

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ ООШ № 31

имени Г.В. Ластовицкого



Л.Ш. Шалагина

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор ООО "Торговый дом Кубань"



А.Л. Жваков

Россия Краснодарский край

ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД

ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ

для учащихся в общеобразовательном учреждении

ПЕРИОД: О С Е Н Ь

2023

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

меню разработано согласно

СанПин 2.3 /2.4. 3590 - 20

2022 г.

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: с 7 до 11 лет Сезон: ОСЕНЬ 2023 г.

1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У				
неделя 1 -я День 1 -й	ЗАВТРАК								
	Каша жидкая молочная из манной крупы	200	12,045	12,359	38,459	313,247	23	ТТК	
	Печенье топленое молоко	25	3,89	6,5	7,934	103,196	11	Пром.пр.	
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,800	72	54-2ГН/22	
	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,170	9	Пром.пр.	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,13	0,24	8,37	40,160	10	Пром.пр.	
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	47,000	79	ТТК	
	итого за завтрак	575	19,25	19,709	83,30	587,573	отклонение	(+ / -)	
	Норма по СанПин			19,25	19,75	83,75	587,50	-0,073	
	неделя 1 -я День 1 -й	ОБЕД							
огурец свежий в нарезке		60	0,5	0,1	1,5	8,500	1	54-2з/22	
Борщ с картофелем со свежей капусты		200	4,79	4,96	10,1	88,452	12	ТТК	
Макароны отварные с овощами		150	4,7	6,100	26,5	180,800	27	54-2р/22	
Печень по- строгановски		100	9,078	10,974	24,395	232,658	52	255/11	
Какао с молоком (витаминизированный)		200	5,785	4,645	22,689	155,701	67	ТТК	
Хлеб пшеничный		50	2,634	0,35	20,4	95,286	9	Пром.пр.	
Хлеб ржано-пшеничный		30	1,695	0,36	12,56	60,260	10	Пром.пр.	
итого за обед		790	29,18	27,489	118,14	821,657	отклонение	(+ / -)	
Норма по СанПин			26,95	27,65	117,25	822,50	0,843		
неделя 1 -я День 1 -й	ПОЛДНИК								
	Чай с сахаром	180	0,04	0	4,612	18,608	73	ТТК	
	Сыр порциями (Костромской)	10	2,34	2,94	0	35,867	8	54-1з/22	
	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,170	9	Пром.пр.	
	Фрукты свежие (банан)	110	1,98	4,329	18,913	122,533	80	ТТК	
	итого за полдник	330	5,94	7,479	35,77	234,178	отклонение	(+ / -)	
Норма по СанПин			7,70	7,90	33,50	235,00	0,8220		
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			48,43	47,20	201,45	1409,23	отклонение	(+ / -)	
Норма по СанПин			46,20	47,40	201,00	1410,00	0,77		
ВСЕГО: за ОБЕД и ПОЛДНИК			35,12	34,97	153,91	1055,84	отклонение	(+ / -)	
Норма по СанПин			34,65	35,55	150,75	1057,50	1,66		
ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник			54,37	54,68	237,21	1643,408	отклонение	(+ / -)	
Норма по СанПин			53,90	55,30	234,50	1645,00	1,592		

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон : О С Е Н Ь 2023 г.

1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1 -я День 2 -й	ЗАВТРАК							
	Помидор свежий в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,800	2	54-3з/22
	Плов с говядиной	190	14,464	18,875	38,5429	389,9026	47	265/11
	Компот из смеси сухофруктов	190	0,3	0	12,613	51,503	62	ТТК
	Хлеб пшеничный	40	2,107	0,28	16,32	76,228	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,695	0,36	12,56	60,260	10	Пром.пр.
	итого за завтрак	510	19,27	19,616	82,34	590,694	отклонение (+ / -) -3,194	
Норма по СанПин			19,25	19,75	83,75	587,50		
неделя 1 -я День 2 -й	ОБЕД							
	Икра морковная	60	1,2	4,2	6	68,000	6	54-12з/22
	Суп с макаронами	200	1,91	3,062	28,64	145,354	20	ТТК
	Омлет с птицей	160	10,86	11,001	19,411	220,093	41	ТТК
	Кофейный напиток с молоком	200	6,44	5,11	23,304	205,200	69	ТТК
	Хлеб пшеничный	50	2,634	0,35	20,4	95,286	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,13	0,24	8,37	40,160	10	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	110	0,44	0,44	10,78	49,350	79	ТТК
итого за обед			24,61	24,403	116,91	823,443	отклонение (+ / -) -0,94320	
Норма по СанПин			26,95	27,65	117,25	822,50		
неделя 1 -я День 2 -й	ПОЛДНИК							
	Кефир (м. д. ж. 2,5%)	180	5,22	4,5	7,2	90,180	78	386/11
	Биточек рисовый с морковью	80 / 20	1,72	2,73	14,105	87,870	37	193 /11
	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,170	9	Пром.пр.
итого за полдник			8,52	7,440	33,55	235,220	отклонение (+ / -) -0,22	
Норма по СанПин			7,70	7,90	33,50	235,00		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			43,88	44,02	199,24	1414,14	отклонение (+ / -) -4,14	
Норма по СанПин			46,20	47,40	201,00	1410,00		
ВСЕГО: за ОБЕД и ПОЛДНИК			33,13	31,84	150,45	1058,66	отклонение (+ / -) -1,16	
Норма по СанПин			34,65	35,55	150,75	1057,50		
ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник			52,40	51,46	232,79	1649,357	отклонение (+ / -) -4,357	
Норма по СанПин			53,90	55,30	234,50	1645,00		

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон: ОСЕНЬ 2023 г.

1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1 -я День 3 -й	ЗАВТРАК							
	огурец свежий в нарезке	65	0,517	0,1083	1,625	9,208	1	54-23/22
	Тефтели рыбные (минтай)	90 / 20	11,3445	10,359	10,272	179,697	56	239/11
	картофельное пюре / / овощи припущенные	120 / 30	2,48 0,97	7,34 1,54	27,400 7,2	185,580 46,540	32	128-136 /11
	Напиток (из груши дички)	200	1	0	15,81	67,240	61	389/11
	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,170	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,13	0,24	8,37	40,160	10	Пром.пр.
	итого за завтрак	575	19,02	19,797	82,92	585,595		
Норма по СанПин			19,25	19,75	83,75	587,50	отклонение 1,905	(+ / -)
неделя 1 -я День 3 -й	ОБЕД							
	Икра секольная	60	1,3	4,2	6,8	71,400	6	54-153/22
	Суп из овощей	200	6,212	5,601	8,157	107,885	16	ТТК
	Мясо тушёное	100	11,46	10,51	9,487	178,377	51	256 /11
	каша вязкая (ячневая)	150	2,3	6,163	28,3	175,007	25	303 /11
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,800	81,000	63	54-1хн/22
	Хлеб пшеничный	50	2,634	0,35	20,4	95,286	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,695	0,36	12,56	60,260	10	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	110	0,44	0,44	10,78	51,700	79	ТТК
итого за обед			26,54	27,624	116,28	820,915		
Норма по СанПин			26,95	27,65	117,25	822,50	отклонение 1,5850	(+ / -)
неделя 1 -я День 3 -й	ПОЛДНИК							
	Чай фруктовый	200	0,153	0,133	3,252	14,817	76	ТТК
	Бутерброд с рыбными кулинарными изделиями	85 / 20	7,65	8,74	20,894	192,836	57	ТТК
	Печенье топленое молоко	10	1,67	2,07	0,75	28,310	11	Пром.пр.
итого за полдник			9,47	10,943	24,90	235,963		
Норма по СанПин			7,70	7,90	33,50	235,00	отклонение -0,963	(+ / -)

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			45,56	47,42	199,20	1406,51	отклонение (+ / -)
Норма по СанПин			46,20	47,40	201,00	1410,00	
ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК			36,01	38,57	141,18	1056,88	отклонение (+ / -)
Норма по СанПин			34,65	35,55	150,75	1057,50	
ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник			55,04	58,36	224,10	1642,473	отклонение (+ / -)
Норма по СанПин			53,90	55,30	234,50	1645,00	

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон: О С Е Н Ь 2023г.

1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1 -я День 4 -й	ЗАВТРАК							
	запеканка из творога с молоком сгущённым	135 / 15	16,937	11,62	48,120	363,128	39	223 /11
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,800	72	54-2ГН/22
	Масло порциями	10	0,08	7,25	0,13	66,090	7	14/11
	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,170	9	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	150	0,62	0,62	15,19	70,500	79	ТТК
итого за завтрак		390	19,42	19,700	82,18	583,688	отклонение	(+ / -)
Норма по СанПин			19,25	19,75	83,75	587,50		

неделя 1 -я День 4 -й	ОБЕД							
	огурец свежий в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,500	1	54-2з/22
	Суп картофельный с горохом	200	2,01	4,6	22,59	139,800	17	ТТК
	Мясо духовое	195	10,018	11,355	37,511	292,312	49	258/11
	Какао с молоком (витаминизированный)	200	5,785	4,645	22,689	155,701	67	ТТК
	Сыр порциями (Костромской)	20	4,667	5,867	0	71,471	8	54-2з/22г.
	Хлеб пшеничный	50	2,634	0,35	20,4	95,286	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,695	0,36	12,56	60,260	10	Пром.пр.
итого за обед		755	27,31	27,277	117,250	823,330	отклонение	(+ / -)
Норма по СанПин			26,95	27,65	117,25	822,50		
неделя 1 -я День 4 -й	ПОЛДНИК							
	Чай без сахара	180	0,04	0	0,04	0,320	77	ТТК
	запеканка из творога и моркови с молоком сгущённым	130 / 20	7,68	7,79	33,052	233,038	38	224 /11
	итого за полдник	330	7,72	7,790	33,09	233,358	отклонение	(+ / -)
Норма по СанПин			7,70	7,90	33,50	235,00		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	46,73	46,98	199,43	1407,02	отклонение	(+ / -)
Норма по СанПин	46,20	47,40	201,00	1410,00		

ВСЕГО: за ОБЕД и ПОЛДНИК	35,03	35,07	150,34	1056,69	отклонение	(+ / -)
Норма по СанПин	34,65	35,55	150,75	1057,50		

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	54,45	54,77	232,52	1640,38	отклонение	(+ / -)
Норма по СанПин	53,90	55,30	234,50	1645,00		

Россия Краснодарский край
10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ
ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: с 7 до 11 лет Сезон: О С Е Н Ь 2023г.

1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1 -я День 5 -й	ЗАВТРАК							
	Квашеная капуста	60	1,025	3,003	5,075	51,420	4	47 /11
	Биточки (особые) мясные	90	10,195	9,0346	9,493	160,0504	44	269/11
	Картофель и овощи тушёные в соусе	160	4,612	7,28	24,315	181,2480	30	ТТК
	Кисель из яблок	190	0,66	0,01	24,293	99,902	65	ТТК
	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,170	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,13	0,24	8,37	40,160	10	Пром.пр.
	итого за завтрак	550	19,20	19,778	83,79	589,950	отклонение	(+ / -)
Норма по СанПин			19,25	19,75	83,75	587,50	-2,450	
неделя 1 -я День 5 -й	ОБЕД							
	Помидор свежий в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,800	2	54-33/22
	Суп с клёцками	200	2,85	3,67	15,00	104,600	18	ТТК
	Рыба припущенная в молоке (минтай)	90	10,1	6,34	8,57	131,740	59	228/11
	запеканка из творога и картофеля с соусом сметанным	145 /30	6,375	15,979	32,319	298,587	31	ТТК
	Сок фруктовый (персиковый)	200	1,6	0,2	18,2	81,000	61	пром пр.
	Хлеб пшеничный	50	2,634	0,35	20,4	95,286	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,695	0,36	12,56	60,260	10	Пром.пр.
	Фрукты свежие (апельсин)	105	0,82	0,15	8,554	38,882	81	ТТК
итого за обед	910	26,77	27,163	117,90	823,155	отклонение	(+ / -)	
Норма по СанПин			26,95	27,65	117,25	822,50	-0,655	
неделя 1 -я День 5 -й	ПОЛДНИК							
	чай с лимоном	200	0,14	0	5,726	23,464	74	ТТК
	Бутерброд с мясными кулинарными изделиями	80 / 20	7,575	7,881	27,897	212,817	45	5 - 269/11
итого за полдник	300	7,716	7,881	33,62	236,3	отклонение	(+ / -)	
Норма по СанПин			7,70	7,90	33,50	235,00	-1,281	
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			45,98	46,93	201,69	1413,11	отклонение	(+ / -)
Норма по СанПин			46,20	47,40	201,00	1410,00	-3,11	
ВСЕГО: за ОБЕД и ПОЛДНИК			34,49	35,03	161,53	1059,44	отклонение	(+ / -)
Норма по СанПин			34,65	35,55	150,75	1057,50	-1,94	
ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник			53,69	54,81	235,31	1649,39	отклонение	(+ / -)
Норма по СанПин			53,90	55,30	234,50	1645,00	-4,386	

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ
ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон: ОСЕНЬ 2023г.

1-я неделя

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки 10-тидневка 1 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в % (+ / -)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
Итого за день по СанПиН			77	79,0	335	2350	белки	0,099
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20							жиры	0,151
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ	25%	19,25	19,75	83,75	587,50	углеводы	4,228
							энерг-я	
Среднее за 5 дней (фактически)			19,23	19,72	82,90	587,50	ценность	0,0000

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню обеды 10-тидневка 1 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в % (+ / -)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
Итого за день по СанПиН			77	79,0	335	2350	белки	0,330
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20							жиры	4,304
7 - 11 л	ОБЕДЫ	35%	26,95	27,65	117,25	822,50	углеводы	-0,236
							энерг-я	
Среднее за 5 дней (фактически)			26,88	26,79	117,30	822,50	ценность	0,0000

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню -полдники 10-тидневка 1 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в % (+ / -)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
Итого за день по СанПиН			77	79,0	335	2350	белки	-0,868
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20							жиры	-2,033
7 - 11 л	ПОЛДНИКИ	10%	7,70	7,90	33,50	235,00	углеводы	6,579
							энерг-я	
Среднее за 5 дней (фактически)			7,87	8,31	32,18	235,00	ценность	0,0000

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки - обеды 10-тидневка 1 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в % (+ / -)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
Итого за день по СанПиН			77	79,0	335	2350	белки	0,429
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20							жиры	4,455
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ	60%	46,20	47,40	201,00	1410,00	углеводы	3,992
							энерг-я	
Среднее за 5 дней (фактически)			46,11	46,51	200,20	1410,00	ценность	0,000

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню обеды-полдники 10-тидневка 1 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в % (+ / -)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
Итого за день по СанПиН			77	79,0	335	2350	белки	-0,538
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20							жиры	2,271
7 - 11 л	ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	45%	34,65	35,55	150,75	1057,50	углеводы	6,343
							энерг-я	
Среднее за 5 дней (фактически)			34,76	35,10	149,48	1057,50	ценность	0,000

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки - обеды-полдники 10-тидневка 1 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в % (+ / -)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
Итого за день по СанПиН			77	79,0	335	2350	белки	-0,440
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20							жиры	2,422
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ - ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	70%	53,90	55,30	234,50	1645,00	углеводы	10,57
							энерг-я	
Среднее за 5 дней (фактически)			53,99	54,82	232,39	1645,00	ценность	0,000

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон : О С Е Н Ь 2023г.

2-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я День 6 -й	ЗАВТРАК							
	Помидор свежий в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,800	2	54-3з/22
	Омлет с птицей	150	10,106	11,632	19,200	221,913	40	ТТК
	Кофейный напиток с молоком	200	6,5	5,1	12,957	123,728	70	ТТК
	Хлеб пшеничный	40	2,107	0,28	16,32	76,2280	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,13	0,24	8,37	40,1600	10	Пром.пр.
	Фрукты свежие (банан)	105	1,132	4,13	17,29	110,876	80	ТТК
	итого за завтрак	575	21,68	21,484	76,44	585,705	отклонение (+ / -) 1,795	
Норма по СанПин			19,25	19,75	83,75	587,50		
неделя 2 -я День 6 -й	ОБЕД							
	огурец свежий в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,500	1	54-2з/22
	Рассольник ленинградский	200	1,61	4,071	25,58	145,399	15	ТТК
	Рагу из овощей	150	6,95	12,558	27,682	251,5500	29	143/11
	Котлета мясная	90	12,891	10,131	13,963	198,5950	46	268/11
	Напиток (из груша дичка)	200	1	0	15,81	67,240	61	389/11
	Хлеб пшеничный	50	2,634	0,35	20,4	95,286	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,695	0,36	12,56	60,2600	10	Пром.пр.
итого за обед			780	27,28	27,570	117,50	отклонение (+ / -) -4,330	
Норма по СанПин			26,95	27,65	117,25	822,50		
	ПОЛДНИК							
	Кофейный напиток с молоком	200	3,275	2,59	7,015	80,970	71	ТТК
	Макароны запечённые с яйцом	135 / 15	4,4792	5,06	22,328	152,760	36	ТТК
итого за полдник			350	7,75	7,649	29,34	отклонение (+ / -) 1,270	
Норма по СанПин			7,70	7,90	33,50	235,00		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД		48,96	49,05	193,93	1412,54	отклонение	(+ / -)
Норма по СанПин		46,20	47,40	201,00	1410,00	-2,53	
ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК		35,03	35,22	146,84	1060,56	отклонение	(+ / -)
Норма по СанПин		34,65	35,55	150,75	1057,50	-3,06	
ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник		56,71	56,70	223,28	1646,26	отклонение	(+ / -)
Норма по СанПин		53,90	55,30	234,50	1645,00	-1,265	

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон : О С Е Н Ь 2023г.

2-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я День 7 -й	ЗАВТРАК							
	огурец свежий в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,500	1	54-23/22
	Макароны отварные с овощами	150	3,17	6,990	38,855	231,010	28	205 /11
	Суфле из пчени	70 / 20	12,57	11,9	9,363	194,832	53	ТТК
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,3	0	12,613	51,503	62	349/11
	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,1700	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,13	0,24	8,37	40,1600	10	Пром.пр.
итого за завтрак		550	19,25	19,440	82,94	583,175	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			19,25	19,75	83,75	587,50	4,325	
неделя 2 -я День 7 -й	ОБЕД							
	Квашеная капуста	60	1,025	3,003	5,075	51,420	4	47 /11
	Суп с крупой (пшеничной)	200	6,725	9,892	15,037	173,346	22	ТТК
	Рыба запечённая под молочным соусом	200	12,848	13,571	28,857	288,965	60	233 /11
	Сок фруктовый (абрикосовый)	200	1	0	25,4	105,600	61	389/11
	Хлеб пшеничный	50	2,634	0,35	20,4	95,286	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,695	0,36	12,56	60,260	10	Пром.пр.
итого за обед		845	26,35	27,596	117,62	824,227	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			26,95	27,65	117,25	822,50	-1,727	
неделя 2 -я День 7 -й	ПОЛДНИК							
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,3	0	11,697	47,988	64	ТТК
	Оладьи из пчени	90 / 10	9,81	8,85	6,78	146,010	54	468 / 04
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,13	0,24	8,37	40,160	10	Пром.пр.
итого за полдник		300	11,24	9,090	26,85	234,158	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			7,70	7,90	33,50	235,00	0,842	
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			45,60	47,04	200,56	1407,40	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			46,20	47,40	201,00	1410,00	2,60	
ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК			37,59	36,69	144,47	1058,39	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			34,65	35,55	150,75	1057,50	-0,88	
ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник			56,84	56,13	227,41	1641,56	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			53,90	55,30	234,50	1645,00	3,440	

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон : О С Е Н Ь 2023г.

2-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я День 8 -й	ЗАВТРАК							
	Помидор свежий в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,800	2	54-33/22
	Шницель рыбный натуральный (минтай)	90 / 20	11,76	10,989	13,963	201,7999	55	235/11
	картофель пюре / Капуста	120 / 30	2,48	7,34	27,400	185,580	33	128-139 /11
	Тушёная (комбинация сложного гарнира)		0,61	1,1	2,37	21,820		
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	16,92	71,680	61	389/11
	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,1700	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,13	0,24	8,37	40,1600	10	Пром.пр.
итого за завтрак		570	19,26	19,979	83,56	591,010	отклонение -3,510	(+ / -)
Норма по СанПин			19,25	19,75	83,75	587,50		
неделя 2 -я День 8 -й	ОБЕД							
	огурец свежий в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,500	1	54-23/22
	Борщ с картофелем	200	2,962	4,91	10,8	99,2380	13	ТТК
	Плов с говядиной	180	17,164	21,274	29,864	376,8480	48	265/11
	Кисель из яблок	200	0,56	0,01	32,392	131,898	66	ТТК
	Хлеб пшеничный	50	2,634	0,35	20,4	95,286	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,695	0,36	12,56	60,260	10	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	105	0,42	0,42	10,29	49,350	79	ТТК
итого за обед		825	25,94	27,424	117,81	821,380	отклонение 1,120	(+ / -)
Норма по СанПин			26,95	27,65	117,25	822,50		
неделя 2 -я День 8 -й	ПОЛДНИК							
	чай с лимоном	200	0,14	0	5,726	23,4640	74	ТТК
	Зразы картофельные	90 / 20	5,678	7,22	17,27	156,7708	34	150/11
	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,1700	9	Пром.пр.
итого за полдник		340	7,40	7,430	35,24	237,405	отклонение -2,40480	(+ / -)
Норма по СанПин			7,70	7,90	33,50	235,00		
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			45,20	47,40	201,37	1412,39	отклонение -2,39	(+ / -)
Норма по СанПин			46,20	47,40	201,00	1410,00		
ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК			33,33	34,85	153,04	1058,78	отклонение -1,28	(+ / -)
Норма по СанПин			34,65	35,55	150,75	1057,50		
ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник			52,59	54,83	236,60	1649,79	отклонение -4,795	(+ / -)
Норма по СанПин			53,90	55,30	234,50	1645,00		

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон : О С Е Н Ь 2023г.

2-я неделя

6,881 4,032 33,7824 195,8208

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я День 9-й	ЗАВТРАК							
	Каша жидкая молочная (рисовая)	200	5,734	3,36	28,152	163,184	24	182/11
	масло порциями	10	0,08	7,25	0,13	66,090	7	14 /11
	Сыр порциями (костромской)	15	3,5	4,4	0	53,800	8	54-2з /22г
	Какао с молоком (витаминизированный)	200	5,95	4,75	12,707	128,000	68	ТТК
	Хлеб пшеничный	48	2,53	0,34	19,59	91,540	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,13	0,24	8,37	40,160	10	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	47,000	79	ТТК
	итого за завтрак	593	19,32	20,740	78,75	589,774	отклонение	(+ / -)
Норма по СанПин			19,25	19,75	83,75	587,50	-2,274	
неделя 2 -я День 9-й	ОБЕД							
	Горошек зелёный (консервированный)	60	1,7	0,1	3,5	22,10	3	54-20з/22
	Печенье топленое молоко	35	4,446	7,1	9,1	118,084	11	Пром.пр.
	Суп с лапшой	200	1,91	1,062	19,64	95,758	21	ТТК
	Котлета рубленая из птицы	90	10,16	2,80	9,78	104,960	42	294/11
	запеканка из творога и картофеля с соусом сметанным	145 / 30	6,375	15,979	32,319	298,587	31	ТТК
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,800	81,000	63	54-1хн/22
	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,170	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,13	0,24	8,37	40,160	10	Пром.пр.
итого за обед			27,80	27,491	114,75	817,819	отклонение	(+ / -)
Норма по СанПин			26,95	27,65	117,25	822,50	4,681	
неделя 2 -я День 9-й	ПОЛДНИК							
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	16,92	71,680	61	389/11
	Голубцы ленивые	75 / 15	6,42	7,12	8,3	122,960	43	Т Т К
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,13	0,24	8,37	40,160	10	Пром.пр.
итого за полдник			8,55	7,360	33,59	234,800	отклонение	(+ / -)
Норма по СанПин			7,70	7,90	33,50	235,00	0,200	
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			47,13	48,23	193,50	1407,59	отклонение	(+ / -)
Норма по СанПин			46,20	47,40	201,00	1410,00	2,41	
ВСЕГО: за ОБЕД и ПОЛДНИК			36,35	34,85	148,34	1052,62	отклонение	(+ / -)
Норма по СанПин			34,65	35,55	150,75	1057,50	4,88	
ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник			55,68	55,59	227,09	1642,39	отклонение	(+ / -)
Норма по СанПин			53,90	55,30	234,50	1645,00	2,607	

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон : О С Е Н Ь 2023г.

2-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я День 10 -й	ЗАВТРАК							
	огурец свежий в нарезке	70	0,5834	0,1167	1,75	9,9167	1	54-2з/22
	Жаркое по - дормашнему	180	15,98	19,655	40,646	403,3994	50	259/11
	чай с лимоном	200	0,172	0	9,336	38,032	75	ТТК
	Хлеб пшеничный	40	2,107	0,28	16,32	76,228	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,695	0,36	12,56	60,260	10	Пром.пр.
итого за завтрак		520	20,54	20,412	80,61	587,836	отклонение	(+ / -)
Норма по СанПин			19,25	19,75	83,75	587,50	-0,33610	
неделя 2 -я День 10 -й	ОБЕД							
	Помидор свежий в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,800	2	54-3з/22
	Щи из свежей. капусты с картофелем	200	4,6	5,4	3,600	81,400	14	ТТК
	Биточек рыбный (минтай)	80 / 20	10,1	13,2	9,12	195,680	58	234/11
	каша вязкая (пшённая)	150	1,67	2,4	32,2	154,220	26	303/11
	Кофейный напиток с молоком	200	6,44	5,11	23,304	205,200	69	ТТК
	Хлеб пшеничный	32	1,686	0,224	13,056	60,9840	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,695	0,36	12,56	60,260	10	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоки)	110	0,44	0,44	10,78	51,700	79	ТТК
итого за обед		882	27,33	27,234	106,92	822,244	отклонение	(+ / -)
Норма по СанПин			26,95	27,65	117,25	822,50	0,256	
неделя 2 -я День 10 -й	ПОЛДНИК							
	Чай фруктовый	200	0,153	0,133	3,252	14,817	76	ТТК
	Запеканка овощная	120 / 30	5,925	7,842	17,161	162,920	35	165/11
	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,170	9	Пром.пр.
итого за полдник		380	7,66	8,185	32,65	234,907	отклонение	(+ / -)
Норма по СанПин			7,70	7,90	33,50	235,00	0,093	
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			47,87	47,65	187,53	1410,08	отклонение	(+ / -)
Норма по СанПин			46,20	47,40	201,00	1410,00	-0,08	
ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК			34,99	35,42	139,57	1057,15	отклонение	(+ / -)
Норма по СанПин			34,65	35,55	150,75	1057,50	0,35	
ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник			55,53	55,83	220,18	1644,99	отклонение	(+ / -)
Норма по СанПин			53,90	55,30	234,50	1645,00	0,013	

2 - я неделя

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ
ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон: ОСЕНЬ 2023г.

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки 10-тидневка 2 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в % (+ / -)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
Итого за день по СанПиН			77	79,0	335	2350	белки	-3,799
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20							жиры	-3,305
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ	25%	19,25	19,75	83,75	587,50	углеводы	16,448
Среднее за 5 дней (фактически)			20,01	20,41	80,46	587,50	энерг-я ценность	0,0000

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню обеды 10-тидневка 2 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в % (+ / -)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
Итого за день по СанПиН			77	79,0	335	2350	белки	0,056
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20							жиры	0,935
7 - 11 л	ОБЕДЫ	35%	26,95	27,65	117,25	822,50	углеводы	11,661
Среднее за 5 дней (фактически)			26,94	27,46	114,92	822,50	энерг-я ценность	0,0000

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню -полдники 10-тидневка 2 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в % (+ / -)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
Итого за день по СанПиН			77	79,0	335	2350	белки	-4,100
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20							жиры	-0,214
7 - 11 л	ПОЛДНИКИ	10%	7,70	7,90	33,50	235,00	углеводы	9,832
Среднее за 5 дней (фактически)			8,52	7,94	31,53	235,00	энерг-я ценность	0,000

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки - обеды 10-тидневка 2 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в % (+ / -)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
Итого за день по СанПиН			77	79,0	335	2350	белки	-3,743
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20							жиры	-2,370
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ	60%	46,20	47,40	201,00	1410,00	углеводы	28,110
Среднее за 5 дней (фактически)			46,95	47,87	195,38	1410,00	энерг-я ценность	0,000

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню обеды-полдники 10-тидневка 2 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в % (+ / -)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
Итого за день по СанПиН			77	79,0	335	2350	белки	-4,044
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20							жиры	0,721
7 - 11 л	ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	45%	34,65	35,55	150,75	1057,50	углеводы	21,493
Среднее за 5 дней (фактически)			35,46	35,41	146,45	1057,50	энерг-я ценность	0,000

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки - обеды-полдники 10-тидневка 2 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в % (+ / -)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
Итого за день по СанПиН			77	79,0	335	2350	белки	-7,843
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20							жиры	-2,584
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ - ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	70%	53,90	55,30	234,50	1645,00	углеводы	37,941
Среднее за 5 дней (фактически)			55,47	55,82	226,91	1645,00	энерг-я ценность	0,000

1 -я - 2-я неделя

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон : О С Е Н Ь 2023г.

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки 10-тидневка			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в % (+ / -)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры
Итого за день по СанПиН			77	79,0	335	2350	-3,700	-3,154
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20							углеводы	20,677
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ	25%	19,25	19,75	83,75	587,50	энерг-я	ценность
Среднее за 10 дней (фактически)			19,62	20,07	81,68	587,50	0,000	

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню обеды 10-тидневка			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в % (+ / -)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры
Итого за день по СанПиН			77	79,0	335	2350	0,386	5,239
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20							углеводы	11,425
7 - 11 л	ОБЕДЫ	35%	26,95	27,65	117,25	822,50	энерг-я	ценность
Среднее за 10 дней (фактически)			26,91	27,13	116,11	822,50	0,000	

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню -полдники 10-тидневка			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в % (+ / -)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры
Итого за день по СанПиН			77	79,0	335	2350	-4,968	-2,247
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20							углеводы	16,411
7 - 11 л	ПОЛДНИКИ	10%	7,70	7,90	33,50	235,00	энерг-я	ценность
Среднее за 10 дней (фактически)			8,20	8,12	31,86	235,00	0,000	

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки - обеды 10-тидневка			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в % (+ / -)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры
Итого за день по СанПиН			77	79,0	335	2350	-3,314	2,085
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20							углеводы	32,102
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ	60%	46,20	47,40	201,00	1410,00	энерг-я	ценность
Среднее за 10 дней (фактически)			46,53	47,19	197,79	1410,00	0,000	

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню обеды-полдники 10-тидневка			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в % (+ / -)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры
Итого за день по СанПиН			77	79,0	335	2350	-4,582	2,992
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20							углеводы	27,836
7 - 11 л	ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	45%	34,65	35,55	150,75	1057,50	энерг-я	ценность
Среднее за 10 дней (фактически)			35,11	35,25	147,97	1057,50	0,000	

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки - обеды - полдники 10-тидневка О С Е Н Ь 2022 - ____ г.г.			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в % (+ / -)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры
Итого за день по СанПиН			77	79,0	335	2350	-8,282	-0,162
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20							углеводы	48,512
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ	70%	53,90	55,30	234,50	1645,00	энерг-я	ценность
Среднее за 10 дней (фактически)			54,73	55,32	229,65	1645,00	0,000	

Ответственный за разработку меню инженер-технолог _____ /Ткаченко А.Н./

Литература:

- 1 СКУРИХИН И.М.,ТУТЕЛЬЯН В.А. ТАБЛИЦЫ ХИМИЧЕСКОГО СОСТАВА И КАЛОРИЙНОСТИ
РОССИЙСКИХ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ: Справочник. - М.: Дели принт, 2008. - 276 с.
- 2 СБОРНИК РЕЦЕПТУР НА ПРОДУКЦИЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ВО ВСЕХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ
СБОРНИК ТЕХНИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ РЕКОМЕНДОВАНО НИИ питания РАМН изд. "МОСКВА" ДЕЛИТ ПРИНТ 2011 г.
- 3 СБОРНИК РЕЦЕПТУР БЛЮД И КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЙ ДЛЯ ПРЕДПРИЯТИЙ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ ПРИ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ШКОЛАХ. ЛАПШИНА В.Т. 2004
- 4 Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей
образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет)
ФБУН "НИИ" Роспотребнадзора И.И.Новикова разработчик (протокол №3 от 19.05.2022 г.)

Россия Краснодарский край

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ
К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

ПРИЛОЖЕНИЕ К МЕНЮ

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: 7 - 11 лет

Сезон: О С Е Н Ь 2023.г.

Д Е Н Ь 1 - й

1-я неделя

№ сб. р-р г.изд.	Наименование блюда	Вес блюда	Витамины (мг./сут.)				Минеральные вещества (мг)								№ ТК ТТК
			С	В1	В2	А	Са кальций	Р фосфор	Mg магний	Fe железо	К калий	I йод	Se селен	F фтор	
	ЗАВТРАК														
ТТК	Каша жидкая молочная из манной крупы	200	1,9	0,23	0,31	169,70	190,4	179,3	26	0,29	147	0,01418	0,00359	0,48	23
Пром.пр.	Печенье топленое молоко	25	0	0	0	0,00	0	0	0	0	0	0	0	0	11
54-2ГН/23	Чай с сахаром	200	0,04	0	0,01	0,30	4,5	7,2	3,8	0,73	24	0	0	0	72
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	0,06	0,012	0,01	0,00	47,5	38,7	12,3	0,03	22,3	0	0,0038	0	9
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	20	0	0,04	0	0,00	16,6	38,8	11,4	0,02	28,8	0,0005	0,00011	0	10
ТТК	Фрукты свежие (яблоко)	100	10	0,0220	0,020	5,00	16	11	9,00	1,933	52,9	0,01	0	0,27	79
итого за завтрак		575	12,00	0,30	0,35	175,0	275	275,0	62,5	3,003	275	0,025	0,0075	0,75	
Норма по СанПин			15,00	0,30	0,35	175,0	275,0	275,0	62,5	3,00	275,0	0,025	0,0075	0,75	
отклонение от нормы (+ / -)			3,00	0,00	0,00	0,00	0,0	0,0	0,00	0,00	0,0	0,0	0,00	0,00	
	О Б Е Д														
54-2з/22	огурец свежий в нарезке	60	6	0,02	0,02	6,000	14	25	8,4	0,36	56,7	0,0018	0,00018	0,0102	1
ТТК	Борщ с картофелем со свежей капусты	200	6,696	0,029	0,042	139,13	26,8	41,4	18,88	0,906	24	0	0	0	12
54-2г/22	Макароны отварные с овощами	150	2,01	0,070	0,03	293,0	19	51	18	0,89	34	0,022	0	0	27
255/11	Печень по-строгановски	100	5,1	0,16	0,13	24,1	15,76	24,1	4,86	1,38	30,9	0	0,003	0,0001	52
ТТК	Какао с молоком (витаминизирован)	200	1,092	0,063	0,255	27,8	224,775	173,6	31,5	0,588	94	0	0,00054	0,062	67
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50	0,1	0,02	0,017	0,00	79,1667	64,5	20,5	0,05	37,167	0	0,0063	0	9
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	30	0	0,06	0	0,000	24,9	58,2	17,1	0,03	43,2	0,001	0	0	10
итого за обед		810	21,00	0,422	0,49	490	404,2017	437,8	119	4,204	319,967	0,0248	0,01002	0,0723	
Норма по СанПин			21,00	0,42	0,49	245,0	385,0	385,0	87,5	4,20	385,0	0,035	0,0105	1,05	
отклонение от нормы (+ / -)			0,00	0,00	0,00	-245,0	-19,20	-52,80	-31,74	0,00	65,03	0,0	0,000	1,0	
	П О Л Д Н И К														
ТТК	Чай с сахаром	180	0,008	0	0,002	0,060	0,923	1,44	0,76	0,152	21,6	0	0	0	73
15/11	Сыр порциями (Костромской)	10	0	0,088	0,11	64,500	34,1	51,998	0,46	0,0009	7,9	0	0	0	8
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	0,06	0,01	0,01	0,00	47,5	38,702	12,3	0,0003	22,3	0	0,003	0	9
ТТК	Фрукты свежие (БАНАН)	110	11	0,04	0,052	22,000	10,48	30,1	11,48	1,34	58,2	0,0100	0	0,3	79
итого за полдник		330	11,07	0,138	0,17	86,56	93,003	122,24	25	1,4932	110	0,01	0,003	0,3	
Норма по СанПин			6,00	0,12	0,14	70,0	110,0	110,0	25,0	1,20	110,0	0,01	0,003	0,3	
отклонение от нормы (+ / -)			-5,07	-0,02	-0,03	-16,56	17,00	-12,24	0,00	-0,29	0,00	0,00	0,00	0,00	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	33,00	0,73	0,84	665	679,20	712,80	181,74	7,21	595,0	0,05	0,02	0,8
Норма по СанПин	36,00	0,72	0,84	420,0	660,0	660,0	150,0	7,20	660,0	0,06	0,018	1,8
отклонение от нормы (+ / -)	3,00	-0,01	0,00	-245,0	-19,20	-52,80	-31,74	-0,01	65,03	0,0	0,00	1,0

ВСЕГО: за ОБЕД и ПОЛДНИК	32,07	0,56	0,67	577	497,20	560,04	144,24	5,70	430,0	0,03	0,01	0,4
Норма по СанПин	27,00	0,54	0,63	315,0	495,0	495,0	112,5	5,40	495,0	0,045	0,0135	1,35
отклонение от нормы (+ / -)	-5,07	-0,02	-0,04	-261,6	-2,20	-65,04	-31,74	-0,30	65,03	0,0	0,00	1,0

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	44,07	0,86	1,02	752	772,20	835,04	206,74	8,70	705,0	0,06	0,02	1,1
Норма по СанПин	42,00	0,84	0,98	490,0	770,0	770,0	175,0	8,40	770,0	0,07	0,021	2,1
отклонение от нормы (+ / -)	-2,07	-0,02	-0,04	-261,6	-2,20	-65,04	-31,74	-0,30	65,03	0,0	0,00	1,0

Россия Краснодарский край

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

ПРИЛОЖЕНИЕ К МЕНЮ

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: 7 - 11 лет

Сезон : О С Е Н Ь 2023.г.

1-я неделя

ДЕНЬ 2-й

№ сб. р-р г.изд.	Наименование блюда	Вес блюда	Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)								№
			С	В1	В2	А	Са кальций	Р фосфор	Mg магний	Fe железо	К калий	I йод	Se селен	F фтор	
	ЗАВТРАК														
54-3з/22	Помидор свежий в нарезке	60	15	0,04	0,02	79,800	8,4	16	12	0,54	74	0,02	0,0024	0,12	2
265/11	Плов с говядиной	190	4,804	0,19	0,31	166,0	148,76	147	15,74	2,33	78,7	0,0048	0,00127	0,628	47
ТТК	Компот из смеси сухофруктов	200	0,112	0	0,000	9,00	29,605	2,58	1,26	0,056	49,4	0	0	0	62
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40	0,08	0,016	0,013	0,000	63,333	51,6	16,4	0,04	29,733	0	0,0005	0	9
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	30	0	0,06	0	0,000	24,9	58,2	17,1	0,03	43,2	0,001	0	0	10
итого за завтрак		520	20,00	0,306	0,34	254,8	275,00	275,0	62,50	3,00	275,03	0,026	0,00	0,75	
Норма по СанПин			15,00	0,30	0,35	175,0	275,0	275,0	62,5	3,00	275,0	0,025	0,0075	0,75	
отклонение от нормы (+ / -)			-5,00	-0,01	0,01	-79,8	0,00	0,0	0,00	0,00	0,0	0,00	0,00	0,00	
	ОБЕД														
54-12з/22	Икра морковная	60	3,23	0,03	0,03	560,21	18,1	37,7	23	0,65	37,45	0,011	0	0,09	5
ТТК	Суп с макаронами	200	2,97	0,185	0,11	17,10	18,58	20,06	10,31	0,8	45,47	0	0	0	20
ТТК	Омлет с птицей	160	3,88	0,059	0,040	72,40	7,2	30,04	2,1	0,27	67,996	0,0093	0,00143	0,4692	41
ТТК	Кофейный напиток с молоком	200	1,092	0,063	0,259	27,783	226,735	183,4	37,8	0,319	109,92	0,0022	0,00302	0,1436	69
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50	0,1	0,02	0,017	0,00	79,1667	64,5	20,5	0,05	37,167	0	0,0063	0	9
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	20	0	0,04	0	0,00	16,6	38,8	11,4	0,02	28,8	0,0005	0,00011	0	10
ТТК	Фрукты свежие (яблоко)	110	11	0,025	0,022	5,500	17,6	12,1	9,90	2,32	58,2	0,01	0	0,3	79
итого за обед		800	22,27	0,422	0,48	683,0	384,0	386,6	115,0	4,4	385,0	0,0	0,0	1,0	
Норма по СанПин			21,00	0,42	0,49	245,0	385,0	385,0	87,5	4,20	385,0	0,035	0,0105	1,05	
отклонение от нормы (+ / -)			-1,27	0,00	0,01	-438,0	1,0	-1,60	-27,51	-0,23	0,00	0,002	0,000	0,05	
	ПОЛДНИК														
386/11	Кефир (м. д. ж. 2,5%)	180	1,26	0,07	0,02	39,600	57,7	60,1	9	0,02	82,8	0	0	0,3	78
193 /11	Биточек рисовый с морковью	100	4,68	0,04	0,11	30,400	4,8	11,2	3,7	1,15	4,9	0,01	0	0	37
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	0,06	0,012	0,01	0,00	47,5	38,7	12,3	0,03	22,3	0	0,0038	0	9
итого за полдник		310	6,00	0,122	0,14	70,000	110,000	110,00	25,000	1,200	110,00	0,010	0,004	0,300	
Норма по СанПин			6,00	0,12	0,14	70,0	110,0	110,0	25,0	1,20	110,0	0,01	0,003	0,3	
отклонение от нормы (+ / -)			0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	42,27	0,73	0,82	937,8	658,98	661,58	177,51	7,43	660,04	0,06	0,02	1,75
Норма по СанПин	36,00	0,72	0,84	420,0	660,0	660,0	150,0	7,20	660,0	0,06	0,018	1,8
отклонение от нормы (+ / -)	-6,27	-0,01	0,02	-517,8	1,02	-1,6	-27,5	-0,23	0,0	0,00	0,00	0,05

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	28,27	0,54	0,62	752,99	493,98	496,60	140,01	5,63	495,00	0,04	0,01	1,30
Норма по СанПин	27,00	0,54	0,63	315,0	495,0	495,0	112,5	5,40	495,0	0,045	0,0135	1,35
отклонение от нормы (+ / -)	-1,27	0,00	0,01	-438,0	1,02	-1,60	-27,51	-0,23	0,00	0,00	0,00	0,05

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	48,27	0,85	0,96	1007,8	768,98	771,58	202,51	8,63	770,04	0,07	0,02	2,05
Норма по СанПин	42,00	0,84	0,98	490,0	770,0	770,0	175,0	8,40	770,0	0,07	0,021	2,1
отклонение от нормы (+ / -)	-6,27	-0,01	0,02	-517,8	1,02	-1,58	-27,51	-0,23	-0,04	0,00	0,00	0,05

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ
К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

ПРИЛОЖЕНИЕ К МЕНЮ

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

для учащихся в ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: 7 - 11 лет

1-я неделя

Сезон: ОСЕНЬ 2023.г.

№ сб. р-р г.изд.	ДЕНЬ 3 - й Наименование блюда	Вес блюда	Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)								№ ТК ТТК
			С	В1	В2	А	Са кальций	Р фосфор	Mg магний	Fe железо	К калий	I йод	Se селен	F фтор	
	ЗАВТРАК														
54-23/22	огурец свежий в нарезке	65	6,5	0,0217	0,022	6,500	15,1667	27,1	9,1	0,39	61,43	0,002	0,0002	0,011	1
239/11	Тефтели рыбные (минтай)	110	3,5	0,083	0,173	51,100	111,808	65,5	9,02	0,33	22,5	0,015	0,00335	0,3562	56
128 /11	картофельное пюре / овощи	120 /30	0,22	0,088	0,048	22,000	42,79	65,78	10,7	0,5	13,5	0,004	0,0015	0,032	32
136/11	/ припущенные (капуста белокачанная)		1,58	0,015	0,034	92,730	13,791	17,73	5,287	0,122	16,47	0,001	0,00182	0,348	32
389/11	Напиток (из груши дички)	200	2,6	0,04	0,06	2,674	27,56	32	11,8	1,61	110	0,005	0	0,002	61
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	0,06	0,012	0,01	0,00	47,5	38,7	12,3	0,03	22,3	0	0,0038	0	9
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	20	0	0,04	0	0,00	16,6	38,8	11,4	0,02	28,8	0,0005	0,00011	0	10
итого за завтрак		575	14,46	0,300	0,35	175,0	275,22	285,6	69,61	3,00	275	0,028	0,01	0,75	
Норма по СанПин			15,00	0,30	0,35	175,0	275,0	275,0	62,5	3,00	275,0	0,025	0,0075	0,75	
отклонение от нормы (+ / -)			0,54	0,000	0,00	0,00	-0,22	-10,6	-7,1	0,00	0,000	0,00	0,00	0,00	
	ОБЕД														
54-153/22	Икра секольная	60	4,13	0,02	0,01	20,750	22,1	32,7	16,6	0,93	61,2	0,0201	0	0	6
ТТК	Суп из овощей	200	2,31	0,095	0,085	80,25	59,825	50,5	9,21	0,85	50,01	0,0025	0,001	0	16
256 /11	Мясо тушёное	100	0,06	0,09	0,09	75,05	41,84	101,9	10,2	1	30,7	0,001	0,001	0,75	51
303 /11	каша вязкая (ячневая)	150	0,0000	0,12	0,26	69,310	97,63	64,9	5,4	0,1491	55,1	0	0,0022	0	25
54-1хм/22	Компот из смеси сухофруктов	200	0,02	0	0,000	15,00	49,1	4,3	2,1	0,09	49,4	0	0	0	63
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50	0,1	0,02	0,017	0,00	79,1667	64,5	20,5	0,05	37,167	0	0,0063	0	9
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	30	0	0,06	0	0,000	24,9	58,2	17,1	0,03	43,2	0,001	0	0	10
ТТК	Фрукты свежие (яблоко)	110	11	0,0220	0,020	5,500	17,6	12,1	9,90	2,32	58,2	0,01	0	0,3	79
итого за обед		900	17,62	0,427	0,48	265,86	392,16	389,10	91,01	5,419	385,0	0,035	0,0105	1,05	
Норма по СанПин			21,00	0,42	0,49	245,0	385,0	385,0	87,5	4,200	385,0	0,035	0,0105	1,05	
отклонение от нормы (+ / -)			3,38	-0,01	0,01	-20,86	-7,16	-4,1	-3,5	-1,22	0,0	0,000	0,0000	0,000	
	ПОЛДНИК														
ТТК	Чай фруктовый	200	3,054	0,006	0,007	0,9	4,691	3,637	2,767	0,655	10,24	0,006	0,000	0,18	76
ТТК	Бутерброд с рыбными кулинарными изделиями	105	2,95	0,114	0,133	69,06	105,31	106,363	22,233	0,545	99,8	0,004	0,003	0,12	57
Пром.пр.	Печенье топленое молоко	10	0	0	0	0,00	0	0	0	0	0	0	0	0	11
итого за полдник		315	6,00	0,120	0,140	70,005	110,001	110,00	25,000	1,200	110,04	0,010	0,003	0,30	
Норма по СанПин			6,00	0,12	0,14	70,0	110,0	110,0	25,0	1,20	110,0	0,01	0,003	0,3	
отклонение от нормы (+ / -)			0,00	0,000	0,000	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,0	0,000	0,000	0,00	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	32,08	0,73	0,83	440,86	667,38	674,71	160,62	8,42	659,98	0,06	0,02	1,80
Норма по СанПин	36,00	0,72	0,84	420,0	660,0	660,0	150,0	7,20	660,0	0,06	0,018	1,8
отклонение от нормы (+ / -)	3,92	-0,01	0,01	-20,86	-7,38	-14,7	-10,6	-1,22	0,0	0,00	0,00	0,00

ВСЕГО: за ОБЕД и ПОЛДНИК	23,62	0,55	0,62	335,87	502,16	499,10	116,01	6,62	495,02	0,04	0,01	1,35
Норма по СанПин	27,00	0,54	0,63	315,0	495,0	495,0	112,5	5,40	495,0	0,045	0,0135	1,35
отклонение от нормы (+ / -)	3,38	-0,01	0,01	-20,87	-7,16	-4,1	-3,5	-1,22	0,0	0,00	0,00	0,00

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	38,08	0,85	0,97	510,9	777,38	784,7	185,6	9,62	770	0,07	0,02	2,10
Норма по СанПин	42,00	0,84	0,98	490,0	770,0	770,0	175,0	8,40	770,0	0,07	0,021	2,1
отклонение от нормы (+ / -)	3,92	-0,01	0,01	-20,87	-7,38	-14,7	-10,6	-1,221	0,0	0,00	0,00	0,00

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ
К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

ПРИЛОЖЕНИЕ К МЕНЮ

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: 7 - 11 лет

Сезон : О С Е Н Ь 2023.г.

ДЕНЬ 4 - й

1-я неделя

№ сб. р-р г.изд.	Наименование блюда	Вес блюда	Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)								№ ТК ТТК
			С	В1	В2	А	Са кальций	Р фосфор	Mg магний	Fe железо	К калий	I йод	Se селен	F фтор	
	ЗАВТРАК														
223 /11	запеканка из творога с молоком сгущённым	135/15	0,08	0,255	0,29	126,95	195,76	209,05	32,45	0,18	143,69	0,011	0,004	0,33	39
54-2гн/22	Чай с сахаром	200	0,04	0	0,01	0,30	4,5	7,2	3,8	0,73	24	0	0	0	72
14/11	Масло порциями	10	0	0	0,01	40,000	2,4	3	0	0,02	3	0	0	0	7
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	0,06	0,012	0,01	0,00	47,5	38,7	12,3	0,03	22,3	0	0,0038	0	9
ТТК	Фрукты свежие (яблоко)	150	15	0,033	0,030	7,750	24,8	17,05	14,0	2,41	82,01	0,014	0	0,423	79
итого за завтрак		390	15,18	0,300	0,350	175,00	274,960	275,00	62,500	3,370	275,00	0,025	0,008	0,753	
Норма по СанПин			15,00	0,30	0,35	175,0	275,0	275,0	62,5	3,00	275,0	0,025	0,0075	0,75	
отклонение от нормы (+ / -)			-0,18	0,000	0,000	0,000	0,04	0,000	0,000	-0,370	0,000	0,000	0,000	0,00	
	ОБЕД														
54-2з/22	огурец свежий в нарезке	60	6	0,02	0,02	6,000	14	25	8,4	0,36	56,7	0,0018	0,00018	0,0102	1
ТТК	Суп картофельный с горохом	200	5,16	0,071	0,006	30,4	10,418	25,2	10,24	0,97	67,798	0,03	0	0,848	17
258/11	Мясо духовое	195	6,77	0,046	0,181	67,90	67,385	51,9	21,19	1,95	60,535	0	0	0	49
ТТК	Какао с молоком (витаминизирован)	200	1,092	0,063	0,256	27,8	224,775	173,6	31,5	0,588	94	0	0,00054	0,062	67
15/11	Сыр порциями (Костромской)	20	0	0,14	0,2	113,00	81,33	90	5,13	0,0000	25,6	0	0,01	0,13	7
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50	0,1	0,02	0,017	0,00	79,1667	64,5	20,5	0,05	37,167	0	0,0063	0	9
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	30	0	0,06	0	0,000	24,9	58,2	17,1	0,03	43,2	0,001	0	0	10
итого за обед		735	19,12	0,420	0,680	245,00	501,775	488,40	114,06	3,948	385,00	0,033	0,017	1,050	
Норма по СанПин			21,00	0,42	0,49	245,0	385,0	385,0	87,5	4,20	385,0	0,035	0,0105	1,05	
отклонение от нормы (+ / -)			1,88	0,000	-0,190	0,00	-116,775	-103,40	-26,56	0,252	0,000	0,00	-0,007	0,000	
	ПОЛДНИК														
ТТК	Чай без сахара	180	0,008	0	0,002	0,060	0,88	1,44	0,76	0,142	21,6	0	0	0	73
224 /11	запеканка из творога и моркови с молоком сгущённым	150	5,99	0,12	0,138	69,940	109,12	108,6	24,24	1,058	88,4	0,01	0,003	0,3	38
итого за полдник		330	6,00	0,120	0,140	70,000	110,000	110,04	25,000	1,200	110,00	0,010	0,003	0,300	
Норма по СанПин			6,00	0,12	0,14	70,0	110,0	110,0	25,0	1,20	110,0	0,01	0,003	0,3	
отклонение от нормы (+ / -)			0,00	0,000	0,000	0,00	0,00	0,0	0,00	0,000	0,0	0,000	0,000	0,00	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	34,30	0,72	1,03	420,00	776,73	763,40	176,56	7,32	660,00	0,06	0,02	1,80
Норма по СанПин	36,00	0,72	0,84	420,0	660,0	660,0	150,0	7,20	660,0	0,06	0,018	1,8
отклонение от нормы (+ / -)	1,70	0,000	-0,190	0,00	-116,73	-103,400	-26,560	-0,118	0,0	0,002	-0,007	0,00

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	25,12	0,54	0,82	315,00	611,77	598,44	139,06	5,15	495,00	0,04	0,02	1,35
Норма по СанПин	27,00	0,54	0,63	315,0	495,0	495,0	112,5	5,40	495,0	0,045	0,0135	1,35
отклонение от нормы (+ / -)	1,88	0,000	-0,190	0,00	-116,77	-103,440	-26,560	0,252	0,0	0,002	-0,007	0,00

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	40,30	0,84	1,17	490,00	886,73	873,44	201,56	8,52	770,00	0,07	0,03	2,10
Норма по СанПин	42,00	0,84	0,98	490,0	770,0	770,0	175,0	8,40	770,0	0,07	0,021	2,1
отклонение от нормы (+ / -)	1,70	0,000	-0,190	0,00	-116,73	-103,440	-26,560	-0,118	0,0	0,002	-0,007	0,00

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ
К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ
для учащихся в общеобразовательном учреждении

ПРИЛОЖЕНИЕ К МЕНЮ

Сезон : О С Е Н Ь 2023.г.

Возрастная категория: 7 - 11 лет

1-я неделя

№ сб. р-р г.изд.	ДЕНЬ 5 -й Наименование блюда	Вес блюда	Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)								№ ТК ТТК
			С	В1	В2	А	Са кальций	Р фосфор	Mg магний	Fe железо	К калий	I йод	Se селен	F фтор	
	ЗАВТРАК														
47 /11	Квашеная капуста	60	11,886	0,014	0,017	0,000	31,346	20,372	9,607	0,401	57,4	0,0124	0	0,07	4
269/11	Биточки (особые) мясные	90	0,12	0,07	0,08	89,80	85,81	89,37	14,5	1,001	42,9	0,01	0,0017	0,41	44
142/11	Картофель и овощи тушёные в соусе	160	1,8	0,1539	0,229	80,63	69,06	80,232	10,732	0,973	73,6	0,002	0,00192	0,27	30
ТТК	Кисель из яблок сушёных	190	2,016	0,0115	0,012	4,575	24,6804	7,525	3,958	0,576	50	0	0	0	65
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	0,06	0,012	0,01	0,00	47,5	38,7	12,3	0,03	22,3	0	0,0038	0	9
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	20	0	0,04	0	0,00	16,6	38,8	11,4	0,02	28,8	0,0005	0,00011	0	10
итого за завтрак		550	15,88	0,304	0,343	175,01	274,996	275,00	62,497	3,001	275,0	0,025	0,0075	0,750	
Норма по СанПин			15,00	0,30	0,35	175,0	275,0	275,0	62,5	3,00	275,0	0,025	0,0075	0,75	
отклонение от нормы (+ / -)			-0,88	-0,004	0,007	0,00	0,00	0,001	0,003	-0,001	0,00	0,000	0,000	0,00	
	ОБЕД														
54-3з/22	Помидор свежий в нарезке	60	15	0,04	0,02	79,800	8,4	16	12	0,54	74	0,02	0,0024	0,12	2
ТТК	Суп с клёцками	200	0,014	0,076	0,14	163,19	135,88	56,9	14,22	0,426	0	0,006	0	1,04	18
228/11	Рыба припущенная в молоке (минтай)	90	0,0558	0,067	0,14	12,090	13,539	48,39	10,311	0,853	10,3	0,0012	0	0	59
ТТК	запеканка из творога и картофеля с соусом сметанным	175	0,212	0,117	0,110	61,325	16,72	81,41	9,13	1,084	1,484	0,0069	0,003	0,0055	31
389/11	Сок фруктовый (персиковый)	200	2,33	0,002	0,004	0,000	70,4	36	0,8	1,31	152	0	0	0	61
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50	0,1	0,02	0,017	0,00	79,1667	64,5	20,5	0,05	37,167	0	0,0063	0	9
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	30	0	0,06	0	0,000	24,9	58,2	17,1	0,03	43,2	0,001	0	0	10
ТТК	Фрукты свежие (апельсин)	105	53	0,04	0,06	8,400	35,99	24	3,439	0,294	66,85	0	0	0	81
итого за обед		910	70,71	0,424	0,486	324,80	384,996	385,00	87,50	4,587	385,00	0,035	0,012	1,17	
Норма по СанПин			21,00	0,42	0,49	245,0	385,0	385,0	87,5	4,20	385,0	0,035	0,0105	1,05	
отклонение от нормы (+ / -)			-49,71	-0,004	0,004	-79,800	0,00	0,00	0,000	-0,387	0,00	0,000	-0,001	-0,12	
	ПОЛДНИК														
ТТК	чай с лимоном и сахаром	200	1,128	0	0,002	0,140	3,423	2,74	1,46	0,222	65,6	0	0	0,16	74
5-269/1	Бутерброд с мясными кулинарными изделиями	100	0,4	0,12	0,138	69,860	106,58	107,26	23,54	0,998	44,4	0,01	0,003	0,14	45
итого за полдник		300	1,53	0,120	0,140	70,000	110,003	110,00	25,000	1,220	110,00	0,010	0,003	0,300	
Норма по СанПин			6,00	0,12	0,14	70,0	110,0	110,0	25,0	1,20	110,0	0,01	0,003	0,30	
отклонение от нормы (+ / -)			4,47	0,000	0,000	0,000	0,00	0,000	0,000	-0,020	0,000	0,000	0,000	0,000	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	86,59	0,73	0,83	499,81	659,99	660,00	150,00	7,59	660,00	0,06	0,02	1,92
Норма по СанПин	36,00	0,72	0,84	420,0	660,0	660,0	150,0	7,20	660,0	0,06	0,018	1,8
отклонение от нормы (+ / -)	-50,59	-0,008	0,012	-79,805	0,01	0,001	0,003	-0,388	-0,001	0,000	-0,001	-0,12

ВСЕГО: за ОБЕД и ПОЛДНИК	72,24	0,54	0,63	394,80	495,00	495,00	112,50	5,81	495,00	0,05	0,01	1,47
Норма по СанПин	27,00	0,54	0,63	315,0	495,0	495,0	112,5	5,40	495,0	0,045	0,0135	1,35
отклонение от нормы (+ / -)	-45,24	-0,004	0,004	-79,800	0,00	0,000	0,000	-0,407	-0,001	0,000	-0,001	-0,12

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	88,12	0,85	0,97	569,81	770,00	770,00	175,00	8,81	770,00	0,07	0,02	2,22
Норма по СанПин	42,00	0,84	0,98	490,0	770,0	770,0	175,0	8,40	770,0	0,07	0,021	2,1
отклонение от нормы (+ / -)	-46,12	-0,008	0,012	-79,805	0,00	0,001	0,003	-0,408	-0,001	0,000	-0,001	-0,12

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ К 10-ТИДНЕВНОМУ МЕНЮ
ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ
ПРИЛОЖЕНИЕ К МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: 7 - 11 лет 1-я неделя Сезон: ОСЕНЬ 2023 г.

Возрастная категория: 7 - 11 лет меню завтраки 10-тидневка 1 - я неделя			Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)							
			С	В1	В2	А	Са	Р	Mg	Fe	К	I	Se	F
Итого за день по СанПиН 100%			60	1,2	1,4	700	1100	1100	250	12	1100	0,1	0,03	3
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20														
12-18 л	ЗАВТРАКИ	25%	15,00	0,300	0,350	175,0	275,0	275,0	62,50	3,000	275,0	0,0250	0,0075	0,750
Среднее за 5 дней (фактически)			15,50	0,30	0,35	191,0	275,03	277,1	63,92	3,07	275,0	0,03	0,01	0,75
отклонение от нормы (+ / -)			-0,50	0,00	0,00	-15,96	-0,03	-2,12	-1,42	-0,07	-0,01	0,00	0,00	0,00

Возрастная категория: 7 - 11 лет меню обеды 10-тидневка 1 - я неделя			Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)							
			С	В1	В2	А	Са	Р	Mg	Fe	К	I	Se	F
Итого за день по СанПиН 100%			60	1,2	1,4	700	1100	1100	250	12	1100	0,1	0,03	3
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20														
12-18 л	ОБЕДЫ	35%	21,00	0,420	0,490	245,0	385,0	385,0	87,5	4,20	385,0	0,035	0,0105	1,05
Среднее за 5 дней (фактически)			30,14	0,42	0,5	401,7	413,42	417,4	105,4	4,52	372,0	0,03	0,01	0,87
отклонение от нормы (+ / -)			-9,14	0,00	-0,03	-156,73	-28,42	-32,38	-17,86	-0,32	13,01	0,00	0,00	0,18

Возрастная категория: 7 - 11 лет меню -полдники 10-тидневка 1 - я неделя			Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)							
			С	В1	В2	А	Са	Р	Mg	Fe	К	I	Se	F
Итого за день по СанПиН 100%			60	1,2	1,4	700	1100	1100	250	12	1100	0,1	0,03	3
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20														
12-18 л	ПОЛДНИКИ	10%	6,00	0,120	0,140	70,00	110,0	110,0	25,00	1,20	110,0	0,010	0,003	0,300
Среднее за 5 дней (фактически)			6,12	0,12	0,15	73,31	106,60	112,46	25,00	1,26	110,01	0,01	0,00	0,30
отклонение от нормы (+ / -)			-0,12	0,00	-0,01	-3,31	3,40	-2,46	0,00	-0,06	-0,01	0,00	0,00	0,00

Возрастная категория: 7 - 11 лет меню завтраки - обеды 10-тидневка 1 - я неделя			Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)							
			С	В1	В2	А	Са	Р	Mg	Fe	К	I	Se	F
Итого за день по СанПиН 100%			60	1,2	1,4	700	1100	1100	250	12	1100	0,1	0,03	3
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20														
12-18 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ	60%	36,00	0,720	0,840	420,0	660,0	660,0	150,0	7,20	660,0	0,060	0,018	1,80
Среднее за 5 дней (фактически)			45,65	0,73	0,87	592,7	688,46	694,50	169,28	7,59	647,00	0,06	0,02	1,62
отклонение от нормы (+ / -)			-9,65	-0,01	-0,03	-172,69	-28,46	-34,50	-19,28	-0,39	13,00	0,00	0,00	0,18

Возрастная категория: 7 - 11 лет меню обеды-полдники 10-тидневка 1 - я неделя			Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)							
			С	В1	В2	А	Са	Р	Mg	Fe	К	I	Se	F
Итого за день по СанПиН 100%			60	1,2	1,4	700	1100	1100	250	12	1100	0,1	0,03	3
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20														
12-18 л	ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	45%	27,00	0,540	0,630	315,0	495,0	495,0	112,5	5,400	495,0	0,045	0,0135	1,350
Среднее за 5 дней (фактически)			36,26	0,55	0,67	475,0	520,02	529,84	130,36	5,78	482,00	0,04	0,02	1,17
отклонение от нормы (+ / -)			-9,26	-0,01	-0,04	-160,04	-25,02	-34,84	-17,86	-0,38	13,00	0,00	0,00	0,18

Возрастная категория: 7 - 11 лет меню завтраки - обеды-полдники 10-тидневка 1 - я неделя			Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)							
			С	В1	В2	А	Са	Р	Mg	Fe	К	I	Se	F
Итого за день по СанПиН 100%			60	1,2	1,4	700	1100	1100	250	12	1100	0,1	0,03	3
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20														
12-18 л	ЗАВТРАКИ - ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	70%	42,00	0,840	0,980	490,0	770,0	770,0	175,0	8,40	770,0	0,070	0,021	2,100
Среднее за 5 дней (фактически)			51,77	0,85	1,02	666,0	795,06	806,95	194,28	8,85	757,00	0,07	0,02	1,92
отклонение от нормы (+ / -)			-9,77	-0,01	-0,04	-176,01	-25,06	-36,95	-19,28	-0,45	13,00	0,00	0,00	0,18

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ
К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ
для учащихся в общеобразовательном учреждении

приложение к меню

Сезон : О С Е Н Ь 2023.г.

Возрастная категория: 7 - 11 лет

2-я неделя

Д Е Н Ь 6 - й

№ сб. р-р г.изд.	Наименование блюда	Вес блюда	Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)								№ ТК ТТК
			С	В1	В2	А	Са	Р	Mg	Fe	К	I	Se	F	
							кальций	фосфор	магний	железо	калий	йод	селен	фтор	
	ЗАВТРАК														
54-3з/22	Помидор свежий в нарезке	60	15	0,04	0,02	79,800	8,4	16	12	0,54	74	0,02	0,0024	0,12	2
ТТК	Омлет с птицей	150	0,00	0,106	0,013	127,51	23,75	19,4	1,93	0,322	24,9	0,0001	0,0040	0,559	40
ТТК	Кофейный напиток с молоком	200	1,04	0,06	0,25	26,490	217,658	184	42	1,18	109,92	0,0022	0,00302	0,1436	70
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40	0,08	0,016	0,013	0,000	63,333	51,6	16,4	0,04	29,733	0	0,0002	0	9
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	20	0	0,04	0	0,00	16,6	38,8	11,4	0,02	28,8	0,0005	0,00011	0	10
ТТК	Фрукты свежие (бананы)	105	10,5	0,04	0,05	21,000	8,4	29,4	8,018	1,28	7,645	0,0010	0,0001	0,046	80
итого за завтрак		575	26,62	0,304	0,346	254,80	338,141	338,80	91,75	3,382	275,00	0,024	0,010	0,869	
Норма по СанПин			15,00	0,30	0,35	175,0	275,0	275,0	62,5	3,00	275,0	0,025	0,0075	0,75	
отклонение от нормы (+ / -)			-11,62	-0,004	0,004	-79,80	-63,14	-63,80	-29,248	-0,382	0,00	0,00	-0,002	-0,12	
	ОБЕД														
54-2з/22	огурец свежий в нарезке	60	6	0,02	0,02	6,000	14	25	8,4	0,36	56,7	0,0018	0,00018	0,0102	1
ТТК	Рассольник ленинградский	200	10,18	0,096	0,076	152	78,36	19,5	2,79	0,64	0	0,02	0	0	15
143/11	Рагу из овощей	150	2,12	0	0,155	84,10	82,57	25,9	8,29	0,66	12,48	0	0	0,54	29
268/11	Котлета мясная	90	0	0,184	0,162	0,45	78,64	169,7	25,18	0,85	125,45	0,007	0,004	0,498	46
389/11	Напиток (из груша дичка)	200	2,6	0,04	0,06	2,674	27,56	32	11,8	1,61	110	0,005	0	0,002	61
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50	0,1	0,02	0,017	0,00	79,1667	64,5	20,5	0,05	37,167	0	0,0063	0	9
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	30	0	0,06	0	0,000	24,9	58,2	17,1	0,03	43,2	0,001	0	0	10
итого за обед		780	21,00	0,420	0,490	245,0	384,997	394,80	94,060	4,200	385,00	0,035	0,010	1,050	
Норма по СанПин			21,00	0,42	0,49	245,0	385,0	385,0	87,5	4,20	385,0	0,035	0,0105	1,050	
отклонение от нормы (+ / -)			0,00	0,000	0,000	0,0	0,00	-9,800	-6,560	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	
	ПОЛДНИК														
тТК	Кофейный напиток с молоком	200	0,546	0,032	0,13	13,896	113,575	93,1	19,8	0,519	109,92	0,0022	0,00302	0,1436	71
тТК	Макароны запечённые с яйцом	135/15	5,45	0,09	0,010	56,100	18,64	16,9	5,2	0,681	0,08	0,008	0	0,16	36
итого за полдник		200	6,00	0,120	0,140	69,996	132,215	110,0	25,000	1,200	110,00	0,010	0,003	0,304	
Норма по СанПин			6,00	0,12	0,14	70,0	110,0	110,0	25,0	1,20	110,0	0,01	0,003	0,3	
отклонение от нормы (+ / -)			0,00	0,000	0,000	0,00	-22,22	0,000	0,000	0,000	0,00	0,000	0,0000	0,00	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	47,62	0,72	0,84	499,82	723,14	733,60	185,81	7,58	660,00	0,06	0,02	1,92
Норма по СанПин	36,00	0,72	0,84	420,0	660,0	660,0	150,0	7,20	660,0	0,06	0,018	1,8
отклонение от нормы (+ / -)	-11,62	-0,004	0,004	-79,82	-63,14	-73,600	-35,808	-0,382	0,00	0,001	-0,002	-0,12

ВСЕГО: за ОБЕД и ПОЛДНИК	27,00	0,54	0,63	315,02	517,21	504,80	119,06	5,40	495,00	0,04	0,01	1,35
Норма по СанПин	27,00	0,54	0,63	315,0	495,0	495,0	112,5	5,40	495,0	0,045	0,0135	1,35
отклонение от нормы (+ / -)	0,00	0,000	0,000	-0,02	-22,21	-9,800	-6,560	0,000	0,00	0,000	0,000	0,00

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	53,62	0,84	0,98	569,82	855,35	843,60	210,81	8,78	770,00	0,07	0,02	2,22
Норма по СанПин	42,00	0,84	0,98	490,0	770,0	770,0	175,0	8,40	770,0	0,07	0,021	2,1
отклонение от нормы (+ / -)	-11,62	-0,004	0,004	-79,82	-85,35	-73,600	-35,808	-0,382	0,00	0,001	-0,002	-0,12

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ
К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД
ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

ПРИЛОЖЕНИЕ К МЕНЮ

Сезон : О С Е Н Ь 2023.г.

Возрастная категория: 7 - 11 лет

2-я неделя

ДЕНЬ 7-й

№ с.б. р-р г.изд.	Наименование блюда	Вес блюда	Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)								№ ТК ТТК
			С	В1	В2	А	Са кальций	Р фосфор	Mg магний	Fe железо	К калий	I йод	Se селен	F фтор	
	ЗАВТРАК														
54-2з/22	огурец свежий в нарезке	60	6	0,02	0,02	6,000	14	25	8,4	0,36	56,7	0,0018	0,00018	0,0102	1
205 / 11	Макароны отварные с овощами	150	2,712	0,125	0,203	66,700	119,17	54,73	11,32	0,539	46,47	0	0,00297	0	28
Т ТК	Суфле из печени	90	3,89	0,103	0,117	93,300	48,33	124,99	24,38	1,995	71,33	0,023	0,0004	0,74	53
Т ТК	Компот из смеси сухофруктов	200	0,112	0	0,000	9,00	29,605	2,58	1,26	0,056	49,4	0	0	0	62
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	0,06	0,012	0,01	0,00	47,5	38,7	12,3	0,03	22,3	0	0,0038	0	9
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	20	0	0,04	0	0,00	16,6	38,8	11,4	0,02	28,8	0,0005	0,00011	0	10
итого за завтрак		550	12,77	0,300	0,350	175,00	275,005	284,80	69,060	3,000	275,00	0,025	0,007	0,750	
Норма по СанПин			15,00	0,30	0,35	175,0	275,0	275,0	62,5	3,00	275,0	0,025	0,0075	0,75	
отклонение от нормы (+ / -)			2,23	0,000	0,000	0,00	0,00	-9,80	-6,560	0,000	0,00	0,000	0,0000	0,00	
	ОБЕД														
47 / 11	Квашеная капуста	60	11,886	0,014	0,017	0,000	31,346	20,372	9,607	0,401	57,4	0,0124	0	0,07	4
ТТК	Суп с крупой (пшеничной)	200	0	0,056	0,038	13,400	4,69	91,7	4,28	0,848	78,37	0,002	0	0,152	22
233 / 11	Рыба запеченная под молочным соусом	200	0	0,21	0,310	92,350	188,097	92,67	11,46	0,442	74,807	0,01	0,0042	0,54	60
389/11	Сок фруктовый (абрикосовый)	200	2,25	0,04	0,08	134,00	40	46	15,1	0,4	38,5	0	0	0	61
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50	0,1	0,02	0,017	0,00	79,1667	64,5	20,5	0,05	37,167	0	0,0063	0	9
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	30	0	0,06	0	0,000	24,9	58,2	17,1	0,03	43,2	0,001	0	0	10
ТТК	Фрукты свежие (яблоко)	105	10,5	0,024	0,021	5,250	16,8	11,56	9,5	2,03	55,56	0,01	0	0,29	79
итого за обед		845	24,74	0,424	0,483	245,00	385,000	385,00	87,497	4,201	385,00	0,035	0,011	1,052	
Норма по СанПин			21,00	0,42	0,49	245,0	385,0	385,0	87,5	4,20	385,0	0,035	0,0105	1,05	
отклонение от нормы (+ / -)			-3,74	-0,004	0,007	0,00	0,00	0,00	0,003	-0,001	0,00	0,000	0,0000	0,00	
	ПОЛДНИК														
ТТК	Компот из смеси сухофруктов	180	0,112	0	0,000	9,00	29,658	2,58	1,26	0,062	44,46	0	0	0	64
468 / 04	Оладьи из печени	100	5,05	0,071	0,02	9,07	8,24	68,671	11,512	0,651	36,74	0,009	0,0029	0,3	54
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	20	0	0,04	0	0,00	16,6	38,8	11,4	0,02	28,8	0,0005	0,00011	0	10
итого за полдник		300	5,16	0,111	0,020	18,070	54,498	110,05	24,172	0,733	110,00	0,010	0,003	0,300	
Норма по СанПин			6,00	0,12	0,14	70,0	110,0	110,0	25,0	1,20	110,0	0,01	0,003	0,3	
отклонение от нормы (+ / -)			0,84	0,009	0,120	51,93	55,50	-0,051	0,828	0,467	0,00	0,000	0,0000	0,00	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	37,51	0,72	0,83	420,00	660,00	669,80	156,56	7,20	660,00	0,06	0,02	1,80
Норма по СанПин	36,00	0,72	0,84	420,0	660,0	660,0	150,0	7,20	660,0	0,06	0,018	1,8
отклонение от нормы (+ / -)	-1,51	-0,004	0,007	0,00	0,00	-9,80	-6,557	-0,001	0,00	-0,001	0,0000	0,00

ВСЕГО: за ОБЕД и ПОЛДНИК	29,90	0,54	0,50	263,07	439,50	495,05	111,67	4,93	495,00	0,05	0,01	1,35
Норма по СанПин	27,00	0,54	0,63	315,0	495,0	495,0	112,5	5,40	495,0	0,045	0,0135	1,35
отклонение от нормы (+ / -)	-2,90	0,005	0,127	51,93	55,50	-0,053	0,831	0,466	0,00	0,000	0,0000	0,00

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	42,67	0,84	0,85	438,07	714,50	779,85	180,73	7,93	770,00	0,07	0,02	2,10
Норма по СанПин	42,00	0,84	0,98	490,0	770,0	770,0	175,0	8,40	770,0	0,07	0,021	2,1
отклонение от нормы (+ / -)	-0,67	0,005	0,127	51,93	55,50	-9,853	-5,729	0,466	0,00	0,000	0,0000	0,00

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ
К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

ПРИЛОЖЕНИЕ К МЕНЮ

Сезон : О С Е Н Ь 2023.г.

Возрастная категория: 7 - 11 лет

2-я неделя

Д Е Н Ь 8 - й

№ с.б. р-р г.изд.	Наименование блюда	Вес блюда	Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)								№ ТК ТТК
			С	В1	В2	А	Са кальций	Р фосфор	Мg магний	Fe железо	К калий	І йод	Se селен	F фтор	
	ЗАВТРАК														
54-3з/22	Помидор свежий в нарезке	60	15	0,04	0,02	79,800	8,4	16	12	0,54	74	0,02	0,0024	0,12	2
235/11	Шницель рыбный натуральный (ми)	90 / 20	0,05	0,09	0,174	57,600	131,919	84,39	2,813	0,62	1,93	0	0	0,369	55
128 /11	картофель пюре / Капуста	120 /30	0,22	0,088	0,088	22,000	42,79	65,78	10,7	0,5	13,5	0,004	0,0015	0,032	33
139/11	Тушёная (комбинация сложного гарнира)		4,174	0,015	0,034	95,400	13,791	17,73	5,287	0,122	16,47	0,001	0,00182	0,348	33
389/11	Сок фруктовый (яблочный)	200	4	0,02	0,02	0,000	14	14	8	1,168	118	0,002	0	0	61
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	0,06	0,012	0,01	0,00	47,5	38,7	12,3	0,03	22,3	0	0,0038	0	9
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	20	0	0,04	0	0,00	16,6	38,8	11,4	0,02	28,8	0,0005	0,00011	0	10
итого за завтрак		570	23,50	0,304	0,346	254,80	275,000	275,00	62,50	3,000	275,00	0,03	0,010	0,869	
Норма по СанПин			15,00	0,30	0,35	175,0	275,0	275,0	62,5	3,00	275,0	0,025	0,0075	0,75	
отклонение от нормы (+ / -)			-8,50	-0,004	0,004	-79,80	0,00	0,00	0,000	0,000	0,00	0,0	-0,0021	-0,12	
	ОБЕД														
54-2з/22	огурец свежий в нарезке	60	6	0,02	0,02	6,000	14	25	8,4	0,36	56,7	0,0018	0,00018	0,0102	1
ТТК	Борщ с картофелем	200	1,6	0,118	0,324	124	187,06	99,39	24,8	0,34	75,25	0,017	0	0,16	13
265/11	Плов с говядиной	180	0,68	0,166	0,096	101,7	27,71	126,1	9,81	0,79	67,12	0,005	0,004	0,59	48
ТТК	Кисель из яблок	200	2,012	0,0115	0,0115	1,575	15,7764	8,33	3,916	0,618	50	0	0	0	66
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50	0,1	0,02	0,017	0,00	79,1667	64,5	20,5	0,05	37,167	0	0,0063	0	9
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	30	0	0,06	0	0,000	24,9	58,2	17,1	0,03	43,2	0,001	0	0	10
ТТК	Фрукты свежие (яблоко)	105	10,5	0,024	0,021	5,250	16,8	11,56	9,5	2,03	55,56	0,01	0	0,29	79
итого за обед		825	20,89	0,420	0,490	239,01	365,213	393,08	93,976	4,218	385,00	0,035	0,010	1,050	
Норма по СанПин			21,00	0,42	0,49	245,0	385,0	385,0	87,5	4,20	385,0	0,035	0,0105	1,05	
отклонение от нормы (+ / -)			0,11	0,000	0,000	6,00	19,79	-8,08	-6,476	-0,018	0,00	0,000	0,0000	0,00	
	ПОЛДНИК														
Т Т К	чай с лимоном и сахаром	200	1,128	0	0,002	0,140	3,4658	2,74	1,46	0,222	65,6	0	0	0,16	74
150/11	Зразы картофельные	90 / 20	3,353	0,108	0,128	69,860	59,08	68,56	11,24	0,968	22,1	0,01	0	0,14	34
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	0,06	0,012	0,01	0,00	47,5	38,7	12,3	0,03	22,3	0	0,0038	0	9
итого за полдник		340	4,54	0,120	0,140	70,000	110,046	110,00	25,000	1,220	110,00	0,010	0,004	0,300	
Норма по СанПин			6,00	0,12	0,14	70,0	110,0	110,0	25,0	1,20	110,0	0,01	0,003	0,3	
отклонение от нормы (+ / -)			1,46	0,000	0,000	0,00	-0,05	0,00	0,000	-0,020	0,00	0,000	-0,0008	0,00	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	44,39	0,72	0,84	493,81	640,21	668,08	156,48	7,22	660,00	0,06	0,02	1,92
Норма по СанПин	36,00	0,72	0,84	420,0	660,0	660,0	150,0	7,20	660,0	0,06	0,018	1,8
отклонение от нормы (+ / -)	-8,39	-0,004	0,004	-73,81	19,79	-8,08	-6,476	-0,018	0,00	-0,002	-0,0021	-0,12

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	25,43	0,54	0,63	309,01	475,26	503,08	118,98	5,44	495,00	0,04	0,01	1,35
Норма по СанПин	27,00	0,54	0,63	315,0	495,0	495,0	112,5	5,40	495,0	0,045	0,0135	1,35
отклонение от нормы (+ / -)	1,57	0,000	0,000	6,00	19,74	-8,08	-6,476	-0,038	0,00	0,000	-0,0008	0,00

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	48,93	0,84	0,98	563,81	750,26	778,08	181,48	8,44	770,00	0,07	0,02	2,22
Норма по СанПин	42,00	0,84	0,98	490,0	770,0	770,0	175,0	8,40	770,0	0,07	0,021	2,1
отклонение от нормы (+ / -)	-6,93	-0,004	0,004	-73,81	19,74	-8,08	-6,476	-0,038	0,00	-0,002	-0,0029	-0,12

К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

ПРИЛОЖЕНИЕ К МЕНЮ

Сезон : О С Е Н Ь 2023.г.

Возрастная категория: 7 - 11 лет

2-я неделя

ДЕНЬ 9 - й

№ сб. р-р г.изд.	Наименование блюда	Вес блюда	Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)								№ ТК ТТК
			С	В1	В2	А	Са кальций	Р фосфор	Mg магний	Fe железо	К калий	I йод	Se селен	F фтор	
	ЗАВТРАК														
182/11	Каша жидкая молочная (рисовая)	200	3,8	0,002	0,002	35,230	4,85	2,27	10,23	0,269	48,76	0,0145	0,0067	0,41	24
14/11	Масло порциями	10	0	0	0,01	40,000	2,4	3	0	0,02	3	0	0	0	7
15/11	Сыр порциями (Костромской)	15	0	0,165	0,195	67,010	51,15	78	0,69	0,001	11,85	0	0	0	8
ТТК	Какао с молоком (витаминизирован)	200	1,092	0,063	0,257	27,8	225,458	177,8	34,2	0,709	94	0	0,00054	0,064	68
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	48	0,096	0,019	0,016	0,000	76	61,92	19,68	0,048	35,68	0	0,0002	0	9
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	20	0	0,04	0	0,00	16,6	38,8	11,4	0,02	28,8	0,0005	0,00011	0	10
ТТК	Фрукты свежие (яблоко)	100	10	0,022	0,02	5,000	16	11,01	9	1,933	52,91	0,01	0	0,276	79
итого за завтрак		593	14,99	0,311	0,500	175,01	392,458	372,80	85,200	3,000	275,00	0,025	0,008	0,750	
Норма по СанПин			15,00	0,30	0,35	175,0	275,0	275,0	62,5	3,00	275,0	0,025	0,0075	0,75	
отклонение от нормы (+ / -)			0,01	-0,011	-0,150	0,00	-117,46	-97,80	-22,700	0,000	0,00	0,000	0,0000	0,000	
	ОБЕД														
54-203/22	горошек зелёный консерв	60	6,43	0,04	0,02	11,40	12,9	39,5	12,9	0,5	15	0,0009	0	0,06	3
Пром.пр.	Печенье топленое молоко	35	0	0	0	0,00	0	0	0	0	0	0	0	0	11
ТТК	Суп с лапшой	200	5,75	0,028	0,08	54,100	22,425	67,75	16,525	0,52	100,375	0,003	0	0,3	21
294/11	Котлета рубленая из птицы	90	7,50	0,17	0,07	50,480	136,455	116,03	22,925	1,458	167,64	0,024	0,0036	0,68	42
ТТК	запеканка из творога и картофеля с соусом сметанным	175	0,212	0,117	0,110	61,325	16,72	81,41	9,13	1,084	1,484	0,0069	0,003	0,0055	31
54-1км/22	Компот из смеси сухофруктов	200	0,02	0	0,000	15,00	49,1	4,3	2,1	0,09	49,4	0	0	0	63
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	0,06	0,012	0,01	0,00	47,5	38,7	12,3	0,03	22,3	0	0,0038	0	9
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	20	0	0,04	0	0,00	16,6	38,8	11,4	0,02	28,8	0,0005	0,00011	0,00	10
итого за обед		810	19,97	0,411	0,288	192,31	301,700	386,49	87,280	3,702	385,00	0,035	0,011	1,05	
Норма по СанПин			21,00	0,42	0,49	245,0	385,0	385,0	87,5	4,20	385,0	0,035	0,0105	1,05	
отклонение от нормы (+ / -)			1,03	0,009	0,202	52,70	83,300	-1,49	0,220	0,498	0,00	0,000	0,0000	0,00	
	ПОЛДНИК														
389/11	Сок фруктовый (яблочный)	200	4	0,02	0,02	0,000	14	14	8	1,168	81,2	0,002	0	0	61
Т Т К	Голубцы ленивые	90	2	0,06	0,12	70,00	79,4	57,2	5,6	0,012	0	0,007	0,0029	0,3	43
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	20	0	0,04	0	0,00	16,6	38,8	11,4	0,02	28,8	0,0005	0,00011	0	10
итого за полдник		350	6,00	0,120	0,140	70,000	110,000	110,00	25,000	1,200	110,00	0,010	0,003	0,300	
Норма по СанПин			6,00	0,12	0,14	70,0	110,0	110,0	25,0	1,20	110,0	0,01	0,003	0,3	
отклонение от нормы (+ / -)			0,00	0,000	0,000	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,00	0,000	0,0000	0,00	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	34,96	0,72	0,79	367,31	694,16	759,29	172,48	6,70	660,00	0,06	0,02	1,80
Норма по СанПин	36,00	0,72	0,84	420,0	660,0	660,0	150,0	7,20	660,0	0,06	0,018	1,8
отклонение от нормы (+ / -)	1,04	-0,002	0,052	52,69	-34,16	-99,29	-22,480	0,498	0,00	0,000	0,000	0,00

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	25,97	0,53	0,43	262,31	411,70	496,49	112,28	4,90	495,00	0,04	0,01	1,35
Норма по СанПин	27,00	0,54	0,63	315,0	495,0	495,0	112,5	5,40	495,0	0,045	0,0135	1,35
отклонение от нормы (+ / -)	1,03	0,009	0,202	52,70	83,30	-1,49	0,220	0,498	0,00	0,000	0,0000	0,00

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	40,96	0,84	0,93	437,3	804,16	869,3	197,5	7,90	770,0	0,07	0,02	2,10
Норма по СанПин	42,00	0,84	0,98	490,0	770,0	770,0	175,0	8,40	770,0	0,07	0,021	2,1
отклонение от нормы (+ / -)	1,04	-0,002	0,052	52,69	-34,16	-99,29	-22,480	0,498	0,00	0,000	-0,0001	0,00

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ
К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
 ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ
 для учащихся в общеобразовательном учреждении

ПРИЛОЖЕНИЕ К МЕНЮ

Сезон : О С Е Н Ь 2023.г.

Возрастная категория: 7 - 11 лет

2-я неделя

ДЕНЬ 10 - й

№ сб. р-р г.изд.	Наименование блюда	Вес блюда	Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)								№ ТК ТТК
			С	В1	В2	А	Са кальций	Р фосфор	Mg магний	Fe железо	К калий	I йод	Se селен	F фтор	
	ЗАВТРАК														
54-23/22	огурец свежий в нарезке	70	7	0,0233	0,023	7,000	16,33	29,2	9,8	0,42	86,333	0,023	0,0002	0,001	1
259/11	Жаркое по - дормашнему	180	4,45	0,182	0,304	174,79	172,838	142,741	12,6	1,902	50,134	0,001	0,0071	0,589	50
Т ТК	чай с лимоном и сахаром	200	0,82	0	0,005	0,207	4,129	4,529	2,4	0,389	65,6	0	0	0,16	75
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40	0,08	0,016	0,013	0,000	63,333	51,6	16,4	0,04	29,733	0	0,0002	0	9
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	30	0	0,06	0	0,000	24,9	58,2	17,1	0,03	43,2	0,001	0	0	10
итого за завтрак		520	12,35	0,281	0,346	182,00	281,530	286,27	58,30	2,781	275,0	0,025	0,008	0,75	
Норма по СанПин			15,00	0,30	0,35	175,0	275,0	275,0	62,5	3,00	275,0	0,025	0,0075	0,75	
отклонение от нормы (+ / -)			2,65	0,019	0,004	-7,000	-6,530	-11,270	4,200	0,219	0,000	0,000	0,0000	0,000	
	ОБЕД														
54-33/22	Помидор свежий в нарезке	60	15	0,04	0,02	79,800	8,4	16	12	0,54	74	0,02	0,0024	0,12	2
ТТК	Щи из свежей. капусты с картофелем	200	6,47	0,06	0,060	100,0	45,004	52	8,52	0,32	28	0	0	0,198	14
234/11	Биточек рыбный (минтай)	100	2,35	0,063	0,074	8,400	32,58	48,54	10,16	0,524	46,94	0,001	0,0006	0,15	58
303/11	каша вязкая (пшёная)	150	0	0,008	0,062	103,32	17,1	16,8	7,21	0,147	0,95	0,001	0,0066	0,257	26
ТТК	Кофейный напиток с молоком	200	1,092	0,063	0,259	27,783	226,735	183,4	37,8	0,319	109,92	0,0022	0,00302	0,1436	69
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	32	0,064	0,13	0,011	0,0000	50,666	41,28	13,12	0,032	23,786	0	0	0	9
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	30	0	0,06	0	0,000	24,9	58,2	17,1	0,03	43,2	0,001	0	0	10
ТТК	Фрукты свежие (яблоко)	110	11	0,00	0	5,500	17,6	12,1	9,90	2,32	58,2	0,01	0	0,3	79
итого за обед		892	35,98	0,424	0,486	324,80	422,985	427,92	115,81	4,200	385,00	0,04	0,013	1,17	
Норма по СанПин			21,00	0,42	0,49	245,0	385,0	385,0	87,5	4,20	385,0	0,035	0,0105	1,05	
отклонение от нормы (+ / -)			-14,98	-0,004	0,004	-79,80	-37,985	-42,920	-28,310	0,000	0,00	0,000	-0,0021	-0,119	
	ПОЛДНИК														
ТТК	Чай фруктовый	200	3,054	0,006	0,007	0,9	4,691	3,637	2,767	0,655	10,24	0,006	0,000	0,181	76
165/11	Запеканка овощная	120/30	0,02	0,106	0,126	19,400	51,78	69,9	9,74	1,05	77,46	0,004	0	0,119	35
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	0,06	0,012	0,01	0,00	47,5	38,7	12,3	0,03	22,3	0	0,003	0	9
итого за полдник		410	3,13	0,124	0,143	20,345	103,971	112,24	24,807	1,735	110,00	0,010	0,003	0,300	
Норма по СанПин			6,00	0,12	0,14	70,0	110,0	110,0	25,0	1,20	110,0	0,01	0,003	0,3	
отклонение от нормы (+ / -)			2,87	-0,004	-0,003	49,66	6,03	-2,24	0,193	-0,535	0,00	0,000	0,0000	0,000	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	48,33	0,71	0,83	506,80	704,52	714,19	174,11	6,98	660,00	0,06	0,02	1,92
Норма по СанПин	36,00	0,72	0,84	420,0	660,0	660,0	150,0	7,20	660,0	0,06	0,018	1,8
отклонение от нормы (+ / -)	-12,33	0,015	0,008	-86,80	-44,52	-54,19	-24,110	0,219	0,00	0,000	-0,0021	-0,119

ВСЕГО: за ОБЕД и ПОЛДНИК	39,11	0,55	0,63	345,15	526,96	540,16	140,62	5,94	495,00	0,05	0,02	1,47
Норма по СанПин	27,00	0,54	0,63	315,0	495,0	495,0	112,5	5,40	495,0	0,045	0,0135	1,35
отклонение от нормы (+ / -)	-12,11	-0,008	0,001	-30,15	-31,96	-45,16	-28,117	-0,535	0,00	0,000	-0,0021	-0,119

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	51,46	0,83	0,97	527,15	808,49	826,43	198,92	8,72	770,00	0,07	0,02	2,22
Норма по СанПин	42,00	0,84	0,98	490,0	770,0	770,0	175,0	8,40	770,0	0,07	0,021	2,1
отклонение от нормы (+ / -)	-9,46	0,011	0,005	-37,15	-38,49	-56,43	-23,917	-0,316	0,00	0,000	-0,0021	-0,119

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ К 10- ТИДНЕВНОМУ МЕНЮ
 ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ
 ПРИЛОЖЕНИЕ К МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ

Возрастная категория: 7 - 11 лет 2-я неделя Сезон : О С Е Н Ъ 2023.г.

Возрастная категория: 7 - 11 лет меню завтраки 10-тидневка 2 - я неделя			Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)							
			С	В1	В2	А	Са	Р	Mg	Fe	К	I	Se	F
							кальций	фосфор	магний	железо	калий	йод	селен	фтор
Итого за день по СанПиН 100%			60	1,2	1,4	700	1100	1100	250	12	1100	0,1	0,03	3
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20														
7- 11 л	ЗАВТРАКИ	25%	15,00	0,300	0,350	175,0	275,0	275,0	62,50	3,000	275,0	0,0250	0,0075	0,750
Среднее за 5 дней (фактически)			18,05	0,30	0,38	208,32	312,43	311,53	73,36	3,03	275,00	0,03	0,01	0,80
отклонение от нормы (+ / -)			-3,05	0,00	-0,03	-33,32	-37,43	-36,53	-10,86	-0,03	0,00	0,00	0,00	-0,05

Возрастная категория: 7 - 11 лет меню обеды 10-тидневка 2 - я неделя			Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)							
			С	В1	В2	А	Са	Р	Mg	Fe	К	I	Se	F
							кальций	фосфор	магний	железо	калий	йод	селен	фтор
Итого за день по СанПиН 100%			60	1,2	1,4	700	1100	1100	250	12	1100	0,1	0,03	3
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20														
7- 11 л	ОБЕДЫ	35%	21,00	0,420	0,490	245,0	385,0	385,0	87,5	4,20	385,0	0,035	0,0105	1,05
Среднее за 5 дней (фактически)			24,52	0,42	0,45	249,23	371,98	397,46	95,72	4,10	385,00	0,04	0,01	1,07
отклонение от нормы (+ / -)			-3,52	0,00	0,04	-4,23	13,02	-12,46	-8,22	0,10	0,00	0,00	0,00	-0,02

Возрастная категория: 7 - 11 лет меню -полдники 10-тидневка 2 - я неделя			Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)							
			С	В1	В2	А	Са	Р	Mg	Fe	К	I	Se	F
							кальций	фосфор	магний	железо	калий	йод	селен	фтор
Итого за день по СанПиН 100%			60	1,2	1,4	700	1100	1100	250	12	1100	0,1	0,03	3
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20														
7- 11 л	ПОЛДНИКИ	10%	6,00	0,120	0,140	70,00	110,0	110,0	25,00	1,20	110,0	0,010	0,003	0,300
Среднее за 5 дней (фактически)			4,97	0,12	0,12	49,68	102,15	110,46	24,80	1,22	110,00	0,01	0,00	0,30
отклонение от нормы (+ / -)			1,03	0,00	0,02	20,32	7,85	-0,46	0,20	-0,02	0,00	0,00	0,00	0,00

Возрастная категория: 7 - 11 лет меню завтраки - обеды 10-тидневк 2 - я неделя			Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)							
			С	В1	В2	А	Са	Р	Mg	Fe	К	I	Se	F
							кальций	фосфор	магний	железо	калий	йод	селен	фтор
Итого за день по СанПиН 100%			60	1,2	1,4	700	1100	1100	250	12	1100	0,1	0,03	3
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20														
7- 11 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ	60%	36,00	0,720	0,840	420,0	660,0	660,0	150,0	7,20	660,0	0,060	0,018	1,80
Среднее за 5 дней (фактически)			42,56	0,72	0,82	457,55	684,41	708,99	169,09	7,14	660,00	0,06	0,02	1,87
отклонение от нормы (+ / -)			-6,56	0,00	0,02	-37,55	-24,41	-48,99	-19,09	0,06	0,00	0,00	0,00	-0,07

Возрастная категория: 7 - 11 лет меню обеды-полдники 10-тидневка 2 - я неделя			Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)							
			С	В1	В2	А	Са	Р	Mg	Fe	К	I	Se	F
							кальций	фосфор	магний	железо	калий	йод	селен	фтор
Итого за день по СанПиН 100%			60	1,2	1,4	700	1100	1100	250	12	1100	0,1	0,03	3
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20														
7- 11 л	ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	45%	27,00	0,540	0,630	315,0	495,0	495,0	112,5	5,400	495,0	0,045	0,0135	1,350
Среднее за 5 дней (фактически)			29,48	0,54	0,56	298,9	474,12	507,92	120,52	5,32	495,00	0,04	0,01	1,37
отклонение от нормы (+ / -)			-2,48	0,00	0,07	16,09	20,88	-12,92	-8,02	0,08	0,00	0,00	0,00	-0,02

Возрастная категория: 7 - 11 лет меню завтраки - обеды-полдники 10-тидневка 2 - я неделя			Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)							
			С	В1	В2	А	Са	Р	Mg	Fe	К	I	Se	F
							кальций	фосфор	магний	железо	калий	йод	селен	фтор
Итого за день по СанПиН 100%			60	1,2	1,4	700	1100	1100	250	12	1100	0,1	0,03	3
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20														
7- 11 л	ЗАВТРАКИ - ОБЕДЫ И ПОЛДНИК	70%	42,00	0,840	0,980	490,0	770,0	770,0	175,0	8,40	770,0	0,070	0,021	2,100
Среднее за 5 дней (фактически)			47,53	0,84	0,94	507,2	786,55	819,45	193,88	8,35	770,00	0,07	0,02	2,17
отклонение от нормы (+ / -)			-5,53	0,00	0,04	-17,23	-16,55	-49,45	-18,88	0,05	0,00	0,00	0,00	-0,07

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ К 10-ТИДНЕВНОМУ МЕНЮ

ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ПРИЛОЖЕНИЕ К МЕНЮ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: 7 - 11 лет

1 - 2-я неделя

Сезон: ОСЕНЬ 2023.г.

Возрастная категория: 7 - 11 лет меню завтраки 10-тидневка			Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)							
			С	В1	В2	А	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
							кальций	фосфор	магний	железо	калий	йод	селен	фтор
Итого за день по СанПиН 100%			60	1,2	1,4	700	1100	1100	250	12	1100	0,1	0,03	3
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20														
7-11 л	ЗАВТРАКИ	25%	15,00	0,300	0,350	175,0	275,0	275,0	62,50	3,000	275,0	0,0250	0,0075	0,750
Среднее за 10 дней (фактически)			16,78	0,30	0,36	199,64	293,73	294,33	68,64	3,05	275,00	0,03	0,01	0,77
отклонение от нормы (+ / -)			-1,78	0,00	-0,01	-24,64	-18,73	-19,33	-6,14	-0,05	0,00	0,00	0,00	-0,02

Возрастная категория: 7 - 11 лет меню обеды 10-тидневка			Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)							
			С	В1	В2	А	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
							кальций	фосфор	магний	железо	калий	йод	селен	фтор
Итого за день по СанПиН 100%			60	1,2	1,4	700	1100	1100	250	12	1100	0,1	0,03	3
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20														
7-11 л	ОБЕДЫ	35%	21,00	0,420	0,490	245,0	385,0	385,0	87,5	4,20	385,0	0,035	0,0105	1,05
Среднее за 10 дней (фактически)			27,33	0,42	0,49	325,48	392,70	407,42	100,54	4,31	378,49	0,03	0,01	0,97
отклонение от нормы (+ / -)			-6,33	0,00	0,00	-80,48	-7,70	-22,42	-13,04	-0,11	6,51	0,00	0,00	0,08

Возрастная категория: 7 - 11 лет меню -полдники 10-тидневка			Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)							
			С	В1	В2	А	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
							кальций	фосфор	магний	железо	калий	йод	селен	фтор
Итого за день по СанПиН 100%			60	1,2	1,4	700	1100	1100	250	12	1100	0,1	0,03	3
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20														
7-11 л	ПОЛДНИКИ	10%	6,00	0,120	0,140	70,00	110,0	110,0	25,00	1,20	110,0	0,010	0,003	0,300
Среднее за 10 дней (фактически)			5,54	0,12	0,13	61,50	104,37	111,46	24,90	1,24	110,00	0,01	0,00	0,30
отклонение от нормы (+ / -)			0,46	0,00	0,01	8,50	5,63	-1,46	0,10	-0,04	0,00	0,00	0,00	0,00

Возрастная категория: 7 - 11 лет меню завтраки - обеды 10-тидневка			Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)							
			С	В1	В2	А	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
							кальций	фосфор	магний	железо	калий	йод	селен	фтор
Итого за день по СанПиН 100%			60	1,2	1,4	700	1100	1100	250	12	1100	0,1	0,03	3
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20														
7-11 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ	60%	36,00	0,720	0,840	420,0	660,0	660,0	150,0	7,20	660,0	0,060	0,018	1,80
Среднее за 10 дней (фактически)			44,11	0,72	0,85	525,1	686,43	701,75	169,19	7,36	653,50	0,06	0,02	1,74
отклонение от нормы (+ / -)			-8,11	0,00	-0,01	-105,12	-26,43	-41,75	-19,19	-0,16	6,50	0,00	0,00	0,06

Возрастная категория: 7 - 11 лет меню обеды-полдники 10-тидневка			Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)							
			С	В1	В2	А	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
							кальций	фосфор	магний	железо	калий	йод	селен	фтор
Итого за день по СанПиН 100%			60	1,2	1,4	700	1100	1100	250	12	1100	0,1	0,03	3
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20														
7-11 л	ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	45%	27,00	0,540	0,630	315,0	495,0	495,0	112,5	5,400	495,0	0,045	0,0135	1,350
Среднее за 10 дней (фактически)			32,87	0,54	0,62	387,0	497,07	518,88	125,44	5,55	488,50	0,04	0,01	1,27
отклонение от нормы (+ / -)			-5,87	0,00	0,01	-71,98	-2,07	-23,88	-12,94	-0,15	6,50	0,00	0,00	0,08

Возрастная категория: 7 - 11 лет меню завтраки - обеды - полдники 10-тидневка ОСЕНЬ 2022 - ____ г.г.			Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)							
			С	В1	В2	А	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
							кальций	фосфор	магний	железо	калий	йод	селен	фтор
Итого за день по СанПиН 100%			60	1,2	1,4	700	1100	1100	250	12	1100	0,1	0,03	3
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20														
7-11 л	завтрак-обед-полдник	70%	42,00	0,840	0,980	490,0	770,0	770,0	175,0	8,40	770,0	0,070	0,021	2,100
Среднее за 10 дней (фактически)			49,65	0,84	0,98	586,6	790,81	813,20	194,08	8,60	763,50	0,07	0,02	2,04
отклонение от нормы (+ / -)			-7,65	0,00	0,00	-96,62	-20,81	-43,20	-19,08	-0,20	6,50	0,00	0,00	0,06

Литература:

- 1 СКУРИХИН И.М.,ТУТЕЛЬЯН В.А. ТАБЛИЦЫ ХИМИЧЕСКОГО СОСТАВА И КАЛОРИЙНОСТИ РОССИЙСКИХ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ: Справочник. - М.: Дели принт, 2008. - 276 с.
- 2 СБОРНИК РЕЦЕПТУР НА ПРОДУКЦИЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ВО ВСЕХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ СБОРНИК ТЕХНИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ РЕКОМЕНДОВАНО НИИ питания РАМН изд. "МОСКВА" ДЕЛИТ ПРИНТ 2011 г.
- 3 СБОРНИК РЕЦЕПТУР БЛЮД И КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЙ ДЛЯ ПРЕДПРИЯТИЙ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ ПРИ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ШКОЛАХ. ЛАПШИНА В.Т. 2004
- 4 Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) ФБУН "НИИ" Роспотребнадзора И.И.Новикова разработчик (протокол №3 от 19.05.2022 г.)

КОМПАНОВКА 10- ТИДНЕВНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

1 - я неделя

ОСЕНЬ

возрастная категория: 7-11 лет

Сборник рецеп №	Наименование блюда	Выход 1-п/г.
1-й день		
ЗАВТРАК		
ТТК	Каша жидкая молочная из манной крупы	200
Пром.пр.	Печенье топленое молоко	25
54-2гн/22	чай с сахаром	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	20
ТТК	Фрукты свежие (яблоко)	100
ОБЕД		
54-2з/22	огурец свежий в нарезке	60
ТТК	Борщ с картофелем и свежей капустой	200
54-2г/22	макароны отварные с овощами	150
255/11	Печень по-строгановски	70/30
ТТК	Какао с молоком витаминизированный	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	30
ПОЛДНИК		
ТТК	чай с сахаром	180
54-1з/22	сыр твердых сортов в нарезке	10
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30
ТТК	Фрукты свежие (банан)	110

Возрастная категория: 7 - 11 лет

Сборник рецеп №	Наименование блюда	Выход 1-п/г.
2-й день		
ЗАВТРАК		
54-3з/22	помидор свежий в нарезку	60
265/11	Плов с говядиной	40/150
ТТК	Компот из смеси сухофруктов	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	30
ОБЕД		
54-1зз/22	Икра морковная	60
ТТК	Суп с макаронами	200
ТТК	Омлет с птицей	160
ТТК	Кофейный напиток с молоком	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	20
ТТК	Фрукты свежие (яблоко)	110
ПОЛДНИК		
386/11	Кефир (м. д. ж. 2,5%)	180
193/11	Биточек рисовый с морковью	80/20
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30

3 - й день

ЗАВТРАК

54-2з/22	огурец свежий в нарезке	65
239/11	Тефтели рыбные (минтай)	90/20
128-136 / 11	картофельное пюре / / овощи припущенные	120/30
389/11	Напиток (из груши дички)	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	20

ОБЕД

54-15з/22	икра секольная	60
ТТК	Суп из овощей	200
256/11	мясо тушеное	50 / 50
303/11	каша вязкая (ячневая)	150
54-1хн/22	Компот из смеси сухофруктов	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	30
ТТК	Фрукты свежие (яблоко)	110

ПОЛДНИК

ТТК	Чай фруктовый	200
ТТК	Бутерброд с рыбными кулинарными изделиями	105
Пром.пр.	Печенье топленое молоко	10

4 - й день

ЗАВТРАК

223/11	Запеканка из творога с молоком сгущенным	135 / 15
54-2гн/22	чай с сахаром	200
14 / 11	масло порциями	10
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30
ТТК	Фрукты свежие (яблоко)	150

ОБЕД

54-2з/22	огурец свежий в нарезке	60
ТТК	Суп картоф. с горохом	200
258/11	Мясо духовое	40/155
ТТК	Какао с молоком витаминизированный	200
54-1з/22	сыр твердых сортов в нарезке	20
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	30

ПОЛДНИК

ТТК	чай без сахара	180
224/11	Запеканка из творога с морковью с молоком сгущенным	130/20

КОМПАНОВКА 10- ТИДНЕВНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ
 возрастная категория: 7-11 лет 1 - я неделя ОСЕНЬ

Сборник рецеп №	Наименование блюд	Выход 1-п/г.
5 - й день		
ЗАВТРАК		
47/11	Квашеная капуста	60
269/11	Биточки (особые) мясные	90
142/11	Картофель и овощи тушёные в соусе	160
ТТК	Кисель из яблок	190
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	20
ОБЕД		
54-3з/22	помидор свежий в нарезке	60
ТТК	Суп с клёцками	200
228/11	Рыба припущенная в молоке	90
ТТК	запеканка из творога и картофеля с соусом сметанным	145 /30
389/11	Сок фруктовый (персиковый)	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	30
ТТК	Фрукты свежие (апельсин)	105
ПОЛДНИК		
ТТК	чай с лимоном	200
5-269/11	Бутерброд с мясными кулинарными изделиями	80 / 20

Возрастная категория: 7 - 11 лет 2 - я неделя

Сборник рецеп №	Наименование блюд	Выход 1-п/г.
6- й день		
ЗАВТРАК		
54-3з/22	помидор свежий в нарезку	60
ТТК	Омлет с птицей	150
ТТК	Кофейный напиток с молоком	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	20
338 / 11	Фрукты свежие (бананы)	105
ОБЕД		
54-2з/22	огурец свежий в нарезке	60
ТТК	Рассольник ленинградский	200
143/11	Рагу из овощей	150
268/11	Котлета мясная	90
389/11	Напиток (из груша дичка)	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	30
ПОЛДНИК		
ТТК	Кофейный напиток с молоком	200
ТТК	Макароны запечёные с яйцом	135/15

Сборник рецеп №	Наименование блюд	Выход 1-п/г.
7 - й день		
ЗАВТРАК		
54-2з/22	огурец свежий в нарезке	60
205/11	макароны отварные с овощами	150
ТТК	Суфле из печени	70/20
ТТК	Компот из смеси сухофруктов	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	20
ОБЕД		
47/11	Квашеная капуста	60
ТТК	Суп с крупой	200
233/11	Рыба запечённая под молочным соусом	200
389/11	Сок фруктовый (абрикосовый)	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	30
ТТК	Фрукты свежие (яблоко)	105
ПОЛДНИК		
ТТК	Компот из смеси сухофруктов	180
468 / 04	Оладьи из печени	90 /10
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	20

КОМПАНОВКА 10- ТИДНЕВНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ

1 - я неделя

ОСЕНЬ

возрастная категория: 7-11 лет

Возрастная категория: 7 - 11 лет

Сборник рецеп №	Наименование блюд	Выход 1-п/г.
8 - й день		
ЗАВТРАК		
54-3з/22	помидор свежий в нарезку	60
235/11	Шницель рыбный натуральный (минтай)	90/20
128/11	картофель пюре / Капуста	120/30
139/11	Тушёная	
389/11	Сок фруктовый (яблочный)	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	20
ОБЕД		
54-2з/22	огурец свежий в нарезке	60
ТТК	Борщ с картофелем	200
265/11	Плов с говядиной	40/140
ТТК	Кисель из яблок	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	30
ТТК	Фрукты свежие (яблоко)	105
ПОЛДНИК		
ТТК	Чай с лимоном	200
150/11	Зразы картофельные	90/20
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30

Сборник рецеп №	Наименование блюд	Выход 1-п/г.
10- й день		
ЗАВТРАК		
54-2з/22	огурец свежий в нарезке	70
259/11	Жаркое по - дорماشнему	40/140
ТТК	чай с лимоном	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	30
ОБЕД		
54-3з/22	помидор свежий в нарезку	60
ТТК	Щи из свежей капусты с картофелем	200
234/11	Биточек рыбный (минтай)	80 / 20
303/11	каша вязкая (пшёная)	150
ТТК	Кофейный напиток с молоком	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	32
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	30
ТТК	Фрукты свежие (яблоки)	110
ПОЛДНИК		
ТТК	чай фруктовый	200
165/11	Запеканка овощная	120/30
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30

Сборник рецеп №	Наименование блюд	Выход 1-п/г.
9- й день		
ЗАВТРАК		
182/11	Каша жидкая молочная (рисовая)	200
14 /11	масло порциями	10
54-1з/22	сыр твёрдых сортов в нарезке	15
ТТК	Какао с молоком витаминизированный	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	48
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	20
ТТК	Фрукты свежие (яблоко)	100
ОБЕД		
54-2з/22	горошек зелёный (консервированный)	60
Пром.пр.	Печенье топленое молоко	35
ТТК	Суп с лапшой	200
294/11	Котлета рубленая из птицы	90
ТТК	запеканка из творога и картофеля с соусом сметанным	145 /30
54-1хн/22	Компот из смеси сухофруктов	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	20
ПОЛДНИК		
389/11	Сок фруктовый (яблочный)	200
ТТК	Голубцы ленивые	75 / 15
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	20

п/п	наименование группы	продукции в граммах	ОБЕДОВ 35% И ПОЛДНИКОВ 10%										в среднем за неделю (10 дней)	Откло- нение от нормы в % (+ / -)
			г. на одного человека											
			1-й день	2-й день	3-й день	4-й день	5-й день	6-й день	7-й день	8-й день	9-й день	10-й день		
лищевой продукции			СамПит 2.3 (2.4, 3.590, 20											
г (нетто)														
1	хлеб ржаной	36	30	20	50	30	50	30	50	30	40	30	36	100
2	хлеб пшеничный	67,5	80	80	62,8	50	63	71,1	54,2	80	53,4	80,5	67,50	100
3	мука пшеничная	6,75	2,07	0,9	8,81	0	19,65	4,38	6,19	0	20,7	4,8	6,75	100
4	крупы, бобовые	20,25	0	18,4	33,6	24	0	4	20	47,6	3,68	51,22	20,25	100
5	макаронные изделия	6,75	36,8	15,7	0	0	0	15	0	0	0	0	6,75	100
6	картофель	84,15	16	0	40	167,5	116,3	111,3	187,91	98,7	76,3	67,49	84,15	100
7	овощи (свекл, капуста, морковь, лук, чеснок)	126	176,1	106,9	138,8	125,1	94	229,2	80,6	180,3	101,91	207,39	144,03	114,310
8	фрукты свежие	83,25	110	110	140,5	0	112	0	105	114,5	0	140,5	83,25	100
9	сухофрукты	6,75	0	0	25	0	0	0	15	2,5	25	0	6,75	100
10	соки фруктовые	90	0	0	0	0	200	200	100	200	0	0	90	100
11	мясо 1-й категории	31,5	2	0	85	61,3	46,76	29,5	0	65,2	23,24	2	31,5	100
12	цыплята 1 кат. потрошенные	15,75	0	17	0	0	19,24	36	2	0	83,26	0	15,75	100
13	рыба-филе	26,1	0	0	58	0	74,4	0	70,31	0	0	58,29	26,1	100
14	Субпродукты (печень, язык, сердце)	13,5	105	0	0	0	0	0	30	0	0	0	13,5	100
15	молоко (м. д. ж. 2,5% 3,2%)	135	200	265	5,9	280,6	59,1	168,01	66,39	22,2	36,4	266,4	135	100
16	кисломолоч. (м. д. ж. 2,5% 3,2%)	67,5	0	180	0,0	0	0	0	0	0	0	0	18,00	26,67
17	творог (м. д. ж. 5% не более 9%)	22,5	0	0	0,0	50	87,5	0	0	0	88	0	22,5	100
18	сыр	4,5	10	10	0,0	20	0	0	5	0	0	0	4,5	100
19	сметана (м. д. ж. не более 15%)	4,5	6,9	0	0,0	5,2	7,5	8,1	2,45	0	9	5,55	4,5	100
20	масло сливочное	13,5	13,6	11	9,0	16,64	12,95	12,1	22,81	7	16	15,24	13,5	100
21	масло растительное	6,75	8,4	9	12,3	0	7,5	6,9	3	11	4	5	6,75	100
22	яйцо диетическое столовое	18	0	122	3,3	5,2	13,4	20	0	1	14	1,94	18	100
23	сахар	13,5	21,3	17	8,2	19	6	2,4	7	31	7	15,5	13,5	100
24	кондитерские изделия	4,5	0	0	10,0	0	0	0	0	0	35	0	4,5	100
25	чай	0,45	0,2	0	0,1	0,2	0,2	0	0	0	0	0	0,10	22,22
26	какао - порошок	0,45	1,75	0	0,0	1,75	0	0	0	0	0	0	0,350	77,78
27	кофейный напиток	0,9	0	4	0,0	0	0	2	0	0	0	3,5	0,9	100
29	соль пищевая поваренная йодированная	1,35	1,4	1	1,5	0,6	2,15	1,2	1,1	1	2	1,5	1,35	100
30	Крахмал	1,35	0	0	0,0	0	0,25	0	3	10	0	0	1,35	100
31	Специи	0,9	1,415	0	1,6	1,1382	0,0089	0,026	0,1892	1	1	2,33806	0,90	100
32	Бели	34,65	35,12	33,13	36,01	35,03	34,49	35,03	37,59	33,33	36,35	34,99	35,108	101,320
33	жыры	35,55	34,97	31,84	38,57	35,07	35,03	35,22	36,69	34,85	34,85	35,42	35,251	98,160
34	углеводы	150,75	153,91	150,45	141,18	150,34	151,53	146,84	144,47	153,04	148,34	139,57	147,966	98,170
35	калорийность	1057,5	1055,84	1058,66	1056,88	1056,69	1059,44	1060,56	1058	1056,76	1052,62	1057,15	1057,50	100,00

рекомендациями медицинского работника:

возрастная категория /-11 лет

"Ведомость контроля за рационом питания"

режим питания: двухразовый с по

п/п	наименование группы пищевой продукции	норма производства в граммах (нетто)	фактически выдано продуктов в НЕТТО по дням в качестве горячих ЗАВТРАКОВ 25% ОБЕДОВ 35% Г. на одного человека										в среднем за неделю (10 дней)	отклонение от нормы в % (+/-)	отклонение сырья от нормы в гр. за 10 дн. На 1 человека недобрали перебрали	
			меню 10 - тидневка													
			1-й день	2-й день	3-й день	4-й день	5-й день	6-й день	7-й день	8-й день	9-й день	10-й день				
1	хлеб ржаной	48	50,00	50,00	50,00	30,00	50,00	50,00	50,00	50,00	40,00	60,00	48	100	0	0
2	хлеб пшеничный	90	80,00	90,00	92,60	80,00	94,40	111,10	80,00	80,00	101,40	90,50	90,00	100	0	0
3	мука пшеничная	9	2,07	0,00	10,30	10,80	29,59	2,73	11,08	2,88	19,05	1,50	9	100	0	0
4	крупы, бобовые	27	29,45	53,60	33,60	15,00	0,00	4,00	20,00	47,60	29,45	37,30	27,0	100	0	0
5	макаронные изделия	9	36,80	15,70	0,00	0,00	0,00	0,00	37,50	0,00	0,00	0,00	9	100	0	0
6	картофель	112,2	16,00	0,00	145,60	167,50	260,60	111,30	88,10	120,60	76,30	136,00	112,2	100	0	0
7	овощи (свеж. консерв.е. Золот. томат. соевый)	168	176,10	180,00	244,91	84,50	176,00	248,31	204,82	270,75	68,00	206,92	186,030	110,732	0	180,3
8	фрукты свежие	111	100,00	110,00	110,00	150,00	107,50	105,00	105,00	107,50	100,00	115,00	111	100	0	0
9	сухофрукты	9	0,00	15,00	25,00	0,00	7,50	0,00	15,00	2,50	25,00	0,00	9	100	0	0
10	соки фруктовые	120	0,00	0,00	200,00	0,00	300,00	200,00	200,00	300,00	0,00	0,00	120	100	0	0
11	мясо 1-й категории	42	2,00	63,20	85,00	61,30	52,60	29,50	0,00	65,20	0,00	61,20	42	100	0	0
12	цыплята 1 кат. потрошенные	21	0,00	17,00	0,00	0,00	21,40	104,10	2,00	0,00	65,50	0,00	21	100	0	0
13	рыба-филе	34,8	0,00	0,00	67,00	0,00	74,40	0,00	70,31	78,00	0,00	58,28	34,8	100	0	0
14	Субпродукты (печень, язык, сердце)	18	105,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	75,00	0,00	0,00	0,00	18	100	0	0
15	молоко (м. д. ж. 2,5% 3,2%)	180	319,36	255,00	24,64	215,00	59,70	249,51	102,79	25,20	315,40	233,40	180	100	0	0
16	кисломолоч. (м. д. ж. 2,5% 3,2%)	90	0,00	0	0,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00	90	0	0	0
17	творог (м. д. ж. 5% не более 9%)	30	0,00	0	0,0	125,00	87,50	0,00	0,00	0	0	0,00	30	100	0	0
18	сыр	6	0,00	10	0	20,00	0,00	10,00	5,00	0	15	0,00	6	100	0	0
19	сметана (м. д. ж. не более15%)	6	6,90	0	1,8	5,40	15,50	8,10	4,90	5	8	5,00	6	100	0	0
20	масло сливочное	18	23,60	8	15,5	26,84	19,95	11,10	18,71	8	34	14,80	18	100	0	0
21	масло растительное	9	8,40	12	12,8	0,00	11,00	6,90	13,70	16	4	5,20	9	100	0	0
22	ябло диетическое столовое	24	0,00	120	3,8	5,40	13,80	77,48	6,16	4	10	0,00	24	100	0	0
23	сахар	18	28,40	23	7,7	32,00	8,00	5,00	9,00	26	17	25,00	18	100	0	0
24	кондитерские изделия	6	25,00	0	0,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0	35	0,00	6	100	0	0
25	чай	0,6	1,00	0	0,0	1,00	0,00	0,00	0,00	0	0	0,50	0,25	41,667	3,5	0
26	какао - порошок	0,6	1,75	0	0,0	1,75	0,00	0,00	0,00	0	3	0,00	0,6	100	0	1
27	кофейный напиток	1,2	0,00	4	0,0	0,00	0,00	5,00	0,00	0	0	3,50	1,2	100	0	0
29	соль пищевая поваренная йодированная	1,8	1,70	2	1,9	0,60	3,02	1,55	1,60	2	2	1,83	1,8	100	0	0
30	Крахмал	1,8	0,00	0	0,0	0,00	7,75	0,00	0,00	10	0	0,00	1,80	100	0	0
31	Специи	1,2	1,42	2	1,589	1,14	1,17	0,02	0,21	1,238	0,0089	3,20	1,20	100	0	0
32	Белки	46,2	48,43	43,88	45,56	46,73	45,98	48,96	45,60	45,20	47,13	47,87	46,531	100,720	0	0
33	Жиры	47,4	47,20	44,02	47,42	46,98	46,93	49,05	47,04	47,40	48,23	47,65	47,191	99,560	2,09	0
34	углеводы	201	201,45	199,24	199,20	198,43	201,69	193,93	200,56	201,37	193,50	187,53	197,990	98,500	30,1	0
35	калорийность	1410	1409,23	1414,14	1406,51	1407,02	1413,11	1412,54	1407	1412,39	1407,59	1410,08	1410,00	100,00	0	0

Рекомендации по корректировке меню :

Подпись медицинского работника и дата:

Подпись руководителя образовательной (оздоровительной) организации, организации по уходу и присмотру и дата ознакомления:

Подпись ответственного лица за организацию питания и дата ознакомления, а также проведенной корректировки в соответствии с рекомендациями медицинского работника:

возрастная категория 7-11 лет

"Ведомость контроля за рационом питания"

режим питания: одноразовый

с по

Ведомость контроля за рационом питания"															режим питания: одnorазовый															с	по
п/п	наименование группы пищевой продукции	норма продукции в граммах г (нетто)	фактически выдано продуктов в НЕТТО по дням в качестве горячих ЗАВТРАКОВ 25 % г. на одного человека										в среднем за неделю (10 дней)	Откло- нение от нормы в % (+ / -)	отклонение сырья от нормы в гр. за 10 дн. на 1 человека																
			меню 10 - тидневка																												
			1-й день	2-й день	3-й день	4-й день	5-й день	6-й день	7-й день	8-й день	9-й день	10-й день																			
1	хлеб ржаной	20	20	30	20	0	20	20	20	20	20	30	20	0	0																
2	хлеб пшеничный	37,5	30	40	42,6	30	44,4	40	30	30	30	48	40	37,50	0																
3	мука пшеничная	3,75	0	0	8,3	10,8	9,94	0	5,58	2,88	0	0	3,75	0	0																
4	крупы, бобовые	11,25	29,45	53,6	0	0	0	0	0	0	0	29,45	0	11,25	0																
5	макаронные изделия	3,75	0	0	0	0	0	0	37,5	0	0	0	3,75	0	0																
6	картофель	46,75	0	0	105,6	0	144,3	0	0	105,6	0	112	46,75	0	0																
7	овощи (свекл, капуста, морковь, лук, помидоры, огурцы, кабачки, баклажаны)	70	0	88,3	119,305	0	82,000	76,305	124,22	121,95	0	87,92	70	0	0																
8	фрукты свежие	46,25	100	0	0	150	2,5	105	0	0	0	100	5	46,25	0																
9	сухофрукты	3,75	0	15	0	0	7,5	0	15	0	0	0	3,75	0	0																
10	соки фруктовые	50	0	0	200	0	100	0	0	200	0	0	50	0	0																
11	мясо 1-й категории	17,5	0	63,2	0	0	52,6	0	0	0	0	59,2	17,5	0	0																
12	цыплята 1 кат. потрошенные	8,75	0	0	0	0	19,4	68,1	0	0	0	0	8,75	0	0																
13	рыба-филе	14,5	0	0	67	0	0	0	0	78	0	0	14,5	0	0																
14	Субпродукты (печень, язык, сердце)	7,5	0	0	0	0	0	0	75	0	0	0	7,5	0	0																
15	молоко (м. д. ж. 2,5% 3,2%)	75	119,36	0	24,64	15	5,5	228,9	36,4	25,2	295	0	75	0	0																
16	кисломолоч. (м. д. ж. 2,5% 3,2%)	37,5	0	0	0,0	0	0	0	0	0	0	0	37,5	0	0																
17	творог (м. д. ж. 5% не более 9%)	12,5	0	0	0,0	125	0	0	0	0	0	0	12,5	0	0																
18	сыр	2,5	0	0	0,0	0	0	0	10	0	0	15	2,5	0	0																
19	сметана (м. д. ж. не более 15%)	2,5	0	0	1,8	5,4	8	0	4,9	5	0	0	2,5	0	0																
20	масло сливочное	7,5	10	0	6,5	15,4	7,5	4	1,8	4	20	5,8	7,5	0	0																
21	масло растительное	3,75	0	7	4,0	0	7	0	10,7	9	0	0,2	3,75	0	0																
22	яйцо диетическое столовое	10	0	0	3,8	5,4	3,6	77,48	6,16	4	0	0	10	0	0																
23	сахар	7,5	12,1	7	0,0	17	8	5	6	1	10	10	7,5	0	0																
24	кондитерские изделия	2,5	25	0	0,0	0	0	0	0	0	0	0	2,5	0	0																
25	чай	0,25	1	0	0,0	1	0	0	0	0	0	0	0,25	0	0																
26	какао - порошок	0,25	0	0	0,0	0	0	0	0	0	0	0,5	0,25	0	0																
27	кофейный напиток	0,5	0	0	0,0	0	0	0	0	0	3	0	0,5	0	0																
29	соль пищевая поваренная йодированная	0,75	0,3	1	1,2	0	1,67	0,5	0,6	1	0	0,73	0,75	0	0																
30	Крахмал	0,75	0	0	0,0	0	7,5	0	0	0	0	0	0,75	0	0																
31	Специи	0,5	0	1,700	0,0200	0	1,1621	0,0000	0,2004	0,0298	0,0000	1,8877	0,500	0	0																
32	Белки	19,25	19,25	19,27	19,02	19,42	19,20	21,68	19,25	19,26	19,32	20,54	19,62	0	0																
33	жиры	19,75	19,71	19,62	19,80	19,70	19,78	21,48	19,44	19,98	20,74	20,41	20,07	0	3,7																
34	углеводы	83,75	83,30	82,34	82,92	82,18	83,79	76,44	82,94	83,56	78,75	80,61	81,88	0	3,15																
35	калорийность	587,5	587,57	590,69	585,60	583,69	589,95	585,71	583	591,01	589,77	587,84	587,5	0	0																

Рекомендации по корректировке меню :
Подпись медицинского работника и дата:
Подпись руководителя образовательной (оздоровительной) организации, организации по уходу и присмотру и дата ознокомления:

Подпись ответственного лица за организацию питания и дата ознакомления, а также проведенной корректировки в соответствии с рекомендациями медицинского работника:

возрастная категория 7-11 лет

"Ведомость контроля за рационом питания"

режим питания: одноразовый

с

по

Фактически выдано продуктов в НЕТТО по дням в качестве горячих

меню

10 - дневка

СанПиН 2.3.2/4.3590 - 20

в

среднем

за

неделю

(10 дней)

нормы

в %

(+ / -)

Откло-

нение

от

нормы

в %

(+ / -)

ОБЕДОВ 35 %

Г, на одного человека

1-й

день

2-й

день

3-й

день

4-й

день

5-й

день

6-й

день

7-й

день

8-й

день

9-й

день

10-й

день

нормы

в %

(+ / -)

Откло-

нение

от

нормы

в %

(+ / -)

ОБЕДОВ 35 %

Г, на одного человека

1-й

день

2-й

день

3-й

день

4-й

день

5-й

день

6-й

день

7-й

день

8-й

день

9-й

день

10-й

день

нормы

в %

(+ / -)

Откло-

нение

от

нормы

в %

(+ / -)

ОБЕДОВ 35 %

Г, на одного человека

1-й

день

2-й

день

3-й

день

4-й

день

5-й

день

6-й

день

7-й

день

8-й

день

9-й

день

10-й

день

нормы

в %

(+ / -)

Откло-

нение

от

нормы

в %

(+ / -)

ОБЕДОВ 35 %

Г, на одного человека

1-й

день

2-й

день

3-й

день

4-й

день

5-й

день

6-й

день

7-й

день

8-й

день

9-й

день

10-й

день

нормы

в %

(+ / -)

Откло-

нение

от

нормы

в %

(+ / -)

ОБЕДОВ 35 %

Г, на одного человека

1-й

день

2-й

день

3-й

день

4-й

день

5-й

день

6-й

день

7-й

день

8-й

день

9-й

день

10-й

день

нормы

в %

(+ / -)

Откло-

нение

от

нормы

в %

(+ / -)

ОБЕДОВ 35 %

Г, на одного человека

1-й

день

2-й

день

3-й

день

4-й

день

5-й

день

6-й

день

7-й

день

8-й

день

9-й

день

10-й

день

нормы

в %

(+ / -)

Откло-

нение

от

нормы

в %

(+ / -)

ОБЕДОВ 35 %

Г, на одного человека

1-й

день

2-й

день

3-й

день

4-й

день

5-й

день

6-й

день

7-й

день

8-й

день

9-й

день

10-й

день

нормы

в %

(+ / -)

Откло-

нение

от

нормы

в %

(+ / -)

ОБЕДОВ 35 %

Г, на одного человека

1-й

день

2-й

день

3-й

день

4-й

день

5-й

день

6-й

день

7-й

день

8-й

день

9-й

день

10-й

день

нормы

в %

(+ / -)

Откло-

нение

от

нормы

в %

(+ / -)

ОБЕДОВ 35 %

Г, на одного человека

1-й

день

2-й

день

3-й

день

4-й

день

5-й

день

6-й

день

7-й

день

8-й

день

9-й

день

10-й

день

нормы

в %

(+ / -)

Откло-

нение

от

нормы

в %

(+ / -)

ОБЕДОВ 35 %

Г, на одного человека

1-й

день

2-й

день

3-й

день

4-й

день

5-й

день

6-й

день

7-й

день

8-й

день

9-й

день

10-й

день

нормы

в %

(+ / -)

Откло-

нение

от

нормы

в %

(+ / -)

ОБЕДОВ 35 %

Г, на одного человека

1-й

день

2-й

день

3-й

день

4-й

день

5-й

день

6-й

день

7-й

день

8-й

день

9-й

день

10-й

день

нормы

в %

(+ / -)

Откло-

нение

от

нормы

в %

(+ / -)

ОБЕДОВ 35 %

Г, на одного человека

1-й

день

2-й

1 - я неделя

О С Е Н Ь

Наименование блюд	Выход 1-н/г.	Наименование блюд	Выход 1-н/г.	Наименование блюд	Выход 1-н/г.
1-й день ЗАВТРАК		1-й день ОБЕД		1-й день ПОЛДНИК	
Печенье топленое молоко	25	огурец свежий в нарезке	60	Чай с сахаром	180
Чай с сахаром	200	Борщ с картофелем со свежей капусты	200	Сыр порциями (Костромской)	10
Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	30 / 20	Макароны отварные с овощами	150	Хлеб пшеничный	30
Фрукты свежие (яблоко)	100	Печень по-строгановски	100	Фрукты свежие (банан)	110
		Какао с молоком (витаминизированный)	200		
		Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	50 / 30		
2-й день ЗАВТРАК		2-й день ОБЕД		2-й день ПОЛДНИК	
Помидор свежий в нарезке	60	Икра морковная	60	Кефир (м. д. ж. 2,5%)	180
Плов с говядиной	190	Суп с макаронами	200	Биточек рисовый с морковью	100
Компот из смеси сухофруктов	190	Омлет с птицей	160	Хлеб пшеничный	30
Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	40 / 30	Кофейный напиток с молоком	200		
		Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	50 / 20		
		Фрукты свежие (яблоко)	110		
3-й день ЗАВТРАК		3-й день ОБЕД		3-й день ПОЛДНИК	
огурец свежий в нарезке	65	Икра секольная	60	Чай фруктовый	200
Тефтели рыбные (минтай)	90 / 20	Суп из овощей	200	Бутерброд с рыбными кулинарными изделиями	105
картофельное пюре /овощи припущенные	120 / 30	Мясо тушеное	100	Печенье топленое молоко	10
Напиток (из груши дички)	200	каша вязкая (ячневая)	150		
Хлеб пшеничный	30	Компот из смеси сухофруктов	200		
Хлеб ржано-пшеничный	20	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	50 / 30		
		Фрукты свежие (яблоко)	110		
4-й день ЗАВТРАК		4-й день ОБЕД		4-й день ПОЛДНИК	
запеканка из творога с молоком сгущенным	150	огурец свежий в нарезке	60	Чай без сахара	180
Чай с сахаром	200	Суп картофельный с горохом	200	запеканка из творога и моркови с молоком сгущенным	150
Масло порциями	10	Мясо духовое	195		
Хлеб пшеничный	30	Какао с молоком (витаминизированный)	200		
Фрукты свежие (яблоко)	150	Сыр порциями (Костромской)	20		
		Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	50 / 30		
5-й день ЗАВТРАК		5-й день ОБЕД		5-й день ПОЛДНИК	
Квашеная капуста	60	Помидор свежий в нарезке	60	чай с лимоном	200
Биточки (особые) мясные	90	Суп с клецками	200	Бутерброд с мясными кулинарными изделиями	100
Картофель и овощи тушеные в соусе	160	Рыба припущенная в молоке (минтай)	90		
Кисель из яблок	190	запеканка из творога и картофеля соус сметанный	175		
Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	30 / 20	Сок фруктовый (персиковый)	200		
		Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	50 / 30		
		Фрукты свежие (апельсин)	105		

2 - я неделя

О С Е Н Ь

Наименование блюд	Выход 1-н/г.	Наименование блюд	Выход 1-н/г.	Наименование блюд	Выход 1-н/г.
6-й день ЗАВТРАК		6-й день ОБЕД		6-й день ПОЛДНИК	
Помидор свежий в нарезке	60	огурец свежий в нарезке	60	Кофейный напиток с молоком	200
Омлет с птицей	150	Рассольник ленинградский	200	Макароны запеченные с яйцом	150
Кофейный напиток с молоком	200	Рагу из овощей	150		
Хлеб пшеничный	40	Котлета мясная	90		
Хлеб ржано-пшеничный	20	Напиток (из груши дички)	200		
Фрукты свежие (банан)	105	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	50 / 30		
7-й день ЗАВТРАК		7-й день ОБЕД		7-й день ПОЛДНИК	
огурец свежий в нарезке	60	Квашеная капуста	60	Компот из смеси сухофруктов	180
Макароны отварные с овощами	150	Суп с крупой (пшеничной)	200	Оладьи из печени	100
Суфле из печени	90	Рыба запеченная под молочным соусом	200	Хлеб ржано-пшеничный	20
Компот из смеси сухофруктов	200	Сок фруктовый (абрикосовый)	200		
Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	50 / 30		
Хлеб ржано-пшеничный	20	Фрукты свежие (яблоко)	105		
8-й день ЗАВТРАК		8-й день ОБЕД		8-й день ПОЛДНИК	
Помидор свежий в нарезке	60	огурец свежий в нарезке	60	чай с лимоном	200
Шницель рыбный натуральный (минтай)	90 / 20	Борщ с картофелем	200	Зразы картофельные	90 / 20
картофель пюре / Капуста	120 / 30	Плов с говядиной	180	Хлеб пшеничный	30
Тушеная (комбинация сложного гарнира)	200	Кисель из яблок	200		
Сок фруктовый (яблочный)	200	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	50 / 30		
Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	30 / 20	Фрукты свежие (яблоко)	105		
9-й день ЗАВТРАК		9-й день ОБЕД		9-й день ПОЛДНИК	
Каша жидкая молочная (рисовая)	200	Горошек зеленый (консервированный)	60	Сок фруктовый (яблочный)	200
масло порциями	10	Печенье топленое молоко	35	Голубцы ленивые	90
Сыр порциями (Костромской)	15	Суп с лапшой	200	Хлеб ржано-пшеничный	20
Какао с молоком (витаминизированный)	200	Котлета рубленая из птицы	90		
Хлеб пшеничный	48	запеканка из творога и картофеля с соус. сметанный	175		
Хлеб ржано-пшеничный	20	Компот из смеси сухофруктов	200		
Фрукты свежие (яблоко)	100	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	30 / 20		
10-й день ЗАВТРАК		10-й день ОБЕД		10-й день ПОЛДНИК	
огурец свежий в нарезке	70	Помидор свежий в нарезке	60	Чай фруктовый	200
Жаркое по - домашнему	180	Щи из свежей капусты с картофелем	200	Запеканка овощная	150
чай с лимоном	200	Биточек рыбный (минтай)	100	Хлеб пшеничный	30
Хлеб пшеничный	40	каша вязкая (пшеничная)	150		
Хлеб ржано-пшеничный	30	Кофейный напиток с молоком	200		
		Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	32 / 30		
		Фрукты свежие (яблоко)	110		

Федеральная служба по надзору
в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека
Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения
«Центр гигиены и эпидемиологии в Краснодарском крае»

Ф 1 ДП ОИ 03.1

Аттестат аккредитации органа инспекции
№ RA.RU.710012 от 22.04.2015г



УТВЕРЖДАЮ

Заместитель руководителя
инспекции ФБУЗ «Центр гигиены
и эпидемиологии в Краснодарском крае»
Новороссийском филиале
А.Б. Чернышев

ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

№ 5004/28 от 24.11 2022 года

по результатам санитарно-эпидемиологической экспертизы

десятидневного меню приготовляемых блюд школьных завтраков, обедов и полдников для учащихся в общеобразовательном учреждении, возрастная категория 7-11 лет, период осень; десятидневного меню приготовляемых блюд школьных завтраков, обедов и полдников для учащихся в общеобразовательном учреждении, возрастная категория 12-18 лет, период осень; двенадцатидневного меню приготовляемых блюд школьных завтраков, обедов и полдников для учащихся в общеобразовательном учреждении, возрастная категория 12-18 лет, период осень, разработанных ООО «Торговый дом «Кубань»

Производство экспертизы начато: в 14:00ч. 24.11.2022г.

Производство экспертизы окончено: в 16:00ч. 24.11.2022г.

1. Основание: письмо от 23.11.2022г. №23-10-20/08-5630-2022 начальника Территориального отдела Управления Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по Краснодарскому краю в городе Новороссийск Д.О. Певзнер (вх. №5039/1047/ОИ от 24.11.2022г.).

2. Заявитель: Территориальный отдел Управления Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по Краснодарскому краю в городе Новороссийск.

Юридический адрес: Россия, Краснодарский край, г. Краснодар, ул. Раппопортская, д. 100.
ИНН 2308105360.

ОГРН 1052303653269.

фактический адрес: Россия, Краснодарский край, г. Новороссийск, ул. Видова, д. 170.

3. Разработчик: ООО «Торговый дом «Кубань».

Юридический адрес: 353320, Краснодарский край, г. Абинск, ул. Интернациональная, дом №41, оф. 1.

Фактический адрес: 353320, Краснодарский край, г. Абинск, ул. Интернациональная, дом №41, оф. 1.

4. Цель экспертизы: соответствие требованиям:

- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Приложение: 2 - 3
Страницы №

139052

Новороссийский
ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Краснодарском крае»
353902, г. Новороссийск, ул. Сухумское шоссе, 5
тел./факс (8617) 60-27-05, e-mail: bses-nvrsk@mail.ru

5. Перечень рассмотренных материалов:

- десятидневное меню приготовляемых блюд школьных завтраков, обедов и полдников для учащихся в общеобразовательном учреждении, возрастная категория 7-11 лет, период осень;
- десятидневное меню приготовляемых блюд школьных завтраков, обедов и полдников для учащихся в общеобразовательном учреждении, возрастная категория 12-18 лет, период осень;
- двенадцатидневное меню приготовляемых блюд школьных завтраков, обедов и полдников для учащихся в общеобразовательном учреждении, возрастная категория 12-18 лет, период осень;
- технологические и технико-технологические карты блюд;
- ведомости контроля за рационом питания.

6. Санитарно-эпидемиологическая оценка:

При разработке меню использовалась литература: Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания, Скурихин И.М., Тутельян В.А.: Справочник - М.: ДеЛи принт, 2008 - 276 с.; Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях, под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, рекомендовано НИИ питания РАМН изд. «Москва» ДеЛи принт 2011 - 544 с; Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, Лапшина В.Т. 2004; Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей, ФБУН «НИИ» Роспотребнадзора И.И. Новикова, 2022 г.

Меню утверждены руководителем предприятия общественного питания.

Десятидневное меню приготовляемых блюд школьных завтраков, обедов и полдников для учащихся в общеобразовательном учреждении, возрастная категория 7-11 лет, период осень - разработано на период 2 недели (с учетом режима организации - 10 дней, выходные: суббота, воскресенье) для отдельной возрастной группы детей (7-11 лет), в соответствии с рекомендуемым образцом, приведенным в прил. №8 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Десятидневное меню приготовляемых блюд школьных завтраков, обедов и полдников для учащихся в общеобразовательном учреждении, возрастная категория 12-18 лет, период осень - разработано на период 2 недели (с учетом режима организации - 10 дней, выходные: суббота, воскресенье) для отдельной возрастной группы детей (12-18 лет), в соответствии с рекомендуемым образцом, приведенным в прил. №8 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Двенадцатидневное меню приготовляемых блюд школьных завтраков, обедов и полдников для учащихся в общеобразовательном учреждении, возрастная категория 12-18 лет, период осень - разработано на период 2 недели (с учетом режима организации - 12 дней, выходной: воскресенье) для отдельной возрастной группы детей (12-18 лет), в соответствии с рекомендуемым образцом, приведенным в прил. №8 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Наименования блюд и кулинарных изделий, указанные в меню, соответствуют их наименованиям, указанным в технологических документах.

Основные (организованные) меню, включают горячее питание.

Меню предусматривают распределение блюд, кулинарных, мучных, кондитерских и хлебобулочных изделий по отдельным приемам пищи (завтрак; обед; полдник; завтрак и обед; обед и полдник; завтрак, обед и полдник).

Для дополнительного обогащения рациона питания детей микронутриентами в меню используется специализированная пищевая продукция промышленного выпуска, обогащенные витаминами и микроэлементами (соки фруктовые).

Витаминные напитки (компот из сухофруктов, кисель) готовятся в соответствии с технологической картой непосредственно перед раздачей.

Замена витаминизации блюд выдачей детям поливитаминных препаратов не выявлена. Пищевая продукция, которая не допускается при организации питания детей, приведенная в прил. №6 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 не выявлена.

Среднесуточные наборы пищевой продукции для организации питания детей (в нетто г, мл, на 1 ребенка в сутки) с учетом распределения в процентном отношении потребления пищевых веществ и энергии по приемам пищи (завтрак – 25%; обед – 35%; полдник – 10%; завтрак и обед – 60%; обед и полдник – 45%; завтрак, обед и полдник – 70%) соответствуют требованиям прил. №7, таб.2 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Масса порций (в граммах), суммарные объемы блюд по приемам пищи (в граммах) соответствуют требованиям прил. №9, таб.1 и 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах с учетом распределения в процентном отношении потребления пищевых веществ и энергии по приемам пищи (завтрак – 25%; обед – 35%; полдник – 10%; завтрак и обед – 60%; обед и полдник – 45%; завтрак, обед и полдник – 70%) соответствуют требованиям прил. №10, таб.1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Количество обязательных приемов пищи в зависимости от режима функционирования организации и режима обучения (один прием пищи – завтрак или обед; либо два приема пищи – завтрак и обед, обед и полдник; либо три приема пищи – завтрак, обед и полдник) предусмотрено в соответствии с требованиями прил. №12 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Ведомости контроля за рационом питания составлены в соответствии с требованиями прил. №13 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Отступление от норм калорийности по отдельным приемам пищи в пределах $\pm 5\%$ при условии, что средний % пищевой ценности за неделю соответствует нормам (фактическое выполнение – 100%), соответствует требованиям п.8.1.2.3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

7. Вывод: десятидневное меню приготовляемых блюд школьных завтраков, обедов и полдников для учащихся в общеобразовательном учреждении, возрастная категория 7-11 лет, период осень; десятидневное меню приготовляемых блюд школьных завтраков, обедов и полдников для учащихся в общеобразовательном учреждении, возрастная категория 12-18 лет, период осень; двенадцатидневное меню приготовляемых блюд школьных завтраков, обедов и полдников для учащихся в общеобразовательном учреждении, возрастная категория 12-18 лет, период осень, разработанные ООО «Торговый дом «Кубань», соответствуют требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Врач по общей гигиене

А.В. Натарин