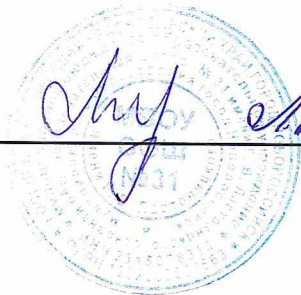


СОГЛАСОВАНО:

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор ООО "Торговый дом Кубань"



А.Л.Жваков

Россия Краснодарский край

**ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД**

**ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ**

**ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ**

**ПЕРИОД: ЗИМА - ВЕСНА**

**20\_\_г.**

**Возрастная категория: с 7 до 11 лет**

меню разработано согласно

СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20

2021 г.

## 10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ

40%

## 1-я неделя

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон : ЗИМА - ВЕСНА

20\_\_ год.

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептур
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1 -я  День 1 -й	<b>О Б Е Д</b>							
	Борщ с картофелем и свежей капусты	200	2,3	4,048	14,53	103,75	2	82/11
	макароны отварные с овощами	190	4,625	6,346	28,29	188,77	25	205 /11
	Печень по- строгановски	50 / 50	11,677	10,06	9,433	174,98	12	255/11
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	20,92	87,68	40	389/11
	Хлеб пшеничный	30	1,53	0,255	15,277	69,52	37	Пром.пр.
	Хлеб ржанной	30	1,695	0,36	13,555	64,24	36	Пром.пр.
	итого за обед		22,83	21,07	102,01	688,95	суммарный объём п/ гр. Обед 750	
	<b>П О Л Д Н И К</b>							
	Кофейный напиток	200	3,6	2,67	19,6	116,83	44	379/11
итого за полдник	Бутерброд с сыром	30/ 10/ 10	4,83	6,79	15,83	143,75	33	3 /11
	Фрукты свежие ( яблоко )	100	0,4	0,40	9,8	44,40	39	338 / 11
	ВСЕГО: за обед и полдник		31,66	30,93	147,24	993,93	суммарный объём порций гр. 350	
	Норма по СанПин		30,8	31,6	134	940	полдника	

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептур
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1 -я  День 2 -й	<b>О Б Е Д</b>							
	Суп с рыбными фрикадельками	250	6,6	2,4	9,9	87,60	3	106/11
	Омлет натуральный	150	11,94	24,828	2,638	281,76	32	210 /11
	Горошек овощной отварной (консерв.)	50	1,548	1,776	2,86	33,62	27	131 /11
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,662	0,09	29,394	121,03	41	349/11
	Хлеб пшеничный	30	1,53	0,255	15,277	69,52	37	Пром.пр.
	Хлеб ржанной	30	1,695	0,36	13,555	64,24	36	Пром.пр.
	итого за обед		23,98	29,709	73,63	657,79	суммарный объём п/ гр. Обед 710	
	<b>П О Л Д Н И К</b>							
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60,46	48	376/11
итого за полдник	Бутерброд с изделиями из птицы	50 / 30	8	6,347	18,94	164,88	34	5 - 294 /11
	Фрукты свежие ( яблоко )	100	0,4	0,40	9,8	44,40	39	338 / 11
	ВСЕГО: за обед и полдник		32,45	36,48	117,37	927,53	суммарный объём порций гр. 380	
Норма по СанПин			30,8	31,6	134	940	полдника	

**10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ**

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

**1-я неделя**

40%

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептур	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У				
неделя 1 -я  День 3 -й	О Б Е Д								
	Суп с крупой и томатом	200	3,59	4,79	10,176	98,17	4	116/11	
	капуста квашеная	50	0,854	2,502	4,229	42,85	28	47 /11	
	мясо духовое с картофелем	50 / 150	12,89	15,2	16,24	253,32	14	258/11	
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	20,92	87,68	40	389/11	
	Хлеб пшеничный	30	1,53	0,255	15,277	69,52	37	Пром.пр.	
	Хлеб ржанной	30	1,695	0,36	13,555	64,24	36	Пром.пр.	
итого за обед			21,56	23,107	80,40	615,79	суммарный объём п/ гр. Обед 710		
	П О Л Д Н И К								
	Какао с молоком		200	3,8	3	23	134,20	45	382/11
	Бутерброд с сыром		30/ 10/ 10	4,83	6,79	15,83	143,75	33	3 /11
	Фрукты свежие ( яблоко )		100	0,4	0,40	9,8	44,40	39	338 / 11
	итого за полдник		9,03	10,190	48,63	322,35	суммарный объём		
ВСЕГО: за обед и полдник			30,59	33,30	129,03	938,14	порций гр.	350	
Норма по СанПин			30,8	31,6	134	940	полдника		

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептур
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1 -я  День 4 -й	О Б Е Д							
	Суп молочный с лапшой	250	8,3	5,898	16,5	152,28	5	120 /11
	Запеканка из творога с молоком сгущённым	180 / 20	20,432	19,226	45,981	438,69	30	223 /11
	Кофейный напиток	200	3,6	2,67	19,6	116,83	44	379/11
	Хлеб пшеничный	30	1,53	0,255	15,277	69,52	37	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1,695	0,36	13,555	64,24	36	Пром.пр.
	итого за обед			35,56	28,409	110,91	841,56	суммарный объём п/ гр. Обед 710
П О Л Д Н И К								
Суфле из печени		60	7,841	6,3	5,869	111,54	13	255/11
Хлеб пшеничный		20	1,02	0,17	10,185	46,35	37	Пром.пр.
Чай чёрный		200	0,4	0,102	0,08	2,84	49	375/11
Кондитерские изделия (печенье)		15	0,63	0,26	6	28,86	38	Пром.пр.
Фрукты свежие ( яблоко )		100	0,4	0,40	9,8	44,40	39	338 / 11
итого за полдник			10,29	7,232	31,93	233,99	суммарный объём	
ВСЕГО: за обед и полдник			45,85	35,64	142,85	1075,55	порций гр.	395
Норма по СанПин			30,8	31,6	134	940	полдника	



**10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ**

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

40%

**1-я неделя**

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептур
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1 -я  День 5 -й	ОБЕД							
	Суп картофельный с горохом	200	4,8	5,608	13	121,67	6	102 /11
	птица тушённая с овощами	38 / 142	10,92	11,499	14,691	205,94	20	292/11
	Овощи солёные (огурец)	60	0,48	0,06	1,02	6,54	29	70 /11
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	20,92	87,68	40	389/11
	Хлеб пшеничный	30	1,53	0,255	15,277	69,52	37	Пром.пр.
	Хлеб ржанной	30	1,695	0,36	13,555	64,24	36	Пром.пр.
итого за обед			20,43	17,782	78,46	555,59	суммарный объём п/ гр. Обед 700	
ПОЛДНИК								
чай с лимоном		208	0,13	0,02	15,2	61,50	47	377/11
Бутерброд с рыбными изделиями		65 / 30	6,708	3,32	15,799	119,91	35	5 - 235 /11
итого за полдник			6,84	3,340	31,00	181,41	суммарный объём	
ВСЕГО: за обед и полдник			27,26	21,12	109,46	737,00	порций гр. 303	
Норма по СанПин			30,8	31,6	134	940	полдника	

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

**2-я неделя**

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептур
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я  День 6 -й	О Б Е Д							
	Борщ с картофелем	200	2	6,5	13,44	120,26	7	83/11
	капуста квашеная	50	0,854	2,502	4,229	42,85	28	47 /11
	Плов с говядиной	50 / 120	12,177	15,087	29,847	303,88	15	265/11
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	20,92	87,68	40	389/11
	Хлеб пшеничный	50	2,55	0,425	25,462	115,87	37	Пром.пр.
	Хлеб ржанной	30	1,695	0,36	13,555	64,24	36	Пром.пр.
	итого за обед			20,28	24,874	107,45	734,78	суммарный объём п/ гр. Обед 700
П О Л Д Н И К								
Чай с сахаром		200	0,07	0,02	15	60,46	48	376/11
Бутерброд с сыром		30/ 10/ 10	4,83	6,79	15,83	143,75	33	3 /11
Фрукты свежие ( яблоко )		100	0,4	0,40	9,8	44,40	39	338 / 11
итого за полдник			5,30	7,210	40,63	248,61	суммарный объём	
ВСЕГО: за обед и полдник			25,58	32,08	148,08	983,39	порций гр. 350	
Норма по СанПин			30,8	31,6	134	940	полдника	

**10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ**

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

**2-я неделя**

40%

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептур
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я  День 7 -й	О Б Е Д							
	Рассольник ленинградский	200	4,106	5,082	10,67	104,84	8	96/11
	Тефтели рыбные (минтай)	90 / 20	8,08	7,086	12,94	147,85	18	239/11
	картофельное пюре /	120 / 30	2,48	7,326	14,389	133,41	22	128-133 / 11
	/кукуруза отварная конс.		0,865	0,735	1,65	16,66		
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,662	0,09	29,394	121,03	41	349/11
	Хлеб пшеничный	30	1,53	0,255	15,277	69,52	37	Пром.пр.
	Хлеб ржанной	30	1,695	0,36	13,555	64,24	36	Пром.пр.
итого за обед			19,42	20,934	97,87	657,56	суммарный объём п/ гр. Обед 720	
П О Л Д Н И К								
Чай чёрный		200	0,4	0,102	0,08	2,84	49	375/11
Кондитерские изделия (печенье)		25	0,875	0,963	13,438	65,92	38	Пром.пр.
Фрукты свежие ( яблоко )		100	0,4	0,40	9,8	44,40	39	338 / 11
итого за полдник			1,68	1,465	23,32	113,16	суммарный объём	
ВСЕГО: за обед и полдник			21,09	22,40	121,19	770,72	порций гр.	325
Норма по СанПин			30,8	31,6	134	940	полдника	

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептур
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я  День 8 -й	О Б Е Д							
	Щи из свежей капусты с картофелем	200	3,906	4,970	7,412	90,00	9	88/11
	Котлета рубленная из птицы	80 / 20	10,013	10,76	14,899	196,49	21	294/11
	Каша пшеничная / / Икра свекольная	100 / 85	3,328 2,015	5,412 1,179	29,913 19,44	181,67 96,45	23	171-75 / / 11
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,662	0,09	29,394	121,03	41	349/11
	Хлеб пшеничный	30	1,53	0,255	15,277	69,52	37	Пром.пр.
	Хлеб ржанной	30	1,695	0,36	13,555	64,24	36	Пром.пр.
	итого за обед			23,15	23,026	129,89	819,40	суммарный объём п/ гр. Обед 745
П О Л Д Н И К								
Сырник картофельный с творогом		100	11,64	13,873	8,542	205,59	31	149/11
Молоко кипячёное		200	5,8	5	9,6	106,60	46	385/11
итого за полдник			17,44	18,873	18,14	312,19	суммарный объём	
ВСЕГО: за обед и полдник			40,59	41,90	148,04	1131,59	порций гр. 300	
Норма по СанПин			30,8	31,6	134	940	полдника	



**10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ**

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

**2-я неделя**

40%

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептур	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У				
неделя 2 -я  День 9 -й	О Б Е Д								
	Суп с клёцками	200	4,854	4,684	9,2	98,37	10	108-109/11	
	Овощи солёные (огурец)	30	0,24	0,03	0,51	3,27	29	70 /11	
	Каша рисовая с овощами	150	4,41	13,97	31,253	268,38	24	171 -75 /11	
	Тефтели мясные	80 / 20	7,00	7,37	10,10	134,73	17	278/11	
	Компот из свежих яблок	200	0,24	0,14	27,84	113,58	42	342/11	
	Хлеб пшеничный	30	1,53	0,255	15,277	69,52	37	Пром.пр.	
	Хлеб ржанной	20	1,13	0,24	9,037	42,83	36	Пром.пр.	
	итого за обед			19,40	26,689	103,22	730,69	суммарный объём п/ гр. Обед 730	
	П О Л Д Н И К								
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60,46	48	376/11		
Бутерброд с сыром	30/ 10/ 10	4,83	6,79	15,83	143,75	33	3 /11		
Фрукты свежие ( яблоко )	90	0,36	0,36	8,82	39,96	39	338 / 11		
итого за полдник			5,26	7,170	39,65	244,17	суммарный объём		
ВСЕГО: за обед и полдник			24,66	33,86	142,87	974,86	порций гр. 340		
Норма по СанПин			30,8	31,6	134	940	полдника		

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептур	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У				
неделя 2 -я  День 10 -й	О Б Е Д								
	Суп картофельный с бобовыми	200	4,8	5,608	13	121,67	11	102 /11	
	Биточек из говядины	90	8,564	9,48	11,1	163,98	16	268/11	
	Рагу из овощей	180	3,034	10,09	15,4	164,55	26	143/11	
	Кисель ассарти фруктовое	200	0,232	0,012	32,752	132,04	43	354/11	
	Хлеб пшеничный	23	1,173	0,1955	11,713	53,30	37	Пром.пр.	
	Хлеб ржанной	30	1,695	0,36	13,555	64,24	36	Пром.пр.	
	итого за обед			19,50	25,746	97,52	699,78	суммарный объём п/ гр. Обед 723	
	П О Л Д Н И К								
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60,46	48	376/11		
Зразы рыбные (минтай)	100	7,007	2,164	7,811	78,75	19	237 /11		
Хлеб ржанной	30	1,695	0,36	13,555	64,24	36	Пром.пр.		
итого за полдник			8,77	2,544	36,37	203,45	суммарный объём		
ВСЕГО: за обед и полдник			28,27	28,29	133,89	903,23	порций гр. 330		
Норма по СанПин			30,8	31,6	134	940	полдника		

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 100%			77	79,0	335	2350	0,006	0,005
7-11 л	<b>ОБЕДОВ и ПОЛДНИКОВ</b>	<b>40%</b>	30,8	31,6	134	940	углеводы	0,003
<b>Среднее за 10 дней (фактически)</b>			<b>30,80</b>	<b>31,60</b>	<b>134,00</b>	<b>943,6</b>	энерг-я ценность	-35,920

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

**Литература:**

- 1 САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ  
В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ, УЧРЕЖДЕНИЯХ НАЧАЛЬНОГО И СРЕДНЕГО  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРАВИЛА И НОРМАТИВЫ СанПиН 2.3/2.4.3590 -20
- 2 СКУРИХИН И.М., ТУТЕЛЬЯН В.А. ТАБЛИЦЫ ХИМИЧЕСКОГО СОСТАВА И КАЛОРИЙНОСТИ  
РОССИЙСКИХ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ: Справочник. - М.: Дели принт, 2008. - 276 с.
- 3 СБОРНИК РЕЦЕПТУР НА ПРОДУКЦИЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ВО ВСЕХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ  
СБОРНИК ТЕХНИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ РЕКОМЕНДОВАНО НИИ питания РАМН изд. "МОСКВА" ДЕЛИТ ПРИНТ 2011 г.



1 - я неделя

О С Е Н Ь 20\_\_ г.

возрастная категория: 7-11 лет

на одного человека в день

МЕНЮ

10 - ТИДНЕВКА

О Б Е Д Ы - П О Л Д Н И К И

компановка сырья по БРУТТО (продукт без очистки )

компановка сырья по НЕТТО (чистый продукт)

1-й день								
сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
хлеб ржан.	30	30	сыр костромской	10,34	10	ОВОЩИ		
хлеб пшен.	60	60	сметана	11,5	11,5	томат пюре	11,21	11,21
мука пш.	3,45	3,45	м/сливочное	20,45	20,45	зелень св.	0,59	0,59
макароны	60	60	м/растительное	4	4	капуста б/кач. С	21,25	17
картофель	21,4	16	сахар	5,88	5,88	лук репчатый	30,34	25,44
всего овощей	124,550	103,17	кофейный напиток	4	4	морковь	21,160	16,928
фрукты	114	100	соль	1,5	1,5	свекла	40	32
сок яблочный	200	200	Специи л/лист		0,009	ИТОГО ОВОЩИ	124,550	103,17
ПЕЧЕНЬ	89,3	74,25	л/лист	0,009				
молоко	200	200						

2-й день								
сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
хлеб ржан.	30	30	яйцо шт. / гр.	2,9995	119,98	ОВОЩИ		
хлеб пшен.	71,1	71,1	сахар	17,0	17	горошек консерв	77	50
картофель	106,60	80	чай	0,5	0,5	томат пюре	2	2
всего овощей	121,530	87,800	соль	1	1	лук репчатый	32,53	27,80
фрукты яблоко	113,5	100	итого Специи	0,208	0,208	морковь	10	8
сухофрукты	15,00	15	л/лист	0,008	0,008	ИТОГО ОВОЩИ	121,530	87,800
бедро кур на кости	56,750	31,8	лим/кислота	0,2	0,2			
минтай без/ голов	67,50	47	сухарь панирован.	5	5	Я Й Ц А		
молоко	51,75	51,75				в фрикадельки	0,0943	3,77
м/сливочное	6,87	6,87				в омлет	2,8303	113,21
м/растительное	3	3				в бутерброд	0,0750	3
						ИТОГО ЯЙЦА	2,9995	119,98

3-й день								
сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
хлеб ржан.	30	30	молоко	200	200,00	ОВОЩИ		
хлеб пшен.	60	60	сыр костромской	10,34	10	томат пюре	12,56	12,56
крупа пшено	20	20	м/сливочное	14	14	капуста квашен.	60,70	42,50
картофель	128,40	96,00	м/растительное	6,7	6,7	лук репчатый	29,95	25,00
всего овощей	139,61	108,460	сахар	6,0	6	морковь	36,4	28,4
фрукты яблоко	114	100	какао порошок	4,0	4	ИТОГО ОВОЩИ	139,610	108,460
сок яблочный	200	200	соль	0,9	0,9			
говядина	96,40	83,4	Специи л/лист	0,016	0,016			



[illegible]

5-й день								
сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
хлеб ржан.	30	30	сметана	7,75	7,75	ОВОЩИ		
хлеб пшен.	62	62	м/сливочное	4	4	горошек конс. зе	11,52	7,2
мука пш.	1,2	1,2	м/растительное	8,6	8,6	томат пюре	4,25	4,25
крупа горох	16,2	16	яйцо шт. / гр.	0,0280	1,12	зелень св.	1,4	1,3
картофель	153,84	115,33	сахар	10,0	10,0	лук репчатый	41,6	35,54
всего овощей	175,350	148,750	чай	1	1	морковь	50,58	40,46
фрукты лимон	9	8	соль	1,2	1,2	огурец солёный	66,00	60
сок яблочный	200	200	Специи л/лист	0,029	0,029	итого овощи	175,350	148,750
бедро кур на кост	76,34	54,2	сухарь панирован.	8	8			
минтай б/г	80,90	57						
молоко	7,20	7,2						

6 - й день		
сырьё	брутто	нетто
хлеб ржан.	30	30
хлеб пшен.	80	80
крупа рисовая	40,80	40,80
картофель	53,4	40
всего овощей	162,30	127,70
фрукты яблоки	113,5	100
сок яблочный	200	200
говядина	91,37	79
сыр костромской	10,34	10

сырьё	брутто	нетто
м/сливочное	14	14
м/растительное	7,7	7,7
сахар	11,9	11,9
чай	0,5	0,5
соль	1	1
Специи л/лист	0,008	0,008

сырьё	брутто	нетто
ОВОЩИ		
томат пюре	15,6	15,6
капуста квашен	60,70	42,50
лук репчатый	22,75	19,00
морковь	22	17,6
свекла	41,25	33
итого овощи	162,300	127,70

2 - я неделя

О С Е Н Ь 20\_\_ г.

возрастная категория: 7-11 лет

на одного человека в день

МЕНЮ

10 - ТИДНЕВКА

О Б Е Д Ы - П О Л Д Н И К И

компановка сырья по БРУТТО (продукт без очистки)

компановка сырья по НЕТТО (чистый продукт)

7 - й день											
сырьё			брутто			нетто					
хлеб ржан.			30			30					
хлеб пшен.			43			43					
мука пш.			2,15			2,15					
крупа перловая			4,0			4					
картофель			220,40			165,6					
всего овощей			104,33			75,005					
фрукты яблоки			113,5			100					
сухофрукты			15			15					
минтай б/г			84,73			59,4					
молоко			36,5			35,4					
сырьё			брутто			нетто					
м/сливочное			8,89			8,89					
м/растительное			3,7			3,7					
яйцо шт. / гр.			0,065			2,60					
сахар			7,000			7,0					
кондитерка печенье			25			25					
чай			0,5			0,5					
соль			0,8			0,8					
Специи л/лист			0,2090			0,209					
л/лист			0,009			0,009					
лим/кислота			0,2			0,2					
сырьё			брутто			нетто					
ОВОЩИ											
кукуруза конс			50			30					
томат пюре			2,06			2,06					
лук репчатый			22,03			17,48					
морковь			16,84			13,47					
огурец солёный			13,4			12					
итого овощи			104,330			75,005					
сухарь панирован			5,5			5,5					

8 - й день		
сырьё	брутто	нетто
хлеб ржан.	30	30
хлеб пшен.	47,6	47,6
мука пш.	5,50	5,5
крупа пшеничка	38,8	38,8
картофель	120,00	91,0
всего овощей	195,92	161,49
сухофрукты	15	15
бедро кур на кости	96,354	54,0
молоко	240	229
творог	34	33
сметана	5	5

сырьё	брутто	нетто
м/сливочное	11,67	11,67
м/растительное	12,08	12,08
яйцо шт. / гр.	0,100	4,00
сахар	7,72	7,7
соль	1,2	1,2
Крахмал	2	2
Специи итого	0,2084	0,2084
л/лист	0,0084	0,0084
лим/кислота	0,2	0,2
сухарь панирован.	12,54	12,54

сырьё	брутто	нетто
ОВОЩИ		
томат пюре	25,25	25,25
капуста свеж.	51,25	41
лук репчатый	27,29	22,88
морковь	10	8
свекла	82,13	64,36
итого овощи	195,920	161,49



9 - й день		
сырьё	брутто	нетто
хлеб ржан.	20	20
хлеб пшен.	71,2	71.2
мука пш.	15,80	15,8
крупа рис	30,20	30,20
картофель	53,40	40
всего овощей	184,26	157,86
фрукты яблоко	147,55	130
говядина	59,1	51
молоко	35,7	35,7

сырьё	брутто	нетто
сыр костромской	10,34	10
м/сливочное	19,19	19,19
м/растительное	3,64	3,64
яйцо шт. / гр.	0,185	7,40
сахар	17	17,0
чай	0,5	0,5
соль	1,25	1,25
Специи итого	0,2081	0,2081
л/лист	0,0081	0,0081
лим/кислота	0,2	0,2
сухарь панирован.	8,000	8

сырьё	брутто	нетто
ОВОЩИ		
томат пюре	20,56	20,56
лук репчатый	74,112	62,03
морковь	56,5900	45,27
огурец солёный	33	30
ИТОГО ОВОЩИ	184,262	157,86

Я Й Ц А	штук	грамм
в клёцки	0,1100	4,4
в тефтели	0,0750	3
ИТОГО ЯЙЦА	0,1850	7,40

10 - й день

сырьё	брутто	нетто
хлеб ржан.	60	60
хлеб пшен.	55,1	55,1
мука пш.	4,05	4,05
крупа итого	19,6	19,4
картофель	139,50	104,07
всего овощей	184,94	149,77
фрукты яблоки	2,4	2
сухофрукты	15	15
говядина	77,03	66,6
минтай б/г	99,19	68,6
молоко	15,34	15,34
сметана	8,55	8,55
м/сливочное	9,9	9,9
м/растительное	10,58	10,58

сырьё	брутто	нетто
яйцо шт. / гр.	0,30375	12,15
сахар	18	18,0
чай	0,5	0,5
соль	1,34	1,34
Крахмал	10	10
Специи итого	0,2271	0,2271
л/лист	0,0271	0,0271
лим/кислота	0,2	0,2
сухарь панирован.	14	14

сырьё	брутто	нетто
ОВОЩИ		
репа	26,61	20,27
томат пюре	5,4	5,4
капуста свеж.	45,00	36,00
лук репчатый	61,30	50,8
морковь	46,63	37,3
ИТОГО ОВОЩИ	184,940	149,77

КРУПА	брутто	нетто
фасоль	16,2	16
рис	3,40	3,4
ИТОГО крупы	19,6	19,4

Я И Ц А	штук	грамм
в биточек	0,035	1,41
в зразы	0,0600	2,4
в фарш для зраз	0,2085	8,34
ИТОГО ЯИЦА	0,30375	12,15

"Ведомость контроля за рационом питания"															режим питания: двухразовый										с		по																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
п/п		наименование группы пищевой продукции	норма продукции в граммах (нетто)	Количество пищевой продукции в Н Е Т О по дням в граммах на одного человека в качестве горячих ОБЕДОВ И ПРОЛДНИКОВ (всего) 40% меню 10 - тидневка СанПин 2.3 /2.4. 3590 - 20										в среднем за неделю (10 дней)	Откло-нение от нормы в % (+ / - )																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				
				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																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
				30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30



месяц	Выполнение натуральных норм питания в абсолютных (гр.мл.) и в процентном отношении к норме по возрастному составу учащихся (до 10 лет)																								(таблица часть 1)		
	молоко		продукты		творог		сметана		сыр		масло сливочное		масло растительное		мясо		цыплята 1-й категории		субпродукты печень		рыба филе		яйцо диетическое		картофель		
	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	
	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	
		100%		100%		100%		100%		100%		102%		101%		100%		101%		101%		101%		101%			100%
		100%		100%		100%		100%		100%		102%		101%		100%		101%		101%		101%		101%			100%

(продолжение таблицы часть 2)

месяц	Выполнение натуральных норм питания в абсолютных (гр.мл.) и в процентном отношении к норме по возрастному составу учащихся (до 10 лет)																								(продолжение таблицы 2.)	
	овощи		фрукты		сухофрукты		соки		хлеб ржаной		хлеб пшеничный		крупы бобовые		макароны		сахар		кондитерские изделия		соль		калорий-ность			
	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%		
		100%				100%				100%				100%				101%				100%				100%
		100%				100%				100%				101%				101%				100%				100%