

Итого	Наименование блюд	Выход
	<b>4-й день</b>	220
<b>Завтрак</b>		
	Сыр (например, Российский)	20
	Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5%	10
	Крупеник	100/5
	Каша молочная из манной крупы	200/10
	Хлеб пшеничный**	50
	Хлеб ржаной**	30
	Какао с молоком	200
	Итого	625
<b>Обед</b>		
	Перец, редис (порциями)	50/50
	Щи из свежей капусты с картофелем	250
	Макаронные изделия отварные	200
	Поджарка из мяса	100/50
	Хлеб пшеничный**	90
	Хлеб ржаной**	60
	Кисель из кураги	200
	Итого	1050
<b>Полдник</b>		
	Булочка Домашняя	50
	Сок фруктовый в ассортименте	200
	Банан	150
	Итого	400
<b>Ужин</b>		
	Капуста тушеная с яблоками	100
	Жаркое по-домашнему	300
	Хлеб пшеничный**	90
	Хлеб ржаной**	30
	Компот из яблок	200
	Итого	720
<b>2-й Ужин</b>		
	Кекс	40
	Ряженка	200
	Итого	240
<b>Завтрак</b>		
	<b>5-й день</b>	

Итого	Наименование блюд	Выход
	<b>4-й день</b>	220
<b>Завтрак</b>		
	Сыр (например, Российский)	20
	Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5%	10
	Крупеник	100/5
	Каша молочная (ячневая)	200/10
	Хлеб пшеничный**	50
	Хлеб ржаной**	30
	Какао с молоком	200
	Итого	625
<b>Обед</b>		
	Огурец, помидор (порциями)	50/50
	Щи из свежей капусты с картофелем	250
	Овощи отварные с маслом	200
	Шницель рыбный натуральный	100/5
	Хлеб пшеничный**	90
	Хлеб ржаной**	60
	Кисель из кураги	200
	Итого	1005
<b>Полдник</b>		
	Булочка Домашняя	50
	Сок фруктовый в ассортименте	200
	Банан	150
	Итого	400
<b>Ужин</b>		
	Капуста тушеная с яблоками	100
	Жаркое по-домашнему	300
	Хлеб пшеничный**	90
	Хлеб ржаной**	30
	Компот из яблок	200
	Итого	720
<b>2-й Ужин</b>		
	Кекс	40
	Ряженка	200
	Итого	240
<b>Завтрак</b>		
	<b>5-й день</b>	

Наименование блюд	Выход
Сыр (например, Российский)	20
Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5%	10
Оладьи из творога с повидлом	50/20
Каша молочная пшеница	200/10
Хлеб пшеничный**	50
Хлеб ржаной**	30
Чай с лимоном*	200
Итого	590
<b>Обед</b>	
Огурец, помидор (порциями)	50/50
Суп крестьянский с крупой	250
Жаркое по-домашнему	300
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	60
Компот из ягод	200
Итого	1000
<b>Полдник</b>	
Вагрушка с повидлом	60
Сок фруктовый в ассортименте	200
Груши 1 шт	150
Итого	410
<b>Ужин</b>	
Свекла тушеная в сметанном соусе	100
Картофельное пюре	200
Тефтели из говядины с рисом	100
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	30
Напиток клюквенный	200
Итого	720
<b>2-й Ужин</b>	
Печенье	20
Кефир	200
Итого	220
<b>6-й день</b>	
<b>Завтрак</b>	
Сыр (Российский)	20
Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5%	10
Яйцо отварное	40

Наименование блюд	Выход
Сыр (например, Российский)	20
Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5%	10
Оладьи из творога с повидлом	50/20
Каша молочная из кукурузной крупы	200/10
Хлеб пшеничный**	50
Хлеб ржаной**	30
Чай с лимоном*	200
Итого	590
<b>Обед</b>	
Редис, перец (порциями)	50/50
Суп крестьянский с крупой	250
Плов из птицы	300
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	60
Компот из ягод	200
Итого	1000
<b>Полдник</b>	
Вагрушка с повидлом	60
Сок фруктовый в ассортименте	200
Груши 1 шт	150
Итого	410
<b>Ужин</b>	
Свекла тушеная в сметанном соусе	100
Картофельное пюре	200
Тефтели из говядины с рисом	100
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	30
Напиток клюквенный	200
Итого	720
<b>2-й Ужин</b>	
Печенье	20
Кефир	200
Итого	220
<b>6-й день</b>	
<b>Завтрак</b>	
Сыр (Российский)	20
Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5%	10
Яйцо отварное	40

Наименование блюда	Выход
Каша молочная рисовая	200/10
Хлеб пшеничный**	50
Хлеб ржаной**	30
Йогурт (в потребительской упаковке)	120
Чай с лимоном*	200
Итого	680
<b>Обед</b>	
Огурец, помидор (порциями)	50/50
Рассольник ленинградский	250
Каша гречневая рассыпчатая	200
Котлеты рубленые из птицы с соусом красным основным	100/50
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	60
Компот из мандаринов	200
Итого	1050
<b>Полдник</b>	
Пирог открытый	75
Сок фруктовый в ассортименте	200
Персик	200
Итого	475
<b>Ужин</b>	
Икра кабачковая промышленного производства	100
Запеканка картофельная с мясом	300
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	30
Кисель из яблок	200
Итого	720
<b>2-й Ужин</b>	
Пряник	20
Ряженка	200
Итого	220
<b>7-й день</b>	
<b>Завтрак</b>	
Сыр (например, Российский)	20
Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5%	10
Пудинг из творога (запеченный) с молочным соусом	90/45
Суп молочный с макаронными изделиями	200/10

Наименование блюда	Выход
Каша молочная манная	200/10
Хлеб пшеничный**	50
Хлеб ржаной**	30
Йогурт (в потребительской упаковке)	120
Чай с лимоном*	200
Итого	680
<b>Обед</b>	
Огурец, помидор (порциями)	50/50
Рассольник ленинградский	250
Каша гречневая рассыпчатая	200
Печень тушеная в соусе (говяжья)	100/50
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	60
Компот из мандаринов	200
Итого	1050
<b>Полдник</b>	
Пирог открытый	75
Сок фруктовый в ассортименте	200
Персик	200
Итого	475
<b>Ужин</b>	
Икра кабачковая промышленного производства	100
Запеканка картофельная с мясом	300
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	30
Кисель из яблок	200
Итого	720
<b>2-й Ужин</b>	
Пряник	20
Ряженка	200
Итого	220
<b>7-й день</b>	
<b>Завтрак</b>	
Сыр (например, Российский)	20
Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5%	10
Пудинг из творога (запеченный) с молочным соусом	90/45
Каша молочная из овсяной крупы	200/10

Наименование блюд	Выход
Хлеб пшеничный**	50
Хлеб ржаной**	30
Кофейный напиток	200
Итого	655
<b>Обед</b>	
Огурец, помидор (порциями)	50/50
Борщ с капустой и картофелем	250
Картофель отварной с маслом сливочным	200/7
Шницель рыбный натуральный	100/5
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	60
Компот из свежих плодов	200
Итого	1012
<b>Полдник</b>	
Гребешок из дрожжевого теста	80
Сок фруктовый в ассортименте	200
Яблоко свежее 1 шт	150
Итого	430
<b>Ужин</b>	
Морковь тушеная с яблоками	100
Макаронные изделия отварные	200
Котлета из птицы с маслом сливочным	100/10
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	30
Компот из смеси сухих фруктов*	200
Итого	730
<b>2-й Ужин</b>	
Вафли	20
Простокваша	200
Итого	220
<b>8-й день</b>	
<b>Завтрак</b>	
Сыр (Российский)	20
Масло сливочное (порциями) м.д.ж. 72,5%	10
Йогурт (в потребительской упаковке)	120
Каша молочная рисовая	200/10
Хлеб пшеничный**	50
Хлеб ржаной**	30

Наименование блюд	Выход
Хлеб пшеничный**	50
Хлеб ржаной**	30
Кофейный напиток	200
Итого	655
<b>Обед</b>	
Огурец, помидор (порциями)	50/50
Борщ с капустой и картофелем	250
Гречневая лапша с овощами	150
Гуляш из отварного мяса	100/50
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	60
Компот из свежих плодов	200
Итого	1000
<b>Полдник</b>	
Гребешок из дрожжевого теста	80
Сок фруктовый в ассортименте	200
Яблоко свежее 1 шт	150
Итого	430
<b>Ужин</b>	
Морковь тушеная с яблоками	100
Макаронные изделия отварные	200
Котлета из птицы с маслом сливочным	100/10
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	30
Компот из смеси сухих фруктов*	200
Итого	730
<b>2-й Ужин</b>	
Вафли	20
Простокваша	200
Итого	220
<b>8-й день</b>	
<b>Завтрак</b>	
Сыр (Российский)	20
Масло сливочное (порциями) м.д.ж. 72,5%	10
Йогурт (в потребительской упаковке)	120
Каша молочная манная	200/10
Хлеб пшеничный**	50
Хлеб ржаной**	30

Наименование блюда	Выход
Чай с лимоном*	205
Итого	645
<b>Обед</b>	
Огурец, помидор (порциями)	50/50
Суп-харчо	250
Макаронные изделия отварные	150
Поджарка из говядины	100/50
Хлеб ржаной	60
Хлеб пшеничный	90
Компот из смеси сухих фруктов*	200
Итого	1000
<b>Полдник</b>	
Булочка Домашняя	60
Сок фруктовый в ассортименте	200
Сливы 2 шт	150
Итого	410
<b>Ужин</b>	
Капуста тушеная с яблоками	100
Пюре картофельное	200
Кнели куриные с рисом	100
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	30
Напиток из плодов шиповника*	200
Итого	720
<b>2-й Ужин</b>	
Печенье	20
Кефир	200
Итого	220
<b>9-й день</b>	
<b>Завтрак</b>	
Сыр (например, Российский)	20
Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5%	10
Каша "Дружба"	205
Омлет с морковью	90/5
Хлеб пшеничный***	50
Хлеб ржаной**	30
Кофейный напиток с молоком	200
Итого	610

Наименование блюда	Выход
Чай с лимоном*	205
Итого	682
<b>Обед</b>	
Перец, сельдерей(порциями)	50/50
Суп-харчо	250
Макаронные изделия отварные	150
Котлеты из мяса с соусом красным основным	100/50
Хлеб ржаной	60
Хлеб пшеничный	90
Компот из смеси сухих фруктов*	200
Итого	1000
<b>Полдник</b>	
Булочка Домашняя	60
Сок фруктовый в ассортименте	200
Сливы 2 шт	150
Итого	410
<b>Ужин</b>	
Капуста тушеная с яблоками	100
Пюре картофельное	200
Кнели куриные с рисом	100
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	30
Напиток из плодов шиповника*	200
Итого	720
<b>2-й Ужин</b>	
Печенье	20
Кефир	200
Итого	220
<b>9-й день</b>	
<b>Завтрак</b>	
Сыр (например, Российский)	20
Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5%	10
Каша молочная пшенная	205
Омлет с морковью	90/5
Хлеб пшеничный***	50
Хлеб ржаной**	30
Кофейный напиток с молоком	200
Итого	610

Наименование блюд	Выход
<b>Обед</b>	
Салат из свежлы с сыром	100
Щи из свежей капусты с картофелем	250
Макаронные изделия отварные	200
Поджарка из мяса	100/30
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	60
Кисель из кураги	200
Итого	1050
<b>Полдник</b>	
Ватрушка с повидлом	60
Сок фруктовый в ассортименте	200
Груши свежие 1 шт	150
Итого	410
<b>Ужин</b>	
Кабачки тушеные в сметане	100
Картофель запеченный	200
Рулет из говядины паровой со сметано-томатным соусом	100/50
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	30
Чай с лимоном*	207
Итого	777
<b>2-й Ужин</b>	
Кекс	40
Ряженка	200
Итого	240
<b>10-й день</b>	
<b>Завтрак</b>	
Сыр (Российский)	20
Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5%	10
Каша "Геркулес"	200/10
Йогурт (в потребительской упаковке)	120
Хлеб пшеничный**	50
Хлеб ржаной**	30
Кофейный напиток с молоком	200
Итого	640
<b>Обед</b>	

Наименование блюд	Выход
<b>Обед</b>	
Огурец, помидор (порциями)	50/50
Щи из свежей капусты с картофелем	250
Рагу из овощей	200
Фрикадельки рыбные	100/5
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	60
Кисель из кураги	200
Итого	1005
<b>Полдник</b>	
Ватрушка с повидлом	60
Сок в ассортименте	200
Груши свежие 1 шт	150
Итого	410
<b>Ужин</b>	
Кабачки тушеные в сметане	100
Картофель запеченный	200
Рулет из говядины паровой со сметано-томатным соусом	100/50
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	30
Чай с лимоном*	207
Итого	777
<b>2-й Ужин</b>	
Кекс	40
Ряженка	200
Итого	240
<b>10-й день</b>	
<b>Завтрак</b>	
Сыр (Российский)	20
Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5%	10
Каша молочная из гречневой крупы	200/10
Йогурт (в потребительской упаковке)	120
Хлеб пшеничный**	50
Хлеб ржаной**	30
Кофейный напиток с молоком	200
Итого	640
<b>Обед</b>	

Наименование блюд	Выход
Морковь, сельдерей (порциями)	50/50
Борщ с капустой и картофелем	250
Рис отварной	200
Бефстроганов из отварной говядины со сметанным соусом	100/50
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	60
Компот из смеси сухофруктов*	200
Итого	1050
<b>Полдник</b>	
Крендель сахарный	50
Сок в ассортименте	200
Банан	200
Итого	450
<b>Ужин</b>	
Кабачки тушеные в сметане	100
Картофель запеченный	200
Рулет из говядины паровой со сметано-томатным соусом	100/50
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	30
Напиток брусничный	200
Итого	770
<b>2-й Ужин</b>	
Печенье	20
Кефир	200
Итого	220
<b>11-й день</b>	
<b>Завтрак</b>	
Сыр (например, Российский)	20
Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5%	10
Каша пшеничная молочная	200/10
Пудинг из творога (запеченный) (с молоком стуженным)	90/20
Хлеб пшеничный**	50
Хлеб ржаной**	30
Чай фруктовый*	200
Итого	630

Наименование блюд	Выход
Огурец, помидор (порциями)	50/50
Борщ с капустой и картофелем	250
Рис отварной	200
Птица тушеная с соусом сметанным с томатом и луком	100/50
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	60
Компот из смеси сухофруктов*	200
Итого	1050
<b>Полдник</b>	
Крендель сахарный	50
Сок в ассортименте	200
Банан	200
Итого	450
<b>Ужин</b>	
Кабачки тушеные в сметане	100
Картофель запеченный	200
Рулет из говядины паровой со сметано-томатным соусом	100/50
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	30
Напиток брусничный	200
Итого	770
<b>2-й Ужин</b>	
Печенье	20
Кефир	200
Итого	220
<b>11-й день</b>	
<b>Завтрак</b>	
Сыр (например, Российский)	20
Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5%	10
Каша молочная кукурузная	200/10
Пудинг из творога (запеченный) (с молоком стуженным)	90/20
Хлеб пшеничный**	50
Хлеб ржаной**	30
Чай фруктовый*	200
Итого	630

Наименование блюд	Выход
<b>Обед</b>	
Салат из белокочанной капусты с морковью	100
Суп с макаронными изделиями	250
Овощи отварные	200
Котлеты «Школьные»	100
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	60
Компот из свежих плодов	200
<b>Итого</b>	<b>1000</b>
<b>Полдник</b>	
Мороженное «Пломбир» в вафельном стаканчике	100
Отвар шиповника	200
Яблоко	150
<b>Итого</b>	<b>450</b>
<b>Ужин</b>	
Салат из свежих помидоров с перцем	100
Картофельное пюре	200
Печень тушеная в сметанном соусе	100/50
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	30
Чай с лимоном	205
<b>Итого</b>	<b>675</b>
<b>2-й Ужин</b>	
Сушки	20
Ряженка	200
<b>Итого</b>	<b>220</b>
<b>12-й день</b>	
<b>завтрак</b>	
Биточки из пшенной крупы с творогом	200
Соус сладкий	30
Каша рисовая молочная	200
Хлеб пшеничный**	50
Хлеб ржаной**	30
Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5%	10
Какао	200
<b>Итого</b>	<b>720</b>
<b>Обед</b>	
Салат из сельдерея с яблоком и капустой,	100

Наименование блюд	Выход
<b>Обед</b>	
Огурец, помидор (порциями)	50/50
Суп с макаронными изделиями	250
Овощи отварные	200
Гуляш из говядины	100
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	60
Компот из свежих плодов	200
<b>Итого</b>	<b>1000</b>
<b>Полдник</b>	
Мороженное «Пломбир» в вафельном стаканчике	100
Отвар шиповника	200
Яблоко	150
<b>Итого</b>	<b>450</b>
<b>Ужин</b>	
Салат из свежих помидоров с перцем	100
Картофельное пюре	200
Печень тушеная в сметанном соусе	100/50
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	30
Кисель плодово-ягодный	200
<b>Итого</b>	<b>770</b>
<b>2-й Ужин</b>	
Сушки	20
Ряженка	200
<b>Итого</b>	<b>220</b>
<b>12-й день</b>	
<b>завтрак</b>	
Запеканка творожная с курагой	200
Соус молочный сладкий	30
Каша рисовая молочная	200
Хлеб пшеничный**	50
Хлеб ржаной**	30
Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5%	10
Какао	200
<b>Итого</b>	<b>720</b>
<b>Обед</b>	
Огурец, помидор (порциями)	50/50

Наименование блюд	Выход
растительным маслом	
Суп с клецками на курином бульоне	250
Курица запечённая с молочным соусом	150/30
Овощи запечённые	200
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	60
Компот из свежих плодов	200
Итого	980
<b>Полдник</b>	
Растегай с рыбой	80
Сок фруктовый в ассортименте	200
Груша	150
Итого	430
<b>Ужин</b>	
Капуста тушеная с яблоками	100
Жаркое по-домашнему	300
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	30
Компот из яблок	200
Итого	720
<b>2-й Ужин</b>	
Кекс	40
Ряженка	200
<b>Итого</b>	<b>240</b>
<b>13-й день</b>	
<b>Завтрак</b>	
Сыр (например, Российский)	20
Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5%	10
Яйцо отварное	40
Каша геркулесовая	200
Хлеб пшеничный**	50
Хлеб ржаной**	30
Чай с лимоном*	200
Итого	550
<b>Обед</b>	
Овощи свежие порциями (перец, редис)	50/50
Суп картофельный с фрикадельками	250
Каша гречневая рассыпчатая	200

Наименование блюд	Выход
Суп с клецками на курином бульоне	250
Тефтели из говядины в молочном соусе	150/30
Овощи запечённые	200
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	60
Компот из свежих плодов	200
Итого	980
<b>Полдник</b>	
Растегай с рыбой	80
Сок фруктовый в ассортименте	200
Груша	150
Итого	430
<b>Ужин</b>	
Капуста тушеная с яблоками	100
Жаркое по-домашнему	300
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	30
Компот из яблок	200
Итого	720
<b>2-й Ужин</b>	
Кекс	40
Ряженка	200
<b>Итого</b>	<b>240</b>
<b>13-й день</b>	
<b>Завтрак</b>	
Сыр (например, Российский)	20
Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5%	10
Омлет натуральный с зеленым горошком	90
Каша пшеничная молочная	150
Хлеб пшеничный**	50
Хлеб ржаной**	30
Чай с лимоном*	200
Итого	550
<b>Обед</b>	
Овощи свежие в нарезке (огурец, помидор)	50/50
Суп картофельный с фрикадельками	250
Каша гречневая рассыпчатая	200

Наименование блюд	Выход
Бефстроганов из говядины	150
Хлеб пшеничный**	70
Хлеб ржаной**	60
Компот из свежих плодов	200
Итого	1030
<b>Полдник</b>	
Шанежка с картофелем	80
Сок в ассортименте	200
Нектарин	150
Итого	430
<b>Ужин</b>	
Салат из свежих огурцов	100
Картофель жареный из отварного	200
Котлета из куриная	100
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	60
Напиток брусничный	200
Итого	750
<b>2-й Ужин</b>	
Пряники	20
Кефир	200
Итого	220
<b>14-й день</b>	
<b>Завтрак</b>	
Сыр (например, Российский)	20
Масло сливочное (порциями) м.д.ж. 72,5%	10
Каша «Геркулес»	250
Йогурт (в потребительской упаковке)	120
Хлеб пшеничный**	50
Хлеб ржаной**	30
Кофейный напиток с молоком	200
Итого	680
<b>Обед</b>	
Салат из капусты и огурцов	100
Суп картофельный с бобовыми	250
Овощи отварные	50
Макаронные изделия отварные	150
Котлеты «Школьные»	100

Наименование блюд	Выход
Пицца в томатном соусе	150
Хлеб пшеничный**	70
Хлеб ржаной**	60
Компот из свежих плодов	200
Итого	1030
<b>Полдник</b>	
Шанежка с картофелем	80
Сок в ассортименте	200
Нектарин	150
Итого	430
<b>Ужин</b>	
Салат из свежих огурцов	100
Картофель жареный из отварного	200
Котлета из куриная	100
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	60
Напиток брусничный	200
Итого	750
<b>2-й Ужин</b>	
Пряники	20
Кефир	200
Итого	220
<b>14-й день</b>	
<b>Завтрак</b>	
Сыр (например, Российский)	20
Масло сливочное (порциями) м.д.ж. 72,5%	10
Каша рассыпчатая кукурузная с фруктами	200
Пудинг рисовый со сгущенным молоком	150/20
Хлеб пшеничный**	50
Хлеб ржаной**	30
Кофейный напиток с молоком	200
Итого	680
<b>Обед</b>	
Овощи свежие в нарезке (огурец, перец)	50/50
Суп картофельный с бобовыми	250
Овощи отварные	50
Макаронные изделия отварные	150
Рыба, запеченная в омлете	100

Наименование блюда	Выход
Хлеб пшеничный**	70
Хлеб ржаной**	60
Компот из кураги	220
Итого	1000
<b>Полдник</b>	
Язычок из слоеного теста	60
Сок в ассортименте	200
Абрикосы 2 шт.	150
Итого	410
<b>Ужин</b>	
Салат «Греческий»	100
Запеканка картофельная	250
Котлета куриная	100
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	60
Напиток клюквенный	200
Итого	800
<b>2-й Ужин</b>	
Зефир	20
Ряженка	200
Итого	220

Примечание:

\* – можно готовить без добавления сахара, при подаче сахар можно подавать порционно (фасованный) или в сахарнице;

\*\* – рекомендуется отдавать предпочтение хлебу 2 сорта, обогащенным видам, в том числе с пищевыми волокнами.

Овощи урожая прошлого года (например, капуста, репчатый лук, корнеплоды) в период после 1 марта рекомендуется использовать только после термической обработки.

Наименование блюда	Выход
Хлеб пшеничный**	70
Хлеб ржаной**	60
Компот из кураги	220
Итого	1000
<b>Полдник</b>	
Язычок из слоеного теста	60
Сок в ассортименте	200
Абрикосы 2 шт.	150
Итого	410
<b>Ужин</b>	
Салат «Греческий»	100
Запеканка картофельная	250
Котлета куриная	100
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	60
Напиток клюквенный	200
Итого	800
<b>2-й Ужин</b>	
Зефир	20
Ряженка	200
Итого	220

**Рекомендуемая номенклатура, объем и периодичность проведения лабораторных и инструментальных исследований в организациях питания организаций отдыха детей и их оздоровления**

Вид исследований	Объект исследования (обследования)	Количество, не менее	Кратность, не реже
Микробиологические исследования проб готовых блюд на соответствие санитарно-эпидемиологическим требованиям	Салаты, напитки, вторые блюда, гарниры, соусы, творожные, яичные, овощные блюда	2-3 блюда исследуемого приема пищи	1 раз в смену
Калорийность, выход блюд и соответствие химического состава блюд рецептуре	Рацион питания	1	1 раз в смену
Контроль проводимой витаминизации блюд	Третьи блюда	1 блюдо	1 раз в смену
Микробиологические исследования смывов на наличие санитарно-показательной микрофлоры (БГКП)	Объекты производственного окружения, руки и спецодежда персонала	5-10 смывов	1 раз в смену
Микробиологические исследования смывов на наличие возбудителей иерсиниозов	Оборудование, инвентарь в овощехранилищах и складах хранения овощей, цехе обработки	5-10 смывов	1 раз в смену
Исследования смывов на наличие яиц гельминтов	Оборудование, инвентарь, тара, руки, спецодежда персонала, сырые пищевые продукты (рыба, мясо,	5 смывов	1 раз в смену
Исследования питьевой воды на соответствие требованиям санитарных норм, правил и гигиенических нормативов по химическим и микробиологическим показателям	Питьевая вода из разводящей сети помещений: моечных столовой и кухонной посуды; цехах: овощном, холодном, горячем, доготовочном	2 пробы	1 раз в смену

**Справочная информация о пищевых продуктах для  
формирования конкурсной документации**

№	Наименование пищевой продукции	Характеристики пищевой продукции*
1	абрикосы свежие	ГОСТ 32787-2014
2	абрикосы сушеные без косточки (курага)	ГОСТ 32896-2014
3	апельсины свежие	ГОСТ 34307-2017
4	баклажаны свежие	ГОСТ 31821-2012
5	бананы свежие	ГОСТ Р 51603-2000
6	брусника быстрозамороженная	ГОСТ 33823-2016
7	варенье	ГОСТ 34113-2017
8	виноград сушеный	ГОСТ 6882-88
9	вишня быстрозамороженная	ГОСТ 33823-2016
10	горох шлифованный: целый или колотый	ГОСТ 28674-2019
11	горошек зеленый быстрозамороженный	ГОСТ Р 54683-2011
12	горошек зеленый консервированный	ГОСТ 34112-2017
13	груши свежие	ГОСТ 33499-2015
14	джем	ГОСТ 31712-2012
15	зелень свежая (лук, укроп)	ГОСТ 34214-2017
16	йогурт или биоюгурт	ГОСТ 31981-2013
17	кабачки (цукини) быстрозамороженные	ГОСТ Р 54683-2011
18	кабачки свежие	ГОСТ 31822-2012
19	какао-напиток витаминизированный быстрорастворимый	ГОСТ 108-2014
20	капуста белокочанная свежая раннеспелая, среднеспелая, среднепоздняя и позднеспелая	ГОСТ Р 51809-2001
21	капуста брокколи быстрозамороженная	ГОСТ Р 54683-2011
22	капуста брюссельская быстрозамороженная	ГОСТ Р 54683-2011
23	капуста квашеная	ГОСТ 34220-2017
24	капуста китайская (пекинская) свежая	ГОСТ 34323-2017
25	капуста свежая очищенная в вакуумной упаковке(белокочанная или краснокочанная)	ТУ изготовителя
26	капуста цветная быстрозамороженная	ГОСТ Р 54683-2011
27	капуста цветная свежая	ГОСТ 33952-2016
28	картофель продовольственный свежий	ГОСТ 7176-2017
29	картофель свежий очищенный в вакуумной упаковке	ТУ изготовителя
30	киви свежие	ГОСТ 31823-2012
31	кисель	ГОСТ 18488-2000
32	кислота лимонная	ГОСТ 908-2004
33	клубника быстрозамороженная	ГОСТ 33823-2016
34	клюква быстрозамороженная	ГОСТ 33823-2016
35	икра овощная из кабачков	ГОСТ 2654-2017
36	консервы рыбные	ГОСТ 7452-2014, ГОСТ 32156-2013
37	крахмал картофельный	ГОСТ Р 53876-2010
38	крупа гречневая ядрица	ГОСТ 5550-2021
39	крупа кукурузная шлифованная	ГОСТ 6002-2022
40	крупа овсяная	ГОСТ 3034-2021
41	крупа пшеничная	ГОСТ 276-2021

№	Наименование пищевой продукции	Характеристики пищевой продукции*
42	крупа пшено шлифованное	ГОСТ 572-2016
43	крупа рис шлифованный)	ГОСТ 6292-93
44	крупа ячменная перловая	ГОСТ 5784-2022
45	кукуруза сахарная в зернах, консервированная	ГОСТ 34114-2017
46	лавровый лист	ГОСТ 17594-81
47	лимоны свежие	ГОСТ 34307-2017
48	лук репчатый свежий	ГОСТ 34306-2017
49	лук репчатый свежий очищенный в вакуумной	ТУ изготовителя
50	мак пищевой	ГОСТ Р 52533-2006
51	макаронные изделия группы А (вермишель, лапша)	ГОСТ 31743-2017
52	малина быстрозамороженная	ГОСТ 33823-2016
53	мандарины свежие (не ниже 1 сорта)	ГОСТ 34307-2017
54	масло подсолнечное	ГОСТ 1129-2013
55	масло сладко-сливочное несоленое	ГОСТ 32261-2013
56	мед натуральный	ГОСТ 19792-2017
57	молоко питьевое	ГОСТ 32252-2013
58	молоко цельное сгущенное с сахаром	ГОСТ 31688-2012
59	молоко стерилизованное концентрированное	ГОСТ 3254-2017
60	морковь столовая свежая	ГОСТ 32284-2013
61	мука пшеничная хлебопекарная	ГОСТ 26574-2017
62	мясо, замороженное в блоках – говядина, для детского питания	ГОСТ 31799-2012
63	мясо индейки охлажденное, замороженное	ГОСТ Р 52820-2007
64	натрий двууглекислый (сода пищевая)	ГОСТ 2156-76
65	нектарины свежие	ГОСТ 34340-2017
66	нектары фруктовые и фруктово-овощные	ГОСТ 32104-2013
67	огурцы консервированные без добавления уксуса	ТУ производителя
68	огурцы свежие	ГОСТ 33932-2016
69	огурцы соленые стерилизованные	ГОСТ 34220-2017
70	перец сладкий свежий	ГОСТ 34325-2017
71	плоды шиповника сушеные	ГОСТ 1994-93
72	Повидло	ГОСТ 32099-2013
73	полуфабрикаты мясные крупнокусковые	ГОСТ Р 54754-2021
74	полуфабрикаты натуральные кусковые	ГОСТ 31465-2012
75	полуфабрикаты натуральные кусковые	ГОСТ 31465-2012
76	редис свежий	ГОСТ 34216-2017
77	рыба мороженая (треска, пикша, сайра, минтай, хек, окунь морской, судак, кефаль, горбуша, кета, нерка, семга, форель)	ГОСТ 32366-2013
78	салат свежий (листовый, кочанный)	ГОСТ 33985-2016
79	сахар-песок или сахар белый кристаллический	ГОСТ 33222-2015
80	сахар-песок или сахар белый кристаллический порционный	ГОСТ 33222-2015
81	свекла свежая очищенная в вакуумной упаковке	ТУ изготовителя
82	свекла столовая свежая	ГОСТ 32285-2013
83	сиропы на плодово-ягодном, плодовом или ягодном сырье (без консервантов) в ассортименте	ГОСТ 28499-2014
84	слива свежая	ГОСТ 32286-2013
85	сметана	ГОСТ 31452-2012

№	Наименование пищевой продукции	Характеристики пищевой продукции*
86	смородина черная быстрозамороженная	ГОСТ 33823-2016
87	соль поваренная пищевая выварочная йодированная	ГОСТ Р 51574-2018
88	субпродукты – печень	ГОСТ 31799-2012
89	сухари панировочные из хлебных сухарей высшего сорта	ГОСТ 28402-89
90	сыры полутвердые	ГОСТ 32260-2013
91	творог (не выше 9% жирности)	ГОСТ 31453-2013
92	томатная паста или томатное пюре без соли	ГОСТ 3343-2017
93	томаты свежие	ГОСТ 34298-2017
94	тушки цыплят-бройлеров потрошенные охлажденные, замороженные	ГОСТ Р 52306-2005
95	фасоль продовольственная белая или красная	ГОСТ 7758-2020
96	фруктовая смесь быстрозамороженная	ГОСТ 33823-2016
97	фрукты косточковые сушеные (чернослив)	ГОСТ 32896-2014
98	хлеб белый из пшеничной муки	ГОСТ 26987-86, ГОСТ 31752-2012
99	хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной	ГОСТ 31752-2012, ГОСТ 31807-2018, ГОСТ 26983-2015
100	хлеб зерновой	ГОСТ 25832-89
101	хлеб из муки пшеничной хлебопекарной, обогащенный витаминами и минералами	ТУ изготовителя
102	хлопья овсяные (вид геркулес, экстра)	ГОСТ 21149-2022
103	чай черный байховый в ассортименте	ГОСТ Р 32573-2013
104	черешня свежая	ГОСТ 33801-2016
105	яблоки свежие	ГОСТ 34314-2017
106	ядро ореха грецкого	ГОСТ 16833-2014
107	яйца куриные столовые	ГОСТ 31654-2012
108	крупа манная	ГОСТ 7022-2019
Примечание: * – по ГОСТ или по ТУ изготовителя с показателями не ниже ГОСТ.		

**Справочная информация по гигиеническому воспитанию и обучению детей  
по вопросам здорового питания**

1. Информационный портал Роспотребнадзора о здоровом питании: [здоровое-питание.рф](http://здоровое-питание.рф) (в свободном доступе)



2. Информационные материалы ФБУЗ «Центр гигиенического образования населения» Роспотребнадзора

2.1. Материалы Образовательного центра по вопросам здорового питания



2.2. Лаборатория здорового питания



2.3. Анимационные видеоролики «Ваня – здоровое питание это просто»



3. Информационные материалы ФБУН «Новосибирский научно-исследовательский институт гигиены» Роспотребнадзора

3.1. Информация о здоровом питании



3.2. Видеоматериалы о здоровом питании



### Библиографические ссылки

1. Федеральный закон от 30.03.1999 № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения».
2. Федеральный закон от 02.01.2000 № 29-ФЗ «О качестве и безопасности пищевых продуктов».
3. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».
4. СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
5. СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
6. Приказ Минздрава России от 15.12.2014 № 834н «Об утверждении унифицированных форм медицинской документации, используемых в медицинских организациях, оказывающих медицинскую помощь в амбулаторных условиях, и порядков по их заполнению».
7. МР 2.4.0162-19 «Особенности организации питания детей, страдающих сахарным диабетом и иными заболеваниями, сопровождающимися ограничениями в питании (в образовательных и оздоровительных организациях)».
8. МР 2.4.5.0146-19 «Организация питания детей дошкольного и школьного возраста в организованных коллективах на территории Арктической зоны Российской Федерации».
9. Приказ Роспотребнадзора от 07.07.2020 № 379 «Об утверждении обучающих (просветительских) программ по вопросам здорового питания».
10. Приказ Роспотребнадзора от 27.02.2019 № 97 «Об организации деятельности научно-методических и образовательных центров по вопросам здорового питания».
11. Никуленкова Т.Т., Ястина Г.М. Проектирование предприятий общественного питания. – М.: КолосС, 2006. – 247 с.