25	11	0	19	6	20	248	12	103	
28	Дрожжи хлебопекарные***	0,3	0,1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
29	Крахмал	4	1,1	7	0	0	0	0	0	0	0	7	0	0	0	0	0	0	0	0	7	0	21	1,1	97	
30	Специи	2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	24	1,2	100		
31	Соль пищевая поваренная йодированная	5	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	60	3,0	100		

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

** Количество потребленных продуктов округлено до целого числа

*** Проведена замена хлеба пшеничного, на хлеб ржаной в пределах нормы потребления в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20, Приложение 7, Таблица 2

продукты исключаемые или ограниченные из рациона питания детей с заболеванием сахарный диабет



Распределение энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи для питания детей с 12 лет и старше, с заболеванием сахарный диабет*

Суточная потребность (2500 ккал)**	Завтрак, ккал 20-25 % от суточного рациона		% выполнения		Обед, ккал 30-35% от суточного рациона		% выполнения		Итого, ккал 50 - 60% от суточного рациона		% выполнения	Потребление хлеба ржаного или ржаного с отрубями в день, г
	500-625				750-875				1250/1500			
1 день	501		20		791		32		1293		52	160
2 день	545		22		820		33		1365		55	150
3 день	606		24		809		32		1415		57	120
4 день	568		23		782		31		1350		54	110
5 день	501		20		761		30		1262		50	138
ИТОГО в среднем за неделю	544		22		793		32		1337		53	136
6 день	513		21		830		33		1344		54	120
7 день	623		25		769		31		1392		56	140
8 день	596		24		836		33		1432		57	100
9 день	527		21		833		33		1360		54	130
10 день	554		22		855		34		1409		56	120
ИТОГО в среднем за неделю	563		23		825		33		1387		55	122
11 день	528		21		783		31		1311		52	158
12 день	625		25		812		32		1437		57	120
13 день	562		22		865		35		1427		57	100
14 день	509		20		794		32		1303		52	150
15 день	573		23		782		31		1355		54	160
ИТОГО в среднем за неделю	559		22		807		32		1366		55	138
16 день	575		23		853		34		1428		57	100
17 день	517		21		860		34		1377		55	130
18 день	609		24		769		31		1378		55	140
19 день	559		22		778		31		1336		53	120
20 день	552		22		750		30		1302		52	140
ИТОГО в среднем за неделю	562		22		802		32		1364		55	126
ИТОГО в среднем за день	557		22		807		32		1364		55	130

*Приложение 10, Таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"

**Пищевая ценность рациона определена исходя из нормативов закрепленных в МР2.4.0162-19, Гигиена детей и подростков. Особенности организации питания детей, страдающих сахарным диабетом и иными заболеваниями, сопровождающимися ограничениями в питании (в образовательных и оздоровительных организациях). Методические рекомендации" (утв. Главным государственным санитарным врачом РФ 30.12.2019). (далее - МР2.4.0162-19) и Сборнике технических нормативов. "Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий диетического питания" Приложение 3 "Суточная потребность в пищевых веществах и энергии в среднем для отдельных диет"(2100-2500)

**Меню приготавливаемых блюд
для питания детей школьного возраста с заболеванием сахарный диабет
завтрак, обед**

Возрастная категория: с 12 лет и старше

20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ №20-ШК-Д/3590-20/115 от 21.10.2021 г.

в 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ №20-ШК/3590-20/93 от 01.02.2021 г.,

**имеющее экспертное заключение о соответствии требованиям СанПин 2.3/2.4.3590-20
(№17/Д от 09.03.2021г., выданное Центром гигиены и эпидемиологии в Тюменской области)**

**внесены изменения по исключению или существенному ограничению легкоусвояемых углеводов
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	
Завтрак			620	15,8	15,7	74,6	501,3
Бутерброд с сыром и маслом			20/5/15	6,1	7,8	9,4	132,2
хлеб ржаной или ржаной с отрубями	20	20					

ЭКЗЕМПЛЯР ОРИГИНАЛ

Меню № 20-ШК-Д/3590-20/115
АУ ТО «Центр технологического контроля»

Кисель из свежих ягод	200		0,3	0,2	7,7	33,8	№505-2013, Пермь
	24	24					
вишня свежемороженая	25,2	24					
или смородина свежемороженая	25,2	24					
или клюква свежемороженая	25,2	24					
без сахара							
крахмал	7	7					
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями			4,7	1,0	43,7	202,6	
ИТОГО:			43	47	175	1293	

2 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				№ рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г		ЭЦ, ккал
Завтрак			645	30,2	20,4	60,5	544,6	
Бутерброд с сыром			20/20	5,7	6,2	9,4	116,2	№3-2004
хлеб ржаной или ржаной с отрубями	20	20						
сыр несоленый, нежирный	21	20						
Рыба припущенная			100	14,1	4,1	1,1	98	№371-2004
горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	180	120						

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

Йогурт пониженной жирности без содержания сахара в ассортименте		125	2,5	1,5	4,5	41,5	
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями		30	1,1	0,2	14,1	60,8	
Обед		835	29,2	32,4	103,0	820,4	
Овощи свежие (огурцы)		100	0,7	0,1	1,9	11,3	№70-2006, Москва
огурцы свежие грунтовые	105	100					
или огурцы свежие парниковые	102	100					
Борщ с капустой и картофелем, со сметаной		250/5	2,3	4,9	16,2	118,1	№110-2004
свекла до 01.01.-20%	50	40					
с 01.01 - 25%	53	40					
капуста свежая белокочанная	25	20					
или капуста квашеная промышленного производства	21	15					
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	27	20					
01.11.-31.12. -30%	29	20					
01.01-29.02 - 35%	31	20					
01.03 - 40%	33	20					
морковь до 01.01.-20%	16	13					
с 01.01 - 25%	17	13					

Автономное учреждение Тюменской области

«Центр технологического контроля»

ОГРН 1077203065147

ИНН 7203208134

3 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак								
Овощи натуральные								
помидоры свежие грунтовые	118	100						
или помидоры свежие парниковые	102	100						
Плов из мяса (с крупой перловой)								
говядина 1 категории	107	79	250	17,4	15,9	44,2	389,5	№370-2013, Пермь
или говядина полуфабрикат	93	79						
или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	79	79						
или свинина мясная	87	74						
масса тушеного мяса		50						
масло растительное	12	12						
крупка перловая	67	67						
морковь до 01.01.-20%	25	20						
с 01.01 - 25%	27	20						

Суп картофельный с рыбой		250/30	5,7	6,3	19,1	155,9	№150-2013, Пермь
горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	54	36					
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	66	36					
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	50	37					
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	42	36					
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	150	113					
01.11.-31.12. -30%	162	113					
01.01-29.02 - 35%	174	113					
01.03 - 40%	189	113					
лук репчатый	12	10					
морковь до 01.01.-20%	12,5	10					
с 01.01 - 25%	13,3	10					
масло сливочное (несоленое)	5	5					
Кнели из говядины припущенные	100	15,4	9,1	0,6	146	№379-2013, Пермь	
говядина 1 категории	121	89					
или говядина полуфабрикат	105	89					
или фарш промышленного производства	89	89					

ИТОГО:		4 день				55	53	179	1415	
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры		
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал			
Завтрак										
Запеканка из творога с джемом или повидлом диабетическим			560	20,5	22,8	70,5	568,4			
творог	192	191								
хлопья овсяные "Геркулес"	14	14								
яйцо куриное	15	15								
без сахара			200/20	16,4	15,2	22,5	292,4	№313-2013, Пермь		
ванилин	0,01	0,01								
сметана	8	8								
масло сливочное (несоленное) для смазки листа	6	6								
масса готовой запеканки		200								
джем диабетический, или повидло диабетическое	20,2	20								
Бутерброд с маслом										
хлеб ржаной или ржаной с отрубями	30	30	30/10	2,3	7,4	14,1	132	№1-2004		
масло сливочное (несоленное)	10	10								

Хлеб ржаной или ржаной с отрубями		20	0,7	0,1	9,4	40,5	
Обед		850	27,6	16,9	124,6	760,7	
Овощи в собственном соку (помидоры)	105	100	0,8	0,1	1,6	10,6	№101-2004
ИЛИ							
Овощи свежие (огурцы)	100	100	0,7	0,1	1,9	11,3	№70-2006, Москва
огурцы свежие грунтовые	105	100					
или огурцы свежие парниковые	102	100					
Суп гороховый с гренками ржаными	250/20		3,6	4,2	31,9	179,8	№139-2004
горох лущёный	20	20					
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	67	50					
01.11.-31.12. -30%	72	50					
01.01-29.02 - 35%	77	50					
01.03 - 40%	84	50					
морковь до 01.01.-20%	16,3	13					
с 01.01 - 25%	17,3	13					
лук репчатый	12	10					
МАСЛО сливочное (несоленое)	5	5					

Автономное учреждение Томской области
«Центр технологического контроля»

ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

Хлеб ржаной или ржаной с отрубями	80	3,8	0,8	35,0	162,1	При одном приеме пищи (завтрак)
ИТОГО:		44.	39	184	1262	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (за завтраки):		21	20	70	544	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (за завтраки)(20-25%):		17-21	17-21	70-88	500-625	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (за обеды):		28	28	106	793	При одном приеме пищи (обед)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (за обеды)(30-35%):		25-29	26-30	106-123	750-875	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (завтрак, обед):		49	49	176	1337	При двухразовом питании (завтрак, обед)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (завтрак, обед)(50-60%):		42-50	43-51	176-211	1250-1500	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (100%)*:		83	85	352	2500	

6 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
Завтрак			585	13,1	14,9	82,1	513,3
Каша пшенная жидкая с маслом			200	4,8	6,9	25,1	181,7
крупа пшено	25	25					
молоко питьевое	190	190					
без сахара							

Автономное учреждение Тюменской области

«Центр технологического контроля»

ОГРН 1077203065147

ИНН 7203208134

Салат из свежих помидоров	помидоры свежие, парниковые	97	95	100	1,0	5,1	3,5	63,9	№22-2013, Пермь
	или помидоры свежие грунтовые	112	95						
	масло растительное	5	5						
	Суп сырный со сметаной	250/5							
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	133	100							
01.11.-31.12.- 30%	143	100							
01.01-29.02 - 35%	154	100							
01.03 - 40%	167	100							
масло сливочное (несоленое)	5	5							
морковь до 01.01.-20%	16	13							
с 01.01 - 25%	17	13							
лук репчатый	14	12							
сыр плавленый для супа	21	20							
сметана	5	5							
Мясо тушеное	100		10,3	9,9	3,8	145,5	№363-2013, Пермь		
говядина 1 категории	86	63							

Автономное учреждение Тюменской области

«Центр технологического контроля»

ОГРН 1077203065147

ИНН 7203208134

или говядина полуфабрикат	74	63							
или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	63	63							
масло растительное	5	5							
масса тушеного мяса		40							
масса соуса		60							
морковь до 01.01.-20%	6	5							
с 01.01 - 25%	7	5							
лук репчатый	6	5							
мука пшеничная	2,4	2,4							
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	8	8							
Каша гречневая вязкая отварная		180							№510-2004
крупа гречневая	45	45							
вода питьевая	144	144							
масло сливочное (несоленное)	6	6							
Компот из свежих плодов		200							№585-1996
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	45,6	40							
или груши свежие	44	40							

или апельсины свежие	60	40											
✳ без сахара													
Фрукт (кроме - абрикосов, винограда, изюма, бананов, инжира, фиников, урюка)			100	0,4	0,0	14,4	59,2	№458-2006, Москва					
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями			80	3,8	0,8	35,0	162,1						
ИТОГО:				39	46	195	1344						

7 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			620	20,9	22,1	85,4	623,3	
Бутерброд с сыром			20/20	5,7	6,2	9,4	116,2	№3-2004
хлеб ржаной или ржаной с отрубями	20	20						
сыр несоленый, нежирный	21	20						
Котлета из говядины припущенная (без хлеба пшеничного и панировки)			100	10,4	12,2	9,8	190,6	№451-2004
говядина 1 категории	112	82						
или говядина полуфабрикат	97	82						
или фарш промышленного производства	82	82						
хлеб ржаной	18	18						

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

с 01.01 - 25%	126	95												
лук репчатый	24	20												
масло растительное	10	10												
Компот из сухофруктов			200	0,7	0,0	14,1	59						№639-2004	
сухофрукты	20,3	20												
без сахара														
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями			100	4,7	1,0	43,7	202,6							
ИТОГО:				46	48	195	1392							

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			605	28,6	28,6	56,2	595,8	
филе куриное промышленного производства	123	117						
или филе индейки	115	109						
зелень сушеная (хмели-сунели)	0,1	0,1						
масло сливочное (несоленное)	5	5						
			100	18,5	18,7	0,7	245,1	№493-2004

масса тушеной птицы			80																
жук репчатый	24		20																
сметана	20		20																
Каша ячневая рассыпчатая																			№244-2013, Пермь
крупа ячневая	57		57			180	4,1	5,8	36,9	216									
вода питьевая	136		136																
масса каши			170																
<i>МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (несоленное)</i>	8		8																
Чай с молоком																			№630-1996
чай-заварка	2		2			200	2,8	2,5	4,7	53									
без сахара																			
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	100		100																
Йогурт пониженной жирности без содержания сахара в ассортименте																			
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями																			
Обед																			
Овощи натуральные																			
помидоры свежие грунтовые	118		100			100	1,1	0,1	3,8	20,5									№106-2013, Пермь

Автономное учреждение Тюменской области

«Центр технологического контроля»

ОГРН 1077203065147

ИНН 7203208134

Рыба запечённая со сметаной и сыром		5	5														№341-2013, Пермь	
сметана																		
горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)		170	119		100	23,8	18,8	5,1	284,8									
или горбуша неразделанная (филе с кожей без костей)		205	119															
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства		138	119															
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)		153	113															
мука пшеничная		5	5															
сметана		10	10															
сыр несоленый, нежирный		6	5															
масло растительное		4	4															
Овощи отварные с маслом					180	3,1	3,7	26,7	152,5								№422-2013, Пермь	
смесь овощная замороженная		233	222															
или фасоль стручковая замороженная		233	222															
масло сливочное (несоленное)		5	5															
Сок овощной, или томатный, или кисло-сладких ягод без содержания сахара		200	200		200	0,4	0,0	22,0	90								№518-2013, Пермь	
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями					80	3,8	0,8	35,0	162,1									
ИТОГО:						64	57											

Автоаре учреждение: **1432** Пермской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

9 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак								
Бутерброд с маслом			570	20,0	22,7	60,9	527,1	
			30/10	2,3	7,4	14,1	132	№1-2004
хлеб ржаной или ржаной с отрубями	30	30						
масло сливочное (несоленное)	10	10						
Запеканка из творога с джемом или повидлом диабетическим								
творог	192	191						
хлопья овсяные "Геркулес"	14	14						
яйцо куриное	15	15						
без сахара								
ванилин	0,01	0,01						
сметана	8	8						
масло сливочное (несоленное) для смазки листа	6	6						
масса готовой запеканки		200						
джем диабетический, или повидло диабетическое	20,2	20						

Чай без сахара		200	0,2	0,0	0,5	3	№685-2004
чай-заварка	2						
без сахара							
Фрукт (кроме - абрикосов, винограда, изюма, бананов, инжира, фиников, урюка)		100	0,4	0,0	14,4	59,2	№458-2006, Москва
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями		20	0,7	0,1	9,4	40,5	
Обед		865	29,5	28,8	114,1	833,3	
Салат из моркови и яблок		100	0,9	5,2	9,3	87,6	№9-2013, Пермь
морковь до 01.01.-20%	88	70					
с 01.01 - 25%	93	70					
морковь в сыром виде использовать только до 1 марта, после 1 марта в отварном							
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	34	30					
масло растительное	5	5					
Щи из свежей капусты с картофелем, с курицей, со сметаной		250/10/5	5,8	6,5	12,0	129,7	№124-2004
курица 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					

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

курага	20,3	20											
без сахара													
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями			80		3,8	0,8	35,0	162,1					
ИТОГО:					49	52	175	1360					

10 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				№ рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г		ЭЦ, ккал
Завтрак			610	22,9	13,0	87,0	554,3	
Овощи в собственном соку (помидоры)	105	100	100	0,8	0,1	1,6	10,6	№101-2004
ИЛИ								
Овощи свежие (огурцы)			100	0,7	0,1	1,9	11,3	№70-2006, Москва
огурцы свежие грунтовые	105	100						
или огурцы свежие парниковые	102	100						
Рыба припущенная			100	14,1	4,1	1,1	98	№371-2004
горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	180	120						
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	218	120						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	166	123						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технического контроля»

ОГРН 10772030665147
ИНН 7203208134

или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	139	120															
морковь - до 01.01 - 20%	6	5															
с 01.01 - 25%	7	5															
лук репчатый	6	5															
Пюре картофельное	180	180															№520-2004
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	205	154															
01.11.-31.12. -30%	220	154															
01.01-29.02 - 35%	237	154															
01.03 - 40%	257	154															
молоко питьевое	29	29															
масло сливочное (несоленое)	7	7															
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте диабетического назначения	30	30															
Чай "Витаминовый"	200	200															
чай-заварка	2	2															
ШИПОВНИК	15	15															
без сахара																	
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями	40	40															
	2,1	2,1	0,3	28,2	121,6												
	0,7	0,7	0,1	10,1	44,1												
	1,3	1,3	2,5	19,3	104,8												
	3,9	3,9	5,9	26,7	175,5												

№493-2013,
Пермь

Обед		815	29,6	36,4	102,3	854,9	
Салат из свеклы с сыром		100	6,1	12,9	7,7	171,3	№50-2004
свекла - до 01.01 - 20%	93	74					
с 01.01 - 25%	98	74					
масса отварной свеклы		70					
сыр несоленый, нежирный	26	25					
масло растительное	5	5					
Суп овсяный с мелкошинкованными овощами на вегетарианском бульоне с мясом со сметаной		250/10/5	4,1	6,1	14,2	128	№1.45-1995, Картогекса блюд
говядина 1 категории	22	16					
или говядина полуфабрикат	19	16					
или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	16	16					
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	33	25					
01.11.-31.12. -30%	36	25					
01.01-29.02 - 35%	39	25					
01.03 - 40%	42	25					
крупа хлопья овсяные "Геркулес"	10	10					
морковь до 01.01.-20%	25	20					Автономное учреждение Тюменской области «Центр технологического контроля»
с 01.01 - 25%	27	20					ОГРН 1077203065147 ИНН 703000134

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
масло сливочное (несоленое)	5	5						
Сок овощной, или томатный, или кисло-сладких ягод без содержания сахара	200	200	200	0,4	0,0	22,0	90	№518-2013, Пермь
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями			80	3,8	0,8	35,0	162,1	
ИТОГО:			39	44	191	1311		
12 день								
Завтрак			580	17,9	28,5	74,5	625	
Салат из моркови			100	1,0	9,8	5,9	115,8	№7-2013, Пермь
морковь до 01.01.-20%	119	95						
с 01.01 - 25%	126	95						
морковь в сыром виде использовать только до 1 марта, после 1 марта в отварном								
без сахара								
масло растительное	10	10						
Гуляш из говядины (уменьшено количество муки в соусе)			100	9,1	7,5	2,5	113,9	№437-2004
говядина 1 категории	86	63						Автономное учреждение Тюменской области «Центр технологического контроля»

СТРП 1077203065147
ИНН 7203208134

Обед		860	26,1	24,1	122,6	811,7	
Овощи натуральные	помидоры свежие грунтовые	100	1,1	0,1	3,8	20,5	№106-2013, Пермь
	или помидоры свежие парниковые						
Уха ростовская		250/30	5,5	5,9	18,9	150,5	№119-2006, Москва
	горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	54					
	или горбуша неразделанная ((филе без кожи и костей)	66					
	или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	50					
	или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	42					
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	133						
01.11.-31.12. -30%	143						
01.01-29.02 - 35%	154						
01.03 - 40%	167						
лук репчатый	14						
помидоры свежие парниковые	21,4						
или помидоры свежие грунтовые	25						

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

Напиток из плодов шиповника		200	0,2	0,0	13,9	56,6	№705-2004
ШИПОВНИК	25	25					
без сахара							
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями		100	4,7	1,0	43,7	202,6	
ИТОГО:			44	53	197	1437	

13 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
Завтрак			600	23,0	18,1	76,9	561,9
Овощи в собственном соку (помидоры)	105	100	100	0,8	0,1	1,6	10,6

ИЛИ

Овощи свежие (огурцы)			100	0,7	0,1	1,9	11,3	№70-2006, Москва
огурцы свежие грунтовые	105	100						
или огурцы свежие парниковые	102	100						

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

Суфле рыбное		120	17,1	12,0	5,2	197,2	№400-2004
горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	162	108					
или горбуша неразделанная ((филе без кожи и костей)	197	108					
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	150	111					
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	125	108					
масса отварной рыбы		90					
Соус молочный густой		30					№598-2004
молоко питьевое	22	22					
масло сливочное (несоленное)	5	5					
мука пшеничная	5	5					
вода питьевая	5	5					
яйцо куриное	18	18					
масло сливочное (несоленное) для смазки листа	2,4	2,4					
Пюре картофельное		180	3,9	5,9	26,7	175,5	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	205	154					
01.11.-31.12. -30%	220	154					

ИТОГО:		14 день		50	48	199	1427	
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				№ рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г		ЭЦ, ккал
Завтрак								
Запеканка из творога с джемом или повидлом диабетическим								№313-2013, Пермь
творог	192	191						
хлопья овсяные "Геркулес"	14	14						
яйцо куриное	15	15						
без сахара								
ванилин	0,01	0,01						
сметана	8	8						
масло сливочное (несоленое) для смазки листа	6	6						
масса готовой запеканки		200						
джем диабетический, или повидло диабетическое	20,2	20						
Бутерброд с маслом								
хлеб ржаной или ржаной с отрубями	30	30						
			30/10	2,3	7,4	14,1	132	№1-2004

или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	79	79								
масса готового мяса		50								
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	126	95								
01.11.-31.12. -30%	136	95								
01.01.-29.02 - 35%	146	95								
01.03 - 40%	159	95								
морковь до 01.01.-20%	119	95								
с 01.01 - 25%	126	95								
лук репчатый	24	20								
масло растительное	10	10								
Компот из сухофруктов	200	0,7	0,0	14,1	59	№639-2004				
сухофрукты	20,3	20								
без сахара										
Фрукт (кроме - абрикосов, винограда, изюма, бананов, инжира, фиников, урюка)	100	0,4	0,0	14,4	59,2	№458-2006, Москва				
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями	100	4,7	1,0	43,7	202,6					
ИТОГО:	48	167	49	1303						

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

15 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак								
Биточки рубленные из птицы припущенные								
филе куриное промышленного производства	77	73						
или филе индейки	77	73						
или грудка куриная промышленного производства (разделка на мякоть без кожи)	107	73						
хлеб ржаной	19	19						
яйцо куриное	7	7						
лук репчатый	11	9						
молоко питьевое	20	20						
масло растительное для смазки емкости	2	2						
Макаронные изделия отварные с овощами								
макаронны диабетические (или макаронные изделия из муки грубого помола)	45	45						
масло сливочное (несоленное)	5	5						
масса отварных макарон		130						
			180	4,2	4,7	31,0	183	
			630	18,6	16,9	87,0	572,9	
			100	11,7	11,9	5,5	176	
							№461-1996	
							№294-2013, Пермь	

морковь - до 01.01 - 20%	75	60							
☞ 01.01 - 25%	80	60							
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5	5							
масло сливочное (несоленое) для припускания овощей	5	5							
Чай "Витаминный"									
чай-заварка	2	2			200	0,7	0,1	10,1	44,1
шиповник	15	15							
без сахара									
Фрукт (кроме - абрикосов, винограда, изюма, бананов, инжира, фиников, урюка)									
					150	0,6	0,0	21,6	88,8
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями									
					40	1,4	0,2	18,8	81,0
Обед									
					840	25,5	25,5	112,6	781,7
Салат из свежих огурцов									
					100	0,7	5,1	2,5	58,7
огурцы свежие парниковые	97	95							
или огурцы свежие грунтовые	100	95							
масло растительное	5	5							
Суп с крупой с курицей									
					250/10	6,5	6,4	20,1	164,0
курица потрошенная 1 категории (мякоть без кожи)			29	26					

Автономное учреждение Тамбовской области

«Центр технологического контроля»

ОГРН 1077203065147

ИНН 7203208134

<i>сахари ржаные</i>		5	5									
масло растительное		2	2									
Овощи отварные с маслом				180	3,1	3,7	26,7	152,5				№422-2013, Пермь
смесь овощная замороженная		233	222									
или фасоль стручковая замороженная		233	222									
масло сливочное (несоленое)		5	5									
Компот из свежих плодов				200	0,2	0,0	6,7	28				№585-1996
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)		45,6	40									
или груши свежие		44	40									
или апельсины свежие		60	40									
без сахара												
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями				100	4,7	1,0	43,7	202,6				
ИТОГО:					44	42	200	1355				
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (за завтраки):					20	21	73	559				При одном приеме пищи (завтрак)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (за завтраки)(20-25%):					17-21	17-21	70-88	500-625				
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (за обеды):					25	26	118	807				При одном приеме пищи (обед)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (за обеды)(30-35%):					25-29	26-30	106-123	750-875				Автономное учреждение Тюменской области

«Центр технологического контроля»

ОГРН 1077203065147

ИНН 7203208134

ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ (за обед и завтрак):		45	47	191	1366	При двуразовом питании (завтрак, обед)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (50-60%):		42-50	43-51	176-211	1250-1500	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (100%)*:		83	85	352	2500	

16 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				№ рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г		ЭЦ, ккал
Завтрак								
Каша "Геркулесовая" жидкая с маслом			670	13,4	10,7	110,7	575,0	
			200	7,5	7,7	23,0	191	№311-2004
хлопья овсяные "Геркулес"	25	25						
молоко питьевое	182	182						
без сахара								
соль йодированная	1	1						
масло сливочное (несоленное)	5	5						
Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"								
чай-заварка	2	2						
без сахара								
ЛИМОН	11	10						
			200/20/10	0,2	0,0	1,8	8,0	№686-2004

апельсин	21	20																																											
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте диабетического назначения																			260,3																										
Фрукт (кроме - абрикосов, винограда, изюма, бананов, инжира, фиников, урюка)														100	4,8	2,9						58,0				№458-2006, Москва																			
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями														140	0,2	0,0						18,5																							
Обед														20	0,7	0,1						9,4																							
Винегрет овощной														830	36,3	35,4						97,4																							
														100	1,5	5,0						14,9				№71-2004																			
картофель - 01.09.-31.10.- 25%					25	33																																							
01.11.-31.12. -30%					25	36																																							
01.01.-29.02 - 35%					25	39																																							
01.03 - 40%					25	42																																							
масса отварного картофеля																																													
свекла до 01.01.-20%																			18	23																									
с 01.01 - 25%																			18	24																									
масса отварной свеклы																			16																										
морковь до 01.01.-20%																			12	15																									
с 01.01 - 25%																			12	16																									
масса отварной моркови																			10																										

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

Капуста тушённая (с уменьшенным количеством муки)		180	4,3	7,0	11,5	126	№.534-2004
капуста белокочанная свежая	259	207					
масло растительное	8	8					
морковь до 01.01.-20%	15,0	12					
с 01.01 - 25%	16,0	12					
лук репчатый	8	7					
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5	5					
мука пшеничная	2,5	2,5					
без сахара							
Компот из сухофруктов		200	0,7	0,0	14,1	59	№639-2004
сухофрукты	20,3	20					
без сахара							
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями		80	3,8	0,8	35,0	162,1	
ИТОГО:			50	46	208	1428	

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

17 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак								
Бутерброд с маслом			600	24,1	24,2	51,0	517,4	
			30/10	2,3	7,4	14,1	132	№1-2004
хлеб ржаной или ржаной с отрубями	30	30						
масло сливочное (несоленное)	10	10						
Запеканка из творога с джемом или повидлом диабетическим								
творог	192	191						
хлопья овсяные "Геркулес"	14	14						
яйцо куриное	15	15						
без сахара								
ванилин	0,01	0,01						
сметана	8	8						
масло сливочное (несоленное) для смазки листа	6	6						
масса готовой запеканки		200						

Джем диабетический, или повидло диабетическое		20,2	20										
Чай без сахара		200		0,2	0,0	0,5	3						№685-2004
чай-заварка		2	2										
без сахара													
Йогурт пониженной жирности без содержания сахара в ассортименте		125		2,5	1,5	4,5	41,5						
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями		20		0,7	0,1	9,4	40,5						
Обед		840		33,4	27,1	120,6	859,6						
Салат из моркови с сыром		100		5,5	9,5	7,4	137,1						№56-2013, Пермь
морковь до 01.01.-20%		96	77										
с 01.01 - 25%		102	77										
масса отварной моркови			75										
сыр несоленый, нежирный		21	20										
масло растительное		5	5										
Суп крестьянский с крупой со сметаной		250/5		3,1	5,2	17,2	128,0						№134-2004
крупа перловая или пшеничная		10	10										
картофель - 01.09.-31.10.- 25%		33	25										
01.11.-31.12. -30%		36	25										

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»

ОГРН 1077203066147
ИНН 7203208134

масло сливочное (несоленное)	5	5											
Каша ячневая рассыпчатая			180	4,1	5,8	36,9	216						№244-2013, Пермь
крупа ячневая	57	57											
вода питьевая	136	136											
масса каши		170											
масло сливочное (несоленное)	8	8											
Сок овощной, или томатный, или кисло-сладких ягод без содержания сахара	200	200	200	0,4	0,0	22,0	90						№518-2013, Пермь
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями			80	3,8	0,8	35,0	162,1						
ИТОГО:													
				57	51	172	1377						

18 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав						№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			640	25,3	29,8	60,1	609,0		
Бутерброд с сыром			20/20	5,7	6,2	9,4	116,2		№3-2004
хлеб ржаной или ржаной с отрубями	20	20							
сыр несоленый, нежирный	21	20							

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

Рагу из мяса			250	15,8	20,7	28,0	361,5	№6/8-2011, Екатеринбург
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%	77	58						
01.11.-31.12. -30%	83	58						
01.01-29.02 - 35%	89	58						
01.03 - 40%	97	58						
морковь до 01.01.-20%	73	58						
с 01.01 - 25%	77	58						
лук репчатый	38	32						
капуста белокочанная свежая	90	72						
масло растительное	12	12						
мука пшеничная	2,5	2,5						
сметана	10	10						
Кофейный напиток			200	2,9	2,5	4,7	53	№692-2004
кофейный напиток	4	4						

Кисель из свежих ягод		200	0,3	0,2	7,7	33,8	№505-2013, Пермь
вишня свежемороженая	25,2	24					
или смородина свежемороженая	25,2	24					
или клюква свежемороженая	25,2	24					
без сахара							
крахмал	7	7					
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями		100	4,7	1,0	43,7	202,6	
ИТОГО:			53	54	171	1378	

19 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				№ рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г		ЭЦ, ккал
Завтрак			680	20,4	16,2	83,0	558,8	
Овощи в собственном соку (помидоры)	105	100	100	0,8	0,1	1,6	10,6	№101-2004
ИЛИ								
Овощи свежие (огурцы)			100	0,7	0,1	1,9	11,3	№70-2006, Москва
огурцы свежие грунтовые	105	100						
или огурцы свежие парниковые	102	100						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»

ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

Рыба, запеченная с яйцом (с уменьшенным количеством муки)		100	14,4	9,9	5,6	169,1	№341-2013, Пермь
горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	153	102					
• или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	186	102					
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	118	102					
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	130	96					
мука пшеничная	3	3					
масло растительное	5	5					
масса запеченной рыбы		85					
мука пшеничная	1,5	1,5					
яйцо куриное	20	20					
масло растительное	2	2					
Пюре картофельное		180	3,9	5,9	26,7	175,5	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	205	154					
01.11.-31.12. -30%	220	154					
01.01-29.02 - 35%	237	154					
01.03 - 40%	257	154					
молоко питьевое	29	29					

масло сливочное (несоленное)	7	7										
Сок овощной, или томатный, или кисло-сладких ягод без содержания сахара	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138,0	№518-2013, Пермь				
Фрукт* (кроме - абрикосов, винограда, изюма, бананов, инжира, фиников, урюка)			100	0,1	0,2	5,7	25	№458-2006, Москва				
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями			20	0,7	0,1	9,4	40,5					
Обед												
Икра кабачковая промышленного производства для детского питания (без содержания сахара в составе)	105	100	100	1,4	4,5	5,5	68,1	№101-2004				
Суп с крупой с мясом			250/10	4,1	4,1	24,0	149,3	№155-2013, Пермь				
говядина полуфабрикат	19	16										
или говядина 1 категории	22	16										
или говядина туляш-полуфабрикат промышленного производства	16	16										
крупа перловая	20	20										
или овсяная, ячневая, пшеничная, пшено	25	25										
морковь до 01.01.-20%	12,5	10										
с 01.01 - 25%	13,3	10										
лук репчатый	12	10										
масло сливочное (несоленное)	5	5										
Мясо, тушенное с капустой			250	12,9	22,5							
Автомомские учреждения Тюменской области Центр технологического контроля С19,01.101.72.330,514.7 ИИН 7203206184												

Хлеб ржаной или ржаной с отрубями	100	4,7	1,0	43,7	202,6	
ИТОГО		44	48	182	1336	

20 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				№ рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г		ЭЦ, ккал
Завтрак			650	22,1	24,1	61,8	552,3	
Яйца вареные			40	5,1	4,6	0,3	63,0	№300-2013, Пермь
Котлета из говядины припущенная (без хлеба пшеничного и панировки)			100	10,4	12,2	9,8	190,6	№451-2004
говядина 1 категории	112	82						
или говядина полуфабрикат	97	82						
или фарш промышленного производства	82	82						
<u>хлеб ржаной</u>	18	18						
молоко питьевое	14	14						
лук репчатый	6	5						
яйцо куриное	5	5						
масло растительное	2	2						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203206134

Каша гречневая вязкая отварная			180	2,0	5,4	29,2	173,4	№510-2004
	крупя гречневая	45	45					
	вода питьевая	144	144					
Чай без сахара	масло сливочное (несоленное)		200	0,2	0,0	0,5	3	№685-2004
	чай-заварка	2	2					
	без сахара							
Йогурт пониженной жирности без содержания сахара в ассортименте			125	2,5	1,5	4,5	41,5	
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями			40	1,9	0,4	17,5	81,0	
Обед			810	22,8	25,7	106,9	750	
Салат из свежих огурцов			100	0,7	5,1	2,5	58,7	№17-2013, Пермь
	огурцы свежие парниковые	97	95					
	или огурцы свежие грунтовые	100	95					
Суп с макаронными изделиями с курицей	масло растительное							№157-2013, Пермь
			250/10	4,3	6,1	21,3	157,3	
	курица потрошенная 1 категории (мякоть без кожи)	29	26					
макаронные диетические (или макаронные изделия из муки грубого помола)	20	20						

морковь до 01.01.-20%	12,5	10																	
с 01.01 - 25%	13,3	10																	
лук репчатый	12	10																	
масло сливочное (несоленное)	5	5																	
Жаркое по - домашнему (с уменьшенным содержанием картофеля)																			
говядина 1 категории	107	79						250		12,2			13,5			26,1			274,7
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%	126	95																	
01.11.-31.12. - 30%	136	95																	
01.01.-29.02 - 35%	146	95																	
01.03 - 40%	159	95																	
морковь до 01.01.-20%	119	95																	
с 01.01 - 25%	126	95																	
лук репчатый	24	20																	

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

