

или помидоры свежие грунтовые	53	45					
огурцы свежие парниковые	51	50					
или огурцы свежие грунтовые	53	50					
масло растительное	5	5					
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2					
Суп картофельный с мясом (р.133-2004)			250/20	5,8	5,2	16,5	136
говядина полуфабрикат	38	32					
или говядина 1 категории	44	32					
или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	32	32					
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	150	113					
01.11.-31.12. -30%	162	113					
01.01-29.02 - 35%	170	113					
01.03 - 40%	189	113					
морковь - до 01.01 - 20%	12,5	10					
с 01.01 - 25%	13	10					
лук репчатый	12	10					
масло сливочное	3	3					
Курица, запечённая под соусом(№494,595-2004)			90	12,8	15,2	0,2	189
курица потрошенная 1 категории	142	126					
или грудка куриная на кости	142	126					
или филе цыпленка бройлера (грудка без кости)	133	126					
масло растительное	5	5					
Соус молочный		30					
молоко питьевое	15	15					
мука пшеничная	2	2					
вода питьевая	15	15					
масло сливочное	1,5	1,5					
Рис припущенный с овощами на поджаривку(№512-2004)			150/20	2,6	3,2	36,2	184
крупка рисовая	53	53					
масло сливочное	5	5					
помидор свежий грунтовый	24	20					
или помидор свежий парниковый	20,4	20					

10

сахар	15	15					
лимон	6	5					
Обед			31,5	31,1	120,5	888	
Нарезка из огурцов свежих с маслом растительным (р.14/1-2011, Екатеринбург)			100	0,8	5,0	2,5	58
огурцы свежие грунтовые	100	95					
или огурцы свежие парниковые	97	95					
масло растительное на полив при подаче	5	5					
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2					
Суп гороховый с гречками с мясом (р.139-2004)			250/20/20	7,1	9,3	32	240
говядина полуфабрикат	38	32					
или говядина 1 категории	44	32					
или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	32	32					
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	13					
с 01.01 - 25%	17	13					
лук репчатый	12	10					
масло сливочное	5	5					
хлеб пшеничный	38	32					
Котлета рыбная по-домашнему (ТТК - Разработано АУ ТО "Центр технологического контроля")			100	13,4	10,6	6,8	176
горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	144	101					
или горбуша или кета неразделанная (филе с кожей без костей)	174	101					
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	136	101					
или сом неразделанный (филе без кожи и костей)	224	101					
или сом потрошенный с головой	202	101					
хлеб пшеничный	4	4					
лук репчатый	6	5					
молоко питьевое	5	5					
яйцо куриное	4	4					

30

Сок в ассортименте в индивидуальной упаковке			200	0,6	0,4	34,2	143
БИОВЕСТИН А (продукт функционального питания с высоким содержанием бифидобактерий)	10	10	10	0,4	0,06	0,4	4
ИТОГО:				67	60	263	1860
3 день							
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтрак				25,3	34,3	49,8	609,1
Омлет натуральный с маслом, подгарнировкой (р.340-2004)			250	14,5	22,5	7,1	289
яйцо куриное	120	120					
молоко питьевое	46	46					
масло сливочное для смазки листа	4	4					
масло сливочное на полив при подаче	5	5					
масса готового омлета с маслом		160					
Овощи на подгарнировку		90					
горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	139	90					
или кукуруза консервированная (после термической обработки)	150	90					
или огурцы свежие парниковые	92	90					
или огурцы свежие грунтовые	95	90					
Бутерброд с сыром и маслом (р.1, 3-2004)			30/5/15	6,7	8,4	15,9	166
хлеб пшеничный	30	30					
масло сливочное	5	5					
сыр	16	15					
Чай с молоком (р.630-1996)			200	2,8	3,2	20,1	120
чай - заварка	0,5	0,5					
молоко питьевое	100	100					
сахар	15	15					
Хлеб ржаной			20	1,3	0,2	6,7	34
Обед				30,0	27,1	117,4	834
Помидоры свежие с зеленью или луком зеленым и маслом растительным (р.71-2006, Москва)			100	1,1	5,2	3,7	66
помидоры свежие грунтовые	106	90					
или помидоры свежие парниковые	92	90					
зелень свежая (петрушка, укроп)	7	5					

42

Хлеб ржаной			60	4,0	0,7	20,0	102
Полдник				10,5	7,9	62,8	364
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			60	3,2	2,7	25,1	138
или Мучное изделие промышленного производства обогащенное витаминами и минералами			50				
Фрукты в ассортименте			200	2,1	0,2	30,5	132
Кисломолочный напиток (ряженка, кефир, ацидофилин, снежок (р.439-2006, Москва)	207	200	200	5,2	5,0	7,2	95
БИОВЕСТИН А (продукт функционального питания с высоким содержанием бифидобактерий)	10	10	10	0,4	0,06	0,4	4
ИТОГО:				66	69	230	1807
4 день							
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтрак				18,2	21,7	77,7	579
Суп молочный с макаронными изделиями (р.160-2004)			250	7,7	7,9	30,2	223
макаронные изделия	20	20					
вода питьевая	105	105					
молоко питьевое	125	125					
сахар	4	4					
соль йодированная	1	1					
масло сливочное	4	4					
Яйцо отварное (р.337-2004)			40	5,1	4,6	0,3	63
Бутерброд с маслом (р.1-2004)			30/10	2,3	8,3	14,5	142
хлеб пшеничный	30	30					
масло сливочное	10	10					
Чай с сахаром (р.685-2004)			200	0,2	0,0	15,0	61
чай - заварка	0,5	0,5					
сахар	15	15					
Батон или хлеб пшеничный			20	1,6	0,7	11,0	57
Хлеб ржаной			20	1,3	0,2	6,7	34
Обед				39,8	32,3	112,6	900
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным (р.14/1; 15/1-2011, Екатеринбург)			100	1,0	5,2	3,8	66
помидоры свежие парниковые	46	45					
или помидоры свежие грунтовые	53	45					

с 01.01 - 25%	51	38					
лук репчатый	12	10					
мука пшеничная	8	8					
сметана	7	7					
масло растительное	5	5					
Гречка вязкая отварная (р.510-2004)			165	4,9	4,4	22,0	147
крупа гречневая	41	41					
вода питьевая	132	132					
масло сливочное	5	5					
Компот из кураги + Витамин "С" (р.638-2004)			200	1,1	0,1	22,1	94
курага	25	25					
сахар	10	10					
Хлеб пшеничный			60	4,8	0,6	22,8	116
или Хлеб пшеничный витаминизированный			60				
Хлеб ржаной			60	4,0	0,7	20,0	102
Полдник				5,4	5,2	79,2	386
Пицца школьная (р.549-2013, Пермь)			100	4,9	5,8	30,2	193
масса теста		60					
мука пшеничная	39	39					
сахар	2,3	2,3					
масло сливочное	1,5	1,5					
соль йодированная	0,25	0,25					
дрожжи прессованные	0,8	0,8					
или дрожжи сухие	0,2	0,2					
молоко питьевое или вода	12	12					
масса начинки		55					
колбаса вареная (в том числе из мяса птицы) или колбаса полукопченая	21	20					
помидоры свежие парниковые	20,4	20					
или помидоры свежие грунтовые	24	20					
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	5	5					
сыр	11	10					
яйцо куриное для смазки изделия	1,5	1,5					

52

зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2					
Борщ с капустой и картофелем, с мясом, со сметаной (р.110-2004)			250/20/5	5,4	5,7	15,6	135
говядина полуфабрикат	38	32					
или говядина 1 категории	44	32					
или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	32	32					
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%	16,3	13					
с 01.01 - 25%	17,3	13					
лук репчатый	12	10					
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	6	6					
или томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	2,6	2,6					
масло сливочное	5	5					
сахар	0,5	0,5					
сметана	5	5					
Рыба запечённая с маслом (р.377-2004)			100/5	16,3	10,9	3,9	179
горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	170	119					
или горбуша или кета неразделанная (филе с кожей без костей)	205	119					
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	153	113					
или сом неразделанный (филе без кожи и костей)	264	119					
или сом потрошенный с головой	238	119					
сухари пшеничные	12	12					
масло растительное	6	6					
масло сливочное	5	5					
Картофельное пюре (р.520-2004)			180	3,8	5,3	26,7	170

60

7a

хлеб пшеничный	30	30					
масло сливочное	10	10					
сыр	6	5					
Кофейный напиток (№692-2004)			200	3,2	3,1	19,0	117
кофейный напиток	1,5	1,5					
сахар	15	15					
молоко питьевое	130	130					
Обед				33,0	31,2	110,1	852,6
Помидоры свежие с зеленью или луком зеленым и маслом растительным (р.71-2006, Москва)			100	1,1	5,2	3,7	66
помидоры свежие грунтовые	106	90					
или помидоры свежие парниковые	92	90					
зелень свежая (петрушка, укроп)	7	5					
или лук зеленый	6	5					
масло растительное на полив при подаче	5	5					
Суп с макаронными изделиями с курицей (р.147-2004)			250/15	8,1	7,8	14,2	159
курица потрошенная 1 категории	45	40					
Масса отварной птицы		15					
макаронные изделия	20	20					
морковь - до 01.01 - 20%	15	12					
с 01.01 - 25%	13	10					
лук репчатый	12	10					
масло сливочное	4	4					
бульон	240	240					
Котлета из говядины с маслом (№451-2004)			100/5	14,6	11,2	11,4	205
говядина 1 категории	101	74					
или говядина п/ф	87	74					
или говядина гуляш	67	74					
или фарш промышленного производства	67	74					
лук репчатый	7	6					
хлеб пшеничный	18	18					
молоко питьевое	19	19					
сухари	10	10					

80

Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			60	2,5	3,1	27,2	147
или Мучное изделие промышленного производства обогащенное витаминами и минералами			60				
Фрукты в ассортименте			200	1,6	0,3	14,0	65
Сок в ассортименте в индивидуальной упаковке			200	0,6	0,4	34,2	143
БИОВЕСТИН А (продукт функционального питания с высоким содержанием бифидобактерий)	10	10	10	0,4	0,06	0,4	4
ИТОГО:				59	62	255	1815
7 день							
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтрак				15,4	17,0	94,6	592
Суп молочный с крупой (р.164-2013)			250	6,0	6,5	20,7	165
хлопья овсяные "Геркулес"	20	20					
или ячневая, или пшено,или гречневая	20	20					
или рисовая ,или манная,	15	15					
вода питьевая	75	75					
молоко питьевое	175	175					
сахар	2	2					
соль йодированная	0,3	0,3					
масло сливочное	3	3					
Бутерброд с маслом (р.1-2004)			30/10	2,3	8,3	14,5	142
хлеб пшеничный	30	30					
масло сливочное	10	10					
Чай с лимоном (р.686-2004)			200/5	0,1	0,0	15,2	59
чай - заварка	0,5	0,5					
сахар	15	15					
лимон	6	5					
Батон или хлеб пшеничный			50	4,0	1,8	27,5	142
Хлеб ржаной			50	3,0	0,5	16,8	85
Обед				29,7	31,9	122,3	895
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным (р.14/1; 15/1-2011, Екатеринбург)			100	1,0	5,2	3,8	66
помидоры свежие парниковые	46	45					
или помидоры свежие грунтовые	53	45					

Компот из изюма + Витамин "С" (р.638-2004)			200	0,4	0,0	25,9	105
изюм	25	25					
сахар	10	10					
Хлеб пшеничный			60	4,8	0,6	22,8	116
или Хлеб пшеничный витаминизированный			60				
Хлеб ржаной			50	3,3	0,6	16,7	85
Полдник				8,1	2,1	82	378
Сдоба обыкновенная (р.766-2004)			60	5,6	1,8	37,9	190
мука пшеничная	43	43					
мука пшеничная на подпыл	1,8	1,8					
сахар	5	5					
яйцо куриное	3,5	3,5					
масло сливочное	1,4	1,4					
соль йодированная	0,7	0,7					
масло сливочное (для разделки)	1,8	1,8					
яйцо куриное (для смазки)	1,7	1,7					
дрожжи прессованные	1	1					
или дрожжи сухие	0,2	0,2					
молоко или вода питьевая	20	20					
масло растительное для смазки листа	1	1					
или							
Булочка промышленного производства			60				
Сок в ассортименте в индивидуальной упаковке			200	0,8	0,0	29,8	122
Фрукты в ассортименте			200	1,6	0,3	14,0	65
БИОВЕСТИН А (продукт функционального питания с высоким содержанием бифидобактерий)	10	10	10	0,4	0,06	0,4	4
ИТОГО:				53	51	299	1865
8 день							
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтрак				34,6	25,9	66,4	638
Пудинг из творога со сгущенным молоком (р.362-2004)			200	25,7	18,6	31,8	398
творог	148	147					

90

10a

морковь - до 01.01 - 20%	19	15					
с 01.01 - 25%	20	15					
лук репчатый	18	15					
горошек зелёный консервированный	28	18					
масло сливочное	5	5					
сметана	5	5					
Биточки рыбные (р.388-2004)			100	14,3	10,8	18,2	227
горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	136	95					
или кета или горбуша неразделанная (филе с кожей без костей)	163	95					
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	128	95					
или сом неразделанный (филе без кожи и костей)	211	95					
или сом потрошенный с головой	190	95					
хлеб пшеничный	5	5					
лук репчатый	10	8					
молоко питьевое	10	10					
яйцо куриное	4	4					
сухари	10	10					
масло растительное	4	4					
Сложный гарнир (картофель отварной, капуста тушеная или кабачки припущенные)			50/150				
Картофель отварной с маслом (р.203-2004)			50	1,2	3,7	7,9	70
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					
масса вареного картофеля		47					
масло сливочное	5	5					
Капуста тушеная (р.534-2004)			150	3,5	4,4	13,4	106
капуста свежая белокочанная	216	173					
морковь - до 01.01 - 20%	12,5	10					
с 01.01 - 25%	13	10					
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	4	4					

масло сливочное	5	5					
масса готового омлета с маслом		160					
Овощи на поджаривку		90					
помидоры свежие парниковые	92	90					
или помидоры свежие грунтовые	106	90					
или кукуруза консервированная (после термической обработки)	150	90					
или горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	139	90					
Бутерброд с колбасой вареной или полукопченой (р.7, 8-2006, Москва)			30/30	8,2	10,0	13,8	178
хлеб пшеничный	30	30					
колбаса вареная (в том числе из мяса птицы) или колбаса полукопченая	31	30					
Какао с молоком (р.642-1996)			200	3,8	3,7	18,1	121
какао - порошок	3	3					
молоко питьевое	130	130					
сахар	15	15					
Хлеб ржаной			20	1,3	0,2	6,7	34
Обед				32,7	33,7	115,0	894
Помидоры свежие с зеленью или луком зеленым и маслом растительным (р.71-2006, Москва)			100	1,1	5,2	3,7	66
помидоры свежие грунтовые	106	90					
или помидоры свежие парниковые	92	90					
зелень свежая (петрушка, укроп)	7	5					
или лук зеленый	6	5					
масло растительное на полив при подаче	5	5					
Борщ украинский с мясом со сметаной (р.113-2004)			250/20/5	5,7	7,1	16,7	154
говядина 1 категории	44	32					
или говядина полуфабрикат	38	32					
или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	32	32					
свекла до 01.01 -20%	38	30					
с 01.01 - 25%	40	30					
капуста свежая белокочанная	25	20					
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	53	40					
01.11.-31.12. -30%	57	40					
01.01-29.02 - 35%	62	40					

110-

Хлеб пшеничный			20	1,6	0,2	7,6	39
или Хлеб пшеничный витаминизированный			20				
Хлеб ржаной			60	4,0	0,7	20,0	102
Полдник				10,0	9,6	63,4	380
Булочное изделие промышленного производства в ассортименте			60	2,7	4,4	25,7	153
или							
Булочка "Нежная" (р.560-2013, Пермь)			60	4,1	6,4	30,5	196
масса теста		67					
мука пшеничная	38	38					
сахар	7	7					
масло сливочное	8	8					
соль йодированная	0,4	0,4					
дрожжи прессованные	1,4	1,4					
или дрожжи сухие	0,4	0,4					
молоко питьевое или кефир	14	14					
яйцо куриное	4	4					
крошка							
мука пшеничная	1,3	1,3					
масло сливочное	1,3	1,3					
масло сливочное для смазки изделия	1,3	1,3					
масло растительное для смазки листа	1	1					
Кисломолочный напиток (ряженка, кефир, ацидофилин, снежок (р.439-2006, Москва)	207	200	200	5,2	5,0	7,2	95
Фрукты в ассортименте			200	2,1	0,2	30,5	132
БИОВЕСТИН А (продукт функционального питания с высоким содержанием бифидобактерий)	10	10	10	0,4	0,06	0,4	4
ИТОГО:				70	80	224	1896
10 день							
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтрак				17,0	21,4	83,2	593
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая с маслом (р.311-2004)			200/5	6,7	8,7	27,3	214
хлопья овсяные "Геркулес"	31	31					
молоко питьевое	176	176					

120

130

масло сливочное	5	5					
сметана	5	5					
ИЛИ							
Рассольник ленинградский с мясом со сметаной (р.64-2001, Пермь)			250/20/5	6,2	5,7	20,1	157
говядина полуфабрикат	38	32					
или говядина 1 категории	44	32					
или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	32	32					
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	100	75					
01.11.-31.12. -30%	107	75					
01.01-29.02 - 35%	116	75					
01.03 - 40%	125	75					
крупы (перловая, или пшеничная, или овсяная)	5	5					
морковь - до 01.01 - 20%	12,5	10					
с 01.01 - 25%	13	10					
огурцы соленые (без уксуса)	27,3	15					
лук репчатый	6	5					
масло сливочное	5	5					
сметана	5	5					
Колбасные изделия отварные с соусом (р.413-2004)			100	7,4	12,5	2,3	151
сосиски молочные или колбаса вареная, в т.ч. куриная	57	55					
соус сметанный с томатом (р.601-2004):		50					
сметана	10	10					
мука пшеничная	3,8	3,8					
вода питьевая	40	40					
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	3	3					
или томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	1,2	1,2					
Гречка вязкая отварная (р.510-2004)			165	4,9	4,4	22,0	147
крупы гречневая	41	41					
вода питьевая	132	132					
масло сливочное	5	5					
Сок в ассортименте в индивидуальной упаковке			200	0,8	0,0	29,8	122

Чай с лимоном (р.686-2004)			200/5	0,1	0,0	15,2	59
чай - заварка	0,5	0,5					
сахар	15	15					
лимон	6	5					
Батон или хлеб пшеничный			50	4,0	1,8	27,5	142
Хлеб ржаной			20	1,3	0,2	6,7	34
Обед				34	36	108	886
Салат из свежих овощей (р.1-1992, Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий национальных кухонь народов России. Северо-Осетинская кухня)			100	0,8	5,0	2,5	58
помидоры свежие парниковые	41	40					
или помидоры свежие грунтовые	47	40					
огурцы свежие грунтовые	32	30					
или огурцы свежие парниковые	31	30					
редис красный обрезной	27	25					
или перец сладкий	33	25					
масло растительное на полив при подаче	5	5					
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2					
Уха ростовская (р.119-2006, Москва)			250/60	11,4	9,3	16,5	195
горбуша потрошенная с головой (филе с кожей без костей)	103	72					
или горбуша неразделанная (филе с кожей без костей)	124	72					
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	101	75					
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					
или томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	4	4					
масло сливочное	5	5					

140

150-

сахар	1	1					
масло сливочное	5	5					
соль йодированная	0,9	0,9					
натрий двууглекислый	1	1					
масло растительное для смазки листа	3	3					
масло сливочное	10	10					
или мед	10	10					
ИЛИ							
Булочка промышленного производства			70				
Кисель из концентрата (р.591-1996)			200	0,4	0,0	20,1	82
кисель из концентрата на натуральных плодово-ягодных экстрактах (без искусственных ароматизаторов и красителей) или кисель "Валитек"	20	20					
Фрукты в ассортименте			200	1,0	0,3	24,2	104
ИТОГО:				58	56	291	1896
12 день							
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтрак				19,9	23,3	85,2	629,7
Каша рисовая жидкая с маслом (р.311-2004)			200/5	7,8	8,8	32,7	241
крупа рисовая	30	30					
молоко питьевое	176	176					
сахар	4	4					
соль йодированная	1	1					
масло сливочное	5	5					
Бутерброд с сыром и маслом (р.1,3-2004)			30/10/15	6,9	10,2	15,9	183
хлеб пшеничный	30	30					
масло сливочное	10	10					
сыр	16	15					
Чай с молоком (р.630-1996)			200	2,8	3,2	20,1	120
чай - заварка	0,5	0,5					
молоко питьевое	100	100					
сахар	15	15					

или сом потрошенный с головой	180	90					
лук репчатый	24	20					
молоко питьевое	8	8					
яйцо куриное	4	4					
сухари	12	12					
масло растительное	4	4					
ИЛИ							
Шницель рыбный из полуфабриката промышленного производства, запечённые (р.388-2004)			100	13,4	10,6	6,8	176
шницель рыбный из полуфабриката промышленного производства	122	122					
масло растительное	4	4					
Картофельное пюре (р.520-2004)			180	3,8	5,3	26,7	170
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	205	154					
01.11.-31.12. -30%	220	154					
01.01-29.02 - 35%	237	154					
01.03 - 40%	257	154					
молоко питьевое	30	30					
масло сливочное	6	6					
Сок в ассортименте в индивидуальной упаковке			200	0,8	0,0	29,8	122
Фрукты в ассортименте			200	1,9	0,4	16,8	79
Хлеб пшеничный			20	1,6	0,2	7,6	39
или Хлеб пшеничный витаминизированный			20				
Хлеб ржаной			50	3,3	0,6	16,7	85
Полдник				11,4	16,4	47,0	381
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте			60	3,2	2,7	25,1	138
или Мучное изделие промышленного производства обогащенное витаминами и минералами			60				
ИЛИ							
Штрудель яблочный (ТТК - Разработано АУ ТО "Центр технологического контроля")			60	2,5	5,1	35,0	196
тесто слоеное промышленного производства	48	48					
мука пшеничная на подпыл	2	2					
начинка:							
яблоки свежие (очищенные от кожицы с удаленным семенным гнездом)	36	25					
лимон для сока	9,5	4					

170

Нарезка из свежих овощей с маслом растительным (р.14/1; 15/1-2011, Екатеринбург)			100	1,0	5,2	3,8	66
помидоры свежие парниковые	46	45					
или помидоры свежие грунтовые	53	45					
огурцы свежие парниковые	51	50					
или огурцы свежие грунтовые	53	50					
масло растительное	5	5					
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2					
Суп картофельный с мясными фрикадельками (р.137-2004)			250/50	5,8	5,2	16,5	136
говядина 1 категории	79	58					
или говядина полуфабрикат	68	58					
или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	58	58					
или фарш промышленного производства	58	58					
лук репчатый	6,0	5					
вода питьевая	5	5					
яйцо куриное	4	4					
масса готовых фрикаделек (р.112-2004)		50					
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	133	100					
01.11.-31.12. -30%	143	100					
01.01-29.02 - 35%	150	100					
01.03 - 40%	167	100					
морковь - до 01.01 - 20%	12,5	10					
с 01.01 - 25%	13,3	10					
лук репчатый	12	10					
масло сливочное	5	5					
Рагу из курицы (р.489-2004)			250	19,6	18,3	29,1	360
курица потрошенная 1 категории	164	146					
или грудка куриная на кости	152	146					
масло растительное	4	4					
масса готовой курицы (порционный кусочек)		100					
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	67	50					
01.11.-31.12. -30%	72	50					
01.01-29.02 - 35%	77	50					

масло сливочное	5	5					
Бутерброд с сыром (р.3-2004)			30/10	5,4	3,6	14,5	112
хлеб пшеничный	30	30					
сыр	11	10					
Яйцо отварное (р.337-2004)			40	5,1	4,6	0,3	63
Чай с лимоном (р.686-2004)			200/5	0,1	0,0	15,2	59
чай - заварка	0,5	0,5					
сахар	15	15					
лимон	6	5					
Батон или хлеб пшеничный			20	1,6	0,7	11,0	57
Хлеб ржаной			20	1,3	0,2	6,7	34
Обед				36,9	28,8	120,7	890
Нарезка из огурцов свежих с маслом растительным (р.14/1-2011, Екатеринбург)			100	0,8	5,0	2,5	58
огурцы свежие грунтовые	100	95					
или огурцы свежие парниковые	97	95					
масло растительное на полив при подаче	5	5					
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2					
или							
Салат "Сахалинский" (р.107-2006, Екатеринбург)			100	0,9	5,5	2,8	64
огурцы свежие грунтовые	76	72					
или огурцы свежие парниковые	73	72					
капуста морская консервированная без уксуса	34	20					
лук репчатый	6	5					
масло растительное на полив при подаче	5	5					
зелень свежая (петрушка, укроп)	2,7	2					
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом, со сметаной (р.124-2004)			250/20/5	5,1	6,3	8,5	111
говядина 1 категории	44	32					
или говядина полуфабрикат	38	32					
или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	32	32					
капуста свежая белокочанная	63	50					
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	40	30					
01.11.-31.12. -30%	43	30					

180

01.03 - 40%	84	50					
масса вареного картофеля		47					
масло сливочное	5	5					
Капуста тушеная (р.534-2004)			150	3,5	4,4	13,4	106
капуста свежая белокочанная	216	173					
морковь - до 01.01 - 20%	12,5	10					
с 01.01 - 25%	13	10					
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	4	4					
или томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	1,6	1,6					
лук репчатый	10	8					
мука пшеничная	1,8	1,8					
масло растительное	6	6					
ИЛИ							
Кабачки припущенные (р.524-2004)			150	3,5	4,4	13,4	106
кабачки свежие	273	183					
масса припущенных кабачков		145					
масло сливочное	5	5					
мука пшеничная	2,3	2,3					
Сок в ассортименте в индивидуальной упаковке			200	0,2	0,0	18,1	73
Хлеб пшеничный			50	4,0	0,5	19,0	97
или Хлеб пшеничный витаминизированный			50				
Хлеб ржаной			70	4,6	0,8	23,4	120
Полдник				10,0	9,6	63,4	380
Булочное изделие промышленного производства в ассортименте			60	2,7	4,4	25,7	153
ИЛИ							
Слойка "Уральская" (р.571-2013, Пермь)			60	4,3	5,2	36,0	208
тесто слоеное промышленного производства	70	70					
мука пшеничная на подпыл	1,5	1,5					
сахар для посыпки изделия	5,6	5,6					
яйцо куриное для смазки изделия	5	5					
масло растительное для смазки листа	1	1					

Да