

ТАБЛИЦА ЗАМЕНЫ ПИЩЕВОЙ ПРОДУКЦИИ В ГРАММАХ (НЕТТО) С УЧЕТОМ ИХ ПИЩЕВОЙ ЦЕННОСТИ

Вид пищевой продукции	Масса, г	Вид пищевой продукции - заменитель	Масса, г
Говядина	100	Мясо кролика	96
		Печень говяжья	116
		Мясо птицы	97
		Рыба (треска)	125
		Творог с массовой долей жира 9%	120
		Баранина 2 кат.	97
		Конина 1 кат.	104
		Мясо лося (мясо с ферм)	95
		Оленина (мясо с ферм)	104
		Консервы мясные	120
Молоко питьевое с массовой долей жира 3,2%	100	Молоко питьевое с массовой долей жира 2,5%	100
		Молоко сгущенное (цельное и с сахаром)	40
		Сгущено-вареное молоко	40
		Творог с массовой долей жира 9%	17
		Мясо (говядина 1 кат.)	14
		Мясо (говядина 2 кат.)	17
		Рыба (треска)	17,5
		Сыр	12,5
		Яйцо куриное	22
Творог с массовой долей жира 9%	100	Мясо говядина	83
		Рыба (треска)	105
Яйцо куриное	41	Творог с массовой долей жира 9%	31
		Мясо (говядина)	26
		Рыба (треска)	30
		Молоко цельное	186
		Сыр	20
Рыба (треска)	100	Мясо (говядина)	87
		Творог с массовой долей жира 9%	105

Картофель	100	Капуста белокочанная	111
		Капуста цветная	80
		Морковь	154
		Свекла	118
		Бобы (фасоль), в том числе консервированные	33
		Горошек зеленый	40
		Горошек зеленый консервированный	64
		Кабачки	300
Фрукты свежие	100	Фрукты консервированные	200
		Соки фруктовые	133
		Соки фруктовые – ягодные	133
		Сухофрукты:	
		Яблоки	12
		Чернослив	17
		Курага	8
		Изюм	22

Суммарные объемы блюд по приемам пищи для детей с 7 до 11 лет (не менее)

Приложение №9, таблица 3 к СанПин 2.3/2.4.3590-20	Завтрак, грамм	Обед, грамм	Полдник, грамм
		500	700
1 день	580	850	365
2 день	555	835	410
3 день	645	870	390
4 день	605	890	400
5 день	505	855	410
6 день	595	815	300
7 день	595	850	360
8 день	595	880	365
9 день	690	860	380
10 день	580	820	370
11 день	655	930	360
12 день	595	820	300
13 день	630	820	355
14 день	510	815	410
15 день	630	850	365

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

**Расход соли и специй
при приготовлении блюд и изделий**

Блюда	Наименование специй	
	Соль, г	Лавровый лист, г
1	2	5
1. Холодные блюда (на порцию)	2—3	0,01
2. Супы (на 1000 г) ¹	6—10	0,04
3. Блюда из овощей (варка) на 1 л воды	10	—
4. Блюда из круп (на 1 кг крупы)		
гречневая каша:		
рассыпчатая из ядрицы	21	—
вязкая	40	—
пшенная каша:		
рассыпчатая	25	—
вязкая	40	—
рисовая каша:		
рассыпчатая	28	—
вязкая	45	—
перловая каша:		
рассыпчатая	30	—
вязкая	45	—
овсяная каша вязкая	40	—
манная каша вязкая	45	—
кукурузная каша:		
рассыпчатая	30	—
вязкая	35	—
5. Блюда из бобовых (на 1 порцию отварных бобов)	3—4	—
6. Блюда из макаронных изделий (варка) на 1 кг изделий	30	—
7. Блюда из яиц (на 1 шт.)	0,25	—
8. Блюда из творога (на 1 кг)	10	—
9. Блюда из рыбы и морепродуктов (на 1 порцию)	3	0,01
10. Блюда из мяса (на 1 порцию)	4	0,02
11. Блюда из сельскохозяйственной птицы (на 1 порцию)	3—5	0,02

¹ Норма закладки соли в молочных супах — 6 г на 1000 г.

НАКОПИТЕЛЬНАЯ ВЕДОМОСТЬ к меню № 15-ЛДП/3590-20/100 от 29 марта 2021 г для питания детей в лагере дневного пребывания с 7 до 11 лет (завтрак, обед, полдник)

№	Продукты	Норма питания в г., мл, нетто на 1 ребенка в сутки	Норма в день, г, мл, нетто, прием пищи - завтрак, обед, полдник (+10%)	Фактически получено г, мл, **															Факт в день, г, мл,	% выполнения	
				Дни																	
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
1	Хлеб ржаной	80	64	50	70	60	60	50	90	70	70	50	70	80	70	80	70	980	65,3	102	
2	Хлеб пшеничный ***	150	143	158	142	166	90	164	220	100	151	170	99	100	210	140	182	2226	148,4	104	
3	Мука пшеничная	15	15	0	56	16	51	0	2	10	24	5	12	2	0	10	21	227	15,1	101	
4	Крупы, бобовые	45	36	70	21	0	68	39	20	29	10	38	49	34	73	6	45	527	35,1	98	
5	Макаронные изделия	15	14	0	0	64	0	0	12	64	0	0	0	0	0	75	0	215	14,3	101	
6	Картофель	187	112	75	250	35	168	252	75	50	182	112	72	229	43	82	25	1650	110,0	98	
7	Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соленые и квашеные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-пюре, зелень	280	196	161	261	175	141	150	422	185	153	195	333	97	220	205	234	3052	203,5	104	
8	Фрукты свежие	185	148	150	130	105	150	150	150	135	150	105	150	130	190	205	135	220	148,0	100	
9	Сухофрукты	15	12,8	0	25	25	20	0	0	25	0	20	0	25	0	20	30	190	12,7	99	
10	Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные***	200	169	200	200	200	0	200	200	200	200	0	200	200	200	0	200	2400	160,0	95	
11	Сахар (в т.ч. для приготовления блюд и напитков, в случае использования пищевой продукции промышленного выпуска, содержащих сахар, выдана сахара должна быть уменьшена в зависимости от его содержания в используемой готовой пищевой продукции)	30	28	15	38	27	29	14	38	33	29	22	42	28	34	33	22	430	28,6	104	
12	Кондитерские изделия	10	10	0	0	0	0	50	0	30	0	30	0	30	0	0	0	140	9,3	98	
13	Какао	1	1,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0	15	1,0	100	
14	Кофейный напиток	2	1,7	0,0	5,0	0,0	0,0	5,0	0,0	0,0	5,0	0,0	0,0	5,0	0,0	0,0	5,0	25	1,7	98	
15	Чай	1	0,9	1,0	0,0	1,0	0,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	2,0	1,0	13	0,9	102	
16	Мясо 1 категории	70	53	76	105	128	0	24	81	78	24	24	85	0	103	24	0	752	50,1	95	
17	Птица (цыплята-бройлеры потрошенные - 1 кат.)	35	30	40	0	0	134	0	40	0	0	0	40	70	0	0	100	448	29,9	99	
18	Субпродукты (печень, язык, сердце)	30	9	0	0	0	0	0	0	0	0	134	0	0	0	0	0	134	8,9	99	
19	Рыба (филе), в т.ч. филе слабо или малосоленое	58	44	0	0	0	100	119	0	0	84	0	0	126	0	105	0	653	43,5	100	
20	Молоко	300	255	296	182	120	399	321	390	246	163	160	302	316	287	0	338	314	255,6	100	
21	Кисломолочная пищевая продукция	150	105	125	0	200	125	200	0	125	125	200	0	200	0	125	0	1550	103,3	98	
22	Творог (5%-9% м.д.ж.)	50	43	0	0	172	0	0	0	0	172	0	139	0	0	0	184	667	44,5	105	
23	Сметана	10	9	5	0	25	0	5	0	5	27	18	12	0	5	0	20	121	8,1	95	
24	Сыр	10	10	0	15	15	20	15	15	0	15	0	0	15	15	6	25	156	10,4	104	
25	Масло сливочное	30	26	28	29	13	19	33	11	33	18	13	26	28	21	34	30	370	24,6	97	
26	Масло растительное	15	10,5	7	16	14	15	11	15	11	7	12	13	4	9	8	2	155	10,3	98	
27	Яйцо, шт.	40	34	9	154	19	7	0	0	44	21	152	16	40	0	18	22	5	506	33,7	99
28	Дрожжи хлебопекарные***	0,2	0,17	0,0	1,3	0,0	1,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3	0,2	103	
29	Крахмал	3	2,1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0	0	
30	Специи	2	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	26	1,7	100	
31	Соль пищевая поваренная йодированная	3	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	38	2,5	100	

* Нормы питания в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", Приложение 7, Таблица 2. В соответствии с п.8.1.2.4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 нормы питания увеличены на 10%.

** Количество потребленных продуктов округлено до целого числа

*** Мучное, булочное, кондитерское изделие промышленного производства посчитано в 1,3,5,6,8,9,12,13,14,15 дни посчитано к норме хлеба пшеничного № 15-ЛДП/3590-20/100



Распределение энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи для детей школьного возраста с 7 до 11 лет*

Суточная потребность СанПиН 2.3/2.4.3590-20 (2350 ккал)**	Завтрак, ккал		% выполнения		Обед, ккал		% выполнения		Полдник, ккал		% выполнения		Итого, ккал		% выполнения
	25 % от суточного рациона	646	% выполнения	35% от суточного рациона	905	% выполнения	15% от суточного рациона	388	% выполнения	75% от суточного рациона	1939				
п.8.1.2.4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 УВЕЛИЧЕНИЕ НА 10% (2585 ккал)															
1 день	619	24	892	35	372	14	1882	73							
2 день	661	26	867	34	400	15	1928	75							
3 день	680	26	942	36	369	14	1991	77							
4 день	637	25	893	35	409	16	1939	75							
5 день	640	25	949	37	407	16	1996	77							
ИТОГО в среднем за неделю	647	25	909	35	391	15	1947	75							
6 день	630	24	925	36	386	15	1941	75							
7 день	655	25	906	35	381	15	1941	75							
8 день	620	24	934	36	378	15	1932	75							
9 день	681	26	893	35	406	16	1980	77							
10 день	648	25	892	35	391	15	1932	75							
ИТОГО в среднем за неделю	647	25	910	35	388	15	1945	75							
11 день	635	25	928	36	389	15	1952	76							
12 день	629	24	875	34	386	15	1890	73							
13 день	670	26	890	34	370	14	1930	75							
14 день	676	26	928	36	408	16	2012	78							
15 день	634	25	908	35	388	15	1929	75							
ИТОГО в среднем за неделю	649	25	906	35	388	15	1943	75							
ИТОГО в среднем за день	648	25	908	35	389	15	1945	75							

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

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

«Центр технологического контроля»
Тюменской области
СГРП: 1077203065147
ИНЧ: 7203208134