

СОГЛАСОВАНО:

Директор ГУ РК «Детский дом № 3 для детей-сирот и детей,
оставшихся без попечения родителей»

г. Сыктывкара


З.А. Вахнина

«30» сентября 20 22 г



УТВЕРЖДАЮ:

Генеральный директор ООО «РД ГРУПП»


А.Л. Шуплецов

«30» сентября 20 22 г



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

на осенне-зимний период

ГУ РК «Детский дом № 3 для детей-сирот и детей,
оставшихся без попечения родителей» г. Сыктывкара
(167023, РК, г. Сыктывкар, ул. Коммунистическая, д. 75а)

ГУ РК "Детский дом № 3" г. Сыктывкара		понедельник первая неделя																				
Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Блюдо	3-7 лет						7-12 лет						12-18 лет						
				Выход,г	Цена*	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Выход,г	Цена*	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Выход,г	Цена*	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	
Завтрак	Гор.блюдо	№103 Пермь2006г	Каша гречневая вязкая с м/сл	150	3,75	5,96	6,16	26,35	184,63	200	5	7,44	8,07	35,28	243,92	200	5	7,44	8,07	35,28	243,92	
	Доп. блюдо		Масло сливочное	10		0,20	14,50	0,28	66,20	40		5,08	4,60	0,28	62,80	40		5,08	4,60	0,28	62,80	
	Доп.блюдо		Сыр порционно	20		5,20	5,40		286,00	10		0,20	14,50	0,28	132,40	10		0,20	14,50	0,28	132,40	
	Гор.напиток	№271Пермь2006	Чай с сахаром	200		0,12		12,04	48,64	200		4,85	5,04	32,73	195,71	200		4,85	5,04	32,73	195,71	
	Хлеб		Батон нарезной	50		3,75	1,50	26,00	132,50	50						100						
2-ой завтрак	Осн.блюдо		Фрукты свежие	160						150					150							
	Напиток																					
Обед	Закуска	№1Пермь2006г	Винегрет овощной	60		0,76	6,08	4,99	77,56	100		1,26	10,14	8,32	129,26	150		1,89	15,21	12,48	193,89	
	1 блюдо	№38 Пермь2006	Суп картофельный с клецками	200		3,00	2,63	13,47	89,55	250		3,75	3,29	16,84	111,94	250		3,75	3,29	16,84	111,94	
	2 блюдо	№159Пермь2006	Быфштекс	80		24,97	16,45	0,24	248,96	100					100							
	2 блюдо	№345Пермь 2013	Котлета рыбная							100		13,90	2,10	9,60	113,00	120		16,68	2,52	11,52	135,60	
	Гарнир	№216Пермь2006г	Пюре картофельное	150		3,20	6,06	23,30	160,46	150		3,20	6,06	23,30	160,46	200		4,26	8,08	31,06	213,94	
	Напиток	№253Пермь2006г	Компот из плодов и ягод сушеных	200		0,33		22,66	91,98	200		0,33		22,66	91,98	200		0,33		22,66	91,98	
	Хлеб	0,00	Хлеб пшеничный	25		2,00	0,25	12,75	62,50	50		4,00	0,50	25,50	125,00	50		4,00	0,50	22,50	125,00	
	хлеб	0,00	Хлеб ржаной	25		1,88	0,25	12,00	57,50	50		3,75	0,50	24,00	115,00	50		3,75	0,50	24,00	115,00	
	Доп.блюдо	№231Пермь2006	Соус молочный	30		1,00	2,07	2,77	33,70	30		1,00	2,07	2,77	33,70	30		1,00	2,07	2,77	33,70	
	Полдник	Напиток	№260Пермь2006	Чай с сахаром	200		5,59	6,38	9,38	117,31	200		5,59	6,38	9,38	117,31	200		5,59	6,38	9,38	117,31
Осн.блюдо		№124Пермь2006	Запеканка творожная	150		29,22	12,11	29,10	342,23	150		29,22	12,11	29,10	342,23	200		38,96	16,15	25,86	456,31	
Доп.блюдо			Фрукты свежие	100						150					150							
Ужин	Закуска	№7Пермь2006	Салат из квашеной капусты	60		0,96	6,00	2,15	66,36	100		1,60	10,00	3,58	110,60	150		2,40	15,00	5,37	165,90	
	Гарнир	№370Пермь 2013	Плов из отварной говядины	200		26,48	15,36	39,36	352,00	240		26,48	15,36	39,36	352,00	280		37,07	21,50	55,10	492,80	
	Напиток	№495Пермь2013г	Сок фруктовый	200				20,00	90,00	200		1,50	1,30	15,90	81,00	200		1,50	1,30	15,90	81,00	
	Хлеб	0,00	Хлеб пшеничный	30		2,00	0,25	12,75	62,50	50		4,00	0,50	25,50	125,00	50		4,00	0,50	25,50	125,00	
	Хлеб	0,00	Хлеб ржаной	200		1,88	0,25	12,00	57,50	50		3,75	0,50	24,00	115,00	50		3,75	0,50	24,00	115,00	
	2-ой ужин	0,00	Кефир жир. 2,5 %	200		6,00	5,00	8,00	102,00	200		6,00	5,00	8,00	102,00	200		6,00	5,00	8,00	102,00	
ИТОГО						261,24	155,82	128,56	375,85	3358,44		322,56	126,90	108,02	356,38	2860,31		357,00	152,50	130,71	381,51	3311,20

* Цена указана в соответствии с Приложением № 1 к договору №0307200030621000315 от 31.03.2021 на оказание услуг по организации питания воспитанников ГУ РК "Детский дом № 3" г. Сыктывкара в 3, 4 квартале 2021 года.

ГУ РК "Детский дом № 3" г. Сыктывкара Вторник первая неделя

Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Блюдо	3-7 лет						7-12 лет						12-18 лет						
				Выход,г	Цена*	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Выход,г	Цена*	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Выход,г	Цена*	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	
Завтрак	Гор.блюдо	№93Пермь.2006	Каша молочная "Дружба" с м/сл	150	3,75	4,91	6,25	26,32	180,83	200	5	6,55	8,33	35,09	241,11	200	5	6,55	8,33	35,09	241,11	
	Доп. блюдо		Масло сливочное	10		0,20	14,50	0,28	132,40	10		0,20	14,50	0,28	132,40	10		0,20	14,50	0,28	132,40	
	Гор.блюдо	№258Пермь.2006	Кофейный напиток	200		2,79	3,19	19,71	118,69	200		2,79	3,19	19,71	118,69	200		2,79	3,19	19,71	118,69	
	Доп.блюдо		Яйцо вареное	40		5,08	4,60	0,28	62,80	40		5,08	4,60	0,28	62,80	40		5,08	4,60	0,28	62,80	
	Хлеб	0,00		Батон нарезной	50		3,75	1,50	26,00	132,50	100		7,50	3,00	52,00	265,00	100		7,50	3,00	52,00	265,00
2-ой завтрак	Осн.блюдо		Фрукты свежие	160						150												
	Напиток																					
Обед	Закуска	№23Пермь.2006	Салат картофельный с зел.горошком	80		2,43	9,10	8,61	125,60	100		3,04	11,38	10,76	157,00	150		3,04	11,38	10,76	157,00	
	1 блюдо	№27Пермь.2006	борщ с капустой и картофелем	200		1,52	5,33	8,65	88,89	250		1,52	5,33	8,65	88,89	250		1,52	5,33	8,65	88,89	
	2 блюдо	№182Пермь.2006г	Тефтели "Ежики"	70		9,16	13,53	9,44	196,14	90		11,83	17,40	12,14	252,18	100		13,14	19,33	13,49	280,20	
	Гарнир	№196Пермь.2006г	Греча рассыпчатая, с м/сл	130		7,56	4,71	39,00	228,63	150		8,73	5,43	45,00	263,81	120		11,64	7,24	60,00	351,74	
	Напиток	№253Пермь.2006	Компот из плодов и ягод сушеных	200		0,33		22,66	91,98	200		0,33		22,66	91,98	200		0,33		22,66	91,98	
	Доп.блюдо	№238Пермь.2006	соус томатный	30		0,16	1,10	1,57	16,85	30		0,16	1,10	1,57	16,85	200		0,16	1,10	1,57	16,85	
	Хлеб			Хлеб ржаной	50						100		100	0,50	25,50	125,00	50					
																50						
																30						
Полдник	Напиток	№271Пермь.2006	Чай с сахаром	200		0,12		12,04	48,64	200		0,12		12,04	48,64	200		0,12		12,04	48,64	
	Осн.блюдо	№287Пермь.2006	корж молочный	60		4,09	7,02	40,60	242,10	60		4,09	7,02	40,60	242,10	60		4,09	7,02	40,60	242,10	
			Фрукты свежие	100						150						150						
Ужин	Закуска	№21Пермь.2006	Салат из свежлы отварной с сол.огурцом	80		1,01	8,06	6,21	101,44	100		1,26	10,08	7,76	126,80	150		1,89	15,12	11,64	190,20	
	Гарнир	№216Пермь.2006г	Пюре картофельное	130		2,77	5,25	20,19	139,06	150		3,20	6,06	23,30	160,46	200		4,26	8,08	31,06	213,94	
	2 блюдо	№172Пермь.2006	котлета мясная	80		12,21	13,39	6,56	202,00													
	2 блюдо	№345Пермь.2006	котлеты рыбные							100		13,90	2,10	9,60	113,00	120		16,68	2,52	11,52	135,60	
	Доп.блюдо	№231Пермь.2006	соус молочный	30		1,01	2,07	2,77	33,70	30		1,01	2,07	2,77	33,70	30		1,01	2,07	2,77	33,70	
	Напиток			Сок фруктовый	200				20,00	90,00	200				20,00	90,00	200				20,00	90,00
	Хлеб			Хлеб пшеничный	50		3,75	0,50	24,00	115,00	100		8,00	1,00	51,00	250,00	100		8,00	1,00	51,00	250,00
2-ой ужин	0,00	0,00	Кефир жир. 2,5 %	200		6,00	5,00	8,00	102,00	200		6,00	5,00	8,00	102,00	200		6,00	5,00	8,00	102,00	
ИТОГО						261,24	68,85	105,10	302,89	2449,25		322,56	185,31	108,09	408,71	2982,41		357,00	94,00	118,81	413,12	3112,84

* Цена указана в соответствии с Приложением № 1 к договору №0307200030621000315 от 31.03.2021 на оказание услуг по организации питания воспитанников ГУ РК "Детский дом № 3" г. Сыктывкара в 3, 4 квартале 2021 года.

ГУ РК "Детский дом № 3" г. Сыктывкара			Среда первая неделя																			
Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Блюдо	3-7 лет						7-12 лет						12-18 лет						
				Выход,г	Цена*	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Выход,г	Цена*	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Выход,г	Цена*	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	
Завтрак	Гор.блюдо	№103 пермь 2006	каша пшенинная молочная жидкая	130/3,25		3,93	4,72	22,29	147,65	150/3,75		4,53	5,45	25,72	170,37	250/6,3		7,55	9,08	42,87	283,95	
	Доп. блюдо	№258 пермь 2006	масло сливочное	10		0,18	13,05	0,25	119,16	13		0,26	18,85	0,36	172,12	14		0,28	20,3	0,39	185,36	
	Доп.блюдо	№258 пермь 2006	чай с сахаром	200		8,9	3,06	12,04	58	200		8,9	3,06	26	58	200		8,9	3,06	26	58	
	Напиток		сыр	19		4,94	5,13	0	271,7	23		5,98	6,48		328,9	23		5,98	4,21	0	328,9	
	Хлеб	№ пермь 2006	батон нарезной	50		3,75	1,5	26	132,5	50		3,75	1,5	26	132,5	70		5,25	2,1	36,4	185,5	
2-ой завтрак	фрукт																					
			фрукты	100						200						200						
Обед	Закуска																					
	1 блюдо	№4 пермь 2006	салат с белок. капусты и моркови	60		0,5	3,04	3,19	42,01	100		0,84	5,06	5,32	70,02	150		1,26	7,59	7,98	105,03	
	2 блюдо	№33 пермь 2006	суп-лапша домашняя	180		1,76	3,52	10,02	78,75	250		2,45	4,89	13,91	109,38	250		2,45	4,89	13,91	109,38	
	Гарнир	№ 216 пермь 2006	картофельное пюре	130		2,77	5,2	20,19	139,06	200		4,26	8,08	31,06	213,94	230		4,9	9,29	35,72	246,03	
	Напиток	№ 189 пермь	котлета припущенная(кура)	70		11,02	12,45	7,52	186,09	90		14,17	16,01	9,67	239,26	120		18,89	21,34	12,34	319,01	
	Доп.блюдо	№238 пермь	соус томатный	30		0,16		1,6	16,8	30		0,16	1,1	1,6	16,8	30		0,16	1,1	1,6	16,8	
	Хлеб	№253 пермь		компот из плодов и ягод сушеных	200		0,33		22,66	91,98	200		0,33		22,66	91,98	200		0,33		22,66	91,98
				хлеб ржаной	25		1,88	0,25	12	57,5	50		3,76	0,5	24	115	75		5,64	0,75	36	58,65
			хлеб пшеничный	27		2,16	0,27	13,77	67,5	66					57							
Полдник	Напиток	№260 пермь	молоко кипяченое	200		5,59	6,38	9,38	117,31	200		5,59	6,38	9,38	117,31	200		5,59	6,38	9,38	117,31	
	Осн.блюдо	№299 пермь	ватрушка с повидлом	50		5,9	2,19	34,84	182,56	100		11,18	4,38	69,68	365,12	100		11,18	4,38	69,68	365,12	
			фрукты	160						100					100							
Ужин	Закуска	№ 23 пермь 2008	салат из свежлы отварной	60		0,84	6,05	5,53	80	100		11,4	10,08	9,22	133,28	100		11,4	10,08	9,22	133,28	
	Осн.блюдо	№ 163 пермь 2006	жаркое по - домашнему	70/150		22,54	17,33	22,13	334,08	90/150		24,59	18,9	24,14	364,45	100/200		30,74	23,63	30,17	455,56	
	Напиток		сок фруктовый	200				20	90	200				20	90	200				20	90	
	Хлеб			хлеб пшеничный							64		5,12	0,64	32,64	160						
				хлеб ржаной	25		1,88	0,25	12	57,5	50		3,76	0,5	24	115	75		5,64	0,75	36	58,65
2-ой ужин	0,00	0,00	Кефир жир. 2,5 %	200		6,00	5,00	8,00	102,00	200		6,00	5,00	8,00	102,00	200		6,00	5,00	8,00	102,00	
ИТОГО						261,24	85,03	89,39	263,41	2233,09		322,56	117,03	116,86	383,36	3056,05		357,00	132,14	133,93	418,32	3177,23

* Цена указана в соответствии с Приложением № 1 к договору №0307200030621000315 от 31.03.2021 на оказание услуг по организации питания воспитанников ГУ РК "Детский дом № 3" г. Сыктывкара в 3, 4 квартале 2021 года.

ГУ РК "Детский дом № 3" г. Сыктывкара			Четверг первая неделя																			
Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Блюдо	3-7 лет					7-12 лет					12-18 лет								
				Выход,г	Цена*	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Выход,г	Цена*	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Выход,г	Цена*	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	
Завтрак	Гор.блюдо	№99Пермь2006	каша жидкая (пшеничная)с маслом	150,3,75		5,60	6,10	26,00	183,00	150,3,75		5,60	6,10	26,00	183,00	200,5		7,44	8,07	35,28	243,92	
	Доп. блюдо		яйцо вареное	40		5,08	4,60	0,28	62,80	40		5,08	4,60	0,28	62,80	40		5,08	4,60	0,28	62,80	
	Напиток		кофейный напиток	200		2,79	3,19	19,71	118,69	200		2,79	3,19	19,71	118,69	200		2,79	3,19	19,71	118,69	
	Хлеб	№258Пермь2006	батон нарезной	38		3,75	1,50	26,00	132,50	50		3,75	1,50	26,00	132,50	100		5,25	2,10	36,40	185,50	
	Доп.Блюдо	0,00	масло сливочное	10		0,18		0,25	119,16	13		0,26	18,85	0,36	172,12	14		0,28	20,30	0,39	185,36	
2-ой завтрак			фрукты	100		0,20	0,30	8,00	37,00	200		0,40	0,60	16,00	74,00	200		0,40	0,60	16,00	74,00	
Обед	Закуска	№23Пермь2006	салат картофельный с зеленым горошком	60		1,82	6,83	6,46	94,20	100		3,04	11,38	10,76	157,00	100		3,04	11,38	10,76	157,00	
	1 блюдо	№48Пермь2006	рассольник домашний	200		4,02	9,04	25,90	119,68	250		5,03	11,30	32,28	149,60	300		6,04	13,56	38,86	179,52	
		№185Пермь2006г	сметана	10																		
	Гарнир	№210Пермь2006г	капуста тушеная	130		3,93	4,85	20,18	130,74	150		5,24	6,46	26,90	174,32	200		6,03	7,43	30,94	200,47	
	2 блюдо	№252Пермь2006	колбаса вареная	70		5,67	13,75	1,35	154,05	90		5,24	6,46	26,90	174,32	100		26,31	29,56	28,24	256,74	
	Напиток		компот из плодов и ягод сушеных	200		0,31	0,07	18,09	74,17	200		0,31	0,07	18,09	74,17	200		0,31	0,07	18,09	74,17	
	хлеб		хлеб ржаной	25		1,88	0,25	12,00	57,50	50		3,76	0,75	36,00	58,65	75		5,64	0,75	36,00	58,65	
			хлеб пшеничный	25		2,47	0,99	17,11	87,17	42		4,15	1,66	28,74	146,45	40		3,95	1,58	27,37	139,48	
Полдник	Напиток	№124Пермь2006	чай с сахаром	200		0,12		12,04	48,64	200		0,12		12,04	48,64	200		0,12		12,04	48,64	
	фрукт	№260Пермь2006	фрукт	160		0,26	0,38	10,24	47,36	100		0,14	0,20	5,44	25,16	100		0,14	0,20	5,44	25,16	
	Осн.блюдо		запеканка творожная	150		29,22	12,11	29,10	342,23	150		29,22	12,11	29,10	342,23	200		39,86	16,15	25,86	456,31	
	Доп.Блюдо		повидло	20				13,20	52,80	20				13,20	52,80	20				13,20	52,80	
Ужин	Закуска	№7Пермь2006	салат из квашеной капусты с луком	60		0,96	6,00	2,15	66,36	70		1,60	10,00	3,58	110,60	100		1,60	10,00	3,58	110,60	
	Гарнир	№216Пермь2006г	картофельное пюре	130		3,20	6,06	23,30	160,46	200		4,26	8,08	31,06	213,94	230		4,90	9,29	35,72	246,03	
	2Блюдо	№172Пермь2006г	биточки мясные	70		10,68	11,72	5,74	176,75	100		15,26	16,74	8,20	252,50	100		15,26	16,74	8,20	252,50	
	Напиток		сок фруктовый	200				20,00	90,00	200				20,00	90,00	200				20,00	90,00	
	Хлеб		хлеб пшеничный	25		2,47	0,99	17,11	87,17	42		4,15	1,66	28,74	146,45	39		3,85	1,54	26,69	135,99	
			хлеб ржаной	25		1,88	0,25	12,00	57,50	50		3,76	0,50	24,00	115,00	75		5,64	0,75	36,00	58,65	
			хлеб ржаной	25		1,88	0,25	12,00	57,50	50		3,76	0,50	24,00	115,00	75		5,64	0,75	36,00	58,65	
2-ой ужин	0,00	0,00	кефир	200		4,50	3,75	6,00	76,50	200		6,00	5,00	8,00	102,00	190		5,70	4,75	7,60	96,90	
ИТОГО						261,24	92,61	92,98	344,21	2633,93		322,56	112,92	127,71	475,38	3291,94		357,00	155,27	163,36	528,65	3568,53

* Цена указана в соответствии с Приложением № 1 к договору №0307200030621000315 от 31.03.2021 на оказание услуг по организации питания воспитанников ГУ РК "Детский дом № 3" г. Сыктывкара в 3, 4 квартале 2021 года.

ГУ РК "Детский дом № 3" г. Сыктывкара			Пятница первая неделя																			
Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Блюдо	3-7 лет						7-12 лет						12-18 лет						
				Выход,г	Цена*	Белки	Жиры	Углеводы	Каллорийность	Выход,г	Цена*	Белки	Жиры	Углеводы	Каллорийность	Выход,г	Цена*	Белки	Жиры	Углеводы	Каллорийность	
Завтрак	Доп.блюдо		Масло сливочное	5		0,10	7,25	0,14	66,20	10		0,20	14,50	0,28	132,40	10		0,20	14,50	0,28	132,40	
	Доп. блюдо		Сыр порционно	20		5,20	5,40		286,00	20		5,20	5,40		286,00	20		5,20	5,40		286,00	
	Гор.блюдо	№105Пермь2006	Каша мол.рисовая с м/сл.	150	3,75	3,84	4,97	24,46		157,60	200	5	5,12	6,62	32,61	210,13	200	5	5,12	6,62	32,61	210,13
	Напиток	№258Пермь	Кофейный напиток	200		2,79	3,19	19,71		118,69	200		2,79	3,19	19,71	118,69	200		2,79	3,19	19,71	118,69
	Хлеб		Батон нарезной	50		3,75	1,50	26,00		132,50	100		7,50	3,00	52,00	265,00	100		7,50	3,00	52,00	265,00
2-ой завтрак	фрукт		Фрукты свежие	260						260						260						
																				20,00	90,00	
Обед	Закуска	№1Пермь2006	Винегрет овощной	60		0,76	6,08	4,99	77,56	100		1,26	10,14	8,32	129,26	100		1,26	10,14	8,32	129,26	
	1 блюдо	№37Пермь2006	Суп картофельный с бобовыми	200		2,34	3,89	13,61	98,79	250		2,93	4,86	17,01	123,49	250		2,93	4,86	17,01	123,49	
	2 блюдо	№172Пермь2006	котлета мясная	70		10,68	11,72	5,74	176,75	100		15,26	16,74	8,20	252,50	100		15,26	16,74	8,20	252,50	
	Гарнир	№216Пермь2006	Пюре картофельное	150		3,20	6,06	23,30	160,46	150		3,20	6,06	23,30	160,46	230		4,90	9,29	35,72	246,03	
	Напиток	№253Пермь2006	Компот из плодов и ягод сушеных	200		0,33			22,66	91,98	200		0,33			22,66	200		0,33			91,98
	Доп.блюдо	№238Пермь2006	соус томатный	30		0,16	1,10	1,57	16,85	30		0,16	1,10	1,57	16,85	30		0,16	1,10	1,57	16,85	
	Хлеб		Хлеб ржаной	50		3,75	0,50	24,00		115,00	100		7,50	1,00	48,00	230,00	100		7,50	1,00	48,00	230,00
Полдник	Напиток	№260Пермь2006	Молоко 2,5	200		5,59	6,38	9,38	117,31	200		5,59	6,38	9,38	117,31	200		5,59	6,38	9,38	117,31	
	Осн.блюдо	№281Пермь2006	Булочка ванильная	60		8,81	4,45	35,00	215,20	100		14,68	7,42	58,00	358,70	100		14,68	7,42	58,00	358,70	
			Фрукты свежие																			
Ужин	Закуска	№233	Икра свекольная или морквяная	80		3,41	11,36	20,42	179,40	100		4,54	15,10	27,20	239,00	100		4,54	15,10	27,20	239,00	
	2 блюдо	№154Пермь2006	рыба тушеная с овощами	70	70	14,52	8,03	7,51	160,29	100	100	20,74	11,47	10,73	228,99	100	100	20,74	11,47	10,73	228,99	
	Гарнир	№204Пермь2006	Макароны отварные	130		4,78	4,59	30,62	182,95	150		5,52	5,30	35,33	211,10	200		7,36	7,06	47,10	281,46	
	Напиток		Сок	200				20,00	90,00	200				20,00	90,00	200				20,00	90,00	
	Хлеб		Хлеб пшеничный	50		4,00	0,50	25,50	125,00	100		8,00	1,00	51,00	250,00	100		8,00	1,00	51,00	250,00	
2-ой ужин	0,00	0,00	Кефир жир. 2.5 %	200		6,00	5,00	8,00	102,00	200		6,00	5,00	8,00	102,00	200		6,00	5,00	8,00	102,00	
			ИТОГО		261,24	84,01	91,97	322,61	2670,53		322,56	116,52	124,28	453,30	3613,86		357,00	120,06	129,27	497,49	3859,79	

* Цена указана в соответствии с Приложением № 1 к договору №0307200030621000315 от 31.03.2021 на оказание услуг по организации питания воспитанников ГУ РК "Детский дом № 3" г. Сыктывкара в 3, 4 квартале 2021 года.

ГУ РК "Детский дом № 3" г. Сыктывкара																						
Суббота первая неделя																						
Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Блюдо	3-7 лет					7-12 лет					12-18 лет								
				Выход,г	Цена*	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Выход,г	Цена*	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Выход,г	Цена*	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	
Завтрак	Доп.блюдо		Яйцо вареное	40		5,08	4,60	0,28	62,80	40		5,08	4,60	0,28	62,80	40		5,08	4,60	0,28	62,80	
	Доп.блюдо	№45Пермь2006	суп молочный с макаронными изделиями	200		5,58	6,12	19,73	156,08	200		5,58	6,12	19,73	156,08	250		6,98	7,65	24,70	195,00	
	Гор.блюдо		Масло сливочное	10		0,20	14,50	0,28	132,40	10		0,20	14,50	0,28	132,40	15		0,30	21,75	0,42	198,60	
	Напиток	№266Пермь2006	чай с молоком	200		1,05	1,20	13,04	67,16	200		1,05	1,20	13,04	67,16	200		1,05	1,20	13,04	67,16	
	Хлеб		Батон нарезной	50		3,75	1,50	26,00	132,50	100		7,50	3,00	52,00	265,00	100		7,50	3,00	52,00	265,00	
2-ой завтрак	фрукт		Фрукты свежие	260						260						260						
										200						200						
Обед	Закуска		икра кабачковая	60		4,20	4,20		54,00	100		7,00	7,00		54,00	100		7,00	7,00		54,00	
	1 блюдо	№55Пермь2006	Щи из свежей капусты со сметаной	200		1,67	5,06	8,51	86,26	250/10		2,09	6,33	10,64	107,83	250/10		2,09	6,33	10,64	107,83	
	Гарнир	№214Пермь2006	Картофель отварной	150		3,14	7,04	27,21	182,46	150		3,14	7,04	27,21	182,46	230		4,81	10,79	41,72	279,77	
	Напиток	№253Пермь2006	Компот из плодов и ягод	200		0,33		22,66	91,98	200		0,33		22,66	91,98	200		0,33		22,66	91,98	
	Хлеб		Хлеб ржаной	50		3,75	0,50	24,00	115,00	100		7,50	1,00	48,00	230,00	100		7,50	1,00	48,00	230,00	
	2 блюдо	№345Пермь2013	шницель рыбный	70		9,73	1,47	6,72	79,10	90		12,51	1,89	8,64	101,70	100		13,90	2,10	9,60	113,00	
Полдник	Осн.блюдо	№304Пермь2006	Пирожок печеный с яблоком	60		4,64	3,89	28,90	169,30	60		4,64	3,89	28,90	169,30	60		4,64	3,89	28,90	169,30	
	Напиток	№260Пермь2006	Молоко жир. 2,5% или чай с сахаром	200		5,59	6,38	9,38	117,31	200		5,59	6,38	9,38	117,31	200		5,59	6,38	9,38	117,31	
	фрукт		Фрукты свежие	100						100					100							
Ужин	Закуска	№4Пермь2006	салат из белокочанной капусты с морковью	80		0,67	4,05	5,86	56,01	100		0,84	5,06	5,32	70,02	150		1,26	7,59	7,98	105,03	
	Осн.блюдо	№364Пермь2013	Азу	200		20,38	21,85	26,00	382,31	250		26,50	28,40	33,80	497,00	300		31,80	34,08	40,56	596,40	
	Напиток		Сок	200				20,00	90,00	200				20,00	90,00	200				20,00	90,00	
	Хлеб		Хлеб пшеничный	50		4,00	0,50	25,50	125,00	100		8,00	1,00	51,00	250,00	100		8,00	1,00	51,00	250,00	
2-ой ужин	0,00	0,00	Кефир жир. 2,5 %	200		6,00	5,00	8,00	102,00	200		6,00	5,00	8,00	102,00	200		6,00	5,00	8,00	102,00	
ИТОГО						261,24	79,76	87,86	272,07	2201,67		322,56	103,55	102,41	358,88	2747,04		357,00	113,83	123,36	388,88	3095,18

* Цена указана в соответствии с Приложением № 1 к договору №0307200030621000315 от 31.03.2021 на оказание услуг по организации питания воспитанников ГУ РК "Детский дом № 3" г. Сыктывкара в 3, 4 квартале 2021 года.

Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Блюдо	3-7 лет						7-12 лет						12-18 лет					
				Выход,г	Цена*	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Выход,г	Цена*	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Выход,г	Цена*	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Завтрак	Гор.блюдо	№117Пермь2006	Омлет натуральный	130		11,64	18,04	3,04	221,08	130		11,64	18,04	3,04	221,08	130		11,64	18,04	3,04	221,08
	Доп. блюдо		Сыр порционно	20		5,20	5,40		286,00	20		5,20	5,40		286,00	20		5,20	5,40		286,00
	Доп. блюдо		Масло сливочное	10		0,20	14,50	0,28	132,40	10		0,20	14,50	0,28	132,40	15		0,30	21,75	0,42	198,60
	Напиток	№243Пермь2006	Какао на молоке	200		4,85	5,04	32,73	195,71	200		4,85	5,04	32,73	195,71	200		4,85	5,04	32,73	195,71
	Хлеб		Батон нарезной	50		3,75	1,50	26,00	132,50	100		7,50	3,00	52,00	265,00	100		7,50	3,00	52,00	265,00
2-ой завтрак	фрукт		Фрукты свежие	260						260						260					
	Напиток		Сок	200				20,00	90,00	200				20,00	90,00	200				20,00	90,00
Обед	Закуска	№7Пермь2006	Салат из квашеной капусты с луком	60		0,96	6,00	2,15	66,36	100		1,60	10,00	3,58	110,60	150		2,40	15,00	5,37	165,90
	1 блюдо	№35Пермь2006	Свекольник со сметаной	200/10		1,54	5,07	8,04	83,30	250/10		1,93	6,34	10,05	104,16	250/10		1,93	6,34	10,05	104,16
	Гарнир	№182Пермь2006	Тефтели с соусом красным основным	70/30		9,16	13,53	9,44	196,14	100/30		13,14	19,33	13,49	280,20	100/30		13,14	19,33	13,49	280,20
	Напиток	№254Пермь2006	Компот из яблок	200		0,16		14,99	60,64	200		0,16		14,99	60,64	200		0,16		14,99	60,64
	Хлеб		Хлеб ржаной	50		3,75	0,50	24,00	115,00	100		7,50	1,00	48,00	230,00	100		7,50	1,00	48,00	230,00
	2 блюдо	№204Пермь2006	Макароны отварные	130		4,78	4,59	30,62	182,95	150		5,52	5,30	35,33	211,10	200		7,36	7,06	47,10	281,46
Полдник	Напиток	№260Пермь2006	Молоко жир. 2,5% или чай с сахаром	200		5,59	6,38	9,38	117,31	200		5,59	6,38	9,38	117,31	200		5,59	6,38	9,38	117,31
	Осн.блюдо		печенье(кондитерское изделие)	80		5,60	12,80	54,40	352,00	80		5,60	12,80	54,40	352,00	100		7,00	16,00	68,00	440,00
			Фрукты свежие	100						100						100					
Ужин	2 блюдо	№345Пермь2013	биточки рыбные	70		9,73	1,47	6,72	79,10	90		12,51	1,89	8,64	101,70	100		13,90	2,10	9,60	113,00
	Осн.блюдо	№216Пермь2006	Пюре картофельное	150		3,20	6,06	23,30	160,46	150		3,20	6,06	23,30	160,46	230		4,90	9,29	35,72	246,03
	Закуска	№1Пермь2006	Винегрет овощной	60		0,76	6,08	4,99	77,56	100		1,26	10,14	8,32	129,26	150		1,89	15,21	12,48	193,89
	Напиток	№271Пермь2006	Чай с сахаром	200		0,12		12,04	48,64	200		0,12		12,04	48,64	200		0,12		12,04	48,64
	Хлеб		Хлеб пшеничный	50		4,00	0,50	25,50	125,00	100		8,00	1,00	51,00	250,00	100		8,00	1,00	51,00	250,00
2-ой ужин	0,00	0,00	Кефир жир. 2,5 %	200		6,00	5,00	8,00	102,00	200		6,00	5,00	8,00	102,00	200		6,00	5,00	8,00	102,00
ИТОГО					261,24	80,99	112,46	315,62	2824,15		322,56	101,52	131,22	408,57	3448,26		357,00	109,38	150,56	453,41	3889,62

* Цена указана в соответствии с Приложением № 1 к договору №0307200030621000315 от 31.03.2021 на оказание услуг по организации питания воспитанников ГУ РК "Детский дом № 3" г. Сыктывкара в 3, 4 квартале 2021 года.

ГУ РК "Детский дом № 3" г. Сыктывкара		понедельник вторая неделя																			
Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Блюдо	3-7 лет					7-12 лет					12-18 лет							
				Выход, г	Цена*	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийности	Выход, г	Цена*	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийности	Выход, г	Цена*	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийности
Завтрак		№103 пермь 2006	каша молочная пшеничная	150,3,75		4,53	5,45	2,75	170,37	200\5		6,04	7,27	34,29	227,16	200\5		6,04	7,27	34,29	227,16
			сыр порционно	20		5,2	5,4		286	20		5,2	5,4		286	20		5,2	5,4		286
		№266 пермь 2006	чай с молоком	200		1,05	1,2	13,04	67,16	200		1,05	1,2	13,04	67,16	200		1,05	1,2	13,04	67,16
			батон нарезной	50		3,75	1,5	26	132,5	100		7,5	3	52	265	100		7,5	3	5,2	265
			масло сливочное	10		0,2	14,5	0,28	132,4	10		0,2	14,5	0,28	132,4	10		0,2	14,5	0,28	132,4
2-ой завтрак			фрукты	100						200						200					
Обед		№23 пермь 2006	салат из свеклы отварной	60		0,86	3,05	5,7	45,24	100		1,14	5,09	9,5	75,35	100		1,14	5,09	9,5	75,35
		№36 пермь 2006	суп из овощей	200		1,54	4,69	10,07	92,19	250		1,93	5,86	12,59	115,24	250		1,93	5,86	12,59	115,24
			сметана	10						10						10					
		№172 пермь 2006	биточки мясные	70		10,68	11,72	5,74	176,75												
		№354	биточки рыбные							90		12,51	1,89	8,64	101,7	100		13,9	2,1	9,6	113
		№ 216 пермь 2006	пюре картофельное	150		3,2	6,06	23,3	160,46	150		3,2	6,06	23,3	160,46	230		4,9	9,29	35,72	246,03
		№253	компот из плодов и ягод сушеных	200		0,33		22,66	91,98	200		0,33		22,66	91,98	200		0,33		22,6	91,98
			хлеб ржаной	50		3,75	0,5	24	115	100		7,5	1	48	230	100		7,5	1	48	230
Полдник		№137 пермь 2006	сырники из творога	150		28,67	7,48	39,59	340,36	150		28,67	7,48	39,59	340,36	200		38,23	9,97	52,79	453,95
			повидло	20						20						20					
			фрукты	160						100						100					
		№27	чай с сахаром	200		0,12		12,04	48,64	200		0,12		12,04	48,64	200		0,12		12,04	48,64
Ужин		№7 пермь 2006	салат из квашеной капусты с морковью	60		0,96	6	2,15	66,36	100		1,6	10	3,58	110,6	100		1,6	10	3,58	110,6
		№89 пермь 2006	суфле картофельное	150		5,6	4,9	18	139	200		7,46	6,53	24	185,33	230		8,58	7,51	27,6	213,13
		№48	фрикадельки в соусе	70/63		7,78	8,36	5,66	128,78	110\75		10,89	11,7	7,92	180,29	110/75		10,89	11,7	7,92	180,29
			сок фруктовый	200				20	90	200				20	90	200				20	90
			хлеб пшеничный	50		4	0,5	25,5	125	100		8	1	51	250	100		8	1	51	250
2-ой ужин			кефир	200		6	5	8	102	200		6	5	8	102	200		6	5	8	102

ГУ РК "Детский дом № 3" г. Сыктывкара			Вторник вторая неделя																			
Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Блюдо	3-7 лет					7-12 лет					12-18 лет								
				Выход,г	Цена*	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Выход,г	Цена*	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Выход,г	Цена*	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	
Завтрак	Гор.блюдо	№99Пермь2006	Каша молочная пшеничная м/сл	150	3,75	5,58	6,05	26,46	182,94	200	5	7,44	8,07	35,28	243,92	200	5	7,44	8,07	35,28	243,92	
	Доп. блюдо		Яйцо вареное	40		5,08	4,60	0,28	62,80	40		5,08	4,60	0,28	62,80	40		5,08	4,60	0,28	62,80	
	Доп.блюдо		Масло сливочное	5		0,10	7,25	0,14	66,20	10		0,20	14,50	0,28	132,40	10		0,20	14,50	0,28	132,40	
	Гор.напиток	№243Пермь2006	Какао на молоке	200		4,85	5,04	32,73	195,71	200		4,85	5,04	32,73	195,71	200		4,85	5,04	32,73	195,71	
	Хлеб		Батон нарезной	50		3,75	1,50	26,00	132,50	100		7,50	3,00	52,00	265,00	100		7,50	3,00	52,00	265,00	
2-ой завтрак	Осн.блюдо		Фрукты свежие	260						260					260							
	Напиток																					
Обед	Закуска	№4Пермь 2006	салат из белокочанной капусты с морковью	60		0,50	3,04	3,19	42,01	100		0,84	5,06	5,32	70,02	150		1,26	7,59	7,98	105,03	
	1 блюдо	№150Пермь2013	Суп картофельный с рыбой	200		6,28	3,06	18,52	114,80	250		7,85	3,83	23,15	143,50	250		7,85	3,83	23,15	143,50	
	2 блюдо	№189Пермь2006	котлета куринная	70		11,02	12,45	7,52	186,09	90		14,17	16,02	7,52	334,98	100		15,74	17,80	10,74	372,20	
	Гарнир	№214Пермь 2006	Картофель отварной	150		3,14	7,04	27,21	182,46	150		3,14	7,04	27,21	182,46	230		4,81	10,79	41,72	279,77	
	Напиток	№256Пермь2006	Компот из кураги	200		0,33		22,66	91,98	200		0,33		22,66	91,98	200		0,33		22,66	91,98	
	Хлеб		Хлеб ржаной	50		3,75	0,50	24,00	115,00	100		7,50	1,00	48,00	230,00	100		7,50	1,00	48,00	230,00	
Полдник	Напиток	№260Пермь2006	Молоко жир. 2,5%	200		5,59	6,38	9,38	117,31	200		5,59	6,38	9,38	117,31	200		5,59	6,38	9,38	117,31	
			Фрукты свежие	100						100					100							
	Осн.блюдо	№304Пермь2006	Пирожок печеный с капустой	60		4,72	3,97	36,05	198,71	60		4,72	3,97	36,05	198,71	60		4,72	3,97	36,05	198,71	
Ужин	Закуска	№1Пермь 2006	Винегрет овощной	60		0,76	6,08	4,99	77,56	100		1,26	10,14	8,32	129,26	150		1,89	15,21	12,48	193,89	
	Гарнир	№83Пермь2006	Рагу овощное	150		2,79	11,15	16,93	179,24	150		2,79	11,15	16,93	179,24	230		4,28	17,10	25,96	274,84	
	Осн.блюдо	№345 Пермь2013	биточки рыбные	70		9,73	1,47	6,72	79,10	90		12,51	1,89	8,64	101,70	100		13,90	2,10	9,60	113,00	
	Доп.блюдо	№231Пермь2006	соус молочный	30		1,00	2,07	2,77	33,70	30		1,00	2,07	2,77	33,70	30		1,00	2,07	2,77	33,70	
	Напиток		Сок	200				20,00	90,00	200				20,00	90,00	200				20,00	90,00	
	Хлеб		Хлеб пшеничный	50		4,00	0,50	25,50	125,00	100		8,00	1,00	51,00	250,00	100		8,00	1,00	51,00	250,00	
2-ой ужин	Осн.блюдо		Кефир жир. 2,5 %	200		6,00	5,00	8,00	102,00	200		6,00	5,00	8,00	102,00	200		6,00	5,00	8,00	102,00	
ИТОГО						261,24	78,97	87,15	319,05	2375,11		322,56	100,77	109,76	415,52	3154,69		357,00	107,94	129,05	450,06	3495,76

* Цена указана в соответствии с Приложением № 1 к договору №0307200030621000315 от 31.03.2021 на оказание услуг по организации питания воспитанников ГУ РК "Детский дом № 3" г. Сыктывкара в 3, 4 квартале 2021 года.

ГУ РК "Детский дом № 3" г. Сыктывкара			Среда вторая неделя																			
Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Блюдо	3-7 лет						7-12 лет						12-18 лет						
				Выход,г	Цена*	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Выход,г	Цена*	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Выход,г	Цена*	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	
Завтрак	Гор.блюдо	№93 Пермь 2006	Каша молочная дружбас м/сл	150/3,75		4,91	6,25	26,32	180,83	200/5		6,55	8,33	35,09	241,11	200/5		6,55	8,33	35,09	241,11	
	Доп. блюдо		Масло сливочное	5		0,10	7,25	0,14	66,20	10		0,20	14,50	0,28	132,40	15		0,30	21,75	0,42	198,60	
	Доп.блюдо		Сыр порционню	20		5,20	5,40		286,00	20		5,20	5,40		286,00	20		5,20	5,40		286,00	
	Гор.напиток	№258 Пермь 2006	Кофейный напиток	200		2,79	3,19	19,71	118,69	200		2,79	3,19	19,71	118,69	200		2,79	3,19	19,71	118,69	
	Хлеб		Батон нарезной	50						50						100						
2-ой завтрак	Осн.блюдо		Фрукты свежие	260						260												
	Напиток																					
Обед	Закуска	№23 Пермь 2006	Салат картофельный с зеленым горошком	60		1,82	6,83	6,46	94,20	100		3,04	11,38	10,76	157,00	150		4,56	17,07	16,14	235,50	
	1 блюдо	№40 Пермь 2006	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/35		7,81	5,46	15,21	140,80	250/35		9,76	6,82	19,01	175,10	250/35		9,76	6,82	19,01	175,10	
	2 блюдо	№185 Пермь 2006	Колбаса вареная отварная,масло сл	60/5		8,56	64,40	0,48	156,28	100/5		14,27	98,80	0,80	260,00	100/5		14,27	98,80	0,80	260,00	
	Гарнир	№210 Пермь 2006	Капуста тушеная	150		3,93	4,85	20,18	130,74	200		5,24	6,46	26,90	174,32	230		6,03	7,43	30,94	200,17	
	Напиток	№252 Пермь 2006	Компот из св/мор.ягод (смородина)	200		0,31	0,07	18,09	74,17	200		0,31	0,07	18,09	74,17	200		0,31	0,07	18,09	74,17	
	Хлеб		Хлеб ржаной	50						100						100						
Полдник	Напиток	№260 Пермь2 006	Молоко жир. 2,5%	200		5,59	6,38	9,38	117,31	200		5,59	6,38	9,38	117,31	200		5,59	6,38	9,38	117,31	
			Фрукты свежие	100						100					100							
	Доп. блюдо		Повидло	30						30					30							
	Осн.блюдо	№124 Пермь 2006	Запеканка творожная	100		19,48	8,07	19,40	228,15	150		29,22	12,11	29,10	342,23	150		29,22	12,11	29,10	342,23	
Ужин	Закуска	№233 Пермь 2008	Икра морковная или свекольная	60		2,27	7,57	17,40	119,90	100		4,54	15,10	27,20	239,00	150		5,22	17,41	31,30	275,81	
	Гарнир	№216 Пермь 2006	Картофельное пюре	150		3,20	6,06	23,30	160,46	150		3,20	6,06	23,30	160,46	230		4,90	9,29	35,72	246,03	
	Осн.блюдо	№345 Пермь2013	Биточки рыбные	70		9,73	1,47	6,72	79,10	100		13,90	2,10	9,60	113,00	100		13,90	2,10	9,60	113,00	
	Доп.блюдо	№231 Пермь 2006	Соус молочный	30		1,00	2,07	2,77	33,70	30		1,00	2,07	2,77	33,70	30		1,00	2,07	2,77	33,70	
	Напиток		сок	200				20,00	90,00	200				20,00	90,00					20,00	90,00	
	Хлеб		Хлеб пшеничный	50						100					100							
2-ой ужин	Осн.блюдо		Кефир жир. 2,5 %	200		6,00	5,00	8,00	102,00	200		6,00	5,00	8,00	102,00	200		6,00	5,00	8,00	102,00	
ИТОГО						261,24	82,70	140,32	213,56	2178,53		322,56	110,81	203,77	259,99	2816,49		357,00	115,60	223,22	286,07	3109,42

* Цена указана в соответствии с Приложением № 1 к договору №0307200030621000315 от 31.03.2021 на оказание услуг по организации питания воспитанников ГУ РК "Детский дом № 3" г. Сыктывкара в 3, 4 квартале 2021 года.

ГУ РК "Детский дом № 3" г. Сыктывкара			Четверг вторая неделя																			
Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Блюдо	3-7 лет						7-12 лет						12-18 лет						
				Выход,г	Цена*	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Выход,г	Цена*	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Выход,г	Цена*	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	
Завтрак	Гор.блюдо	№95Пермь2006	Каша молочная гречневая с м/сл	150/3,75		5,96	6,16	26,35	184,63	200/5		7,94	8,21	35,13	246,17	200/5		7,94	8,21	35,13	246,17	
	Доп. блюдо		Яйцо вареное	40		5,08	4,60	0,28	62,80	40		5,08	4,60	0,28	62,80	40		5,08	4,60	0,28	62,80	
	Доп.блюдо		Масло сливочное	5		0,10	7,25	0,14	66,20	10		0,20	14,50	0,28	132,40	15		0,30	21,75	0,42	198,60	
	Гор.напиток	№243Пермь2006	Какао на молоке	200		4,85	5,04	32,73	195,71	200		4,85	5,04	32,73	195,71	200		4,85	5,04	32,73	195,71	
	Хлеб		Батон нарезной	50		3,75	1,50	26,00	132,50	100		7,50	3,00	52,00	265,00	100		7,50	3,00	52,00	265,00	
2-ой завтрак	Осн.блюдо		Фрукты свежие	260						260					260							
	Напиток																					
Обед	Закуска	№7Пермь2006	Салат из квашеной капусты	60		0,96	6,00	2,15	66,36	100		1,60	10,00	3,58	110,60	150		1,60	10,00	3,58	110,60	
	1 блюдо	№36Пермь2006	Суп овощной / сметана	200/10		1,54	4,69	10,07	92,19	250/10		1,93	5,86	12,59	115,24	250/10		1,93	5,86	12,59	115,24	
	2 блюдо	№172Пермь 2006	биточки мясные	70		10,68	11,72	5,74	176,75	90		13,73	15,07	7,38	227,25							
		№345Пермь2013	Котлета рыбная													100		13,90	2,10	9,60	113,00	
	Гарнир	№216 Пермь2006	Пюре картофельное	150		3,20	6,06	23,30	160,46	150		3,20	6,06	23,30	160,46	230		4,90	9,29	35,72	246,03	
	Напиток	№253Пермь2006	Компот из плодов сушеных или ягод	200		0,33		22,66	91,98	200		0,33		22,66	91,98	200		0,33		22,66	91,98	
	Хлеб		Хлеб ржаной	50		3,75	0,50	24,00	115,00	100		7,50	1,00	48,00	230,00	100		7,50	1,00	48,00	230,00	
Полдник	Напиток	№260Пермь2006	Молоко жир. 2,5% или чай с ахаром	200		5,59	6,38	9,38	117,31	200		5,59	6,38	9,38	117,31	200		5,59	6,38	9,38	117,31	
			Фрукты свежие	100						100					100							
	Осн.блюдо	№281Пермь2006	Булочка ванильная	50		7,34	3,71	29,00	179,30	60		8,81	4,45	35,00	215,20	60		8,81	4,45	35,00	215,20	
Ужин	Закуска	№21Пермь2006	Салат из свеклы с сыром или соленым огурцом	60		0,76	6,05	4,66	76,08	100		1,26	10,08	7,76	126,80	150		1,89	15,12	11,64	190,20	
	Осн.блюдо	№193Пермь2006	Суфле куриное	70		24,65	28,55	1,67	362,26	100		35,21	40,78	2,38	517,51	120		42,25	48,94	2,56	621,01	
	Гарнир	№204Пермь2006	Макароны отварные	130		4,78	4,59	30,62	182,95	150		5,52	5,30	35,33	211,10	200		7,36	7,06	47,10	281,46	
	Доп.блюдо	№231Пермь2006	Соус молочный	30		1,00	2,07	2,77	33,70	30		1,00	2,07	2,77	33,70	30		1,00	2,07	2,77	33,70	
	Напиток		Сок	200				20,00	90,00	200				20,00	90,00	200				20,00	90,00	
	Хлеб		Хлеб пшеничный	50		4,00	0,50	25,50	125,00	100		8,00	1,00	51,00	250,00	100		8,00	1,00	51,00	250,00	
2-ой ужин	Осн.блюдо		Кефир жир. 2,5 %	200		6,00	5,00	8,00	102,00	200		6,00	5,00	8,00	102,00	200		6,00	5,00	8,00	102,00	
ИТОГО						261,24	94,32	110,37	305,02	2613,18		322,56	125,25	148,40	409,55	3501,23		357,00	136,73	160,87	440,16	3776,01

* Цена указана в соответствии с Приложением № 1 к договору №0307200030621000315 от 31.03.2021 на оказание услуг по организации питания воспитанников ГУ РК "Детский дом № 3" г. Сыктывкара в 3, 4 квартале 2021 года.

Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Блюдо	3-7 лет					7-12 лет					12-18 лет							
				Выход,г	Цена*	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Выход,г	Цена*	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Выход,г	Цена*	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Завтрак	Гор.блюдо	№10Пермь2006	Каша мол.рисовая с м/сл.	150/3,75		3,84	4,97	24,46	157,60	200/5		5,12	6,62	32,61	210,13	200/5		5,12	6,62	32,61	210,13
	Доп. блюдо		Сыр порционно	20		5,20	5,40		286,00	20		5,20	5,40		286,00	20		5,20	5,40		286,00
	Доп.блюдо		Масло сливочное	5		0,10	7,25	0,14	66,20	10		0,20	14,50	0,28	132,40	15		0,20	14,50	0,28	132,40
	Гор.напиток	№266Пермь2006	Чай с молоком	200		1,05	1,20	13,04	67,16	200		1,05	1,20	13,04	67,16	200		1,05	1,20	13,04	67,16
	Хлеб		Батон нарезной	50		3,75	1,50	26,00	132,50	100		7,50	3,00	52,00	265,00	100		7,50	3,00	52,00	265,00
2-ой завтрак	Осн.блюдо		Фрукты свежие	260						260					260						
	Напиток																				
Обед	Закуска	№2Пермь2006	Салат витаминный	60		0,68	6,08	9,62	85,16	100		1,14	10,14	11,54	141,94	150		1,71	15,21	17,31	212,91
	1 блюдо	№33Пермь2006	Рассольник домашний со сметаной	200/10		4,02	9,04	25,90	119,68	250/10		5,03	11,30	32,38	149,60	250/10		5,03	11,30	32,38	149,60
	2 блюдо	№172Пермь2006	Котлета мясная	80		12,21	13,39	6,56	202,00	90		13,73	15,07	7,38	227,25	100		15,26	16,74	8,20	252,50
	Гарнир	№214Пермь2006	Картофель отварной	150		3,14	7,04	27,21	182,46	150		3,14	7,04	27,21	182,46	230		4,81	10,79	41,72	279,77
	Напиток	№253Пермь2006	Компот из сухих фруктов или ягод	200		0,33		22,66	91,98	200		0,33		22,66	91,98	200		0,33		22,66	91,98
	Хлеб		Хлеб ржаной	50		3,75	0,50	24,00	115,00	100		7,50	1,00	48,00	230,00	150		11,25	1,50	72,00	345,00
Полдник	Напиток	№271Пермь2006	Чай с сахаром	200		0,12		12,04	48,64	200		0,12		12,04	48,64	200		0,12		12,04	48,64
			Фрукты свежие	100						100					100						
	Осн.блюдо	№273Пермь2006	Блины с повидлом	150		8,00	5,66	52,50	292,88	200		10,60	7,54	70,00	390,50	200		10,60	7,54	70,00	390,50
Ужин	Закуска	№7Пермь2006	Салат из квашеной капусты	60		0,96	6,00	2,15	66,36	100		1,60	10,00	3,58	110,60	150		2,40	15,00	5,37	165,90
		№345 Пермь2013	Биточки рыбные	70		9,73	1,47	6,72	79,10												
	Осн.блюдо	№295Пермь	Рыба припущенная							100		17,20	0,66	0,66	77,30	120		20,64	0,79	0,79	92,78
	Гарнир	№111Пермь2006	Макароны отварные с овощами	150		5,10	6,99	30,09	203,67	200		6,80	9,32	40,12	271,56	250		8,50	11,65	50,15	3339,45
	Напиток		сок	200				20,00	90,00	200				20,00	90,00	200				20,00	90,00
Хлеб		Хлеб пшеничный	50		4,00	0,50	25,50	125,00	100		8,00	1,00	51,00	250,00	150		12,00	1,50	76,50	375,00	
2-ой ужин	Осн.блюдо		Кефир жир. 2,5 %	200		6,00	5,00	8,00	102,00	200		6,00	5,00	8,00	102,00	200		6,00	5,00	8,00	102,00
ИТОГО					261,24	71,98	81,99	336,59	2513,39		322,56	100,26	108,79	452,50	3324,52		357,00	117,72	127,74	535,05	6896,72

ГУ РК "Детский дом № 3" г. Сыктывкара		Суббота вторая неделя																				
Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Блюдо	3-7 лет					7-12 лет					12-18 лет								
				Выход,г	Цена*	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Выход,г	Цена*	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Выход,г	Цена*	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	
Завтрак	Гор.блюдо	№103Пермь2006	Каша молочная пшениная с м/сл.	150\3,75		4,53	5,45	25,72	170,37	200\5		6,04	7,27	34,29	227,16	200\5		6,04	7,27	34,29	227,16	
	Доп. блюдо		Яйцо вареное	40		5,08	4,60	0,28	62,80	40		5,08	4,60	0,28	62,80	40		5,08	4,60	0,28	62,80	
	Доп.блюдо		Масло сливочное	5		0,10	7,25	0,14	66,20	10		0,20	14,50	0,28	132,40	15		0,30	21,75	0,42	198,60	
	Гор.напиток	№258Пермь2006	Кофейный напиток	200		2,79	3,19	19,71	118,69	200		2,79	3,19	19,71	118,69	200		2,79	3,19	19,71	118,69	
	Хлеб		Батон нарезной	50		3,75	1,50	26,00	132,50	100		7,50	3,00	52,00	265,00	100		7,50	3,00	52,00	265,00	
2-ой завтрак	Осн.блюдо		Фрукты свежие	260						260					260							
	Напиток																					
Обед	Закуска	№1Пермь2006	Винегрет овощной	60		0,76	6,08	4,99	77,56	100		1,26	10,14	8,32	129,26	150		1,89	15,21	12,48	193,89	
	1 блюдо	№55Пермь2006	Щи из свежей капусты со сметаной	200\10		1,67	5,06	8,51	86,26	250\10		2,09	6,33	10,64	107,83	250\10		2,09	6,33	10,64	107,83	
	2 блюдо	№172Пермь2006	Печень по-строгановски	60\30		20,00	24,80	4,03	317,30	80\30		26,70	33,10	5,37	423,03	80\30		26,70	33,10	5,37	423,03	
	Гарнир	№201Пермь2006	Рис припущенный, с м/сл	130		3,37	4,41	34,91	186,38	150		3,89	5,09	40,28	225,18	200		5,18	6,78	53,70	286,74	
	Напиток	№252Пермь2006	Компот из св/мор.ягод	200		0,31	0,07	18,09	74,17	200		0,31	0,07	18,09	74,17	200		0,31	0,07	18,09	74,17	
	Хлеб			Хлеб пшеничный	25		2,00	0,25	12,75	62,50	50		4,00	0,50	25,50	125,00	50		4,00	0,50	25,50	125,00
				Хлеб ржаной	25		1,88	0,25	12,00	57,50	50		3,75	0,50	24,00	115,00	50		3,75	0,50	24,00	115,00
Полдник	Напиток	№260Пермь2006	Молоко жир. 2,5%	200		5,59	6,38	9,38	117,31	200		5,59	6,38	9,38	117,31	200		5,59	6,38	9,38	117,31	
			Фрукты свежие	100						100					100							
	Осн.блюдо	№137Пермь2006	Сырники творожные	100		19,11	4,99	26,39	226,97	150		28,67	7,48	39,59	340,36	150		28,67	7,48	39,59	340,36	
Ужин	Закуска	№4Пермь2006	Салат из белокочанной капусты с морковью	60		0,50	3,04	3,19	42,01	100		0,84	5,06	5,32	70,02	100		0,84	5,06	5,32	70,02	
	Осн.блюдо	№186Пермь2006	Котлета куринная	70		11,02	12,45	7,52	186,09	100		15,74	17,80	10,74	372,20	100		15,74	17,80	10,74	372,20	
	Гарнир	№216Пермь2006	Пюре картофельное	150		3,20	6,06	23,30	160,46	150		3,20	6,06	23,30	160,46	230		4,90	9,29	35,72	246,03	
	Напиток		Сок	200				20,00	90,00	200				20,00	20,00	200				20,00	90,00	
	Хлеб			Хлеб ржаной	25		1,88	0,25	12,00	57,50	50		3,75	0,50	24,00	115,00	50		3,75	0,50	24,00	115,00
			Хлеб пшеничный	25		2,00	0,25	12,75	62,50	50		4,00	0,50	25,50	125,00	50		4,00	0,50	25,50	125,00	
2-ой ужин	Осн.блюдо		Кефир жир. 2,5 %	200		6,00	5,00	8,00	102,00	200		6,00	5,00	8,00	102,00	200		6,00	5,00	8,00	102,00	
ИТОГО						287,28	95,54	101,33	289,66	2457,07		353,64	131,40	137,07	404,59	3427,87		393,12	135,12	154,31	434,73	3775,83

* Цена указана в соответствии с Приложением № 1 к договору №0307200030621000315 от 31.03.2021 на оказание услуг по организации питания воспитанников ГУ РК "Детский дом № 3" г. Сыктывкара в 3, 4 квартале 2021 года.

ГУ РК "Детский дом № 3" г. Сыктывкара

Воскресенье вторая неделя

Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Блюдо	3-7 лет						7-12 лет						12-18 лет						
				Выход,г	Цена*	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Выход,г	Цена*	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Выход,г	Цена*	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	
Завтрак	Гор.блюдо	№117Пермь2006	Омлет натуральный	130		11,64	18,04	3,04	221,08	130		11,64	18,04	3,04	221,08	130		11,64	18,04	3,04	221,08	
	Доп. блюдо		Сыр порционно	20		5,20	5,40		286,00	20		5,20	5,40		286,00	20		5,20	5,40		286,00	
	Доп.блюдо		Масло сливочное	10		0,20	14,50	0,28	132,40	10		0,20	14,50	0,28	132,40	10		0,20	14,50	0,28	132,40	
	Гор.напиток	№243Пермь2006	Какао на молоке	200		4,85	5,04	32,73	195,71	200		4,85	5,04	32,73	195,71	200		4,85	5,04	32,73	195,71	
	Хлеб		Батон нарезной	50		3,75	1,50	26,00	132,50	100		7,50	3,00	52,00	265,00	100		7,50	3,00	52,00	265,00	
2-ой завтрак	Осн.блюдо		Фрукты свежие	260						260						260						
	Напиток		Сок фруктовый	200				20,00	90,00	200				20,00	90,00	200				20,00	90,00	
Обед	Закуска		Икра кабачковая	60		4,20	4,20		54,00	100		7,00	7,00		90,00	100		7,00	7,00		90,00	
	1 блюдо	№35Пермь2006	Свекольник со сметаной	200/10		1,54	5,07	8,04	83,30	250/10		1,93	6,34	10,05	104,16	250/10		1,93	6,34	10,05	104,16	
	2 блюдо	№162Пермь2006	Гуляш	75/100		4,85	15,39	5,87	261,55	90/100		5,40	18,47	7,04	313,86	100/100		6,47	20,52	6,52	348,73	
	Гарнир	№204Пермь2006	Макароны отварные	130		4,78	4,59	30,62	182,96	150		5,52	5,30	35,33	211,10	200		7,36	7,06	47,10	281,46	
	Напиток	№253Пермь2006	Компот из сухих фруктов	200		0,33		22,66	91,98	200		0,33		22,66	91,98	200		0,33		22,66	91,98	
		Хлеб		Хлеб пшеничный	25		2,00	0,25	12,75	62,50	50		4,00	0,50	25,50	125,00	50		4,00	0,50	25,50	125,00
	Хлеб		Хлеб ржаной	25		1,88	0,25	12,00	57,50	50		3,75	0,50	24,00	115,00	50		3,75	0,50	24,00	115,00	
Полдник	Напиток	№271Пермь2006	Чай с сахаром	200		0,12		12,04	48,64	200		0,12		12,04	48,64	200		0,12		12,04	48,64	
	Осн.блюдо	№124Пермь2006	Запеканка творожная с повидлом или слизненной	150/20		29,22	12,11	29,10	342,23	150/20		29,22	12,11	29,10	342,23	200/20		38,96	16,15	25,86	456,31	
Ужин	Закуска	№233Пермь2006	Икра морковная или свекольная	60		2,27	7,57	17,40	119,90	100		4,54	15,10	27,20	239,00	150		5,22	17,41	31,30	275,81	
	Осн.блюдо	№524Пермь2006	Пельмени мясные,масло сливочное	200/10		22,93	20,08	43,53	446,00	250/10		28,67	25,10	54,42	557,50	300/10		34,40	30,12	65,30	669,00	
	Напиток	№271Пермь2006	Чай с сахаром	200		0,12		12,04	48,64	200		0,12		12,04	48,64	200		0,12		12,04	48,64	
		Хлеб		Хлеб пшеничный	25		2,00	0,25	12,75	62,50	50		4,05	0,50	25,50	125,00	50		4,05	0,50	25,50	125,00
	Хлеб		Хлеб ржаной	25		1,88	0,25	12,00	57,50	50		3,75	0,50	24,00	115,00	50		3,75	0,50	24,00	115,00	
2-ой ужин	Осн.блюдо		Кефир жир. 2,5 %	200		6,00	5,00	8,00	102,00	200		6,00	5,00	8,00	102,00	200		6,00	5,00	8,00	102,00	
ИТОГО						287,28	109,76	119,49	320,85	3078,89		353,64	133,79	142,40	424,93	3819,30		393,12	152,85	157,58	447,92	4186,92

* Цена указана в соответствии с Приложением № 1 к договору №0307200030621000315 от 31.03.2021 на оказание услуг по организации питания воспитанников ГУ РК "Детский дом № 3" г. Сыктывкара в 3, 4 квартале 2021 года.

