

**Примерное 14 - ти дневное меню для питания детей в загородных оздоровительных лагерях № 917 от "16" мая 2014г.**

**для питания детей в возрасте с 11 лет и старше**

**МЕНЮ**

**1 день**

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав						№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Витамин С, мг	
<b>Завтрак</b>				<b>21,5</b>	<b>33,0</b>	<b>91,5</b>	<b>749</b>	<b>14,26</b>	
<b>Каша кукурузная жидкая с маслом</b>			<b>250/10</b>	<b>6,5</b>	<b>8,6</b>	<b>41,9</b>	<b>271</b>	<b>0,70</b>	<b>№311-2004</b>
крупы кукурузная	30	30							
молоко питьевое	145	145							
вода питьевая	88	88							
сахар	5	5							
соль йодированная	1,5	1,5							
масло сливочное	10	10							
<b>Омлет натуральный с маслом</b>			<b>80/5</b>	<b>8,1</b>	<b>12,3</b>	<b>1,8</b>	<b>150</b>	<b>0,12</b>	<b>№340-2004</b>
яйца	60	60							
молоко питьевое	23	23							
масло сливочное	2	2							
масло сливочное	5	5							
<b>Бутерброд с маслом с сыром</b>			<b>30/20/5</b>	<b>4,3</b>	<b>9,7</b>	<b>14,2</b>	<b>161</b>	<b>0,14</b>	<b>№1,3-2004</b>
хлеб пшеничный или батон нарезной	30	30							
сыр	21	20							
масло сливочное	5	5							
<b>Цикорий с молоком</b>			<b>200</b>	<b>2,2</b>	<b>2,4</b>	<b>15,6</b>	<b>93</b>	<b>1,30</b>	<b>№689-2004</b>
Цикорий растворимый	1	1							
сахар	15	15							
молоко питьевое	100	100							
<b>2 завтрак</b>									
<b>Фрукт (бананы, апельсины, мандарины, груши, яблоки, киви, персики, абрикосы, сливы, черешня и т.д.)</b>			<b>180</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>18,0</b>	<b>74</b>	<b>12,00</b>	
<b>Обед</b>				<b>26,1</b>	<b>27,3</b>	<b>147,7</b>	<b>941</b>	<b>36,96</b>	
<b>Салат из свежих помидор и огурцов</b>			<b>80</b>	<b>0,9</b>	<b>5,0</b>	<b>5,1</b>	<b>69</b>	<b>13,92</b>	<b>№20-2004</b>
помидоры свежие парниковые	43	42							
или помидоры свежие грунтовые	50	42							
огурцы свежие парниковые	30	29							
или огурцы свежие грунтовые	30,5	29							
лук зелёный	10	8							
или лук репчатый	9,5	8							
масло растительное	4	4							
<b>Суп картофельный с рыбными консервами с зеленью</b>			<b>350/35</b>	<b>4,0</b>	<b>6,4</b>	<b>36,0</b>	<b>218</b>	<b>20,26</b>	<b>№64-2001, Пермь</b>
консервы рыбные в собственном соку или с добавлением масла	36	35							
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	146	110							
01.11.-31.12. - 30%	157	110							
01.01-29.02 - 35%	169	110							
01.03 - 40%	184	110							
морковь - до 01.01 - 20%	18	14							
с 01.01 - 25%	19	14							

лук репчатый	17	14							
масло сливочное	8	8							
зелень (петрушка, укроп)	4	3							
<b>Фрикадельки из говядины запеченные в соусе</b>			<b>100</b>	<b>8,3</b>	<b>8,5</b>	<b>4,4</b>	<b>127</b>	<b>0,18</b>	<b>№471-2004</b>
говядина 1 категории	82	61							
или говядина полуфабрикат	71	61							
или фарш промышленного производства	61	61							
хлеб пшеничный	13	13							
молоко питьевое	17	17							
лук репчатый	8	7							
мука пшеничная	5	5							
масло растительное	10	10							
<b>соус сметанный</b>		<b>20</b>							
мука пшеничная	1,2	1,2							
масло сливочное	1,2	1,2							
вода питьевая	10	10							
сметана	10	10							
<b>Рис припущенный с кукурузой</b>			<b>200</b>	<b>2,0</b>	<b>5,4</b>	<b>31,0</b>	<b>181</b>	<b>2,20</b>	<b>ТТК</b>
крупа рисовая	53	53							
масло сливочное	5	5							
кукуруза консервированная	84	50							
<b>Компот из кураги</b>			<b>200</b>	<b>0,3</b>	<b>0,1</b>	<b>20,8</b>	<b>86</b>	<b>0,40</b>	<b>№639-2004</b>
курага	25	25							
сахар	10	10							
<b>Хлеб пшеничный или хлеб витаминизированный</b>			<b>80</b>	<b>6,6</b>	<b>1,1</b>	<b>30,4</b>	<b>158</b>	<b>0,00</b>	
<b>Хлеб ржаной</b>			<b>60</b>	<b>4,0</b>	<b>0,7</b>	<b>20,0</b>	<b>102</b>	<b>0,00</b>	
<b>Полдник</b>				<b>5,6</b>	<b>5,9</b>	<b>44,0</b>	<b>252</b>	<b>19,00</b>	
<b>Ватрушка "Царская" (творожное блюдо)</b>			<b>100</b>	<b>5,5</b>	<b>5,9</b>	<b>22,0</b>	<b>163</b>	<b>0,00</b>	<b>ТТК</b>
творог	69	67							
крупа манная	4	4							
яйца	14	14							
сахар	7	7							
масло сливочное	1,3	1,3							
<b>крошка</b>									
масло сливочное	7	7							
мука пшеничная	7	7							
сахар	4	4							
<b>Соки овощные, плодовые и ягодные (рассчитана средняя пищевая ценность соков вырабатываемых российскими производителями в соответствии с "Химическим составом Российских продуктов питания" И. М. Скурихина)</b>			<b>200</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>22,0</b>	<b>88</b>	<b>19,00</b>	<b>№707-2004</b>
<b>Ужин</b>				<b>23,70</b>	<b>20,80</b>	<b>87,20</b>	<b>630,6</b>	<b>14,92</b>	
<b>Бризоль из курицы с маслом</b>			<b>130/5</b>	<b>9,5</b>	<b>10,1</b>	<b>14,0</b>	<b>185</b>	<b>0,31</b>	<b>ТТК</b>
грудка куриная (мякоть с кожей)	129	96							
или фарш куриный промышленного производства	96	96							
хлеб пшеничный	28	28							
сливки	24	24							
молоко питьевое	9	9							
яйца	11	11							



сметана	2,3	2,3								
масло сливочное для смазки листа	4	4								
молоко сгущенное с сахаром	30	30								
<b>ИЛИ</b>										
<b>Запеканка из творога с изюмом со сгущенным молоком</b>			<b>80/30</b>	<b>10,8</b>	<b>11,0</b>	<b>33,3</b>	<b>275</b>	<b>0,30</b>	<b>(№11/5-2011, Екатеринбург)</b>	
творог	71	70								
крупа манная	6	6								
вода питьевая	10	10								
сахар	6	6								
соль йодированная	0,4	0,4								
яйца	3	3								
изюм	15,2	15								
сметана	4	4								
масло сливочное для смазки листа	4	4								
молоко сгущенное с сахаром	30	30								
<b>Кофейный напиток</b>			<b>200</b>	<b>3,9</b>	<b>2,5</b>	<b>18,0</b>	<b>110</b>	<b>0,50</b>	<b>№692-2004</b>	
кофейный напиток	1,4	1,4								
сахар	15	15								
молоко питьевое	100	100								
<b>Бутерброд с маслом</b>			<b>20/10</b>	<b>1,6</b>	<b>8,7</b>	<b>9,9</b>	<b>124</b>	<b>0,00</b>	<b>№1-2004</b>	
хлеб пшеничный или батон нарезной	20	20								
масло сливочное или масло шоколадное	10	10								
<b>Йогурт или кисломолочная продукция с добавлением лакто и бифидобактерий</b>			<b>90</b>	<b>3,3</b>	<b>2,7</b>	<b>5,6</b>	<b>60</b>	<b>0,00</b>		
<b>Хлеб пшеничный или хлеб витаминизированный</b>			<b>20</b>	<b>1,6</b>	<b>0,3</b>	<b>7,6</b>	<b>39</b>	<b>0,00</b>		
<b>2 завтрак</b>										
<b>Фрукт (бананы, апельсины, мандарины, груши, яблоки, киви, персики, абрикосы, сливы, черешня и т.д.)</b>			<b>180</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>18,0</b>	<b>74</b>	<b>12,00</b>		
<b>Обед</b>				<b>26,6</b>	<b>26,0</b>	<b>145,5</b>	<b>922</b>	<b>51,36</b>		
<b>Салат из свежих помидор</b>			<b>80</b>	<b>0,9</b>	<b>5,1</b>	<b>3,0</b>	<b>62</b>	<b>19,60</b>	<b>№19-2004</b>	
помидоры свежие грунтовые	90	76								
или помидоры свежие парниковые	78	76								
масло растительное	5	5								
<b>Борщ с капустой и картофелем, со сметаной, с зеленью</b>			<b>350/5</b>	<b>2,5</b>	<b>6,9</b>	<b>14,0</b>	<b>128</b>	<b>31,20</b>	<b>№110-2004</b>	
свекла - до 01.01 - 20%	70	56								
с 01.01 - 25%	74	56								
капуста белокочанная свежая	35	28								
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	28	21								
01.11.-31.12. -30%	30	21								
01.01-29.02 - 35%	32	21								
01.03 - 40%	35	21								
морковь - до 01.01 - 20%	23	18								
с 01.01 - 25%	24	18								
лук репчатый	17	14								
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	4	4								
масло сливочное	8	8								
сахар	1,5	1,5								
сметана	5	5								

зелень (петрушка, укроп)	4	3							
ИЛИ									
<b>Борщ волынский со сметаной с зеленью</b>			<b>350/5</b>	<b>3,2</b>	<b>5,9</b>	<b>10,2</b>	<b>107</b>	<b>13,00</b>	<b>№119-2004</b>
свекла - до 01.01 - 20%	43	34							
с 01.01 - 25%	45	34							
капуста белокочанная свежая	131	105							
помидоры свежие парниковые	54	53							
или помидоры свежие грунтовые	63	53							
морковь - до 01.01 - 20%	25	20							
с 01.01 - 25%	27	20							
лук репчатый	17	14							
масло сливочное	8	8							
зелень (петрушка, укроп)	4	3							
сметана	5	5							
ИЛИ									
<b>Борщ сибирский со сметаной с зеленью</b>			<b>350/5</b>	<b>3,7</b>	<b>6,1</b>	<b>15,5</b>	<b>132</b>	<b>4,50</b>	<b>№111-2004</b>
свекла - до 01.01 - 20%	70	56							
с 01.01 - 25%	74	56							
капуста белокочанная свежая	35	28							
или капуста квашеная промышленного производства	39	21							
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	19	14							
01.11.-31.12. - 30%	20	14							
01.01-29.02 - 35%	22	14							
01.03 - 40%	23	14							
фасоль	14	14							
морковь - до 01.01 - 20%	18	14							
с 01.01 - 25%	19	14							
лук репчатый	17	14							
томатная паста (без содержания красителей и консервантов)	8	8							
масло сливочное	8	8							
зелень (петрушка, укроп)	4	3							
сметана	5	5							
<b>Котлеты из говядины по домашнему</b>			<b>100</b>	<b>9,2</b>	<b>8,5</b>	<b>10,3</b>	<b>155</b>	<b>0,40</b>	<b>ТТК</b>
говядина 1 категории	101	75							
или говядина полуфабрикат	89	75							
или фарш промышленного производства	75	75							
лук репчатый	6	5							
яйца	8	8							
хлеб пшеничный	19	19							
молоко питьевое или вода питьевая	10	10							
масло растительное	5	5							
сухари панировочные	11	11							
<b>Макаронные изделия отварные</b>			<b>200</b>	<b>2,9</b>	<b>3,6</b>	<b>46,5</b>	<b>230</b>	<b>0,00</b>	<b>№332-2004</b>
макаронные изделия	70	70							
масло сливочное	5	5							
<b>Компот из сухофруктов</b>			<b>200</b>	<b>0,7</b>	<b>0,1</b>	<b>21,7</b>	<b>91</b>	<b>0,16</b>	<b>№639-2004</b>
сухофрукты	20	20							

сахар	15	15							
Хлеб пшеничный или хлеб витаминизированный			70	5,7	1,0	26,6	138	0,00	
Хлеб ржаной			70	4,6	0,8	23,4	119	0,00	
<b>Полдник</b>				<b>2,2</b>	<b>5,7</b>	<b>49,5</b>	<b>258</b>	<b>20,58</b>	
Пирожок с яблоками			90	2,1	5,7	27,5	170	1,58	№738-2004
<b>тесто</b>		<b>58</b>							
мука пшеничная	38	38							
молоко питьевое	8	8							
сахар	2,7	2,7							
масло сливочное	4	4							
яйца	6	6							
дрожжи прессованные	1,4	1,4							
или дрожжи сухие	0,4	0,4							
соль йодированная	0,5	0,5							
<b>фарш</b>		<b>41</b>							
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом, очищенные от кожицы)	49	34							
сахар	8	8							
яйца для смазки изделия	2	2							
масло растительное для смазки листа	0,5	0,5							
Соки овощные, плодовые и ягодные (рассчитана средняя пищевая ценность соков вырабатываемых российскими производителями в соответствии с "Химическим составом Российских продуктов питания" И. М. Скурихина)			200	0,1	0,0	22,0	88	19,00	№707-2004
<b>Ужин</b>				<b>27,60</b>	<b>28,93</b>	<b>83,82</b>	<b>706</b>	<b>35,26</b>	
Рыба слабосоленая порциями			35/10/10/3	5,9	3,3	1,5	59	3,92	№89-2004
сельдь слабосоленая (филе)	73	35							
или семга слабосоленая (филе)	38	35							
или кета слабосоленая (филе)	39	35							
или лосось слабосоленый (филе)	39	35							
лук репчатый	12	10							
или лук зеленый	12,5	10							
лимон	12	10							
зелень (петрушка, укроп)	4	3							
Сосиски, сардельки отварные с маслом			100/5	5,5	15,1	0,9	161	0,00	№413-2004
сосиски или сардельки высшего сорта	102	100							
масло сливочное	5	5							
Сложный гарнир (картофельное пюре, огурец свежий)			150/50						
Картофельное пюре			150	3,2	4,2	21,6	137	25,40	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	170	128							
01.11.-31.12. -30%	183	128							
01.01-29.02 - 35%	197	128							
01.03 - 40%	214	128							
молоко питьевое	24	24							
масло сливочное	4	4							
<b>Огурцы свежие</b>			<b>50</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>1,2</b>	<b>6</b>	<b>4,90</b>	
огурцы свежие грунтовые	53	50							
или огурцы свежие парниковые	51	50							
Фито-чай с сахаром			200	0,0	0,0	13,6	54	0,00	№685-2004

Фито-чай для детей (с мятой или душицей или ромашкой или липой)	0,4	0,4								
сахар	12	12								
<b>Хлеб ржаной</b>			<b>50</b>	<b>3,3</b>	<b>0,6</b>	<b>16,7</b>	<b>85</b>	<b>0,00</b>		
<b>Хлеб пшеничный или хлеб витаминизированный</b>			<b>50</b>	<b>4,1</b>	<b>0,7</b>	<b>19,0</b>	<b>99</b>	<b>0,00</b>		
<b>Второй ужин</b>										
<b>Молоко питьевое кипяченое (2,5% жирности)</b>			<b>200</b>	<b>5,2</b>	<b>5,0</b>	<b>9,4</b>	<b>103</b>	<b>1,04</b>	<b>№697-2004</b>	
молоко питьевое	210	200								
или молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке	200	200	200							
<b>ИТОГО</b>				<b>77,7</b>	<b>85,0</b>	<b>370,2</b>	<b>2556</b>	<b>120,00</b>		
<b>МЕНЮ</b>										
<b>3 день</b>										
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав						№ рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Витамин С, мг		
<b>Завтрак</b>				<b>18,2</b>	<b>20,8</b>	<b>89,7</b>	<b>619</b>	<b>13,71</b>		
<b>Каша "Дружба" с маслом</b>			<b>250/5</b>	<b>6,1</b>	<b>7,7</b>	<b>28,4</b>	<b>207</b>	<b>0,30</b>	<b>№93-2001, Пермь</b>	
крупя пшеничная	14	14								
крупя рисовая	18	18								
сахар	5	5								
соль йодированная	1,3	1,3								
молоко питьевое	127	127								
вода питьевая	88	88								
масло сливочное	10	10								
<b>Бутерброд с сыром</b>			<b>30/20</b>	<b>5,4</b>	<b>4,8</b>	<b>11,4</b>	<b>110</b>	<b>0,14</b>	<b>№3-2004</b>	
хлеб пшеничный или батон нарезной	30	30								
сыр	21	20								
<b>Какао с молоком</b>			<b>200</b>	<b>3,1</b>	<b>2,9</b>	<b>21,4</b>	<b>124</b>	<b>0,78</b>	<b>№693-2004</b>	
какао-порошок	2,5	2,5								
молоко питьевое	130	130								
сахар	15	15								
<b>Творожный продукт для детского питания из натуральных компонентов промышленного производства в индивидуальной упаковке ("Агуша" или "Тема" и т.д.)</b>			<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>3,2</b>	<b>5,4</b>	<b>10,5</b>	<b>103</b>	<b>0,49</b>
<b>2 завтрак</b>										
<b>Фрукт (бананы, апельсины, мандарины, груши, яблоки, киви, персики, абрикосы, сливы, черешня и т.д.)</b>			<b>180</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>18,0</b>	<b>74</b>	<b>12,00</b>		
<b>Обед</b>				<b>33,1</b>	<b>40,5</b>	<b>119,2</b>	<b>973</b>	<b>122,70</b>		
<b>Салат "Аппетитный"</b>			<b>80</b>	<b>5,3</b>	<b>9,5</b>	<b>1,4</b>	<b>112</b>	<b>6,60</b>	<b>ТТК</b>	
яйцо куриное (1яйцо вареное разрезанное пополам)	40	40								
огурцы свежие грунтовые	16	15								
или огурцы свежие парниковые	15	15								
помидоры свежие грунтовые	18	15								
или помидоры свежие парниковые	15	15								
лук зеленый	6	5								
зелень свежая (петрушка, укроп)	4	3								
масло растительное	5	5								
<b>Суп картофельный с клецками с зеленью</b>			<b>350/40</b>	<b>3,5</b>	<b>7,8</b>	<b>20,4</b>	<b>166</b>	<b>6,40</b>	<b>№38-2001</b>	
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	86	65								
01.11.-31.12. -30%	93	65								

01.01-29.02 - 35%	100	65							
01.03 - 40%	109	65							
морковь - до 01.01 - 20%	18	14							
с 01.01 - 25%	19	14							
лук репчатый	17	14							
масло сливочное	8	8							
<b>Клецки:</b>		<b>42</b>							
мука пшеничная	14	14							
масло сливочное	1,75	1,75							
яйца	3,5	3,5							
вода питьевая	21	21							
зелень (петрушка, укроп)	4	3							
<b>Говядина, тушенная с капустой</b>			<b>300</b>	<b>12,8</b>	<b>20,9</b>	<b>23,5</b>	<b>333</b>	<b>24,70</b>	<b>№440-2004</b>
говядина 1 категории	107	79							
или говядина полуфабрикат	93	79							
лук репчатый	57	48							
масло растительное	12	12							
помидоры свежие парниковые	49	48							
или помидоры свежие грунтовые	57	48							
перец свежий	64	48							
капуста белокочанная свежая	170	136							
морковь - до 01.01 - 20%	3	2,4							
с 01.01 - 25%	3	2,4							
лук репчатый	6	4,8							
томатная паста (без содержания искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	7	7							
мука пшеничная	1,4	1,4							
зелень (петрушка, укроп)	4	3							
<b>Отвар шиповника</b>			<b>200</b>	<b>0,7</b>	<b>0,4</b>	<b>22,0</b>	<b>94</b>	<b>85,00</b>	<b>№261-2001, Пермь</b>
шиповник	25	25							
сахар	5	5							
<b>Хлеб пшеничный или хлеб витаминизированный</b>			<b>75</b>	<b>6,2</b>	<b>1,1</b>	<b>28,5</b>	<b>148</b>	<b>0,00</b>	
<b>Хлеб ржаной</b>			<b>70</b>	<b>4,6</b>	<b>0,8</b>	<b>23,4</b>	<b>119</b>	<b>0,00</b>	
<b>Полдник</b>				<b>1,6</b>	<b>68,6</b>	<b>295</b>	<b>19,00</b>		
<b>Мучное изделие промышленного производства</b>			<b>90</b>	<b>1,5</b>	<b>1,6</b>	<b>46,6</b>	<b>207</b>	<b>0,00</b>	
<b>или мучное изделие промышленного производства обогащенное витаминами и минералами</b>									
<b>Соки овощные, плодовые и ягодные (рассчитана средняя пищевая ценность соков вырабатываемых российскими производителями в соответствии с "Химическим составом Российских продуктов питания" И. М. Скурихина)</b>			<b>200</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>22,0</b>	<b>88</b>	<b>19,00</b>	<b>№707-2004</b>
<b>Ужин</b>				<b>25,2</b>	<b>22,5</b>	<b>92,9</b>	<b>675</b>	<b>13,27</b>	
<b>Салат из свежих огурцов</b>			<b>80</b>	<b>0,7</b>	<b>5,0</b>	<b>2,0</b>	<b>56</b>	<b>11,70</b>	<b>№16-2004</b>
огурцы свежие парниковые	75	74							
или огурцы свежие грунтовые	78	74							
зелень (петрушка, укроп)	4	3							
масло растительное	5	5							
<b>Гуляш из говядины</b>			<b>100</b>	<b>8,9</b>	<b>6,4</b>	<b>8,1</b>	<b>126</b>	<b>0,20</b>	<b>№437-2004</b>
говядина 1 категории	107	79							
или говядина полуфабрикат	93	79							
масло растительное	4	4							



лук зелёный	14	11								
салат листовой	34	23								
масло растительное	5	5								
<b>Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной с зеленью</b>			<b>350/10/5</b>	<b>4,1</b>	<b>6,8</b>	<b>16,6</b>	<b>144</b>	<b>10,50</b>	<b>№124-2004</b>	
говядина 1 категории	22	16								
или говядина полуфабрикат	19	16								
капуста цветная замороженная	82	80								
или капуста свежая белокочанная	88	70								
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	25	21								
масло сливочное	8	8								
зелень свежая (петрушка, укроп)	4	3								
сметана	5	5								
<b>Курица или кролик в соусе с томатом</b>			<b>130</b>	<b>11,1</b>	<b>13,9</b>	<b>4,7</b>	<b>188</b>	<b>0,60</b>	<b>№190-2001, Пермь</b>	
грудка куриная на кости (филе без кожи)	161	109								
или филе куриное	115	109								
или филе кролика	115	109								
масса готового филе		80								
масло растительное	7	7								
лук репчатый	10	8								
томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	4	4								
мука пшеничная	1,9	1,9								
чеснок	1,2	0,9								
сметана	5	5								
морковь - до 01.01 - 20%	10	8								
с 01.01 - 25%	10,6	8								
бульон или вода питьевая	46	46								
<b>Рис припущенный с овощами</b>			<b>200</b>	<b>2,6</b>	<b>4,2</b>	<b>42,6</b>	<b>219</b>	<b>1,25</b>	<b>ТТК</b>	
крупа рисовая	49	49								
кукуруза консервированная	33	20								
морковь - до 01.01 - 20%	54	43								
с 01.01 - 25%	57	43								
масло сливочное	8	8								
<b>Кисель из свежих ягод</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0,1</b>	<b>21,8</b>	<b>89</b>	<b>1,40</b>	<b>№640-2004</b>	
смородина, или клюква, или брусника	25	24								
крахмал	7	7								
сахар	15	15								
<b>Хлеб пшеничный или хлеб витаминизированный</b>			<b>80</b>	<b>6,6</b>	<b>1,1</b>	<b>30,4</b>	<b>158</b>	<b>0,00</b>		
<b>Хлеб ржаной</b>			<b>70</b>	<b>4,6</b>	<b>0,8</b>	<b>23,4</b>	<b>119</b>	<b>0,00</b>		
<b>Полдник</b>				<b>1,7</b>	<b>2,5</b>	<b>64,8</b>	<b>289</b>	<b>19,00</b>		
<b>Кондитерское изделие (кексы, рулеты с повидлом, бисквит без крема)</b>			<b>30</b>	<b>1,6</b>	<b>2,5</b>	<b>42,8</b>	<b>200</b>	<b>0,00</b>		

или кондитерское изделие промышленного производства с содержанием витаминов и минералов									
Соки овощные, плодовые и ягодные (рассчитана средняя пищевая ценность соков вырабатываемых российскими производителями в соответствии с "Химическим составом Российских продуктов питания" И. М. Скурихина)			200	0,1	0,0	22,0	88	19,00	№707-2004
<b>Ужин</b>			<b>25,5</b>	<b>27,8</b>	<b>98,2</b>	<b>741</b>	<b>22,22</b>		
<b>Винегрет овощной</b>			<b>80</b>	<b>1,4</b>	<b>5,0</b>	<b>8,0</b>	<b>82</b>	<b>3,17</b>	<b>№71-2004</b>
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							
свекла - до 01.01 - 20%	25	20							
с 01.01 - 25%	27	20							
морковь - до 01.01 - 20%	25	20							
с 01.01 - 25%	27	20							
огурцы соленые	18	16							
лук репчатый	6	5							
масло растительное	5	5							
<b>или</b>									
<b>Винегрет с морской капустой</b>			<b>80</b>	<b>1,0</b>	<b>5,0</b>	<b>4,8</b>	<b>68</b>	<b>0,04</b>	<b>№94-1997</b>
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	21	16							
01.11.-31.12. -30%	23	16							
01.01-29.02 - 35%	25	16							
01.03 - 40%	27	16							
свекла - до 01.01 - 20%	20	16							
с 01.01 - 25%	21	16							
морковь - до 01.01 - 20%	20	16							
с 01.01 - 25%	21	16							
огурцы соленые	14	13							
лук репчатый	4,8	4							
или лук зеленый	5	4							
морская капуста консервированная без уксуса	29	17							
масло растительное	5	5							
<b>или</b>									
<b>Салат овощной с яблоками и сладким перцем</b>			<b>80</b>	<b>0,9</b>	<b>4,9</b>	<b>5,1</b>	<b>68</b>	<b>12,20</b>	<b>№23-2004</b>
помидоры свежие грунтовые	24	20							
или помидоры свежие парниковые	20	20							
огурцы свежие грунтовые	21	20							
или огурцы свежие парниковые	20	20							
яблоки свежие (очищенные с удаленным семенным гнездом)	21	15							
лук репчатый	9,5	8							
или лук зеленый	10	8							
перец свежий	23	14							
масло растительное	5	5							
<b>Рыба "Лакомка" с маслом</b>			<b>130/5</b>	<b>9,6</b>	<b>10,7</b>	<b>5,3</b>	<b>156</b>	<b>4,51</b>	<b>ТТК</b>
горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	179	119							
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	217	119							



<b>Суп молочный с крупой</b>			<b>250</b>	<b>4,4</b>	<b>5,4</b>	<b>17,5</b>	<b>136</b>	<b>0,70</b>	<b>№161-2004</b>
молоко питьевое	125	125							
вода питьевая	138	138							
крупa хлопья овсяные "Геркулес", или ячневая, или пшено или гречневая	15 20	15 20							
масло сливочное	2	2							
сахар	3	3							
<b>Бутерброд с маслом</b>			<b>20/10</b>	<b>1,6</b>	<b>8,7</b>	<b>9,9</b>	<b>124</b>	<b>0,00</b>	<b>№1-2004</b>
хлеб пшеничный или батон нарезной	20	20							
масло сливочное или масло шоколадное	10	10							
<b>Хлеб пшеничный или хлеб витаминизированный</b>			<b>20</b>	<b>1,6</b>	<b>0,3</b>	<b>7,6</b>	<b>39</b>	<b>0,00</b>	
<b>2 завтрак</b>									
<b>Фрукт (бананы, апельсины, мандарины, груши, яблоки, киви, персики, абрикосы, сливы, черешня и т.д.)</b>			<b>180</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>18,0</b>	<b>74</b>	<b>12,00</b>	
<b>Обед</b>				<b>30,0</b>	<b>34,0</b>	<b>120,7</b>	<b>908</b>	<b>105,40</b>	
<b>Салат из перца и огурца свежего с маслом</b>			<b>80</b>	<b>0,8</b>	<b>5,1</b>	<b>2,8</b>	<b>60</b>	<b>69,00</b>	<b>№ 14/1-2011г., г.Екатеринбург</b>
перец свежий	43	32							
огурцы свежие парниковые	46	45							
или огурцы свежие грунтовые	47	45							
масло растительное	5	5							
<b>Солянка домашняя со сметаной с зеленью</b>			<b>350/10/20/20/5</b>	<b>6,1</b>	<b>10,4</b>	<b>17,3</b>	<b>187</b>	<b>7,30</b>	<b>№157-2004</b>
говядина полуфабрикат	19	16							
или говядина 1 категории	22	16							
колбаса полукопченая	22	20							
колбаса вареная (высший сорт)	21	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							
томатная паста (без содержания красителей и консервантов)	6	6							
лук репчатый	30	25							
огурцы соленые	38	21							
масло сливочное	8	8							
сметана	5	5							
лимон	7	6							
зелень (петрушка, укроп)	4	3							
<b>Биточки из птицы или кролика "Любительские"</b>			<b>130</b>	<b>9,3</b>	<b>9,8</b>	<b>11,6</b>	<b>172</b>	<b>1,30</b>	<b>ТТК</b>
курица потрошенная 1 категории (мякоть без кожи)	198	85							
или грудка куриная на кости (мякоть без кожи)	114	85							
или фарш куриный промышленного производства	85	85							
или фарш промышленного производства из мяса кролика	85	85							
хлеб пшеничный	24	24							
лук репчатый	13	11							
яйца	5	5							
молоко питьевое	30	30							
сухари панировочные	12	12							
масло растительное	3	3							

<b>Рагу овощное</b>			<b>200</b>	<b>3,3</b>	<b>6,9</b>	<b>17,0</b>	<b>143</b>	<b>8,80</b>	<b>№539-2004</b>
морковь - до 01.01 - 20%	119	95							
с 01.01 - 25%	126	95							
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							
горошек зеленый консервированный	69,3	45							
капуста цветная замороженная	58	55							
чеснок	24	20							
лук репчатый	1,3	1							
масло растительное	8	8							
<b>Соки овощные, плодовые и ягодные (рассчитана средняя пищевая ценность соков вырабатываемых российскими производителями в соответствии с "Химическим составом Российских продуктов питания" И. М. Скурихина)</b>			<b>200</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>22,0</b>	<b>88</b>	<b>19,00</b>	<b>№707-2004</b>
<b>Хлеб пшеничный или хлеб витаминизированный</b>			<b>70</b>	<b>5,7</b>	<b>1,0</b>	<b>26,6</b>	<b>138</b>	<b>0,00</b>	
<b>Хлеб ржаной</b>			<b>70</b>	<b>4,6</b>	<b>0,8</b>	<b>23,4</b>	<b>119</b>	<b>0,00</b>	
<b>Полдник</b>				<b>5,3</b>	<b>8,2</b>	<b>41,3</b>	<b>260</b>	<b>0,08</b>	
<b>Расстегай московский</b>			<b>90</b>	<b>2,5</b>	<b>5,4</b>	<b>27,8</b>	<b>170</b>	<b>0,08</b>	<b>№698-1996</b>
мука пшеничная	45	45							
сахар	2,1	2,1							
вода питьевая	18	18							
масло растительное	2,1	2,1							
соль йодированная	0,5	0,5							
масло сливочное	2,6	2,6							
дрожжи прессованные	0,7	0,7							
или дрожжи сухие	0,2	0,2							
горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	49	33							
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	59	33							
лук репчатый	7	6							
масло растительное для смазки листа	0,5	0,5							
<b>Чай с молоком</b>			<b>200</b>	<b>2,8</b>	<b>2,8</b>	<b>13,5</b>	<b>90</b>	<b>0,00</b>	<b>№266-2001, Пермь</b>
чай - заварка	0,4	0,4							
сахар	12	12							
молоко питьевое	100	100							
<b>Ужин</b>				<b>22,6</b>	<b>18,4</b>	<b>114,3</b>	<b>713</b>	<b>23,74</b>	
<b>Нарезка из свежих помидор с луком</b>			<b>80</b>	<b>0,8</b>	<b>0,0</b>	<b>1,8</b>	<b>10</b>	<b>19,94</b>	<b>ТТК</b>
помидоры свежие парниковые	74	73							
или помидоры свежие грунтовые	86	73							
лук зелёный	8,8	7							
или лук репчатый	8	7							
<b>Суфле из говядины с маслом</b>			<b>100/5</b>	<b>8,4</b>	<b>9,1</b>	<b>8,9</b>	<b>151</b>	<b>0,10</b>	<b>№477-2004</b>
говядина полуфабрикат	131	111							
или говядина 1 категории	151	111							
масса отварного мяса		70							
яйца	18	18							
соус молочный густой		25							
молоко питьевое	20	20							



01.11.-31.12. -30%	129	90							
01.01-29.02 - 35%	139	90							
01.03 - 40%	150	90							
морковь - до 01.01 - 20%	17,5	14							
с 01.01 - 25%	19	14							
лук репчатый	17	14							
огурцы солёные (без уксуса)	38	21							
масло сливочное	8	8							
сметана	5	5							
зелень (петрушка, укроп)	4	3							
<b>Плов по - узбекски</b>			<b>300</b>	<b>12,8</b>	<b>15,1</b>	<b>40,2</b>	<b>348</b>	<b>0,60</b>	<b>№444-2004</b>
говядина 1 категории	107	79							
или говядина полуфабрикат	93	79							
масло растительное	10	10							
крупа рисовая	68	68							
морковь - до 01.01 - 20%	63	50							
с 01.01 - 25%	67	50							
лук репчатый	18	15							
<b>Компот из свежих плодов</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0,2</b>	<b>21,1</b>	<b>87</b>	<b>1,60</b>	<b>№631-2004</b>
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	45,6	40							
или груши свежие (с удаленным семенным гнездом)	44,4	40							
сахар	15	15							
<b>Хлеб пшеничный или хлеб витаминизированный</b>			<b>70</b>	<b>5,7</b>	<b>1,0</b>	<b>26,6</b>	<b>138</b>	<b>0,00</b>	
<b>Хлеб ржаной</b>			<b>70</b>	<b>4,6</b>	<b>0,8</b>	<b>23,4</b>	<b>119</b>	<b>0,00</b>	
<b>Полдник</b>				<b>1,6</b>	<b>1,6</b>	<b>68,6</b>	<b>295</b>	<b>19,00</b>	
<b>Мучное изделие промышленного производства</b>			<b>90</b>	<b>1,5</b>	<b>1,6</b>	<b>46,6</b>	<b>207</b>	<b>0,00</b>	
или мучное изделие промышленного производства обогащенное витаминами и минералами									
<b>Соки овощные, плодовые и ягодные (рассчитана средняя пищевая ценность соков вырабатываемых российскими производителями в соответствии с "Химическим составом Российских продуктов питания" И. М. Скурихина)</b>			<b>200</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>22,0</b>	<b>88</b>	<b>19,00</b>	<b>№707-2004</b>
<b>Ужин</b>				<b>30,6</b>	<b>33,9</b>	<b>77,6</b>	<b>730</b>	<b>50,29</b>	
<b>Овощной микс с маслом</b>			<b>80</b>	<b>0,8</b>	<b>5,0</b>	<b>2,4</b>	<b>58</b>	<b>13,72</b>	<b>ТТК</b>
помидоры свежие парниковые	41	40							
или помидоры свежие грунтовые	47	40							
огурцы свежие парниковые	36	35							
или огурцы свежие грунтовые	37	35							
или перец болгарский	47	35							
масло растительное	5	5							
<b>Курица, запеченная с маслом</b>			<b>130</b>	<b>16,4</b>	<b>17,2</b>	<b>0,5</b>	<b>222</b>	<b>1,30</b>	<b>№494-2004</b>
курица потрошенная 1 категории	200	179							
или грудка куриная на кости	189	179							
или окорочок куриный	200	179							
сметана	5	5							
томатная паста (без содержания искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	4	4							
чеснок	3	2							
масло растительное	2	2							
масло сливочное	5	5							

<b>Картофельное пюре</b>			<b>200</b>	<b>4,3</b>	<b>6,0</b>	<b>28,8</b>	<b>186</b>	<b>33,90</b>	<b>№520-2004</b>
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	227	171							
01.11.-31.12. -30%	244	171							
01.01-29.02 - 35%	263	171							
01.03 - 40%	285	171							
молоко питьевое	32	32							
масло сливочное	5	5							
<b>Фито-чай с сахаром</b>			<b>200</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>13,6</b>	<b>54</b>	<b>0,00</b>	<b>№685-2004</b>
Фито-чай для детей (с мятой или душицей или ромашкой или липой)	0,4	0,4							
сахар	15	15							
<b>Хлеб ржаной</b>			<b>50</b>	<b>3,3</b>	<b>0,6</b>	<b>16,7</b>	<b>85</b>	<b>0,00</b>	
<b>Хлеб пшеничный или хлеб витаминизированный</b>			<b>20</b>	<b>1,6</b>	<b>0,3</b>	<b>7,6</b>	<b>31</b>	<b>0,00</b>	
<b>Второй ужин</b>									
Кисломолочный напиток 2,5% жирности (йогурт, снежок, бифидок, биокефир, биоряженка и др.)	206	200	200	4,2	4,8	8,0	92	1,37	№698-2004
<b>ИТОГО</b>				<b>76,5</b>	<b>85</b>	<b>372,0</b>	<b>2610</b>	<b>99,13</b>	
<b>МЕНЮ</b>									
<b>7 день</b>									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав						№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Витамин С, мг	
<b>Завтрак</b>				<b>19,1</b>	<b>27,5</b>	<b>97,4</b>	<b>713</b>	<b>19,07</b>	
<b>Суп молочный с макаронными изделиями</b>			<b>350</b>	<b>6,9</b>	<b>8,0</b>	<b>27,7</b>	<b>210</b>	<b>0,90</b>	<b>№160-2004</b>
макаронные изделия	28	28							
молоко питьевое	175	175							
вода питьевая	147	147							
сахар	3	3							
масло сливочное	3	3							
<b>Какао с молоком</b>			<b>200</b>	<b>3,1</b>	<b>2,9</b>	<b>21,4</b>	<b>124</b>	<b>0,78</b>	<b>№693-2004</b>
какао-порошок	2,5	2,5							
молоко питьевое	130	130							
сахар	15	15							
<b>Творожный продукт для детского питания из натуральных компонентов промышленного производства в индивидуальной упаковке ("Агуша" или "Тема" и т.д.)</b>			<b>100</b>	<b>3,2</b>	<b>5,4</b>	<b>10,5</b>	<b>103</b>	<b>0,49</b>	
<b>Бутерброд с колбасой и помидором свежим</b>			<b>30/20/20</b>	<b>3,9</b>	<b>10,9</b>	<b>12,2</b>	<b>163</b>	<b>4,90</b>	<b>№6-2004</b>
колбаса полукопченая	21	20							
хлеб пшеничный	30	30							
помидор свежий парниковый	20,4	20							
или помидор свежий грунтовый	23,6	20							
<b>Хлеб пшеничный или хлеб витаминизированный</b>			<b>20</b>	<b>1,6</b>	<b>0,3</b>	<b>7,6</b>	<b>39</b>	<b>0,00</b>	
<b>2 завтрак</b>									
<b>Фрукт (бананы, апельсины, мандарины, груши, яблоки, киви, персики, абрикосы, сливы, черешня и т.д.)</b>			<b>180</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>18,0</b>	<b>74</b>	<b>12,00</b>	
<b>Обед</b>				<b>33,9</b>	<b>32,0</b>	<b>126,5</b>	<b>929</b>	<b>26,46</b>	
<b>Помидоры с зеленым горошком</b>			<b>80</b>	<b>2,1</b>	<b>5,1</b>	<b>4,3</b>	<b>72</b>	<b>22,80</b>	<b>ТТК</b>
помидоры свежие парниковые	46	45							
или помидоры свежие грунтовые	53	45							
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	46	30							

зелень свежая (петрушка, укроп)	4	3							
масло растительное	5	5							
<b>Уха рыбацкая с зеленью</b>			<b>350/40</b>	<b>5,7</b>	<b>7,4</b>	<b>22,0</b>	<b>177</b>	<b>3,59</b>	№30/2-2011, Екатеринбург
лосось потрошенный с головой (филе без кожи и костей)	96	53							
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	72	48							
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	87	48							
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	120	90							
01.11.-31.12. -30%	129	90							
01.01-29.02 - 35%	139	90							
01.03 - 40%	150	90							
лук репчатый	15	13							
масло сливочное	8	8							
зелень (петрушка, укроп)	4	3							
<b>Говядина, тушенная в сметанном соусе</b>			<b>100</b>	<b>12,5</b>	<b>12,9</b>	<b>1,8</b>	<b>173</b>	<b>0,07</b>	№433-2004
говядина 1 категории	107	79							
или говядина полуфабрикат	93	79							
масло сливочное	10	10							
<b>соус сметанный</b>		<b>50</b>							
сметана	12,5	12,5							
мука пшеничная	2,5	2,5							
вода питьевая	37,5	37,5							
<b>ИЛИ</b>									
<b>Печень, тушённая в сметанном соусе</b>			<b>100</b>	<b>11,1</b>	<b>9,4</b>	<b>1,4</b>	<b>134</b>	<b>3,28</b>	№439-2004
печень говяжья	87	72							
мука пшеничная	4	4							
масло сливочное	10	10							
<b>соус сметанный</b>		<b>50</b>							
сметана	12,5	12,5							
мука пшеничная	2,5	2,5							
вода питьевая	37,5	37,5							
<b>Гречка отварная вязкая</b>			<b>200</b>	<b>4,5</b>	<b>5,1</b>	<b>31,5</b>	<b>190</b>	<b>0,00</b>	№302-2004
крупа гречневая	50	50							
вода питьевая	160	160							
масло сливочное	5	5							
<b>Компот из изюма</b>			<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>24,5</b>	<b>100</b>	<b>0,00</b>	№638-2004
изюм	25	25							
сахар	10	10							
<b>Хлеб пшеничный или хлеб витаминизированный</b>			<b>50</b>	<b>4,1</b>	<b>0,7</b>	<b>19,0</b>	<b>99</b>	<b>0,00</b>	
<b>Хлеб ржаной</b>			<b>70</b>	<b>4,6</b>	<b>0,8</b>	<b>23,4</b>	<b>119</b>	<b>0,00</b>	
<b>Полдник</b>				<b>1,6</b>	<b>1,6</b>	<b>68,6</b>	<b>295</b>	<b>19,00</b>	
<b>Мучное изделие промышленного производства</b>			<b>90</b>	<b>1,5</b>	<b>1,6</b>	<b>46,6</b>	<b>207</b>	<b>0,00</b>	
<b>или мучное изделие промышленного производства обогащенное витаминами и минералами</b>									
<b>Соки овощные, плодовые и ягодные (рассчитана средняя пищевая ценность соков вырабатываемых российскими производителями в соответствии с "Химическим составом Российских продуктов питания" И. М. Скурихина)</b>			<b>200</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>22,0</b>	<b>88</b>	<b>19,00</b>	№707-2004
<b>Ужин</b>				<b>21,9</b>	<b>24,4</b>	<b>77,7</b>	<b>606</b>	<b>97,47</b>	
<b>Нарезка из перца и огурца свежих</b>			<b>80</b>	<b>0,8</b>	<b>0,1</b>	<b>2,9</b>	<b>16</b>	<b>82,30</b>	ТТК
перец свежий	53	40							



или помидоры свежие грунтовые	47	40							
огурцы свежие парниковые	41	40							
или огурцы свежие грунтовые	42	40							
<b>Суп из овощей с мясными фрикадельками с зеленью</b>			<b>350/30</b>	<b>4,7</b>	<b>8,7</b>	<b>26,0</b>	<b>201</b>	<b>7,85</b>	<b>№135-2004</b>
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	86	65							
01.11.-31.12. -30%	93	65							
01.01-29.02 - 35%	100	65							
01.03 - 40%	109	65							
морковь - до 01.01 - 20%	17,5	14							
с 01.01 - 25%	18,6	14							
лук репчатый	17	14							
капуста белокочанная свежая	35	28							
или капуста цветная замороженная	39	38							
горошек зеленый консервированный	17	11							
масло сливочное	8	8							
<b>фрикадельки</b>		<b>30</b>							
говядина полуфабрикат	41	35							
или говядина 1 категории	48	35							
или фарш промышленного производства	35	35							
лук репчатый	3,6	3							
яйца	3	3							
зелень (петрушка, укроп)	4	3							
<b>Филе куриное тушенное с картофелем</b>			<b>330</b>	<b>15,8</b>	<b>19,9</b>	<b>22,5</b>	<b>332</b>	<b>2,20</b>	<b>ТТК</b>
грудка куриная на кости (филе без кожи)	161	109							
или филе куриное	115	109							
или филе кролика	115	109							
масса готового филе		80							
морковь - до 01.01 - 20%	69	55							
с 01.01 - 25%	73	55							
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	200	150							
01.11.-31.12. -30%	215	150							
01.01-29.02 - 35%	231	150							
01.03 - 40%	251	150							
лук репчатый	30	25							
томатная паста (без содержания искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	5	5							
масло сливочное	8	8							
<b>Компот из кураги</b>			<b>200</b>	<b>0,3</b>	<b>0,1</b>	<b>20,8</b>	<b>86</b>	<b>0,40</b>	<b>№639-2004</b>
курага	25	25							
сахар	10	10							
<b>Хлеб пшеничный или хлеб витаминизированный</b>			<b>100</b>	<b>8,2</b>	<b>1,4</b>	<b>38,0</b>	<b>197</b>	<b>0,00</b>	
<b>Хлеб ржаной</b>			<b>70</b>	<b>4,6</b>	<b>0,8</b>	<b>23,4</b>	<b>119</b>	<b>0,00</b>	
<b>Полдник</b>				<b>1,7</b>	<b>2,5</b>	<b>64,8</b>	<b>289</b>	<b>19,00</b>	
Кондитерское изделие (кексы, рулеты с повидлом, бисквит без крема)			<b>30</b>	<b>1,6</b>	<b>2,5</b>	<b>42,8</b>	<b>200</b>	<b>0,00</b>	
Соки овощные, плодовые и ягодные (рассчитана средняя пищевая ценность соков вырабатываемых российскими производителями в соответствии с "Химическим составом Российских продуктов питания" И. М. Скурихина)			<b>200</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>22,0</b>	<b>88</b>	<b>19,00</b>	<b>№707-2004</b>
<b>Ужин</b>				<b>24,1</b>	<b>28,2</b>	<b>79,0</b>	<b>654</b>	<b>73,45</b>	

<b>Салат "Пестрый"</b>			<b>80</b>	<b>0,5</b>	<b>5,0</b>	<b>3,8</b>	<b>62</b>	<b>61,00</b>	<b>ТТК</b>
помидоры свежие грунтовые	42	36							
или помидоры парниковые	37	36							
перец свежий болгарский	48	36							
петрушка свежая	2,2	1,6							
укроп свежий	2,2	1,6							
чеснок	1	0,8							
сахар	1,6	1,6							
лимон (для сока)	3,8	1,6							
масло растительное	5	5							
<b>Голубцы ленивые с соусом сметанным</b>			<b>100/50</b>	<b>8,2</b>	<b>11,5</b>	<b>5,1</b>	<b>157</b>	<b>1,80</b>	<b>№160-2001, Пермь</b>
говядина 1 категории	54	40							
или говядина полуфабрикат	47	40							
или фарш промышленного производства	40	40							
крупа рисовая	5	5							
лук репчатый	8	7							
капуста белокочанная свежая	79	63							
масло растительное	7	7							
<b>Соус сметанный</b>		<b>50</b>							
мука пшеничная	2,5	2,5							
сметана	10	10							
масло сливочное	2,5	2,5							
<b>Картофель отварной с маслом и зеленью</b>			<b>150/5</b>	<b>2,6</b>	<b>3,1</b>	<b>20,5</b>	<b>120</b>	<b>9,28</b>	<b>№203-2004</b>
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	200	150							
01.11.-31.12. -30%	215	150							
01.01-29.02 - 35%	231	150							
01.03 - 40%	251	150							
масло сливочное	5	5							
зелень (петрушка, укроп)	4	3							
<b>Чай с молоком</b>			<b>200</b>	<b>2,8</b>	<b>2,8</b>	<b>13,5</b>	<b>90</b>	<b>0,00</b>	<b>№266-2001, Пермь</b>
чай - заварка	0,4	0,4							
сахар	12	12							
молоко питьевое	100	100							
<b>Хлеб ржаной</b>			<b>50</b>	<b>3,3</b>	<b>0,6</b>	<b>16,7</b>	<b>85</b>	<b>0,00</b>	
<b>Хлеб пшеничный или хлеб витаминизированный</b>			<b>30</b>	<b>2,5</b>	<b>0,4</b>	<b>11,4</b>	<b>47</b>	<b>0,00</b>	
<b>Второй ужин</b>									
Кисломолочный напиток 2,5% жирности (йогурт, снежок, бифидок, биокефир, биоряженка и др.)	206	200	200	4,2	4,8	8,0	92	1,37	№698-2004
<b>ИТОГО</b>				<b>76,2</b>	<b>85,0</b>	<b>369,8</b>	<b>2536</b>	<b>132,95</b>	
<b>МЕНЮ</b>									
<b>9 день</b>									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав						№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Витамин С, мг	
<b>Завтрак</b>				<b>22,6</b>	<b>25,3</b>	<b>67,3</b>	<b>587</b>	<b>13,25</b>	
<b>Омлет натуральный с маслом</b>			<b>80/5</b>	<b>8,1</b>	<b>12,3</b>	<b>1,8</b>	<b>150</b>	<b>0,12</b>	<b>№340-2004</b>
яйца	60	60							
молоко питьевое	23	23							

масло сливочное	2	2							
масло сливочное	5	5							
<b>Бутерброд с сыром</b>			<b>30/20</b>	<b>5,4</b>	<b>4,8</b>	<b>11,4</b>	<b>110</b>	<b>0,14</b>	<b>№3-2004</b>
хлеб пшеничный или батон нарезной	30	30							
сыр	21	20							
<b>Творожный продукт для детского питания из натуральных компонентов промышленного производства в индивидуальной упаковке ("Агуша" или "Тема" и т.д.)</b>	100	100	<b>100</b>	<b>3,2</b>	<b>5,4</b>	<b>10,5</b>	<b>103</b>	<b>0,49</b>	
<b>Кофейный напиток</b>			<b>200</b>	<b>3,9</b>	<b>2,5</b>	<b>18,0</b>	<b>110</b>	<b>0,50</b>	<b>№692-2004</b>
кофейный напиток	1,4	1,4							
сахар	15	15							
молоко питьевое	100	100							
<b>Хлеб пшеничный или хлеб витаминизированный</b>			<b>20</b>	<b>1,6</b>	<b>0,3</b>	<b>7,6</b>	<b>39</b>	<b>0,00</b>	
<b>2 завтрак</b>									
<b>Фрукт (бананы, апельсины, мандарины, груши, яблоки, киви, персики, абрикосы, сливы, черешня и т.д.)</b>			<b>180</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>18,0</b>	<b>74</b>	<b>12,00</b>	
<b>Обед</b>				<b>33,1</b>	<b>26,2</b>	<b>152,5</b>	<b>961</b>	<b>71,64</b>	
<b>Салат из свежих помидоров</b>			<b>80</b>	<b>0,9</b>	<b>5,1</b>	<b>6,0</b>	<b>74</b>	<b>19,60</b>	<b>№19-2004</b>
помидоры свежие грунтовые	90	76							
или помидоры свежие парниковые	78	76							
масло растительное	5	5							
<b>Суп картофельный с бобовыми с мясом с гречками с зеленью</b>			<b>350/10/30</b>	<b>6,4</b>	<b>6,5</b>	<b>47,8</b>	<b>275</b>	<b>7,70</b>	<b>№139-2004</b>
говядина полуфабрикат	19	16							
или говядина 1 категории	22	16							
фасоль или горох лущеный	25	25							
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	86	65							
01.11.-31.12. -30%	93	65							
01.01.-29.02 - 35%	100	65							
01.03 - 40%	109	65							
морковь - до 01.01 - 20%	17,5	14							
с 01.01 - 25%	18,6	14							
лук репчатый	17	14							
масло сливочное	8	8							
хлеб пшеничный для гренок	57	48							
зелень (петрушка, укроп)	4	3							
<b>Рыба припущенная</b>			<b>130</b>	<b>13,9</b>	<b>6,4</b>	<b>0,5</b>	<b>115</b>	<b>0,00</b>	<b>№371-2004</b>
горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	227	159							
или горбуша неразделанная (филе с кожей без костей)	273	159							
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	216	160							
или филе минтая промышленного производства	173	160							
или лосось неразделанный (филе с кожей без костей)	273	159							
лук репчатый	15	13							
<b>Соте из овощей</b>			<b>200</b>	<b>3,8</b>	<b>6,6</b>	<b>38,5</b>	<b>229</b>	<b>42,74</b>	<b>ТТК</b>
морковь - до 01.01 - 20%	66	53							
с 01.01 - 25%	70	53							
лук репчатый	27	23							
помидоры свежие парниковые	48	47							
или помидоры свежие грунтовые	55	47							
перец свежий	52	39							

капуста белокочанная свежая	96	77							
сахар	3	3							
масло растительное	10	10							
<b>Компот из свежих плодов</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0,2</b>	<b>21,1</b>	<b>87</b>	<b>1,60</b>	<b>№631-2004</b>
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	45,6	40							
или груши свежие (с удаленным семенным гнездом)	44,4	40							
сахар	15	15							
<b>Хлеб пшеничный или хлеб витаминизированный</b>			<b>40</b>	<b>3,3</b>	<b>0,6</b>	<b>15,2</b>	<b>63</b>	<b>0,00</b>	
<b>Хлеб ржаной</b>			<b>70</b>	<b>4,6</b>	<b>0,8</b>	<b>23,4</b>	<b>119</b>	<b>0,00</b>	
<b>Полдник</b>				<b>1,6</b>	<b>1,6</b>	<b>68,6</b>	<b>295</b>	<b>19,00</b>	
<b>Мучное изделие промышленного производства</b>			<b>90</b>	<b>1,5</b>	<b>1,6</b>	<b>46,6</b>	<b>207</b>	<b>0,00</b>	
или мучное изделие промышленного производства обогащенное витаминами и минералами									
<b>Соки овощные, плодовые и ягодные (рассчитана средняя пищевая ценность соков вырабатываемых российскими производителями в соответствии с "Химическим составом Российских продуктов питания" И. М. Скурихина)</b>			<b>200</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>22,0</b>	<b>88</b>	<b>19,00</b>	<b>№707-2004</b>
<b>Ужин</b>				<b>19,1</b>	<b>31,9</b>	<b>81,8</b>	<b>751</b>	<b>43,11</b>	
Огурец соленый	88	80	<b>80</b>	<b>0,5</b>	<b>0,0</b>	<b>1,5</b>	<b>8</b>	<b>7,84</b>	
или огурец свежий грунтовый	84	80							
или огурец свежий парниковый	82	80							
<b>Колбасные изделия отварные с маслом</b>			<b>100/5</b>	<b>6,5</b>	<b>20,5</b>	<b>0,9</b>	<b>214</b>	<b>0,00</b>	<b>№413-2004</b>
колбаса вареная или сосиски или сардельки высшего сорта	102	100							
масло сливочное	5	5							
<b>Картофельное пюре</b>			<b>200</b>	<b>4,3</b>	<b>6,0</b>	<b>28,8</b>	<b>186</b>	<b>33,90</b>	<b>№520-2004</b>
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	227	171							
01.11.-31.12. -30%	244	171							
01.01-29.02 - 35%	263	171							
01.03 - 40%	285	171							
молоко питьевое	32	32							
масло сливочное	5	5							
<b>Чай с медом</b>			<b>200/20</b>	<b>0,3</b>	<b>0,0</b>	<b>16,0</b>	<b>125</b>	<b>0,00</b>	<b>№685-2004</b>
чай - заварка	0,4	0,4							
мед	20	20							
<b>Хлеб ржаной</b>			<b>50</b>	<b>3,3</b>	<b>0,6</b>	<b>16,7</b>	<b>85</b>	<b>0,00</b>	
<b>Второй ужин</b>									
<b>Кисломолочный напиток 2,5% жирности (йогурт, снежок)</b>	206	200	<b>200</b>	<b>4,2</b>	<b>4,8</b>	<b>18,0</b>	<b>132</b>	<b>1,37</b>	<b>№698-2004</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>76,5</b>	<b>85,0</b>	<b>370,2</b>	<b>2595</b>	<b>147,00</b>	
<b>МЕНЮ</b>									
<b>10 день</b>									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав						№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Витамин С, мг	
<b>Завтрак</b>				<b>17,00</b>	<b>29,40</b>	<b>76,50</b>	<b>639</b>	<b>14,19</b>	
<b>Запеканка творожная с вареньем или джемом</b>			<b>80/30</b>	<b>9,5</b>	<b>15,6</b>	<b>27,4</b>	<b>288</b>	<b>0,89</b>	<b>№366-2004</b>
творог	77	75							
крупа манная	6	6							
или мука пшеничная	7	7							
сахар	7	7							

яйца	2,3	2,3								
масло сливочное для смазки листа	2,3	2,3								
сухари пшеничные	3,4	3,4								
сметана	2,7	2,7								
варенье или джем (без содержания искусственных красителей, консервантов и ароматизаторов)	30,2	30								
<b>Цикорий с молоком</b>			<b>200</b>	<b>2,2</b>	<b>2,4</b>	<b>15,6</b>	<b>93</b>	<b>1,30</b>	<b>№689-2004</b>	
Цикорий растворимый	1	1								
сахар	15	15								
молоко питьевое	100	100								
<b>Йогурт или кисломолочная продукция с добавлением лакто и бифидобактерий</b>			<b>90</b>	<b>3,3</b>	<b>2,7</b>	<b>5,6</b>	<b>60</b>	<b>0,00</b>		
<b>Бутерброд с маслом</b>			<b>20/10</b>	<b>1,6</b>	<b>8,7</b>	<b>9,9</b>	<b>124</b>	<b>0,00</b>	<b>№1-2004</b>	
хлеб пшеничный или батон нарезной	20	20								
масло сливочное или масло шоколадное	10	10								
<b>2 завтрак</b>										
<b>Фрукт (бананы, апельсины, мандарины, груши, яблоки, киви, персики, абрикосы, сливы, черешня и т.д.)</b>			<b>180</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>18,0</b>	<b>74</b>	<b>12,00</b>		
<b>Обед</b>				<b>28,5</b>	<b>26,8</b>	<b>139,2</b>	<b>941</b>	<b>26,86</b>		
<b>Салат "Венгерский"</b>			<b>80</b>	<b>0,9</b>	<b>5,0</b>	<b>3,5</b>	<b>63</b>	<b>19,60</b>	<b>ТТК</b>	
морковь нового урожая- до 01.01 - 20%	44	35								
с 01.01 - 25%	47	35								
помидоры свежие парниковые	31	30								
или помидоры свежие грунтовые	35	30								
перец свежий	16	12								
масло растительное	5	5								
<b>Рассольник "Домашний" со сметаной с зеленью</b>			<b>350/5</b>	<b>3,1</b>	<b>5,8</b>	<b>15,9</b>	<b>128</b>	<b>5,90</b>	<b>№131-2004</b>	
капуста белокочанная свежая	35	28								
или капуста цветная замороженная	39	38								
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	120	90								
01.11.-31.12. -30%	129	90								
01.01-29.02 - 35%	139	90								
01.03 - 40%	150	90								
морковь - до 01.01 - 20%	18	14								
с 01.01 - 25%	19	14								
лук репчатый	17	14								
огурцы соленые	28	25								
масло сливочное	8	8								
сметана	5	5								
зелень (петрушка, укроп)	4	3								
<b>Бефстроганов</b>			<b>100</b>	<b>10,5</b>	<b>10,5</b>	<b>1,6</b>	<b>143</b>	<b>1,20</b>	<b>№423-2004</b>	
говядина полуфабрикат	93	79								
или говядина 1 категории	107	79								
масло растительное	5	5								
лук репчатый	29	24								
мука пшеничная	4	4								
сметана	10	10								
вода питьевая	40	40								
<b>Макаронные изделия отварные</b>			<b>200</b>	<b>2,9</b>	<b>3,6</b>	<b>46,5</b>	<b>230</b>	<b>0,00</b>	<b>№332-2004</b>	
макаронные изделия	70	70								

масло сливочное	5	5								
<b>Компот из сухофруктов</b>			<b>200</b>	<b>0,7</b>	<b>0,1</b>	<b>21,7</b>	<b>120</b>	<b>0,16</b>	<b>№639-2004</b>	
сухофрукты	20	20								
сахар	15	15								
<b>Хлеб пшеничный или хлеб витаминизированный</b>			<b>70</b>	<b>5,7</b>	<b>1,0</b>	<b>26,6</b>	<b>138</b>	<b>0,00</b>		
<b>Хлеб ржаной</b>			<b>70</b>	<b>4,6</b>	<b>0,8</b>	<b>23,4</b>	<b>119</b>	<b>0,00</b>		
<b>Полдник</b>				<b>1,6</b>	<b>1,6</b>	<b>68,6</b>	<b>295</b>	<b>19,00</b>		
<b>Мучное изделие промышленного производства</b>			<b>90</b>	<b>1,5</b>	<b>1,6</b>	<b>46,6</b>	<b>207</b>	<b>0,00</b>		
<b>или мучное изделие промышленного производства обогащенное витаминами и минералами</b>										
<b>Соки овощные, плодовые и ягодные (рассчитана средняя пищевая ценность соков вырабатываемых российскими производителями в соответствии с "Химическим составом Российских продуктов питания" И. М. Скурихина)</b>			<b>200</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>22,0</b>	<b>88</b>	<b>19,00</b>	<b>№707-2004</b>	
<b>Ужин</b>				<b>29,4</b>	<b>27,2</b>	<b>88,6</b>	<b>704</b>	<b>16,46</b>		
<b>Нарезка из помидор и огурцов свежих</b>			<b>80</b>	<b>0,5</b>	<b>0,0</b>	<b>2,4</b>	<b>11</b>	<b>13,72</b>	<b>ТТК</b>	
помидоры свежие парниковые	41	40								
или помидоры свежие грунтовые	47	40								
огурцы свежие парниковые	41	40								
или огурцы свежие грунтовые	42	40								
<b>Плов из птицы или кролика</b>			<b>330</b>	<b>18,6</b>	<b>21,3</b>	<b>37,2</b>	<b>415</b>	<b>0,90</b>	<b>№492-2004</b>	
грудка куриная на кости (филе без кожи)	163	110								
или филе куриное	116	110								
или филе кролика	116	110								
масло растительное	8	8								
масса готовой курицы		80								
крупа рисовая	68	68								
морковь - до 01.01 - 20%	63	50								
с 01.01 - 25%	67	50								
лук репчатый	18	15								
<b>Чай с лимоном</b>			<b>200/5</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>15,3</b>	<b>58</b>	<b>0,80</b>	<b>№686-2004</b>	
чай - заварка	0,4	0,4								
сахар	15	15								
лимон	6	5								
<b>Хлеб ржаной</b>			<b>50</b>	<b>3,3</b>	<b>0,6</b>	<b>16,7</b>	<b>85</b>	<b>0,00</b>		
<b>Хлеб пшеничный или хлеб витаминизированный</b>			<b>20</b>	<b>1,6</b>	<b>0,3</b>	<b>7,6</b>	<b>31</b>	<b>0,00</b>		
<b>Второй ужин</b>										
<b>Молоко питьевое кипяченое (2,5% жирности)</b>			<b>200</b>	<b>5,2</b>	<b>5,0</b>	<b>9,4</b>	<b>103</b>	<b>1,04</b>	<b>№697-2004</b>	
молоко питьевое	210	200								
<b>или молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке</b>			<b>200</b>							
<b>ИТОГО</b>				<b>76,5</b>	<b>85,0</b>	<b>372,9</b>	<b>2579</b>	<b>76,51</b>		
<b>Меню</b>										
<b>11 день</b>										
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав						№ рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Витамин С, мг		
<b>Завтрак</b>				<b>17,1</b>	<b>27,4</b>	<b>93,6</b>	<b>689</b>	<b>14,11</b>		
<b>Каша "Ароматная" с маслом</b>			<b>250/10</b>	<b>6,1</b>	<b>9,4</b>	<b>29,5</b>	<b>227</b>	<b>0,70</b>	<b>ТТК</b>	
крупа пшено	25	25								



яйца	50	50								
мука пшеничная	2	2								
масло растительное	2	2								
<b>Капуста тушеная со сметаной и томатом</b>			<b>200</b>	<b>3,8</b>	<b>4,0</b>	<b>17,0</b>	<b>119</b>	<b>33,36</b>	<b>ТТК</b>	
капуста белокочанная свежая	256	205								
морковь - до 01.01 - 20%	30	24								
с 01.01 - 25%	32	24								
лук репчатый	14	12								
масло сливочное	6	6								
сметана	8	8								
томатная паста (без содержания красителей и консервантов)	5	5								
мука пшеничная	3	3								
вода питьевая	15	15								
<b>Отвар шиповника</b>			<b>200</b>	<b>0,7</b>	<b>0,4</b>	<b>22,0</b>	<b>94</b>	<b>85,00</b>	<b>№261-2001, Пермь</b>	
шиповник	25	25								
сахар	5	5								
<b>Хлеб пшеничный или хлеб витаминизированный</b>			<b>100</b>	<b>8,2</b>	<b>1,4</b>	<b>38,0</b>	<b>197</b>	<b>0,00</b>		
<b>Хлеб ржаной</b>			<b>70</b>	<b>4,6</b>	<b>0,8</b>	<b>23,4</b>	<b>119</b>	<b>0,00</b>		
<b>Полдник</b>				<b>2,7</b>	<b>4,1</b>	<b>60,0</b>	<b>288</b>	<b>19,01</b>		
<b>Пирог манный</b>			<b>90</b>	<b>2,6</b>	<b>4,1</b>	<b>38,0</b>	<b>199</b>	<b>0,01</b>	<b>ТТК</b>	
мука пшеничная	20	20								
крупа манная	20	20								
сахар	18	18								
масло сливочное	5	5								
сметана	20	20								
яйца	20	20								
натрий двууглекислый	1	1								
сахарная пудра	3	3								
масло растительное для смазки листа	0,5	0,5								
<b>Соки овощные, плодовые и ягодные (рассчитана средняя пищевая ценность соков вырабатываемых российскими производителями в соответствии с "Химическим составом Российских продуктов питания" И. М. Скурихина)</b>			<b>200</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>22,0</b>	<b>88</b>	<b>19,00</b>	<b>№707-2004</b>	
<b>Ужин</b>				<b>23,4</b>	<b>22,8</b>	<b>86,7</b>	<b>645,2</b>	<b>52,47</b>		
<b>Помидоры свежие или соленые</b>			<b>70</b>	<b>0,5</b>	<b>0,0</b>	<b>5,2</b>	<b>23</b>	<b>17,15</b>		
Помидоры свежие парниковые	71	70								
или помидоры свежие грунтовые	83	70								
или помидоры соленые	127	70								
<b>Биточки из говядины</b>			<b>100</b>	<b>9,1</b>	<b>11,1</b>	<b>9,0</b>	<b>172</b>	<b>0,05</b>	<b>№451-2004</b>	
говядина 1 категории	101	74								
или говядина полуфабрикат	87	74								
или фарш промышленного производства	74	74								
хлеб пшеничный	18	18								
молоко питьевое	18	18								
лук репчатый	7	6								
сухари пшеничные	10	10								
масло растительное	6	6								
<b>Картофельное пюре</b>			<b>200</b>	<b>4,3</b>	<b>6,0</b>	<b>28,8</b>	<b>186</b>	<b>33,90</b>	<b>№520-2004</b>	
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	227	171								

01.11.-31.12. -30%	244	171								
01.01-29.02 - 35%	263	171								
01.03 - 40%	285	171								
молоко питьевое	32	32								
масло сливочное	5	5								
<b>Чай с сахаром</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>10,9</b>	<b>44</b>	<b>0,00</b>	<b>№685-2004</b>	
чай - заварка	0,4	0,4								
сахар	12	12								
<b>Хлеб ржаной</b>			<b>40</b>	<b>2,6</b>	<b>0,5</b>	<b>13,4</b>	<b>68</b>	<b>0,00</b>		
<b>Хлеб пшеничный или хлеб витаминизированный</b>			<b>30</b>	<b>2,5</b>	<b>0,4</b>	<b>11,4</b>	<b>59</b>	<b>0,00</b>		
<b>Второй ужин</b>										
<b>Кисломолочный напиток 2,5% жирности (йогурт, снежок, бифидок, биокефир, биоряженка и др.)</b>	206	200	200	4,2	4,8	8,0	92	1,37	№698-2004	
<b>ИТОГО</b>			<b>80,7</b>	<b>85,0</b>	<b>370,2</b>	<b>2568</b>	<b>218,35</b>			
<b>МЕНЮ</b>										
<b>12 день</b>										
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры		
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		Витамин С, мг	
<b>Завтрак</b>			<b>23,6</b>	<b>31,0</b>	<b>91,3</b>	<b>739</b>	<b>21,02</b>			
<b>Каша пшеничная с маслом</b>			<b>250/10</b>	<b>6,4</b>	<b>9,9</b>	<b>31,1</b>	<b>239</b>	<b>0,30</b>	<b>№311-2004</b>	
крупка пшеничная	30	30								
молоко питьевое	140	140								
вода питьевая	87	87								
сахар	5	5								
соль йодированная	1,3	1,3								
масло сливочное	10	10								
<b>Омлет натуральный</b>			<b>80</b>	<b>9,0</b>	<b>8,7</b>	<b>1,8</b>	<b>122</b>	<b>0,12</b>	<b>№340-2004</b>	
яйца	60	60								
молоко питьевое	23	23								
масло сливочное	2	2								
<b>Бутерброд с колбасой и помидором свежим</b>			<b>30/20/20</b>	<b>3,9</b>	<b>7,9</b>	<b>15,2</b>	<b>148</b>	<b>4,90</b>	<b>№6-2004</b>	
колбаса полукопченая	21	20								
хлеб пшеничный	30	30								
помидор свежий парниковый	20,4	20								
или помидор свежий грунтовый	23,6	20								
<b>Шоколадный витаминизированный напиток "Несквик"</b>			<b>200</b>	<b>3,9</b>	<b>4,5</b>	<b>25,2</b>	<b>157</b>	<b>3,70</b>	<b>ТТК</b>	
сухой быстрорастворимый витаминизированный напиток "Несквик"	10	10								
молоко питьевое	210	200								
сахар	2	2								
<b>2 завтрак</b>										
<b>Фрукт (бананы, апельсины, мандарины, груши, яблоки, киви, персики, абрикосы, сливы, черешня и т.д.)</b>			<b>180</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>18,0</b>	<b>74</b>	<b>12,00</b>		
<b>Обед</b>			<b>28,4</b>	<b>28,9</b>	<b>145,4</b>	<b>954</b>	<b>20,46</b>			
<b>Салат из свежих огурцов с зеленым луком</b>			<b>80</b>	<b>0,5</b>	<b>5,0</b>	<b>6,5</b>	<b>73</b>	<b>9,80</b>	<b>№16-2004</b>	
огурцы свежие парниковые	67	66								
или огурцы свежие грунтовые	69	66								
лук зелёный	16,3	13								

масло растительное	5	5							
<b>Суп - пюре из картофеля с гренками с зеленью</b>			<b>350/30</b>	<b>3,8</b>	<b>6,1</b>	<b>34,2</b>	<b>207</b>	<b>9,11</b>	<b>№171-2004</b>
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	153	115							
01.11.-31.12. -30%	164	115							
01.01-29.02 - 35%	177	115							
01.03 - 40%	192	115							
морковь - до 01.01 - 20%	8,8	7							
с 01.01 - 25%	9,3	7							
лук репчатый	17	14							
мука пшеничная	7	7							
масло сливочное	8	8							
молоко питьевое	54	54							
хлеб пшеничный для гренок	57	48							
зелень (петрушка, укроп)	4	3							
<b>Говядина тушённая в сметанном соусе с овощами</b>			<b>100</b>	<b>9,9</b>	<b>11,0</b>	<b>5,3</b>	<b>160</b>	<b>0,15</b>	<b>№433-2004</b>
говядина 1 категории	107	79							
или говядина полуфабрикат	93	79							
масло растительное	5	5							
лук репчатый	11	9							
морковь - до 01.01 - 20%	8,8	7							
с 01.01 - 25%	9,3	7							
сметана	8	8							
зелень (петрушка, укроп)	3	2							
мука пшеничная	2,2	2,2							
<b>Гречка отварная вязкая</b>			<b>200</b>	<b>4,5</b>	<b>5,1</b>	<b>31,5</b>	<b>190</b>	<b>0,00</b>	<b>№302-2004</b>
крупа гречневая	50	50							
вода питьевая	160	160							
масло сливочное	5	5							
<b>Кисель из свежих ягод</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0,1</b>	<b>21,8</b>	<b>89</b>	<b>1,40</b>	<b>№640-2004</b>
смородина, или клюква, или брусника	25	24							
крахмал	7	7							
сахар	15	15							
<b>Хлеб пшеничный или хлеб витаминизированный</b>			<b>60</b>	<b>4,9</b>	<b>0,8</b>	<b>22,7</b>	<b>117</b>	<b>0,00</b>	
<b>Хлеб ржаной</b>			<b>70</b>	<b>4,6</b>	<b>0,8</b>	<b>23,4</b>	<b>119</b>	<b>0,00</b>	
<b>Полдник</b>				<b>1,6</b>	<b>1,6</b>	<b>68,6</b>	<b>295</b>	<b>19,00</b>	
<b>Мучное изделие промышленного производства</b>			<b>90</b>	<b>1,5</b>	<b>1,6</b>	<b>46,6</b>	<b>207</b>	<b>0,00</b>	
<b>или мучное изделие промышленного производства обогащенное витаминами и минералами</b>									
<b>Соки овощные, плодовые и ягодные (рассчитана средняя пищевая ценность соков вырабатываемых российскими производителями в соответствии с "Химическим составом Российских продуктов питания" И. М. Скурихина)</b>			<b>200</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>22,0</b>	<b>88</b>	<b>19,00</b>	<b>№707-2004</b>
<b>Ужин</b>				<b>22,9</b>	<b>23,5</b>	<b>64,9</b>	<b>622</b>	<b>9,30</b>	
<b>Яйцо отварное</b>			<b>40</b>	<b>4,8</b>	<b>4,1</b>	<b>0,3</b>	<b>57</b>	<b>0,00</b>	<b>№337-2004</b>
<b>Рыба в морковно-сухарной корочке</b>			<b>130</b>	<b>8,6</b>	<b>11,5</b>	<b>3,1</b>	<b>150</b>	<b>0,50</b>	<b>ТТК</b>
горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	194	129							
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	235	129							
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	174	129							
сухари пшеничные	8	8							
морковь - до 01.01 - 20%	19	15							



масло сливочное для смазки листа	1	1							
<b>Кофейный напиток</b>			<b>200</b>	<b>3,9</b>	<b>2,5</b>	<b>18,0</b>	<b>110</b>	<b>0,50</b>	<b>№692-2004</b>
кофейный напиток	1,4	1,4							
сахар	15	15							
молоко питьевое	100	100							
<b>Бутерброд с маслом</b>			<b>20/10</b>	<b>1,6</b>	<b>8,7</b>	<b>9,9</b>	<b>124</b>	<b>0,00</b>	<b>№1-2004</b>
хлеб пшеничный или батон нарезной	20	20							
масло сливочное или масло шоколадное	10	10							
<b>2 завтрак</b>									
<b>Фрукт (бананы, апельсины, мандарины, груши, яблоки, киви, персики, абрикосы, сливы, черешня и т.д.)</b>			<b>180</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>18,0</b>	<b>74</b>	<b>12,00</b>	
<b>Обед</b>				<b>36,7</b>	<b>36,0</b>	<b>133,2</b>	<b>1002</b>	<b>33,50</b>	
<b>Салат из белокочанной капусты с огурцом</b>			<b>80</b>	<b>1,0</b>	<b>5,0</b>	<b>2,9</b>	<b>61</b>	<b>21,27</b>	<b>№143-2004</b>
капуста белокочанная свежая нового урожая	50	40							
огурцы свежие парниковые	35	34							
или огурцы свежие грунтовые	36	34							
лук репчатый (бланшированный)	3,6	3							
или лук зелёный	3,8	3							
масло растительное	5	5							
<b>Суп - лапша домашняя с курицей с зеленью</b>			<b>350/25</b>	<b>6,9</b>	<b>6,8</b>	<b>19,6</b>	<b>167</b>	<b>0,20</b>	<b>№148-2004</b>
мука пшеничная	27	27							
яйца	5,6	5,6							
вода питьевая	7	7							
соль йодированная	0,7	0,7							
или лапша яичная промышленного производства	28	28							
морковь - до 01.01 - 20%	17,5	14							
с 01.01 - 25%	19	14							
лук репчатый	17	14							
курица потрошенная 1 категории	40	36							
масло сливочное	8	8							
зелень (петрушка, укроп)	4	3							
<b>Тефтели</b>			<b>100</b>	<b>10,8</b>	<b>11,5</b>	<b>9,1</b>	<b>183</b>	<b>0,30</b>	<b>№461-2004</b>
говядина 1 категории	86	63							
или говядина полуфабрикат	74	63							
или фарш промышленного производства	63	63							
хлеб пшеничный	13	13							
молоко питьевое или вода питьевая	20	20							
лук репчатый	39	33							
масло растительное	5	5							
масса припущенного лука		17							
мука пшеничная	7	7							
масло растительное	2	2							
<b>Соус томатный</b>			<b>50</b>	<b>0,4</b>	<b>1,7</b>	<b>2,7</b>	<b>28</b>	<b>0,00</b>	<b>№587-2004</b>
мука пшеничная	2	2							
вода питьевая	37,5	37,5							
масло сливочное	3	3							
морковь - до 01.01 - 20%	4	3							
с 01.01 - 25%	4	3							

лук репчатый	1,2	1							
томатная паста (без содержания красителей и консервантов)	5	5							
сахар	1	1							
<b>Овощи припущенные с маслом</b>			<b>200</b>	<b>4,6</b>	<b>8,6</b>	<b>21,4</b>	<b>182</b>	<b>10,23</b>	<b>№524-2004</b>
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	69	52							
01.11.-31.12. -30%	74	52							
01.01-29.02 - 35%	80	52							
01.03 - 40%	87	52							
морковь - до 01.01 - 20%	65	52							
с 01.01 - 25%	69	52							
лук репчатый	27	23							
капуста белокочанная свежая	75	60							
или капуста цветная замороженная	71	70							
масло сливочное	15	15							
<b>Компот "Здоровье"</b>			<b>200</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>16,1</b>	<b>66</b>	<b>1,50</b>	<b>ТТК</b>
клюква, или брусника	17,5	15							
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)	17,1	15							
сахар	15	15							
<b>Хлеб пшеничный или хлеб витаминизированный</b>			<b>100</b>	<b>8,2</b>	<b>1,4</b>	<b>38,0</b>	<b>197</b>	<b>0,00</b>	
<b>Хлеб ржаной</b>			<b>70</b>	<b>4,6</b>	<b>0,8</b>	<b>23,4</b>	<b>119</b>	<b>0,00</b>	
<b>Полдник</b>				<b>2,6</b>	<b>5,9</b>	<b>68,2</b>	<b>336</b>	<b>19,42</b>	
<b>Пирожок с курагой</b>			<b>90</b>	<b>2,5</b>	<b>5,9</b>	<b>46,2</b>	<b>248</b>	<b>0,42</b>	№12.9 - картотека блюд, 1997
мука пшеничная	35	35							
молоко питьевое	17	17							
сахар	4	4							
масло сливочное	6	6							
яйца	7	7							
дрожжи прессованные	1,4	1,4							
или дрожжи сухие	0,6	0,6							
соль йодированная	0,2	0,2							
<b>масса теста</b>		<b>70</b>							
курага	32	31							
вода питьевая	10	10							
сахар	5	5							
<b>масса фарша</b>		<b>35</b>							
масло растительное для смазки листа	0,5	0,5							
<b>Соки овощные, плодовые и ягодные (рассчитана средняя пищевая ценность соков вырабатываемых российскими производителями в соответствии с "Химическим составом Российских продуктов питания" И. М. Скурихина)</b>			<b>200</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>22,0</b>	<b>88</b>	<b>19,00</b>	<b>№707-2004</b>
<b>Ужин</b>				<b>24,3</b>	<b>19,0</b>	<b>85,8</b>	<b>608</b>	<b>22,31</b>	
<b>Салат "Живая сила"</b>			<b>80</b>	<b>1,0</b>	<b>5,0</b>	<b>5,3</b>	<b>70</b>	<b>6,43</b>	<b>ТТК</b>
морковь - до 01.01 - 20%	70	56							
с 01.01 - 25%	74	56							
<b>масса отварной моркови</b>		<b>55</b>							
яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом, очищенные от кожицы)	17	12							
сахар	2	2							
изюм	10,5	9							
масло растительное	5	5							

<b>Рыба запеченная</b>			<b>130</b>	<b>11,9</b>	<b>9,5</b>	<b>4,0</b>	<b>149</b>	<b>0,90</b>	<b>№377-2004</b>
горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	233	155							
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	282	155							
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	198	147							
или филе минтая промышленного производства	159	147							
или лосось неразделанный (филе без кожи без костей)	282	155							
масло растительное	6	6							
мука пшеничная	6	6							
<b>Сложный гарнир (картофель отварной, огурец свежий)</b>			<b>150/50</b>						
<b>Картофель отварной с маслом и зеленью</b>			<b>150/5</b>	<b>2,6</b>	<b>3,1</b>	<b>20,5</b>	<b>120</b>	<b>9,28</b>	<b>№203-2004</b>
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	200	150							
01.11.-31.12. -30%	215	150							
01.01-29.02 - 35%	231	150							
01.03 - 40%	251	150							
масло сливочное	5	5							
зелень (петрушка, укроп)	4	3							
<b>Огурцы свежие</b>			<b>50</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>1,2</b>	<b>6</b>	<b>4,90</b>	
огурцы свежие грунтовые	53	50							
или огурцы свежие парниковые	51	50							
<b>Чай с лимоном</b>			<b>200/5</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>15,3</b>	<b>58</b>	<b>0,80</b>	<b>№686-2004</b>
чай - заварка	0,4	0,4							
сахар	15	15							
лимон	6	5							
<b>Хлеб ржаной</b>			<b>50</b>	<b>3,3</b>	<b>0,6</b>	<b>16,7</b>	<b>85</b>	<b>0,00</b>	
<b>Хлеб пшеничный или хлеб витаминизированный</b>			<b>60</b>	<b>4,9</b>	<b>0,8</b>	<b>22,8</b>	<b>118</b>	<b>0,00</b>	
<b>Второй ужин</b>									
Кисломолочный напиток 2,5% жирности (йогурт, снежок, бифидок, биокефир, биоряженка и др.)	206	200	200	4,2	4,8	8,0	92	1,37	№698-2004
<b>ИТОГО</b>				<b>76,7</b>	<b>85</b>	<b>371,4</b>	<b>2552</b>	<b>88,45</b>	
<b>Меню</b>									
<b>14 день</b>									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав						№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Витамин С, мг	
<b>Завтрак</b>				<b>15,9</b>	<b>26,6</b>	<b>87,5</b>	<b>653</b>	<b>15,61</b>	
<b>Каша "Геркулес" с маслом</b>			<b>250/10</b>	<b>6,3</b>	<b>11,4</b>	<b>32,7</b>	<b>259</b>	<b>1,12</b>	<b>№311-2004</b>
крупка "Геркулес"	34	34							
молоко питьевое	136	136							
вода питьевая	89	89							
сахар	5	5							
соль йодированная	1,3	1,3							
масло сливочное	10	10							
Творожный продукт для детского питания из натуральных компонентов промышленного производства в индивидуальной упаковке ("Агуша" или "Тема" и т.д.)	100	100	100	3,2	5,4	10,5	103	0,49	
<b>Чай с молоком</b>			<b>200</b>	<b>2,8</b>	<b>2,8</b>	<b>13,5</b>	<b>90</b>	<b>0,00</b>	<b>№266-2001, Пермь</b>
чай - заварка	0,4	0,4							
сахар	12	12							

молоко питьевое	100	100								
<b>Бутерброд горячий</b>			<b>70</b>	<b>3,2</b>	<b>7,0</b>	<b>12,8</b>	<b>127</b>	<b>2,00</b>	<b>ТТК</b>	
хлеб пшеничный	30	30								
масло сливочное	5	5								
помидор свежий грунтовый	20,4	20								
или помидор свежий парниковый	23,6	20								
сыр тертый	16	15								
зелень (петрушка, укроп)	4,1	3								
<b>2 завтрак</b>										
<b>Фрукт (бананы, апельсины, мандарины, груши, яблоки, киви, персики, абрикосы, сливы, черешня и т.д.)</b>			<b>180</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>18,0</b>	<b>74</b>	<b>12,00</b>		
<b>Обед</b>				<b>31,1</b>	<b>28,3</b>	<b>140,4</b>	<b>941</b>	<b>14,27</b>		
<b>Салат "Полезный"</b>			<b>80</b>	<b>5,8</b>	<b>9,5</b>	<b>1,9</b>	<b>116</b>	<b>4,60</b>	<b>ТТК</b>	
яйцо куриное (1яйцо вареное разрезанное пополам)	40	40								
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	15	10								
морская капуста консервированная без уксуса	20	12								
лук репчатый	6	5								
или лук зеленый	6,25	5								
огурцы свежие грунтовые	16	15								
или огурцы свежие парниковые	15,3	15								
масло растительное	5	5								
<b>Свекольник со сметаной с зеленью</b>			<b>350/5</b>	<b>2,3</b>	<b>5,8</b>	<b>17,2</b>	<b>130</b>	<b>3,67</b>	<b>№35-2001, Пермь</b>	
свекла - до 01.01 - 20%	114	91								
с 01.01 - 25%	121	91								
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	73	55								
01.11.-31.12. -30%	79	55								
01.01-29.02 - 35%	85	55								
01.03 - 40%	92	55								
морковь - до 01.01 - 20%	18	14								
с 01.01 - 25%	19	14								
лук репчатый	14	12								
масло сливочное	8	8								
сахар	1,5	1,5								
томатная паста (без содержания искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	1,5	1,5								
сметана	5	5								
зелень (петрушка, укроп)	4	3								
<b>Мясо тушеное с картофелем и овощами</b>			<b>300</b>	<b>9,8</b>	<b>10,8</b>	<b>35,4</b>	<b>278</b>	<b>6,00</b>	<b>ТТК</b>	
говядина полуфабрикат	93	79								
или говядина 1 категории	107	79								
масло растительное	3	3								
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	219	165								
01.11.-31.12. -30%	236	165								
01.01-29.02 - 35%	254	165								
01.03 - 40%	276	165								
морковь - до 01.01 - 20%	31	25								
с 01.01 - 25%	33	25								
помидоры свежие парниковые	26	25								

или помидоры свежие грунтовые	30	25							
лук репчатый	24	20							
масло сливочное	8	8							
<b>Компот из изюма</b>			<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>24,5</b>	<b>100</b>	<b>0,00</b>	<b>№638-2004</b>
изюм	25	25							
сахар	10	10							
<b>Хлеб пшеничный или хлеб витаминизированный</b>			<b>100</b>	<b>8,2</b>	<b>1,4</b>	<b>38,0</b>	<b>197</b>	<b>0,00</b>	
<b>Хлеб ржаной</b>			<b>70</b>	<b>4,6</b>	<b>0,8</b>	<b>23,4</b>	<b>119</b>	<b>0,00</b>	
<b>Полдник</b>				<b>1,7</b>	<b>2,5</b>	<b>64,8</b>	<b>289</b>	<b>19,00</b>	
<b>Кондитерское изделие (кексы, рулеты с повидлом, бисквит без крема)</b>			<b>30</b>	<b>1,6</b>	<b>2,5</b>	<b>42,8</b>	<b>200</b>	<b>0,00</b>	
<b>или кондитерское изделие промышленного производства с содержанием витаминов и минералов</b>									
<b>Соки овощные, плодовые и ягодные (рассчитана средняя пищевая ценность соков вырабатываемых российскими производителями в соответствии с "Химическим составом Российских продуктов питания" И. М. Скурихина)</b>			<b>200</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>22,0</b>	<b>88</b>	<b>19,00</b>	<b>№707-2004</b>
<b>Ужин</b>				<b>27,8</b>	<b>27,8</b>	<b>77,5</b>	<b>671</b>	<b>38,84</b>	
<b>Шницель из говядины</b>			<b>100</b>	<b>9,9</b>	<b>11,3</b>	<b>7,8</b>	<b>173</b>	<b>0,53</b>	<b>№451-2004</b>
говядина 1 категории	101	74							
или говядина полуфабрикат	87	74							
или фарш промышленного производства	74	74							
хлеб пшеничный	18	18							
яйца	5	5							
молоко питьевое	19	19							
сухари пшеничные	10	10							
масло растительное	6	6							
<b>Капуста тушеная</b>			<b>200</b>	<b>2,7</b>	<b>5,1</b>	<b>15,1</b>	<b>117</b>	<b>38,30</b>	<b>№534-2004</b>
капуста белокочанная свежая	289	231							
морковь - до 01.01 - 20%	5,0	4							
с 01.01 - 25%	5	4							
томатная паста (без содержания искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов)	5	5							
лук репчатый	11	9							
мука пшеничная	2	2							
масло растительное	5	5							
сахар	2	2							
зелень (петрушка, укроп)	4	3							
<b>Чай с сахаром</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>10,9</b>	<b>44</b>	<b>0,00</b>	<b>№685-2004</b>
чай - заварка	0,4	0,4							
сахар	12	12							
<b>Кондитерское изделие промышленного производства в индивидуальной упаковке (зефир или мармелад, в том числе обогащенный витаминно-минеральным комплексом)</b>			<b>20</b>	<b>7,6</b>	<b>10,1</b>	<b>8,0</b>	<b>153</b>	<b>0,01</b>	
<b>Хлеб ржаной</b>			<b>50</b>	<b>3,3</b>	<b>0,6</b>	<b>16,7</b>	<b>85</b>	<b>0,00</b>	
<b>Хлеб пшеничный или хлеб витаминизированный</b>			<b>50</b>	<b>4,1</b>	<b>0,7</b>	<b>19,0</b>	<b>99</b>	<b>0,00</b>	
<b>Второй ужин</b>									
<b>Кисломолочный напиток 2,5% жирности (йогурт, снежок, бифидок, биокефир, биоряженка и др.)</b>	<b>206</b>	<b>200</b>	<b>200</b>	<b>4,2</b>	<b>4,8</b>	<b>8,0</b>	<b>92</b>	<b>1,37</b>	<b>№698-2004</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>76,5</b>	<b>85,2</b>	<b>370,2</b>	<b>2553</b>	<b>87,72</b>	
<b>ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 14 ДНЕЙ</b>				<b>76,9</b>	<b>85,2</b>	<b>370,6</b>	<b>2567</b>		
<b>Суточная потребность в пищевых веществах для детей с 11 лет и старше *</b>				<b>76,5</b>	<b>85</b>	<b>370,2</b>	<b>2550</b>		

---

\* - Таблица №1 СанПиН 2.4.4.3155-13 "Санитарно - эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы стационарных организаций отдыха и оздоровления детей"



