



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



УТВЕРЖДАЮ

Главный врач (заместитель) ФБУЗ
 «Центр гигиены и эпидемиологии в
 Тюменской области»

А.Я. Фольмер

№ 29/Д

21 апреля 2021 г.

г. Тюмень

Экспертное заключение

1. Наименование услуги: экспертиза примерного 15-ти дневного меню № 15-ЛДП/3590-20/99 от 29.03.2021 (завтрак, обед, полдник) для организации питания детей в возрасте с 12 лет и старше в детских общеобразовательных организациях в период отдыха и оздоровления.
2. Заявитель: АУ ТО «Центр технологического контроля»,
Юридический адрес: 625026, г. Тюмень, ул. Рижская 47А;
ИНН 7203208134, ОГРН 1077203065147.
3. Получатель: АУ ТО «Центр технологического контроля»,
Юридический адрес: 625026, г. Тюмень, ул. Рижская 47А;
ИНН 7203208134, ОГРН 1077203065147.
4. Нормативные документы, используемые экспертами при проведении экспертизы:
СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» (СанПиН 2.3/2.4.3590-20).
5. Санитарно-эпидемиологической экспертизой установлено:
На основании заявки № 114855 от 05.04.2021г. рассмотрено представленное примерное 15-ти дневное меню № 15-ЛДП/3590-20/99 от 29.03.2021 (завтрак, обед, полдник) для организации питания детей в возрасте с 12 лет и старше в детских общеобразовательных организациях в период отдыха и оздоровления.
Меню разработано на основании:
- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».
При составлении меню использованы:
• Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, I часть — М. Хлебпродинформ, 1996г (Мерц. -1996).
• Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции общественного питания детей дошкольного и школьного возраста в организованных коллективах, Том 1,2 — Москва, 2006 г (Мерц. -2006, Москва).



КОПИЯ ВЕРНА
 дата: « 20 » г.
 подпись: *[Handwritten signature]*

- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах — М.: Хлебпродинформ, 2004г. (№рец. -2004).

- Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ – интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, I часть, II часть – Пермь: Пермская государственная медицинская академия, Уральский институт питания, 2001г (№рец. -2001, Пермь).

- Картотека блюд лечебного и рационального питания, I, II, III, IV часть – Екатеринбург, Средне – Уральское книжное издательство, 1995г. (№рец. -1995, Картотека блюд лечебного и рационального питания, Екатеринбург).

- Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях, I часть, II часть - Екатеринбург, Уральский государственный экономический университет, ФГУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области», 2011г. (№рец. -2011, Екатеринбург).

- Сборник технических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации - Пермь, ООО «Уральский региональный центр питания» ГБОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е.А. Вагнера», 2013 г. (№рец. -2013, Пермь).

Представлены аннотация к меню, содержащая ссылки на используемую литературу, нормативные документы, пояснения к меню; таблица расхода соли и специй при приготовлении блюд и изделий; таблица замены пищевой продукции в граммах (нетто) с учетом их пищевой ценности; накопительная ведомость; таблица распределения энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи; таблица суммарных объемов блюд по приемам пищи для детей с 12 лет и старше.

Для обеспечения здоровым питанием составлено примерное меню на 15 дней, в соответствии с рекомендуемой формой составления примерного меню (приложение 8 СанПиН 2.3/2.4.3590-20), что соответствует п. 8.1.4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Меню разработано на период не менее двух недель (с учетом режима организации) для возрастной группы детей с 12 лет и старше, что соответствует требованиям п. 8.1.4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

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

Меню включает завтрак, обед, полдник. На долю завтрака в среднем за 15 дней приходится 25% от суточной потребности в пищевых веществах и энергии, на долю обеда - 35% от суточной потребности в пищевых веществах и энергии, на долю полдника - 15% от суточной потребности в пищевых веществах и энергии. Примерное меню разработано с учетом физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастной группы с 12 лет и старше (приложение 10, таблица 1, таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20), что соответствует требованиям пп. 8.1.2.3, 8.1.2.4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Суммарный объем готовых блюд для указанного возраста (с 12 лет и старше) соответствует приложению 9 таблице 3 п. 8.1.2. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Масса порций готовых блюд для указанного возраста (с 12 лет и старше) соответствует приложению 9 таблице 4 п. 8.1.2. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».



Для дополнительного обогащения рациона питания детей микронутриентами в меню используется: хлеб и хлебобулочные изделия с содержанием витаминов и минералов. В целях профилактики йододефицитных состояний у детей используется соль поваренная пищевая йодированная при приготовлении блюд и кулинарных изделий, что соответствует требованиям п. 8.1.6. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

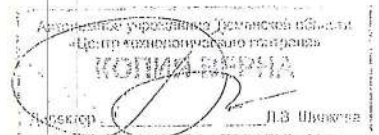
В примерном меню отсутствуют блюда и кулинарные изделия, которые могут послужить причиной возникновения и распространения инфекционных и массовых неинфекционных заболеваний (отравлений), указанные в приложении 6 (СанПиН 2.3/2.4.3590-20), что соответствует п. 8.1.9. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические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

ЗАКЛЮЧЕНИЕ:

Представленное примерное 15-ти дневное меню № 15-ЛДП/3590-20/99 от 29.03.2021 (завтрак, обед, полдник) для организации питания детей в возрасте с 12 лет и старше в детских общеобразовательных организациях в период отдыха и оздоровления, разработанное АУ ТО «Центр технологического контроля» соответствует требованиям 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

И.о. заведующего отделением гигиены детей и подростков – врач по общей гигиене

Е.А. Невидимова



Исполнитель Е.А. Невидимова
567990, доп.3842



Аннотация

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

Возрастная категория детей: с 12 лет и старше.

В соответствии с Приложением 10, Таблица 3 «Распределение в процентном отношении потребления пищевых веществ и энергии по приемам пищи в зависимости от времени пребывания в организации» СанПиН 2.3/2.4.3590 – 20, предусмотрены следующие приемы пищи - завтрак, обед, полдник.

Суточная потребность 2720 ккал в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Приложение 10, Таблица 1 «Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах (суточная). В соответствии с п.8.1.2.4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 потребность в пищевых веществах, энергии увеличены на 10%, соответственно составила 2992 ккал, при трехразовом питании 2244 ккал.

Соблюдено требование п.8.1.2.3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20, «допускается в течение дня отступление от норм калорийности по отдельным приемам пищи в пределах +/- 5 % при условии, что средний % пищевой ценности за неделю будет соответствовать нормам, приведенным в таблице 3 Приложения №10 к настоящим правилам, по каждому приему пищи».

Масса порций для детей в меню соответствует требованиям Приложения № 9, Таблица 1 «Масса порций для детей в зависимости от возраста (в граммах)».

Суммарные объемы блюда по приемам пищи соответствуют требованиям Приложения № 9, Таблица 3 «Суммарные объемы блюда по приемам пищи (в граммах не менее)».

Нормы питания в соответствии СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", Приложение 7, Таблица 2 "Среднесуточные наборы пищевой продукции для организации питания детей от 7 до 18 лет (в нетто г., мл. на 1 ребенка в сутки)". В соответствии с п.8.1.2.4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 нормы питания увеличены на 10%.

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

Форма меню в соответствии с требованиями п.8.1.4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20, Приложение 8 (рекомендуемый образец).

Меню содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической ценности, Расчеты проведены на программном комплексе: «Система расчетов для общественного питания», одобренный Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (свидетельство № 32 от 11.06.2009 г.)

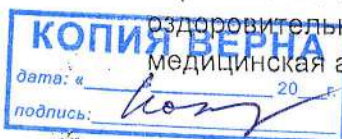
Технологическая документация разработана на основании нормативных сборников рецептур:

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, I часть - М.: Хлебпродинформ, 1996 г (№рец.-1996).

- Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции общественного питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, Том 1,2 – Москва.:2006г; (№рец.-2006, Москва).

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах — М.: Хлебпродинформ, 2004г (№рец.-2004).

- Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ — интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, часть II часть — Пермь: Пермская государственная медицинская академия, Уральский институт питания, 2001г (№рец.-2001, Пермь).



- Картотека блюд лечебного и рационального питания, I,II,III,IV часть – Екатеринбург, Средне – Уральское книжное издательство, 1995 г. (№рец.-1995, Картотека блюд лечебного и рационального питания, Екатеринбург).
- Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях, I часть, II часть – Екатеринбург, Уральский государственный экономический университет, ФГУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области», 2011г. (№рец.-2011, Екатеринбург).
- Сборник технических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации – Пермь, ООО «Уральский региональный центр питания» ГБОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е.А. Вагнера», 2013 г. (№рец.-2013, Пермь).
- Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях, I часть, II часть – Екатеринбург, Уральский государственный экономический университет, ФГУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области», 2011г. (№рец.-2011, Екатеринбург).

Меню укомплектовано технологическими документами (технологическими картами) в соответствии с п. 2.8. СанПиН 2.3/2.4.3590-20. При приготовлении блюд должен соблюдаться принцип «щадящего питания»: для тепловой обработки применяется варка, запекание, припускание, тушение, приготовление на пару, приготовление в конвектомате. Указана температура подачи блюд и срок реализации.

Для овощей приняты нормы отходов в соответствии с **Приложением №24**, Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий 1996 г. Необходимо строго следить за пересчетом процента отходов для расчета сырья по овощам, в соответствии с сезонностью. Закладка продуктов в блюда соответствует нормативным таблицам. Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий 1996 г.

В целях профилактики гиповитаминозов в соответствии с п.8.1.6. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 для дополнительного обогащения рациона питания детей микронутриентами использованы: хлеб и хлебобулочные изделия с содержанием витаминов и минералов, витаминизированные напитки. Для дополнительного обогащения рациона микронутриентами рекомендуется использовать в меню специализированные продукты питания, обогащенные микронутриентами, а также инстантные витаминизированные напитки промышленного выпуска. В целях профилактики йододефицитных состояний у детей должна использоваться **соль поваренная пищевая йодированная при** приготовлении блюд и кулинарных изделий. Соль в меню включена в состав рецептур блюд (каши, выпечные изделия), в другие блюда закладка соли осуществляется с учетом приготовления качественных по органолептическим показателям **в меру соленых блюд**.

Для предотвращения размножения патогенных микроорганизмов готовые блюда должны быть реализованы не позднее 2-х часов с момента изготовления, п.8.1.2.8. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Следует учитывать, что **выход фруктов, кондитерских изделий дан в меню ориентировочно**. При формировании ежедневного меню необходимо определять **фактический выход фруктов и кондитерских изделий**.

Разработчик АУ ТО «Центр технологического контроля»

г. Тюмень ул. Рижская 47а,

электронный адрес: tehkontrol2014@yandex.ru



Утверждаю:

" "

2022г.

01.06.2022г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак						
Каша кукурузная жидкая	250	9,5	10,5	36,5	279	
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157	
Какао с молоком	200	3,8	3,5	25,0	147	
Фрукт в ассортименте	150	0,4	0,4	25,0	105	
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	
Хлеб пшеничный	30	0,4	0,2	8,8	39	
Обед						
Салат из свежих помидоров	100	1,2	5,1	4,1	67	
Рассольник "Домашний" с курицей со сметаной	250/15/5	5,3	5,8	12,2	122	
Котлеты, биточки из говядины	120	18,5	18,7	19,0	318	
Каша гречневая вязкая отварная	180	4,8	6,1	29,2	191	
Сок	200	0,5	0,0	34,0	138	
Хлеб ржаной	20	1,2	0,6	26,4	116	
Хлеб пшеничный	30	1,4	0,8	22,7	103	
или Хлеб пшеничный витаминизированный	60					
Полдник						
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте	50	8,2	3,5	42,0	232	
Йогурт промышленного производства в ассортименте	125	7,7	8,7	9,2	146	
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	

Итого:

Повар

КОПИЯ ВЕРНА
 дата: « 01 » 20 г.
 подпись: конь



Утверждаю:

" "

2022г.

02.06.2022г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			39,7	36,8	57,8	720,8
Омлет натуральный	200	22,7	20,5	2,4	285	
Овощи на подгарнировку						
Кукуруза консервированная	100	1,5	0,3	6,8	36	
Бутерброд с маслом с сыром	70	11,2	12,7	11,9	207	
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	58	
Обед			33,7	35,1	139,8	1009,5
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным	100	0,9	5,0	3,1	61,0	
Суп гороховый с гренками с мясом	250/15/20	9,9	6,7	31,8	227	
Жаркое по - домашнему	300	19,9	22,0	37,0	426	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	18,8	77	
Хлеб пшеничный	60	1,2	0,6	26,4	116	
или Хлеб пшеничный витаминизированный	30					
Хлеб ржаной	20	1,4	0,8	22,7	103	
Полдник			4,2	6,9	87,0	426,9
Булочка домашняя	80	3,0	6,2	32,8	199	
Фрукт	180	0,7	0,7	25,2	110	
Сок	200	0,5	0,0	29,0	118	
ИТОГО:		78	79	285	2157	

КОПИЯ ВЕРНА
 дата: « 2 » 20
 подпись: _____



Повар _____

Утверждаю:

2022г.

03.06.2022г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак						
Запеканка из творога с молоком сгущенным	200/30	20,2	17,4	29,0	353	
Бутерброд с сыром	30/20	7,1	4,7	14,9	130	
Кисломолочный продукт в ассортименте	200	5,2	6,4	9,0	114	
Чай с молоком	200	2,8	2,5	19,9	113	
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	
Обед						
Салат из огурцов с маслом	100	0,9	5,1	1,2	54	
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной	250/15/5	6,1	7,2	7,8	120	
Котлета полтавская из говядины запеченная с соусом сметанным с томатом	100/30	13,9	14,7	9,6	226	
Макароны изделия отварные	230	6,1	7,4	52,1	299	
Сок	200	0,5	0,0	34,0	138	
Хлеб пшеничный	60	1,2	0,6	26,4	116	
или Хлеб пшеничный витаминизированный	30					
Хлеб ржаной	20	1,4	0,8	22,7	103	
Полдник						
Булочное изделие промышленного производства в ассортименте	100	5,8	7,1	59,0	323	
Фрукт	226	0,4	0,4	14,4	63	
Напиток из шиповника	200	0,2	0,0	15,1	61,4	
ИТОГО:		72	74	324	2254	



Повар



Утверждаю:

_____ 2022г.

06.06.2022г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			19	29	111	775	
Суп молочный с крупой	250	5,9	8,9	25,8	207		
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157		
Йогурт	125	7,7	8,7	14,0	165		
Чай с лимоном	200	0,1	0,0	15,5	62		
Хлеб пшеничный	60	1,2	0,6	26,4	114		
или Хлеб пшеничный витаминизированный	60						
Хлеб ржаной	40	1,2	0,4	15,2	69		
Обед			46,0	37,2	139,2	1075,8	
Салат из свеклы с сыром	100	7,3	8,2	10,2	144		
Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250/100	14,5	7,2	21,7	209		
Бедро или Грудка куриные запеченные "Домашние"	100	17,2	16,0	0,7	216		
Рис припущенный	180	3,5	4,4	30,5	176		
Компот из кураги	200	0,9	0,0	27,0	112		
Хлеб пшеничный	60	1,2	0,6	26,4	116		
или Хлеб пшеничный витаминизированный	60						
Хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103		
Полдник			14,9	11,0	77,2	467	
Пирожок печеный с картофелем	100	5,2	3,5	45,5	234		
Фрукт	150	2,0	0,5	21,0	97		
Молоко	200	7,7	7,0	10,7	137		
ИТОГО:		80	77	328	2318		

КОПИЯ ВЕРНА
 дата: « _____ 20__ г.
 подпись: _____



Повар- _____

Утверждаю:

" "

2022г.

07.06.2022г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак						
Каша пшеничная жидкая	250	9,4	11,5	26	245	
Бутерброд с маслом с сыром	60	6,5	10,7	11,9	170	
Кондитерское изделие промышленного производства	50	5,5	4,8	30	185	
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	
Батон или хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	38	
Обед						
Салат картофельный с огурцами	100	2,0	5,1	15,1	114	
Борщ "Сибирский" с мясом, со сметаной	250/15/5	7,9	5,7	12,1	131	
Рыба запеченная с маслом	120/5	20,7	17,7	4,4	260	
Пюре картофельное	200	5,1	6,1	28,1	188	
Сок	200	0,5	0	34,0	138	
Хлеб пшеничный	60	1,2	0,6	26,4	116	
или Хлеб пшеничный витаминизированный	60					
Хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103	
Полдник						
Мучное изделие промышленного производства	80	6,4	5,2	49,0	268	
Фрукт	150	0,5	0,5	21,0	91	
Кисломолочный продукт	200	5,2	6,4	9,0	114	
ИТОГО:		76	78	314	2262	

Повар



Утверждаю:

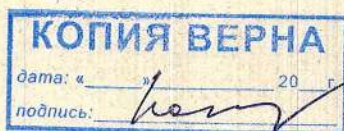
" "

2022г.

08.06.2022г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			19,5	18,4	130,4	762
Каша манная жидкая	250	7,3	9,8	35,0	257	
Фрукт	150	0,5	0,5	21	91	
Бутерброд с сыром	30/20	7,1	4,7	14,9	130	
Чай с молоком	200	2,8	2,5	19,9	113	
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	57	
или Хлеб пшеничный витаминизированный	30					
Хлеб ржаной	70	1,2	0,6	26,4	114	
Обед			26,0	36,9	148,0	1027
Салат из моркови с кукурузой	100	2,2	5,1	9,2	91	
Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	250/15	4,9	6,3	21,2	161	
Говядина, тушеная с капустой	300	15,4	23,9	25,7	380	
Сок	200	0,5	0,0	34,0	138	
Хлеб пшеничный	80	1,6	0,8	35,2	154	
или Хлеб пшеничный витаминизированный	80					
Хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103	
Полдник			12,2	9,8	80,0	457,0
Мучное изделие промышленного производства (пряник)	150	8,4	6,3	55,0	310	
Какао с молоком	200	3,8	3,5	25,0	147	
ИТОГО:		58	65	358	2246	

Повар



Утверждаю:

" "

2022г.

09.06.2022г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			23	32	89	738
Каша "Дружба"	250	6,9	8,4	28,7	218	
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157	
Чай с лимоном	200	0,1	0,0	15,5	62	
Яйца вареные	40	5,1	4,6	0,3	63	
Йогурт	125	7,7	8,7	9,2	146	
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	58	
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	
Обед			34,6	37,9	146,3	1064,1
Нарезка из огурцов	100	0,9	5,1	1,2	54	
Суп из овощей с мясом со сметаной	250/15/5	7,7	6,3	12,5	138	
Тефтели, запеченные в молочном соусе	120	16,8	17,7	12,6	277	
Макаронные изделия отварные	230	6,1	7,4	52,1	299	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	18,8	77	
Хлеб пшеничный	60	1,2	0,6	26,4	116	
или Хлеб пшеничный витаминизированный	60					
Хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103	
Полдник			10,1	8,6	79	434
Кондитерское изделие промышленного производства(пряник)	50	8,7	7,9	19,5	184	
Сок	200	0,5	0,0	34,0	138	
Фрукт	130	0,9	0,7	25,5	112	
ИТОГО:		68	79	314	2236	

КОПИЯ ВЕРНА

дата: « 20 »

подпись: 



Повар

Утверждаю:

_____ " _____ 2022г.

10.06.2022г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		31,8	25,5	97,3	746	
Запеканка из творога с молоком сгущенным	200/30	20,2	17,4	29,0	353	
Бутерброд с сыром	30/20	7,1	4,7	14,9	130	
Фрукт	200	1,3	0,7	37,5	162	
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	
Обед		42	33	155	1081	
нарезки из свежих помидоров	100	1,2	5,1	4,1	67	
Суп крестьянский с крупой с мясом и сметаной	250/15/5	7,9	5,8	15,5	146	
Фрикадельки рыбные, с соусом сметанным с томатом	120/40	24,0	14,1	15,5	285	
Пюре картофельное	200	5,1	6,1	28,1	188	
Чай с сахаром	200	0,5	0,0	34,0	138	
Хлеб пшеничный	80	1,6	0,8	35,2	154	
или Хлеб пшеничный витаминизированный	80					
Хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103	
Полдник		13	17	63	451	
Мучное изделие промышленного производства	60	5,1	7,8	41,0	255	
Йогурт	200	7,7	8,7	9,2	146	
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	
ИТОГО:		86	75	315	2279	

Повар _____

КОПИЯ ВЕРНА
 дата: « _____ » 20____
 подпись: _____



Утверждаю:

“ ” 2022г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак						
Омлет натуральный	200	22,7	20,5	2,4	285	
Овощи на подгарнировку						
Горошек зеленый консервированный	60	5,2	0,2	7,5	53	
Кондитерское изделие промышленного производства	50	5,7	6,5	9,5	119	
Кисломолочный продукт	200	5,2	6,4	9,0	114	
Чай с молоком	200	2,8	2,5	19,9	113	
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	
Обед						
Салат из капусты белокачанной с морковью	100	1,6	5,0	9,7	90	
Суп картофельный с овощами с мясом со сметаной	250/15/5	7,2	5,9	19,9	162	
Печень, тушеная в соусе	100/50	12,9	12,4	5,3	184	
Каша гречневая вязкая	180	4,8	6,1	29,2	191	
Компот из кураги	200	0,9	0,0	27,0	112	
Хлеб пшеничный	80	1,6	0,8	35,2	154	
или Хлеб пшеничный витаминизированный	80					
Хлеб ржаной	80	1,8	1,0	30,2	137	
Полдник						
печенье	60	5,5	6,7	36,0	226	
Фрукт	150	0,5	0,5	21,0	90	
йогурт		7,7	7,0	10,7	137	
ИТОГО:		87	82	281	2206	

КОПИЯ ВЕРНА
 дата: « 20 »
 подпись: _____



Повар _____

Утверждаю:

_____ 2022г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			17,3	24,1	119,1	762
Каша их овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	250	9,4	9,6	32,5	254	
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157	
Фрукт	150	0,5	0,5	27,0	115	
Какао с молоком	200	3,8	3,5	25,0	147	
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	51	
Обед			33,6	38,4	140,5	1041
Салат из огурцов с маслом	100	0,9	5,1	1,2	54	
Рассольник ленинградский с курицей, со сметаной	250/15/5	6,8	6,5	15,4	147	
Котлета по хлыновски	120	16,9	17,8	15,2	289	
Капуста тушеная	180	5,5	7,4	16,8	156	
Сок	200	0,5	0,0	34,0	138	
Хлеб пшеничный	80	1,6	0,8	35,2	154	
или Хлеб пшеничный витаминизированный	80					
Хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103	
Полдник			19,6	17,7	53,6	452
Сырники из творога запеченные, с молоком сгущенным	200/30	19,5	17,7	41,0	401	
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	
ИТОГО:		71	80	313	2255	

Повар _____

КОПИЯ ВЕРНА
 дата: « _____ » 20 _____ г.
 подпись: _____



Утверждаю:

" "

2022г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак						
Каша кукурузная жидкая	250	9,5	10,5	36,5	279	
Бутерброд с маслом	60	6,5	10,7	11,9	170	
Кисломолочный продукт	200	5,2	6,4	9,0	114	
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	
Хлеб пшеничный	40	0,9	0,4	17,6	77	
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	
Обед						
Яйца вареные	40	5,1	4,6	0,3	63	
Овощи консервированные или овощи свежие	100	0,8	0,1	1,6	10,6	
Уха с крупой	250/100	18,1	10,1	14,0	219	
Курица, в соусе с томатом	120	16,9	18,7	1,8	243	
Пюре картофельное	200	5,1	6,1	28,1	188	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	18,8	77	
Хлеб пшеничный	80	1,6	0,8	35,2	154	
или Хлеб пшеничный витаминизированный	80					
Хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103	
Полдник						
Кондитерское изделие промышленного производства	50	8,2	4,4	28,0	184	
Сок	200	0,5	0,0	34,0	138	
Фрукт(слива)	130	0,9	0,7	25,5	112	
ИТОГО:		85	77	309	2267	

КОПИЯ ВЕРНА
 дата: « » 20
 подпись: *[подпись]*



Повар _____

Утверждаю:

" " 2022г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			21,5	19,1	118,0	728,0
Каша ячневая жидкая	250	9,8	10,7	31,0	260	
Бутерброд с сыром и маслом	30/20	7,1	4,7	14,9	130	
Чай с молоком	200	2,8	2,5	19,9	113	
Фрукт	150	0,5	0,5	27,0	115	
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	
Обед			31	38	151	1066
Нарезка из овощей с маслом растительным	100	0,9	5,0	3,1	61	
Свекольник с мясом, со сметаной	250/15/5	7,7	6,3	21,0	172	
Гречка по-купечески	300	18,4	24,5	41,2	459	
Компот из свежих плодов	200	0,2	0,0	20,6	83	
Хлеб пшеничный	80	1,6	0,8	35,2	154	
или Хлеб пшеничный витаминизированный	80					
Хлеб ржаной	80	1,8	1,0	30,2	137	
Полдник			9,6	9,2	84,7	460,0
Мучное изделие промышленного производства (булочка)	150	9,1	9,2	50,7	322	
Сок	200	0,5	0,0	34,0	138,0	
ИТОГО:		62	66	354	2254	

Повар



КОПИЯ ВЕРНА
 дата: « _____ 20__ г.
 подпись: _____

Утверждаю:

" "

2022г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		16,5	23,3	125,2	777	
Макаронные изделия, запеченные с сыром	220	12,2	12,5	48,9	357	
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157	
Чай с лимоном	200	0,1	0	15,5	62	
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	
Фрукт	200	1,3	0,7	37,5	162	
Обед		31	37	144	1030	
Салат из свежих помидоров	100	1,2	5,1	4,1	67	
Суп картофельный с крупой с мясом	250/15	7,7	5,9	21,1	168	
Котлета рыбная натуральная, запеченная, с маслом	120/5	15,5	19,7	9,2	276	
Овощи припущенные	180	2,6	4,7	24,4	150	
Компот из кураги	200	0,9	0,0	27,0	112	
Хлеб пшеничный	80	1,6	0,8	35,2	154	
или Хлеб пшеничный витаминизированный	80					
Хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103	
Полдник		17	21	47	449	
Мучное изделие промышленного производства	50	9,1	12,7	25,2	252	
Йогурт	125	7,7	8,7	9,2	146	
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	
ИТОГО:		64	82	316	2256	

Повар

КОПИЯ ВЕРНА
 дата: « _____ 20 _____ г.
 подпись: _____



Утверждаю:

" "

2022г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			37,6	23,4	92,0	728
Суфле творожное с молоком сгущенным	250/30	22,7	9,7	49,8	377	
Бутерброд с маслом	90	11,6	10,9	14,7	203	
Чай с молоком	200	2,8	2,5	19,9	113	
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	
Обед			33	36	154	1072
Салат из моркови с изюмом	100	2,2	0,2	25,5	113	
Борщ с мелкошинкованными овощами с курицей и сметаной	250/15/5	5,2	5,9	12,2	123	
Биточки рубленые из птицы запеченные, с маслом	120/5	18,2	18,9	13,1	295	
Рис припущенный	180	4,0	8,9	24,0	193	
Сок	200	0,5	0,5	30,5	129	
Хлеб пшеничный	30	1,2	0,6	26,4	116	
или Хлеб пшеничный витаминизированный	60					
Хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103	
Полдник			15,8	16,4	59,2	448,1
Булочка "Нежная" или Булочка промышленного производства	30	6,0	8,9	27,5	214	
Фрукт	150	2,1	0,5	21,0	97	
Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке(йогурт)	200	7,7	7,0	10,7	137	
ИТОГО:		86	76	306	2247	



Повар

КОПИЯ ВЕРНА
 дата: « 20 » г.
 подпись: *[Handwritten Signature]*

Утверждаю:

" "

2022г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			17,8	24,3	114,8	749
Каша пшенная жидкая	250	9,9	10,5	30,5	256	
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157	
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	
Фрукт(яблоко)	200	1,3	0,7	37,5	162	
фрукт(слива)	200	0,4	0,2	8,8	39	
или Хлеб пшеничный витаминизированный	20					
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	
Обед			37,3	36,0	134,2	1009
нарезка из помидор	100	2,0	5,1	8,5	88	
Суп-лапша домашняя с курицей	250/15	6,4	5,7	10,1	117	
Рыба запечённая с маслом	120/5	20,7	17,7	4,4	260	
Пюре картофельное	200	5,1	6,1	28,1	188	
Сок	200	0,5	0,0	34,0	138	
Хлеб пшеничный	60	1,2	0,6	26,4	116	
или Хлеб пшеничный витаминизированный	60					
Хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103	
Полдник			20,0	21,5	45,8	456,7
Мучное изделие промышленного производства	60	12,2	12,8	24,0	260	
Йогурт	125	7,7	8,7	9,2	146	
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	
ИТОГО:		75	82	295	2215	

КОПИЯ ВЕРНА
 дата: « _____ » 20____
 подпись: _____



Повар _____