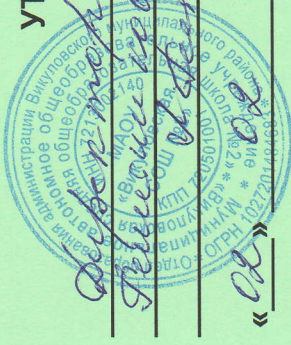


СОГЛАСОВАНО

« ____ » _____ 20 ____ г.

УТВЕРЖДАЮ



« 08 » _____ 2022 г.

ПРИМЕРНОЕ 12 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

№ 2122 от 10.02.2021 г.

для питания детей в возрасте с 12 лет и старше

разработано в соответствии с требованиями СанПин 2.3/2.4.3590-20

"Санитарно-эпидемиологические организации общественного питания населения"

Приемы пищи: обед, полдник.

г. Тюмень, 2022г.

СОГЛАСОВАНО

« ____ » _____ 20 ____ г.

УТВЕРЖДАЮ

« ____ » _____ 20 ____ г.

**ПРИМЕРНОЕ 12 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
№ 2122 от 10.02.2021 г.**

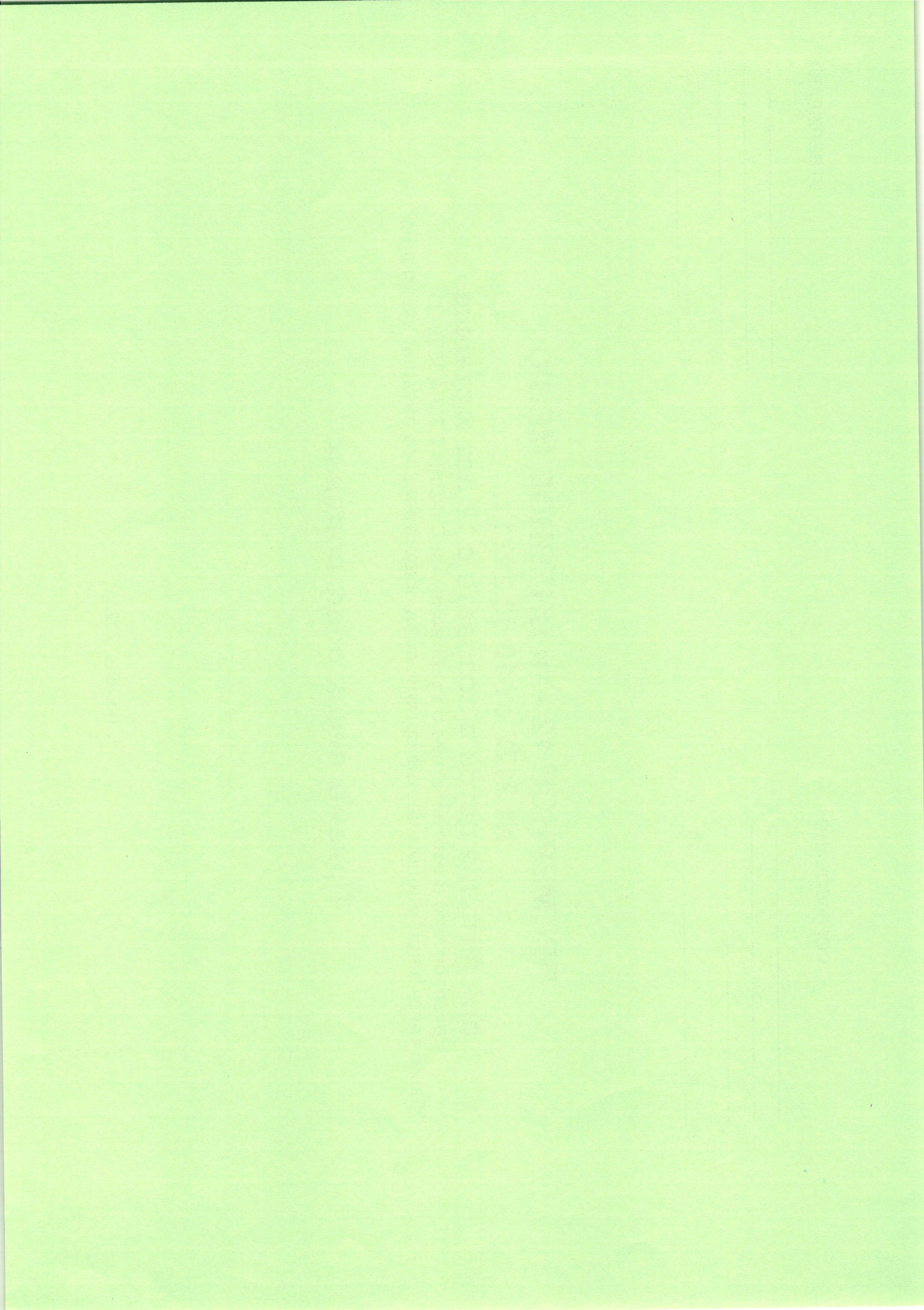
Для питания детей в возрасте с 12 лет и старше

разработано в соответствии с требованиями СанПин 2.3/2.4.3590-20

"Санитарно-эпидемиологические организации общественного питания населения"

Приемы пищи: обед, полдник.

г. Тюмень, 2022г.





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



С. ВЕРЖДАЮ
И. В. (заместитель) ФБУЗ
«Центр гигиены и эпидемиологии в
Тюменской области»
А.Я. Фольмер

№ 57/Д

сентября 2021 г.

г. Тюмень

Экспертное заключение

1. Наименование услуги: экспертиза примерного двенадцатидневного меню № 2122 от 10.02.2021г. для питания детей в возрасте с 12 лет и старше (приемы пищи: обед, полдник).
2. Заявитель: АУ ТО «Центр технологического контроля».
Юридический адрес: 625026, г. Тюмень, ул. Рижская 47А;
ИНН 7203208134, ОГРН 1077203065147.
3. Получатель: АУ ТО «Центр технологического контроля».
Юридический адрес: 625026, г. Тюмень, ул. Рижская 47А;
ИНН 7203208134, ОГРН 1077203065147.
4. Нормативные документы, используемые экспертами при проведении экспертизы:
СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» (далее СанПиН 2.3/2.4.3590-20).
5. Санитарно-эпидемиологической экспертизой установлено:
На основании заявки № 120532 от 26.08.2021г. рассмотрено представленное примерное двенадцатидневное меню № 2122 от 10.02.2021г. для питания детей в возрасте с 12 лет и старше (приемы пищи: обед, полдник).
Меню разработано на основании:
- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».
При составлении меню использованы:
• Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, I часть — М.: Хлебпродинформ, 1996г.

- Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции общественного питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, Том 1,2 — Москва.: 2006 г.

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

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

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

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

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

Для обеспечения здоровым питанием составлено примерное меню на 12 дней для возрастной группы детей 12 лет и старше в соответствии с рекомендуемой формой составления примерного меню (приложение 8 СанПиН 2.3/2.4.3590-20), что соответствует п. 8.1.4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

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

Меню включает обед, полдник. На долю обеда приходится 30 - 35% от суточной потребности в пищевых веществах и энергии, на долю полдника 10 - 15%. Примерное меню разработано с учетом физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастной группы с 12 лет и старше (приложение 10, таблица 1, таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20). Калорийность рационов (обед, полдник), средний процент пищевой ценности за неделю, соответствуют норме (приложение 10, таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20), что соответствует требованиям пп. 8.1.2, 8.1.2.3. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Суммарный объем готовых блюд для указанного возраста (12 лет и старше) соответствует приложению 9 таблице 3, п. 8.1.2. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Масса порций готовых блюд для указанного возраста (12 лет и старше) соответствует приложению 9 таблице 1 п. 8.1.2. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Для дополнительного обогащения рациона питания детей микронутриентами в меню используется: хлеб и хлебобулочные изделия с содержанием витаминов и минералов. В целях профилактики йододефицитных состояний у детей используется

соль поваренная пищевая йодированная при приготовлении блюд и кулинарных изделий, что соответствует требованиям п. 8.1.6. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

В примерном меню отсутствуют блюда и кулинарные изделия, которые могут послужить причиной возникновения и распространения инфекционных и массовых неинфекционных заболеваний (отравлений), указанные в приложении 6 (СанПиН 2.3/2.4.3590-20), что соответствует п. 8.1.9. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

ЗАКЛЮЧЕНИЕ:

Представленное примерное двенадцатидневное меню № 2122 от 10.02.2021г. для питания детей в возрасте с 12 лет и старше (приемы пищи: обед, полдник), разработанное АУ ТО «Центр технологического контроля» соответствует требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

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



Д.Г. Шаева





Аннотация

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

Возрастная категория детей: с 12 лет и старше.

В соответствии с Приложением 10, Таблицей 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 – **обед, полдник.**

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».

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 рассчитаны в соответствии СанПиН 2.3/2.4.3590-20 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)".

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. При приготовлении блюд соблюдается 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 соответствии 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 в меню 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

**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.

Суммарные объемы блюд по приемам пищи для детей с 12 лет и старше (не менее)

Приложение №9, таблица 3 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20	Обед, грамм	Полдник, грамм
		800
1 день	845	350
2 день	855	400
3 день	890	380
4 день	895	380
5 день	880	380
6 день	850	400
7 день	860	380
8 день	805	390
9 день	815	370
10 день	810	400
11 день	890	400
12 день	845	380

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

Масса порций для детей в зависимости от возраста (в граммах)

Название блюд	Масса порций в граммах для двух возрастных групп	
	7 до 11 лет	12 лет и старше
Каша, или овощное, или яичное, или творожное, или мясное блюдо (допускается комбинация разных блюд завтрака, при этом выход каждого блюда может быть уменьшен при условии соблюдения общей массы блюд завтрака)	150-200	200-250
Закуска (холодное блюдо) (салат, овощи и т.п.)	60-100	100-150
Первое блюдо	200-250	250-300
Второе блюдо (мясное, рыбное, блюдо из мяса птицы)	90-120	100-120
Гарнир	150-200	180-230
Третье блюдо (компот, кисель, чай, напиток кофейный, какао-напиток, сок, напиток из шиповника, сок)	180-200	180-200
Фрукты	100	100

В соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", Приложение 9, Таблица 1 "Масса порций для детей в зависимости от возраста (в граммах)"

НАКОПИТЕЛЬНАЯ ВЕДОМОСТЬ к меню № 2122 от 10.02.2021 г. для питания детей с 12 лет и старше (обед, полдник)

№	Продукты	Норма питания в г*, мл, netto на 1 ребенка в сутки	Норма в день, г мл, netto, прием пищи - завтрак, обед	Фактически получено г, мл.												за 14 дней, г	Факт в день г, мл,	% выполнения			
				Дни																	
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12						
1	Хлеб ржаной	120	60,0	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	690	58	96
2	Хлеб пшеничный ***	200	110,0	60	104	60	171	57	150	60	80	145	65	140	1322	110	12	97	1322	110	100
3	Мука пшеничная	20	12,0	4	13	3	37,3	0	20	76	0	0	31	45	139	12	25	102	305	25	102
4	Крупы, бобовые	50	25,0	0	0	0	64	0	0	64	0	0	45	0	173	14	103	103	173	14	103
5	Макаронные изделия	20	14,0	0	0	0	148	43	220	75	180	30	75	303	1478	123	101	101	1478	123	101
6	Картофель	187	121,6	50	150	148	43	220	75	180	30	75	303	164	40	196	103	103	1970	164	103
7	Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соленные и квашеные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-пюре, зелень	320	160,0	103	258,5	318,4	200	123	146	23	161	171	132	138	196	164	103	103	1970	164	103
8	Фрукты свежие	185	74,0	24	0	150	40	100	40	100	100	140	100	0	894	75	101	101	894	75	101
9	Сухофрукты	20	9,0	0	0	25	0	0	0	0	30	25	0	25	105	9	97	97	105	9	97
10	Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные***	200	100,0	0	200	200	0	200	0	200	0	200	0	200	1200	100	100	100	1200	100	100
11	Сахар (в т.ч. для приготовления блюд и напитков, в случае использования пищевой продукции промышленного выпуска, содержащих сахар, выдана сахара должна быть уменьшена в зависимости от его содержания в используемой готовой пищевой продукции)	35	13,0	27	9,5	9	32,4	0	22	0	23	10	4	22	1	13	103	103	159	13	103
12	Кондитерские изделия	15	6,8	0	20	30	0	0	0	0	0	30	0	0	80	7	99	99	80	7	99
13	Какао	1,2	0,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
14	Чай	2	0,6	1,7	0,0	0,0	1,7	0,0	0,0	0,0	1,7	0,0	0,0	1,7	7	1	101	101	7	1	101
15	Кофейный напиток	2	0,8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
16	Мясо 1-й категории	78	46,8	63	23	74	16	16	87	0	16	95	97	0	566	47	101	101	566	47	101
17	Субпродукты (печень, язык, сердце)	40	22,0	0	0	0	142	0	0	0	114	0	0	0	256	21	97	97	256	21	97
18	Птица (цыпленок-бройлеры потрошенные - 1 кат.)	53	21,2	26	149	0	0	0	5	0	0	0	65	0	245	20	96	96	245	20	96
19	Рыба (филе), в т.ч. филе слабо или малосоленое	77	30,8	0	0	72	0	96	0	119	0	0	72	0	359	30	97	97	359	30	97
20	Молоко	350	95	0	200	14	12	217	220	200	9	0	200	45	0	93	99	99	1117	93	99
21	Кисломолочная пищевая продукция	180	41,4	0	0	0	100	0	0	0	0	200	0	0	500	42	101	101	500	42	101
22	Творог (5%-9% м.д.ж.)	60	33,0	0	165	0	0	172	0	0	0	0	50	0	387	32	98	98	387	32	98
23	Сметана	10	7,5	5	13	0	17,5	0	12	0	5	5	13	17	93	8	103	103	93	8	103
24	Сыр	15	5,3	0	0	0	30	0	0	0	30	0	0	0	60	5	95	95	60	5	95
25	Масло сливочное	35	14,0	10	10	5	11,9	18	25	8	18	15	25	24	180	15	107	107	180	15	107
26	Масло растительное	18	9,0	9	12	12	10,2	3	10	12	6	9	10	7	105	9	98	98	105	9	98
27	Яйцо, шт.	40	14,0	20	9,6	5	4,2	7	14	30	49	0	7	24	170	14	101	101	170	14	101
28	Дрожжи хлебопекарные	0,3	0,2	0	0	0	0,8	0	0	0	2	0	0	0	2	0	103	103	2	0	103
29	Крахмал	4	0,6	7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	7	1	97	97	7	1	97
30	Специи	2	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	12	1	100	100	12	1	100
31	Соль пищевая поваренная йодированная	5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	30	3	100	100	30	3	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 рационы 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

*** Мучное, булочное, кондитерское изделие промышленного производства посчитано в 1, 5, 7, 10, 12 дни посчитано к норме хлеба пшеничного технологоического контроля»

Меню № 2122 от 10.02.2021

ЗАВЕДУЮЩИЙ ОБЩЕСТВЕННЫМ ПИТАНИЕМ

Технологический контроль»

Распределение энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи для детей с 12 лет и старше *

Суточная потребность СанПиН 2.3/2.4.3590-20 (2720 ккал)**	Обед, ккал		% ВЫПОЛНЕНИЯ		Полдник, ккал		% ВЫПОЛНЕНИЯ		Итого, ккал		% ВЫПОЛНЕНИЯ	
	30-35% от суточного рациона				10-15 % от суточного рациона				40-50%			
	816-952				272-408				1088-1360			
1 день	930		34		389		14		1319		49	
2 день	938		34		408		15		1345		49	
3 день	949		35		346		13		1295		48	
4 день	933		34		389		14		1322		49	
5 день	925		34		394		14		1318		48	
6 день	864		32		402		15		1266		47	
ИТОГО в среднем за неделю	923		34		388		14		1311		48	
7 день	824		30		394		14		1218		45	
8 день	949		35		366		13		1314		48	
9 день	944		35		388		14		1332		49	
10 день	933		34		394		14		1327		49	
11 день	901		33		390		14		1291		47	
12 день	853		31		395		15		1273		47	
ИТОГО в среднем за неделю	901		33		388		14		1292		48	
ИТОГО в среднем за день	912		34		388		14		1302		48	

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

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

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

Меню приготавливаемых блюд обед, полдник

Возрастная категория: с 12 лет и старше

ПРИМЕРНОЕ 12-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ № 2122 от 10.02.2021 г.

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

1 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Обед			845	31,0	26,5	141,9	930	
Салат овощной с яйцом и маслом растительным			100	4,4	6,5	7,4	106	№16/1-2001, Екатеринбург
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	43	32						
01.11.-31.12. -30%	46	32						
01.01-29.02 - 35%	49	32						
01.03 - 40%	53	32						
масса отварного картофеля		30						
морковь до 01.01.-20%	59	47						
с 01.01 - 25%	63	47						
масса отварной моркови		45						

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ

Меню № 2122 от 10.02.2021
АУТО «ЦЕНТР ТЕХНОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ»

масса тушеного мяса			40						
масса соуса			60						
лук репчатый	14	12							
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	6	6							
мука пшеничная	4	4							
Рис припущенный		180	4,4	4,3	35,0	196,6	№512-2004		
крупа рисовая	63	63							
вода питьевая	133	133							
масло сливочное	5	5							
Кисель из свежих ягод		200	0,3	0,2	21,5	89	№505-2013, Пермь		
вишня свежемороженоя	25,2	24							
или смородина свежемороженоя	25,2	24							
или клюква свежемороженоя	25,2	24							
сахар	15	15							
крахмал	7	7							
Хлеб ржаной		60	2,8	0,6	26,2	121,6			
или Хлеб ржаной витаминизированный		60							
Хлеб пшеничный		80	4,0	1,1	32,4	155,7	Актенное учреждение Тюменской области		
или Хлеб пшеничный витаминизированный		80					«Центр технологического контроля» ОГРН 1077203065147 ИНН 7203208134		

Полдник		350	8,4	4,2	79,4	389,0	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте (кекс)							
Чай с сахаром		200	0,2	0,0	12,0	48,8	№685-2004
	чай-заварка	1,7			1,7		
	сахар	12			12		
ИТОГО:							
			39	31	221	1319	

2 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
Обед			855	32,3	35,2	122,8	938
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	182	100	100	0,8	0,1	1,6	№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						
Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной с мясными фрикадельками			250/5/20	4,9	7,3	12,7	136	№110-2004
фрикадельки мясные		20						№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	1,6	1,6							
вода для фарша	2	2							
свекла до 01.01.-20%	50	40							
с 01.01 - 25%	53	40							
капуста свежая белокочанная	25	20							
или квашеная	22	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%	12,5	10							
с 01.01 - 25%	13,3	10							
лук репчатый	12	10							
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	7	7							
масло сливочное	5	5							
сметана	5	5							

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

Бедро или грудка куриные запеченные "Домашние"		100	16,2	15,1	0,7	203,5	№494-2004
курица потрошенная 1 категории	167	149					
или грудка куриная на кости	157	149					
или бедро куриное	157	149					
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5	5					
чеснок	0,6	0,5					
масло растительное	2	2					
Рагу овощное		180	4,2	11,3	23,0	211	№224-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	173	130					
01.11.-31.12. -30%	186	130					
01.01-29.02 - 35%	200	130					
01.03 - 40%	217	130					
морковь до 01.01.-20%	30	24					
с 01.01 - 25%	32	24					
лук репчатый	18	15					
масло растительное	10	10					
для соуса		60					
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5	5					
мука пшеничная	2	2					

морковь до 01.01.-20%	19	15												
с 01.01 - 25%	20	15												
лук репчатый	6	5												
сахар	1,5	1,5												
Сок в ассортименте	200	200	0,5	0,0	34,0	138				№518-2013, Пермь				
Хлеб ржаной	60	60	2,8	0,6	26,2	121,6								
или Хлеб ржаной витаминизированный	60	60												
Хлеб пшеничный	60	60	3,0	0,8	24,3	116,8								
или Хлеб пшеничный витаминизированный	60	60												
Полдник														
Сырники из творога запечённые с джемом или повидлом	400	400	20,7	17,7	41,4	407,7								
	200	200	14,9	12,7	32,0	302				№321-2013, Пермь				
творог	168	165												
крупа манная	22	22												
яйцо куриное	8	8												
сахар	8	8												
ванилин	0,01	0,01												
мука пшеничная	12	12												
сметана	8	8												
масло сливочное для смазки листа	5	5												

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»

ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

масса готовых сырников (3 шт. по 60 г)	180												
джем или повидло (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	20												
Молоко питьевое кипяченое	210	200	5,8	5,0	9,4	106	№260-2001, Пермь						
ИТОГО:			53	53	164	1345							

3 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
Обед							
Салат овощной							
морковь до 01.01.-20%	50	40					
с 01.01 - 25%	53	40					
масса отварной моркови		38					
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	47	35					
01.11.-31.12. -30%	50	35					
01.01-29.02 - 35%	54	35					
01.03 - 40%	58	35					
масса отварного картофеля		32					
горошек зелёный консервированный (после термической обработки)	39	25					
масло растительное	5	5					

Суп картофельный с рыбой		250/60	7,6	7,1	18,1	166,7	№150-2013, Пермь
горбуша потрошенная без головы (филе без кожи и костей)	117	72					
или горбуша или кета неразделанная (филе без кожи и костей)	131	72					
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	100	74					
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	84	72					
или щекур неразделанный	*	*					
процент отходов щекура следует определять контрольной отработкой потерь при тепловой и холодной обработке и оформлять актом							
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	5	5					
Котлеты из мяса	100	100	10,1	14,2	17,0	236,2	№451-2004
говядина 1 категории	101	74					
или говядина полуфабрикат	87	74					
или фарш промышленного производства	74	74					

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

или Хлеб ржаной витаминизированный		60																	
Хлеб пшеничный		80	4,0	1,1	32,4									155,7					
или Хлеб пшеничный витаминизированный		80																	
Полдник		380	7,3	5,9	66,0									345,9					
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте (пряники, вафли)		30	4,8	5,7	29,0									186,5					
Фрукты в ассортименте		150	2,3	0,2	26,0									115					№458-2006, Москва
Сок в ассортименте	200	200	0,2	0,0	11,0									45					№518-2013, Пермь
ИТОГО:			38	39	199									1295					

4 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Обед			895	28,0	27,7	142,8	933,1	
Салат из моркови			100	1,1	5,0	9,1	85,9	№7-2013, Пермь
морковь до 01.01.-20%	121	97						
с 01.01 - 25%	129	97						
<i>морковь в сыром виде использовать только до 1 марта, после 1 марта в отварном</i>								
сахар	3	3						
масло растительное	5	5						

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

Свекольник с мясом со сметаной		250/10/5	4,2	5,5	16,2	131,1	№34-2004, Пермь
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%	13,3	10					
лук репчатый	13	11					
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	3	3					
масло сливочное	5	5					
сметана	5	5					
Печень, тушеная в соусе	100/50	12,9	12,4	5,3	184,4	№401-2013, Пермь	
печень говяжья	172	142					
мука пшеничная	6	6					

масло растительное	5	5														
масса тушеной печени		100														
соус сметанный №442-2013, Пермь		50														
сметана	12,5	12,5														
мука пшеничная	1,3	1,3														
вода питьевая	40	40														
масло сливочное	1,3	1,3														
Макароны изделия отварные			180							3,8				41,1		210,2
макаронные изделия	64	64														
масло сливочное	4	4														
Компот из свежих плодов			200							0,2				20,6		83,2
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	45,6	40														
или груши свежие	44	40														
или апельсины свежие	60	40														
сахар	15	15														
Хлеб ржаной			60							2,8				26,2		121,6
или Хлеб ржаной витаминизированный			60													
Хлеб пшеничный			60							3,0				24,3		116,8
или Хлеб пшеничный витаминизированный			60													

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»

ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

Полдник		380	7,9	12,8	60,6	389	
Пицца школьная сырная		80	4,9	6,6	41,0	243	№549-2013, Пермь
Тесто дрожжевое	48						№544-2013, Пермь
мука пшеничная	30						
в том числе мука на подпыл	1,2						
сахар	2,4						
масло сливочное	1,6						
яйцо куриное	3						
молоко питьевое	12						
или молоко концентрированное	6						
или молоко сухое	1						
вода кипяченая для концентрированного молока	6						
вода кипяченая для сухого молока	11						
соль йодированная	0,25						
дрожжи прессованные	0,8						
или дрожжи сухие хлебопекарные	0,2						
Начинка	45						
сыр	31						
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5						

огурцы соленые без уксуса		18	10								
яйцо куриное для смазки пиццы		1,2	1,2								
масло растительное для смазки листа		0,2	0,2								
Йогурт в индивидуальной упаковке в ассортименте				100	2,8	6,2	7,6	97			
Чай с сахаром				200	0,2	0,0	12,0	48,8			№685-2004
чай-заварка		1,7	1,7								
сахар		12	12								
ИТОГО:					36	41	203	1322			

5 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				№ рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г		ЭЦ, ккал
Обед								
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	182	100	880	31,2	27,6	137,8	924,5	
			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						
Суп гороховый с мясом и гренками			250/10/20	4,9	4,8	31,7	189,6	№139-2004
говядина 1 категории		22	16					

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»

ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

или говядина полуфабрикат	19	16							
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	5	5							
хлеб пшеничный	38	32							
Биточки рыбные			120	16,3	14,1	15,5	254,1		№345-2013, Пермь
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	130	96							
или горбуша потрошенная без головы (филе без кожи и костей)	156	96							
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	111	96							
или щекур неразделанный	*	*							
процент отходов щекура	следует определять контрольной отработкой потерь при тепловой и холодной обработке и оформлять актом								
хлеб пшеничный	23	23							
молоко питьевое	17	17							
масло сливочное	3	3							

яйцо куриное	7	7											
сухари	6	6											
масло растительное	3	3											
Картофель толченый, по-деревенски			180					4,9		7,7		33,0	220,9
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	226	170											
01.11.-31.12.- 30%	243	170											
01.01-29.02 - 35%	262	170											
01.03 - 40%	284	170											
отвар картофельный	30	30											
масло сливочное	10	10											
Сок в ассортименте	200	200	200					0,4	0,0	22,0		22,0	90
Хлеб ржаной			50					2,4	0,5	21,9		21,9	101,3
или Хлеб ржаной витаминизированный			50										
Хлеб пшеничный			30					1,5	0,4	12,2		12,2	58,4
или Хлеб пшеничный витаминизированный			30										
Полдник			380					14,7	15,4	49,1		49,1	393,8
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			80					8,8	10,2	34,0		34,0	263
Молоко питьевое кипяченое	210	200	200					5,8	5,0	9,4		9,4	106
Фрукты в ассортименте			100					0,1	0,2	5,7		5,7	25,0
ИТОГО:								46	43			187	1318

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

1318

187

43

46

100

200

210

80

380

50

30

200

90

6 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
Обед			850	27,4	28,4	124,7	863,9
Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком			100	1,5	5,0	4,7	69,8
капуста свежая белокочанная	96	77					
<i>капуста старого урожая используется в сыром виде до 1 марта, с 1 марта только капуста нового урожая или другой салат</i>							
горошек зеленый консервированный	31	20					
лимонная кислота	0,10	0,10					
вода питьевая для разведения лимонной кислоты	5	5					
масло растительное	5	5					

ИЛИ

Салат из свежих помидоров			100	1,0	5,1	3,5	63,9	№22-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	97	95						
или помидоры свежие грунтовые	112	95						
масло растительное	5	5						
Суп домашний с мясом со сметаной			250/15/5	5,6	7,9	14,1	150	№15/2-2011, Екатеринбург
говядина 1 категории	33	24						
или говядина полуфабрикат	28	24						

или крупа манная	13	13								
вода питьевая для каши	43	43								
яйцо куриное	14	14								
сахар	7	7								
ванилин	0,01	0,01								
сметана	7	7								
сухари пшеничные	7	7								
масло сливочное для смазки листа	5	5								
масса готовой запеканки		180								
молоко сгущенное с сахаром	20,2	20								
Молоко питьевое кипяченое	210	200	200	5,8	5,0	9,4	106		№260-2001, Пермь	
ИТОГО:				51	47	159	1266			
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ :										
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (40-50%)*										
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (100%)*										

7 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
Обед			860	28,2	23,2	125,7	824

125,7 ккал
 «Центр технологического контроля»
 ОГРН 1077203065147
 ИНН 7203208134

Салат из свежих помидоров		100	1,0	5,1	3,5	63,9	№22-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	97	95					
или помидоры свежие грунтовые	112	95					
масло растительное	5	5					

ИЛИ

Нарезка из отварной моркови с огурцом		100	1,1	5,0	4,1	65,8	№21 -2004
морковь до 01.01.-20%	90	72					
с 01.01 - 25%	96	72					
огурцы соленные без уксуса	47	26					
или огурцы свежие парниковые	26,5	26					
или огурцы свежие грунтовые	27,3	26					
масло растительное на полив при подаче	5	5					
Суп лапша домашняя с курицей		250/10	7,1	8,1	13,5	155	№148-2004
курица потрошенная 1 категории (мякоть без кожи)	29	26					
лапша домашняя		20					№549-2004
мука пшеничная	18	18					
мука пшеничная на подпыл	1,2	1,2					
яйцо куриное	5	5					
вода питьевая	3,5	3,5					

масса запеченной рыбы			100											
мука пшеничная	3		3											
яйцо куриное	20		20											
масло растительное	2		2											
Картофель отварной с маслом и зеленью				180		3,1	4,6	24,5	152					№203-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	239		180											
01.11.-31.12. -30%	257		180											
01.01.-29.02 - 35%	277		180											
01.03 - 40%	301		180											
зелень свежая (петрушка, укроп)	4		3											
масло сливочное	10		10											
Сок в ассортименте	200		200	200	0,5	0,0	34,0	138						№518-2013, Пермь
Хлеб ржаной				60	2,8	0,6	26,2	121,6						
или Хлеб ржаной витаминизированный				60										
Хлеб пшеничный				70	3,5	1,0	28,4	136,2						
или Хлеб пшеничный витаминизированный				70										
Полдник				380	13,7	15,4	50,1	393,8						
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте				80	7,8	10,2	35,0	263						
Молоко питьевое кипяченое	210		200	200	5,8	5,0	9,4	106						№260-2001, Пермь
Фрукты в ассортименте				100	0,1	0,2	5,7	25,0						№458-2006, Москва
ИТОГО:					42	39	176	1218						

8 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Обед			805	35,4	28,8	136,8	948,5	
Яйца вареные			40	5,1	4,6	0,3	63,0	№300-2013, Пермь
Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом, со сметаной			250/10/5	5,8	6,5	12,0	129,7	№124-2004
говядина 1 категории	22	16						
или говядина полуфабрикат	19	16						
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	40	30						
01.11.-31.12. -30%	43	30						
01.01-29.02 - 35%	46	30						
01.03 - 40%	50	30						
капуста белокочанная свежая	63	50						
морковь до 01.01.-20%	16	13						
с 01.01 - 25%	17	13						
лук репчатый	12	10						
масло сливочное	5	5						
сметана	5	5						
Печень, тушеная с овощами			120	14,0	12,9	5,9	196	№439-2004
печень говяжья	137	114						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»

ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

Полдник		390	8,4	13,9	51,7	365,5	
Булочка с изюмом		60	2,0	6,2	34,0	200	№11/12-2011, Екатеринбург
	мука пшеничная	34					
	мука пшеничная на подпыл	0,6					
	сахар	6					
	масло сливочное	9					
	молоко питьевое	9					
	или молоко концентрированное	4					
	или молоко сухое	1					
	вода кипяченая для концентрированного молока	5					
	вода кипяченая для сухого молока	8					
	яйцо куриное	5					
	яйцо куриное для смазки изделия	4					
	изюм	5,2					
	дрожжи хлебопекарные	1,6					
	или дрожжи сухие хлебопекарные	0,4					
	соль йодированная	0,3					
	масло растительное для смазки листа	0,2					
ИЛИ							

Автономное учреждение Тюменской области

«Центр технологического контроля»

ОГРН 1077203065147

ИНН 7203208134

Булочное изделие промышленного производства										
Фрукты в ассортименте										
Сыр (порциями)										
Чай с сахаром										
			31	30						
	чай-заварка		1,7	1,7						
	сахар		12	12						
ИТОГО:										
						44	43	189	1314	

9 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
Обед			815	28,4	30,3	139,3	943,8
Нарезка из свеклы отварной с маслом			100	1,4	5,0	6,8	78
свекла до 01.01 - 20%	124	99					
с 01.01 - 25%	132	99					
масло растительное на полив при подаче	5	5					
Рассольник с мясом, со сметаной			250/10/5	4,1	5,2	12,5	113,2
говядина 1 категории	22	16					
или говядина полуфабрикат	19	16					
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	100	75					

№458-2006,
Москва

№97-2004

№685-2004

р.20/1-2011,
Екатеринбург

№130-2004

Наименование	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	№ документа
Обед						
Салат из капусты белокочанной с морковью	810	31,3	37,9	116,7	933	№4-2013, Пермь
капуста белокочанная	105					
морковь до 01.01.-20%	12,5					
с 01.01 - 25%	13,3					
капуста и морковь старого урожая используется в сыром виде до 1 марта, с 1 марта только капуста или морковь нового урожая или другой салат						
сахар	4					
кислота лимонная	0,12					
вода для разведения лимонной кислоты	6					
масло растительное	5					

ИЛИ

Салат из свежих помидоров	100	1,0	5,1	3,5	63,9	№22-2013, Пермь
помидоры свежие парниковые	97					
или помидоры свежие грунтовые	112					
масло растительное	5					
Суп из овощей со сметаной	250/5	3,4	4,6	16,0	119,0	№135-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	67					
01.11.-31.12. -30%	72					

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077208065147
ИНН 7203208134

масло сливочное	15	15											
яйцо куриное	7	7											
сухари пшеничные	5	5											
масло растительное	5	5											
масло сливочное	5	5											
Сок в ассортименте	200	200				200	0,4	0,0	22,0	90	№518-2013, Пермь		
Хлеб ржаной						60	2,8	0,6	26,2	121,6			
или Хлеб ржаной витаминизированный						60							
Хлеб пшеничный						40	2,0	0,6	16,2	77,8			
или Хлеб пшеничный витаминизированный						40							
<i>Полдник</i>						400	14,7	15,4	49,1	393,8			
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте						100	8,8	10,2	34,0	263			
Молоко питьевое кипяченое	210	200				200	5,8	5,0	9,4	106	№260-2001, Пермь		
Фрукты в ассортименте						100	0,1	0,2	5,7	25,0	№456-2006, Москва		
ИТОГО:							46	53	166	1327			

11 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
Обед			890	30,6	27,9	131,9	901

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр гигиены и эпидемиологии»

СФРН 1077203065147
ИНН 7203208134

Салат картофельный с огурцами		100	1,6	5,0	8,4	85,0	№66-2013, Пермь
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	85	64					
01.11.-31.12. -30%	92	64					
01.01-29.02 - 35%	99	64					
01.03 - 40%	107	64					
масса отварного картофеля		60					
лук репчатый	14,3	12					
или лук зеленый	15	12					
<i>лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый</i>							
огурцы соленые без уксуса	22	12					
или огурцы свежие парниковые	12,2	12					
или огурцы свежие грунтовые	12,6	12					
морковь до 01.01.-20%	20	16					
с 01.01 - 25%	21	16					
масса отварной моркови		14					
масло растительное	5	5					
Уха ростовская			8,5	6,7	18,9	169,7	№119-2006, Москва
горбуша потрошенная без головы (филе без кожи и костей)	117	72					
или горбуша или кета неразделанная (филе без кожи и костей)	131	72					

или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	100	74							
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	84	72							
или щекур неразделанный	*	*							
процент отходов щекура следует определять контрольной отработкой потерь при тепловой и холодной обработке и оформлять актом									
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							
лук репчатый	14	12							
помидоры свежие парниковые	21,4	21							
или помидоры свежие грунтовые	25	21							
или томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	10	10							
масло сливочное	5	5							

ИЛИ

Суп картофельный с рыбными консервами №64-2001, Пермь					250/40	6,6	8,3	18,3	174	№64-2001, Пермь
консервы рыбные в собственном соку или с добавлением масла					41					
картофель - 01.09.-31.10.- 25%					150					
01.11.-31.12. -30%					162					
01.01-29.02 - 35%					174					

Автономное учреждение Томской области
«Центр технического контроля»

ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

01.03 - 40%	189	113							
морковь до 01.01.-20%	12,5	10							
с 01.01 - 25%	13,3	10							
лук репчатый	12	10							
масло сливочное	5	5							
Фрикадельки из кур (2 шт. по 50 г.)	100	10,8	10,9	5,4	162,9				№410-2013, Пермь
кураца потрошенная 1 категории	151	65							
или грудка куриная промышленного производства	96	65							
молоко питьевое	15	15							
яйцо куриное	9	9							
морковь до 01.01.-20%	29	23							
с 01.01 - 25%	31	23							
лук репчатый	12	10							
мука пшеничная	8	8							
сметана	8	8							
масло растительное	2	2							
Макаронны отварные с овощами	180	3,7	3,8	33,6	183				№294-2013, Пермь
макаронные изделия	45	45							
масса отварных макарон		120							

Борщ "Украинский" с мясом, со сметаной		250/10/5	4,9	5,9	19,7	151,5	№113-2004
говядина 1 категории	22	16					
или говядина полуфабрикат	19	16					
свекла до 01.01 -20%	38	30					
с 01.01 - 25%	40	30					
капуста белокочанная свежая	25	20					
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	53	40					
01.11.-31.12. -30%	57	40					
01.01-29.02 - 35%	62	40					
01.03 - 40%	67	40					
морковь до 01.01.-20%	18	14					
с 01.01 - 25%	19	14					
лук репчатый	10	8					
чеснок свежий	1,3	1					
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	8	8					
сахар	0,5	0,5					
лимонная кислота	0,08	0,08					
масло сливочное	5	5					
сметана	5	5					

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»

ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

Бифстроганов из мяса		100	12,5	10,9	5,6	170,5	№423-2004
говядина 1 категории	86	63					
или говядина полуфабрикат	74	63					
или говядина бифстроганов-полуфабрикат промышленного производства	63	63					
масса тушеного мяса		40					
масса соуса		60					
мука пшеничная	6	6					
сметана	12	12					
бульон или отвар	48	48					
лук репчатый	18	15					
масло растительное	5	5					
Перловка припущенная с овощами	180	2,9	3,8	32,1	174,2	№387-2002	
крупа перловая	45	45					
лук репчатый	27	23					
морковь до 01.01.-20%	59	47					
с 01.01 - 25%	63	47					
масло сливочное	5	5					
Сок в ассортименте	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь
Хлеб ржаной	40	40	1,9	0,4	17,5	81,0	

или Хлеб ржаной витаминизированный		40							
Хлеб пшеничный		60	3,0	0,8	24,3	116,8			
или Хлеб пшеничный витаминизированный		60							
Полдник		380	13,2	16,8	47,7	394,8			
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте		80	7,8	10,2	35,0	263			
		200	5,3	6,4	7,0	107	№698-2004		
Кисломолочный напиток в ассортименте	207	200	0,1	0,2	5,7	25,0	№458-2006, Москва		
Фрукты в ассортименте		100	40	39	191	1273			
ИТОГО:									
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ :									
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (40-50%)*									
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (100%)*									

*Приложение 10, Таблица 1 "Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществ (суточная)" СанПиН 2.3/2.4.3590-20
"Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"

