

12-ДНЕВНОЕ МЕНЮ

1 ДЕНЬ

№ тк	наименование блюда	возраст		возрастная категория 7-11 лет						возрастная категория 12 лет и старше						
		7-11 лет	12л. и стар.	Наименование продукта	брутто	нетто	б	ж	у	Ккал	брутто	нетто	б	ж	у	Ккал
331	Вареники ленивые с маслом	200/5	250/5	творог	159	156	29,7	22,6	28,7	437	198	195	31,7	28,2	35,8	546
				мука пшеничная	22	22					28	28				
				яйцо 48,0	16	13					20	16,3				
				сахар	6	6					8	8				
				масса варен. вареников		200						250				
				сливочное масло	5	5					5	5				
495	Чай с молоком	200	200	чай- заварка	1	50	1,5	1,3	15,9	81	1	50	1,5	1,3	15,9	81
				молоко	80	80					80	80				
				сахар	13	13					13	13				
				вода	150	150					150	150				
111	Батон нарезной	40	60	батон нарезной	40	40	3,0	1,2	20,5	104,0	60	60	4,5	1,8	30,8	137,0
101	Сыр твердый	13,5	20	сыр твердый	13,7	13,5	2,6	2,6	0,0	35,0	21,00	20,0	4,0	4,0	0,0	52,0
516	к/молочная продукция	200	200	к/молоч. продукция	206,0	200,0	5,8	5,0	8,0	100,0	206,00	200,0	5,8	5,0	8,0	100,0
	ИТОГО ЗАВТРАК						42,6	32,7	73,1	757,0			47,5	40,3	90,5	916,0
	ОБЕД															
19	Салат из помидоров и огурцов	60	100	помидоры свежие	34,2	28,8	0,5	3,1	2,1	38,0	57	48	0,9	5,1	3,6	64,0
				огурцы свежие	26,4	21,0					44	35				
				лук репчатый	8,5	7,2					14	12				
				масло растительное	5,5	5,5					6,5	6,5				
142, 479, 404	Щи со свежей капустой и картофелем, курицей	200/15	250/25	капуста свежая	50	40	1,4	4,0	14,4	66,4	62,5	50	1,8	5,0	18,0	83,0
				картофель	32	24					40	30				
				лук репчатый	10	8					12	10				
				морковь	14	10					15,8	12,5				
				томатное пюре	2	2					2,5	2,5				
				масло растительное	4,5	4,5					5	5				
367	Печень, тушеная	90/50	100/50	печень говяжья	154,8	127,8	23,9	13,8	9,9	259,0	172	142	26,6	15,4	11	288,0
	в соусе			мука	5,4	5,4				6	6					
				сливочное масло	7,0	7,0				10	10					
				масса тушеной печени		90					100					
				СМЕТАННЫЙ СОУС:		50					50					
				мука	1,3	1,3				1,3	1,3					
				сливочное масло	1,2	1,2				1,2	1,2					
				сметана	13	13				13	13,0					

**12-ДНЕВНОЕ МЕНЮ
2 ДЕНЬ**

№ тк	наименование блюда	возраст		наименование продуктов	возрастная категория 7-11 лет					возрастная категория 12 лет и старше						
		7-11 лет	12л. и стар.		брутто	нетто	б	ж	у	Ккал	брутто	нетто	б	ж	у	Ккал
301	Омлет натуральный	60	80	яйцо 48,0	48	40	5,6	8,7	1,5	106,0	64	53,3	7,4	11,6	2	141
				молоко	25	25					33	33				
				сливочное масло	2,5	2,5					3,5	3,5				
260	Каша "Дружба"	150	200	крупа рисовая	11	11	3,9	8,7	18,7	169,0	15	15	5,3	11,7	25,0	226,0
				крупа пшеничная	8	8					11	11				
				молоко	105	105					140	140				
				сахар	3,5	3,5					4,5	4,5				
				масло сливочное	4,5	4,5					5,8	5,8				
501	Кофейный напиток с молоком	200	200	кофейный напиток	5	5,0	3,2	2,7	15,9	79,0	5	5	3,2	2,7	15,9	79,0
				сахар	10	10					10	10				
				молоко	100	100					100	100				
111	Батон нарезной	40	60	батон нарезной	40	40	3,0	1,2	20,5	104,8	60	60	4,5	1,8	30,8	157,2
112	Фрукт свежий	140	140	яблоко свежее	140	140	0,5	0,5	13,7	66,2	140	140	0,5	0,5	13,7	66,2
	ИТОГО ЗАВТРАК						10,6	13,1	68,8	419,0			13,5	16,7	85,4	528,4
	ОБЕД															
51	Салат из свеклы и моркови	60	100	свекла	45,6	36,6	0,7	6,1	4,2	76,0	76	61	1,3	10,3	7,1	127
				морковь	22,8	18					38	30				
				масло растительное	6	6					10	10				
149, 169	Суп картофельный с фрикадельками	200/20	250/20	картофель	106,6	80	1,7	2,3	11,7	75,4	133,2	100	2,2	2,9	14,7	94,2
				морковь	10	8					12,5	10				
				лук репчатый	10	8					12	10				
				сливочное масло	2	2					2,5	2,5				
				специи	1	1					2	2				
				ФРИКАДЕЛЬКИ		20	4,0	2,9	0,2	42,6		20	4,0	2,9	0,2	42,6
				мясо	31,0	23,0					31	23				
				лук репчатый	3,0	2,0					3	2				
				яйцо	1,9	1,6					1,9	1,6				
381, 435	Биточек из говядины с молочным соусом	90/50	100/50	говядина	104,4	77,4	16,02	15,75	12,87	257,4	116	86	17,8	17,5	14,3	286,0
				хлеб	17	17					19	19				
				молоко	20,7	20					23	23				
				сливочное масло	6,3	6,3					7	7				
				СОУС		50						50				

12-ДНЕВНОЕ МЕНЮ

3 ДЕНЬ

№ тк	наименование блюда	возраст		наименование продуктов	возрастная категория 7-11 лет						возрастная категория 12 лет и старше					
		7-11 лет	12л. и стар.		брутто	нетто	б	ж	у	Ккал	брутто	нетто	б	ж	у	Ккал
106	Овощи свежие порцион.	50	50	овощи свежие	54	50	0,4	0,1	1,3	7,0	53,5	50	0,4	0,1	1,3	7,0
337	Рыба запеченная в омлете	100	120	рыба	120	88	15,9	7,8	3,2	147	144,0	105,6	19,1	9,3	3,8	176,4
				мука	5	5					6	6				
				растительное масло	6,5	6,5					7	7				
				яйцо	29,3	26,0					35,1	31,2				
				молоко	10	10					10	10				
				мука	2,6	2,6					3,1	3,1				
				масса омлета		34						41				
				лук	23	20				28	24					
				растительное масло	7,0	7,0				7,0	7,0					
415	Рис припущенный	130	150	крупа	44	44	3,0	5,2	28,0	174,0	51,0	51,0	3,5	6	32,4	198
				сливочное масло	5,5	5,5					6,3	6,3				
493	Чай с сахаром	200	200	чай	1,0	1	0,1	0,0	15,0	60,0	1,0	1,0	0,10	0,00	15,00	60,00
				сахар	13,0	13					13	13				
108	Хлеб пшеничный	40	50	хлеб пшеничный	40	40	3,0	0,3	19,7	94,0	50	50	3,8	0,4	24,6	117,5
101	Сыр твердый	13,5	20	сыр твердый	13,7	13,5	2,6	2,6	0,0	35,0	21	20	3,8	3,8	0,0	52,0
112	Фрукт свежий	140	140	яблоко свежее	140	140	0,5	0,5	13,7	66,2	140	140	0,5	0,5	13,7	66,2
	ИТОГО ЗАВТРАК						25,5	16,5	80,9	583,2			31,2	20,1	90,8	677,1
	ОБЕД															
76	Винергет овощной	60	100	картофель	17,6	13,2	0,8	6,4	4,0	78,0	29	22	1,3	10,8	6,8	130,0
				свекла	11,4	9					19	15				
				морковь	7,8	6					13	10				
				огурцы соленые	22,8	18					38	30				
				лук репчатый	10,8	9					18	15				
				масло растительное	6,5	6,5					7,5	7,5				
154, 44	Суп крестьянский с курицей	200/15	250/25	капуста белокочан.	41,6	24	1,6	4,1	11,6	99,2	52,1	30	2,1	5,1	14,5	112,5
				картофель	26,4	20					33	25				
				крупа	8	8					10	10				
				морковь	10	8					12,5	10				
				лук репчатый	9,6	8					12	10				
				сливочное масло	3	3					3,5	3,5				
				куры I категории	24,0	15,0					40,0	25,0				
		специи	1	1					1	1						

12-ДНЕВНОЕ МЕНЮ

4 ДЕНЬ

№ тк	наименование блюда	возраст		наименование продуктов	возрастная категория 7-11 лет					возрастная категория 12 лет и старше						
		7-11 лет	12л. и стар.		брутто	нетто	б	ж	у	Ккал	брутто	нетто	б	ж	у	Ккал
381, 435	Биточек из говядины с молочным соусом	90/50	100/50	говядина	104,4	77,4	16,02	15,75	12,87	257,4	116	86	17,8	17,5	14,3	286,0
				хлеб	17	17					19	19				
				молоко	20,7	20					23	23				
				сливочное масло	6,3	6,3					7	7				
				СОУС		50						50				
				молоко	50	50					50	50				
				мука	2,5	2,5					2,5	2,5				
				сливочное масло	2,5	2,5					2,5	2,5				
		сахар	0,5	0,5					0,5	0,5						
429	Картофельное пюре	150	180	картофель	169,5	126,0	3,15	6,60	25,00	147,0	203,4	151,2	3,78	7,92	29,9	176
				молоко	24,0	24,0					28,8	28,8				
				масло сливочное	6,6	6,6					8	8				
493	Чай с сахаром	200	200	чай	1	1	0,1	0,0	15,0	60,0	1	1	0,10	0,00	15,00	60,00
				сахар	13	13					13	13				
108	Хлеб пшеничный	40	50	хлеб пшеничный	40	40	3,0	0,3	19,7	94,0	50	50	3,8	0,4	24,6	117,5
105	Сливочное масло	5	5	сливочное масло	5	5	0,0	4,1	0,0	37,0	5	5	0,0	4,1	0,0	37,0
516	к/молочная продукция	200	200	к/молоч. продукция	206,0	200,0	5,8	5,0	8,0	100,0	206	200	5,8	5,0	8,0	100,0
	ИТОГО ЗАВТРАК						28,1	31,8	80,6	695,4			31,3	34,9	91,8	776,5
	ОБЕД															
61	Салат из моркови с зеленым горошком капусты	60	100	морковь	42,0	33,6	1,1	6,1	3,5	73,2	70	56	1,9	10,1	5,9	122,0
				зеленый горошек	37,2	24,0					62	40				
				масло растительное	6	6					10	10				
128, 357	Борщ с капустой и картофелем с курицей	200/15	250/25	капуста белокочанная	20	16	1,4	4,0	8,5	76,0	25	20	1,8	5,0	10,7	95,0
				свекла	40	32					50	40				
				картофель	21	16					26,8	20				
				морковь	12,6	10					15,8	12,5				
				лук репчатый	10	8					12	10				
				томат пюре	6	6					7,5	7,5				
				масло растительное	4,5	4,5					5	5				
		куры I категории	24	15					40	25						
379	Азу	240	280	мясо	119	88	19,56	21	24	367	128	88,5	19,5	21,8	26	310
				сливочное масло	9	9					8	8				
				томат пюре	11	11					11	11				
				лук репчатый	22,0	18,0					24	20				
				мука	3,6	3,6					4	4				

				огурцы соленые	23,4	21					25	23				
				картофель	193,0	144					209	157				
				маса тушеного мяса		50						60				
				масса соуса и овощей		180						190				
508	Компот из смеси сухофруктов	200	200	сухофрукты	25	30,5	0,5	0,0	27,0	110,0	25,0	30,5	0,5	0,0	27,0	110,0
				сахар	13	13					13	13				
108	Хлеб пшеничный	50	60	хлеб пшеничный	50	50	3,8	0,4	24,6	117,0	60	60	4,60	0,50	29,50	140,0
109	Хлеб ржаной	50	70	хлеб ржаной	50	50	3,3	0,6	16,7	87,0	70	70	4,60	0,80	23,40	121,0
	Фрукт свежий	140	140	яблоко свежее	140,0	140,0	0,5	0,5	13,7	66,0	140	140	0,5	0,5	13,7	66,0
	ИТОГО ОБЕД						36,0	37,6	126,0	996,2			39,2	43,7	144,2	1064,0
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ						64,1	69,4	206,6	1691,6			70,5	78,6	236,0	1840,5
	ДОПОЛНИТЕЛЬНО															
22	Салат из свежих помидор	100		помидоры свежие	108,0	91,0	1,0	10,2	3,5	110,0						
				масло растительное	10,0	10,0										
44	Салат из капусты и свеклы	100		капуста белокочанная	74,0	59,0	1,6	7,1	5,9	94						
				свекла	48,0	35,0										
				масло растительное	7,0	7,0										
386	рулет мясной	100		мясо свинина	62,0	62,0										
				хлеб пшеничный	13,0	13,0										
				яйца	28,0	28,0										
				масло сливочное	4,0	4,0										
336	Рыба запеченная в омлете	100		филе минтая	108,0	88,0	15,9	7,8	3,2	147,0						
				мука пшеничная	7,6	7,6										
				яйцо	31,2	26,0										
				молоко	10,0	10,0										
				масло растительное	7,0	7,0										
262	Каша манная молочная жидкая	150	200	крупа манная	23	23	4,6	6,0	23,1	161,0	30,0	30,0	6,2	8,0	30,8	214,0
				молоко	80	80					106,0	106,0				
				сахар	3	3					4,5	4,5				
				масло сливочное	3	3					5	5				
321	Сырник из творога	50	85	творог	40	39,7	8,00	6,10	10,30	128,60	68,0	67,5	12,0	9,3	15,5	193,0
				крупа манная	3,7	3,7					5,5	5,5				
				яйца 48,0	2	1,5					2,8	2,5				
				сахар	3,5	3,5					5,0	5,0				
				сметана	1,7	1,7					2,5	2,5				
				ванилин	0	0					0,01	0,01				
				масло сливочное	2	2					3	3				
				мука пшеничная	4	4					5	5				
				повидло	10	10					10	10				

12-ДНЕВНОЕ МЕНЮ

5 ДЕНЬ

№ тк	наименование блюда ЗАВТРАК	возраст		наименование продуктов	возрастная категория 7-11 лет						возрастная категория 12 лет и старше					
		7-11 лет	12л. и стар.		брутто	нетто	б	ж	у	Ккал	брутто	нетто	б	ж	у	Ккал
106	Овощи свежие порцион.	50	50	овощи свежие	54	50	0,4	0,1	1,3	7,0	53,5	50	0,4	0,1	1,3	7,0
370	Плов из отварной говядины	150	200	говядина	66,0	48,5	11,3	11,1	29,5	294,9	88,0	64,8	15,1	14,8	39,6	393,2
				масло сливочное	6	6					8	8				
				лук репчатый	7,2	6					9,6	8				
				морковь	18,6	15					24,8	20				
				крупа рисовая	41	41					54	54				
501	Кофейный напиток с молоком	200	200	кофейный напиток	5	5,0	3,2	2,7	15,9	79,0	5	5	3,2	2,7	15,9	79,0
				сахар	10	10					10	10				
				молоко	100	100					100	100				
108	Хлеб пшеничный	40	50	хлеб пшеничный	40	40	3,0	0,3	19,7	94,0	50	50	3,8	0,4	24,6	117,5
112	Фрукт свежий	140	140	яблоко свежее	140	140	0,5	0,5	13,7	66,2	140	140	0,5	0,5	13,7	66,2
	ИТОГО ЗАВТРАК						18,4	14,7	80,1	541,1			23,0	18,5	95,1	662,9
	ОБЕД															
53	Салат из свеклы с солеными огурцами	60	100	свекла	55,8	44,4	0,7	6,2	3,9	74,4	93	74	1,2	10,4	6,5	124,0
				огурцы консервир.	15	21					25	20				
				масло растительное	6	6					10	10				
146, 172, 404	Суп картофельный с клецками с курицей	200/20/ 15	250/30 /25	картофель	80	60	1,0	2,0	7,0	50,6	100	75	1,2	2,6	8,8	63,3
				морковь	10	8					13	10				
				лук репчатый	9,6	8,0					12	10				
				сливочное масло	2	2					2,5	2,5				
				специи	1	1					1,0	1,0				
				куры I категории	24	15					40	25				
				КЛЕЦКИ		20	1,2	1,1	4,7	33,8		30	1,2	1,1	4,7	33,8
				вода	15	15					23	23				
				мука пшеничная	6,2	6,2					9,3	9,3				
				масло сливочное	0,6	0,6					0,9	0,9				
		яйцо 48,0	2,1	1,8					3,2	2,7						
340, 451	Рыба запеченная с картофелем по-русски	240	300	филе минтая	94	85	16,0	8,9	24,0	235,0	117	106	20,0	11,1	30,0	293,7
				картофель	161	117					201	146				
				масло сливочное	6,5	6,5					7	7				
				сухари	3	3					3,7	3,7				
				СОУС БЕЛЫЙ		80	0,9	3,2	4,0	48,5		100	1,1	4,0	5,0	60,6
				мука пшеничная	4	4					5	5				

12-ДНЕВНОЕ МЕНЮ

6 ДЕНЬ

№ тк	наименование блюда ЗАВТРАК	возраст		наименование продуктов	возрастная категория 7-11 лет						возрастная категория 12 лет и старше						
		7-11 лет	12л. и стар.		брутто	нетто	б	ж	у	Ккал	брутто	нетто	б	ж	у	Ккал	
300	Яйцо вареное	1шт	1шт	яйцо	48	40	2,5	2,3	0,3	63	48	40	2,5	2,3	0,3	63	
267	Каша пшеничная	150	200	крупа	23	23	5,8	7,1	26,8	212	30	30	7,8	9,4	35,8	282	
	молочная жидкая			молоко	85	85					115	115					
				сахар	3,5	3,5					4,5	4,5					
				сливочное масло	3,5	3,5					5	5					
495	Чай с молоком	200	200	чай- заварка	1	50	1,5	1,3	15,9	81	1	50	1,5	1,3	15,9	81	
				молоко	80	80					80	80					
				сахар	13	13					13	13					
111	Батон нарезной	40	60	батон нарезной	40	40	3,0	1,2	20,5	104,0	60	60	4,5	1,8	30,8	137,0	
101	Сыр твердый	13,5	20	сыр твердый	13,7	13,5	2,6	2,6	0,0	35,0	21	20	3,8	3,8	0,0	52,0	
516	к/молочная продукция	200	200	к/молоч. продукция	206,0	200,0	5,8	5,0	8,0	100,0	206,00	200,0	5,8	5,0	8,0	100,0	
	ИТОГО ЗАВТРАК						21,2	19,5	71,5	595,0			25,9	23,6	90,8	715,0	
	ОБЕД																
69	Салат овощной с зеленым горошком	60	100	картофель	37,2	27,0	1,6	4,2	5,4	66,6	62,0	45	2,8	7,1	9,1	111,0	
				морковь	19,2	15,0					32,0	25					
				зеленый горошек	15,6	10,2						26,0	17				
				яйцо 48,0	5,8	4,8						9,6	8,0				
				масло растительное	6,0	6,0						7	7				
153	Суп с рыбными консервами	200	250	консервы рыбные	32	32	7,3	5,7	12,8	133,0	40	40	9,2	7,2	16	166	
				картофель	75	56					93,2	70					
				крупа перловая	4	4					5	5					
				морковь	16	12,8					20	16					
				лук репчатый	7,6	6,4					9,5	8					
				масло сливочное	3	3					3,5	3,5					
				сметана	5	5					5	5					
381	Шницель из говядины с молочным соусом	90/50	100/50	говядина	104,0	77,0	19,7	15,75	12,9	257	116,0	86,0	17,8	17,5	14,3	286,0	
				хлеб	17,0	17,0					16,0	16,0					
				молоко	16,0	16,0					23,0	23,0					
				сливочное масло	6	6					7	7					
				СОУС МОЛОЧНЫЙ		50						50					
				молоко	50	50					50	50					
				мука	2,5	2,5					2,5	2,5					
				сливочное масло	2,5	2,5					2,5	2,5					
		сахар	0,5	0,5					0,5	0,5							

12-ДНЕВНОЕ МЕНЮ

7 ДЕНЬ

№ тк	наименование блюда	Возраст		наименование продуктов	возрастная категория 7-11 лет					возрастная категория 12 лет и старше						
		7-11 лет	12л. и стар.		брутто	нетто	б	ж	у	Ккал	брутто	нетто	б	ж	у	Ккал
250	Каша манная молочная	150	200	крупа манная	33,0	33,0	5,8	8,9	26,6	209,6	44,0	44,0	7,7	11,8	35,5	279,4
				молоко	82,5	82,5					110,0	110,0				
				сахар	3,0	3,0					5,0	5,0				
				масло сливочное	7,5	7,5					10,0	10,0				
313	Запеканка из творога с повидлом	60/30	80/50	творог	56,4	55,8	9,6	10,1	9,5	136	75,2	74,4	12,8	13,4	12,8	181,0
				крупа манная	3,8	3,8					5,2	5,2				
				молоко	15,0	15,0					19,0	19,0				
				яйца 48,0	1,9	1,6					2,5	2,1				
				сахар	4,0	4,0					5,0	5,0				
				сметана	2,0	2,0					2,5	2,5				
				ванилин	0,0	0,0					0,0	0,0				
				масло сливочное	2,0	2,0					2,5	2,5				
				сухари	2,0	2,0					2,5	2,5				
		повидло	30,0	30,0					50,0	50,0						
501	Кофейный напиток с молоком	200	200	кофейный напиток	5,0	5,0	3,2	2,7	15,9	79,0	5,0	5,0	3,2	2,7	15,9	79,0
				сахар	10,0	10,0					10,0	10,0				
				молоко	100,0	100,0					100,0	100,0				
111	Батон нарезной	40	60	батон нарезной	40,0	40,0	3,0	1,2	20,5	104,0	60,0	60,0	4,5	1,8	30,8	137,0
105	Сливочное масло	10	10	сливочное масло	10,00	10,00	0,01	8,2	0,0	74,0	10,0	10,0	0,01	8,2	0,0	74,0
	ИТОГО ЗАВТРАК						21,61	31,06	72,5	602,6			28,3	37,9	95,0	750,4
	ОБЕД															
50	Салат из свеклы отварной	60	100	свекла	72,6	57,0	0,9	3,3	8,4	53,4	121,0	95,0	1,5	5,5	8,4	89,0
				масло растительное	5,0	5,0					6,0	6,0				
134, 357	Рассольник ленинградский с курицей	200/15	250/25	картофель	80,0	60,0	1,6	4,2	13	97	100,0	75,0	2,1	5,3	16,3	121,0
				морковь	10,0	8,0					12,5	10,0				
				лук репчатый	4,8	3,0					6,0	5,0				
				крупа перловая	3,0	3,0					5,0	5,0				
				огурцы соленые	24,0	12,0					30,0	15,0				
				сливочное масло	3,0	3,0					5,0	5,0				
				специи	1,0	1,0					1,0	1,0				
		куры I категории	24,0	15,0					40,0	25,0						
		100/50	120/50	филе минтая	99,0	6,3	11,0	3,2	5,6	95,4	110,0	67,0	12,2	3,6	6,2	106,0
				лук репчатый	9,0	7,2				8,0	8,0					
				молоко или вода	9,0	9,0				10,0	10,0					

**12-дневное меню
8 ДЕНЬ**

№ тк	наименование блюда	возраст		наименование продуктов	возрастная категория 7-11 лет						возрастная категория 12 лет и старше					
		7-11лет	12л и стар.		брутто	нетто	б	ж	у	Ккал	брутто	нетто	б	ж	у	Ккал
106	Овощи свежие порционн.	50	50	огурец свежий	53,5	50	0,6	0,1	1,9	12,0	53,5	50	0,6	0,1	1,9	12,0
406	Плов из отварной птицы	150	200	куры I категории	148	131,0	16,0	16,0	38,0	359,0	207,0	184,0	16,0	16,0	38,0	359,0
				масло растительное	8,0	8,0					11	11				
				лук репчатый	16,0	8,0					22	11				
				морковь	10	8,0					14	11				
494	Чай с лимоном	200	200	чай	1	1	0,1	0,0	15,2	61,0	1	1	0,1	0,0	15,2	61,0
				сахар	13	13					13	13				
				лимон	8	7					8	7				
108	Хлеб пшеничный	40	50	хлеб пшеничный	40	40	3,0	0,3	19,7	94,0	50	50	3,8	0,4	24,6	117,5
101	Сыр твердый	13,5	20	сыр твердый	13,7	13,5	2,6	2,6	0,0	35,0	21	20	3,8	3,8	0,0	52,0
516	к/молочная продукция	200	200	к/молоч. продукция	206,0	200,0	5,8	5,0	8,0	100,0	206	200	5,8	5,0	8,0	100,0
	ИТОГО ЗАВТРАК						22,3	19,0	74,8	561,0			24,3	20,3	79,7	601,5
ОБЕД																
106	Овощи свежие порционн.	100	100	овощи свежие	107	100	0,8	0,1	2,5	14,0	107	100	0,8	0,1	2,5	14,0
131, 357	Свекольник с курицей	200/15	250/25	свекла	64	51,2	1,7	3,5	9,6	77,0	80	64	2,2	4,4	12,0	96,0
				картофель	46	34,4					57,5	43				
				морковь	10	8					12,5	10				
				лук репчатый	10,8	9					13,5	11,3				
				томат поре	2,5	2,5					3,3	3,3				
				масло сливочное	3	3					5	5				
				специи	1	1					1	1				
401, 442	Печень говяжья по-строгановски	100/50	120/50	печень говяжья	106,2	88,2	14,6	24,6	3,5	189,0	127,0	106,0	17,9	30,0	4,2	231,0
				масло растительное	7	7					8,5	8,5				
				СМЕТАННЫЙ СОУС:		50						50				
				мука	1,3	1,3					1,3	1,3				
				сливочное масло	1,2	1,2					1,2	1,2				
237	Каша гречневая рассыпчатая	150	180	крупа гречневая	59	59	7,0	6,7	42,5	253,0	70	70	8,4	8,0	51,0	303,0
				масло сливочное	7	7					8	8				

12-дневное меню

9 день

№ тк	наименование блюда	возраст		наименование продуктов	Возрастная категория 7-11 лет						Возрастная категория 12 лет и старше						
		7-11 лет	12л. и стар.		брутто	нетто	б	ж	у	Ккал	брутто	нетто	б	ж	у	Ккал	
296	Макаронные изделия запеченные с сыром	150	200	макаронные изделия	50	162	6,7	5,4	29,3	193,0	66	216	9,2	7,2	39,0	258,0	
				сыр	5,0	4,5					6,6	6					
				масло сливочное	22,5	2,5						3	3				
				масса полуфабрикатов		167							222				
				масло сливочное	5	5						5,0	5,0				
404	Птица отварная	90	120	куры I категории	144	129	21,2	15	0	218,5	192	171	28,3	19,5	0,5	291	
				морковь	4	3					5	3,5					
				зелень	4	4					5	5					
495	Чай с молоком	200	200	чай- заварка	1	50	1,5	1,3	15,9	81	1	50	1,5	1,3	15,9	81	
				молоко	80	80					80	80					
				сахар	13	13					13	13					
108	Хлеб пшеничный	40	60	хлеб пшеничный	40	40	3,0	1,2	20,5	104,0	60	60	4,5	1,8	30,8	137,0	
105	Сливочное масло	10	10	сливочное масло	10	10	0,01	8,2	0,0	74,0	10	10	0,01	8,2	0,0	74,0	
112	Фрукт свежий	140	140	яблоко свежее	140	140	0,5	0,5	13,7	66,0	140	140	0,5	0,5	13,7	66,0	
	ИТОГО ЗАВТРАК						32,9	31,6	79,4	736,5			44,0	38,5	99,9	907,0	
ОБЕД																	
73	Салат картофельный с кукурузой и морковью	60	100	картофель	20,8	15	1,8	4,1	13,2	97,2	34,7	25	3,1	6,9	22,0	162,0	
				кукуруза консервированная	25	15					41,6	25					
				морковь	18,8	15						31,4	25				
				огурцы свежие	15	12						25	20				
				масло растительное	6,5	6,5						7	7				
144, 404	Суп картофельный с бобовыми с курицей	200/15	250/25	горох	16,2	16	1,8	3,4	12,1	86,4	20,3	20	2,3	4,3	15,1	108,0	
				картофель	66,6	50					83,3	62,5					
				морковь	10	8					12,5	10					
				специи	1	1					1	1					
				лук репчатый	12,2	10					15,3	12,5					
				масло сливочное	3	3					5	5					
				куры I категории	24	15					40	25					
369	Жаркое по-домашнему	220	220	мясо	151	111	26,0	23,2	16,6	333,6	151	111	26,0	23,2	16,6	333,6	
				картофель	168	125					168	125					
				лук репчатый	21	18					21,0	18					
				масло сливочное	8,5	8,5					8,5	8,5					

12-дневное меню

10 ДЕНЬ

№ тк	Наименование блюда	Возраст		Наименование продуктов	возрастная категория 7-11 лет					возрастная категория 12-18 лет						
		7-11 лет	12л. и стар.		брутто	нетто	б	ж	у	Ккал	брутто	нетто	б	ж	у	Ккал
390	Тефтели мясные с рисом "Ежики"	90	120	мясо свинина	78,0	56,7	12,15	19,8	14,67	283,5	104,5	76	16,2	26,4	19,6	378
				крупа рис	7,7	7,7					10,2	10				
				лук репчатый	31,5	27,0					42	36				
				мука пшеничная	6,4	6,4					8,5	8,5				
				масло сливочное	10,0	10,0					10	10				
237	Каша гречневая рассыпчатая	150	180	крупа гречневая	69,0	69,0	7,0	6,6	42,5	253,1	82,8	82,8	8,4	8,0	51,0	303,6
				масло сливочное	6,8	6,8					8,1	8,1				
501	Кофейный напиток с молоком	200	200	кофейный напиток	5	5,0	3,2	2,7	15,9	79,0	5	5	3,2	2,7	15,9	79,0
				сахар	10	10					10	10				
				молоко	100	100					100	100				
108	Хлеб пшеничный	40	50	хлеб пшеничный	40	40	3,0	0,3	19,7	94,0	50	50	3,8	0,4	24,6	117,5
112	Фрукт свежий	140	140	яблоко свежее	140	140	0,5	0,5	13,7	66,0	140	140	0,5	0,5	13,7	66,0
	ИТОГО ЗАВТРАК						19,2	16,3	107,3	538,0			25,5	21,9	122,7	683,5
ОБЕД																
75	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	60	100	картофель	41	29,4	1,1	3,7	5,3	59,4	68,1	49	1,8	6,2	8,9	99,0
				горошек консервиров.	15,7	10,2					26,2	17				
				огурцы консервиров.	18	14,4					30	24				
				лук репчатый	3,6	3					6	5				
				масло растительное	6	6					6,5	6,5				
156, 404	Суп лапша домашняя с курицей	250/15	250/25	лапша		24	2,55	5,85	13,9	111		24	2,55	5,85	13,9	111
				мука	21,5	21,5					21,5	21,5				
				яйцо	5,75	5					5,75	5				
				вода	3,5	3,5					3,5	3,5				
				лук	12	10					12	10				
				сливочное масло	5	5					5	5				
				специи	1	1					1	1				
				куры I категории	24	15	3,50	2,40	0,10	36,0	40	25	5,8	4,0	0,2	60,0
341	Рыба, запеченная с яйцом	100	120	филе минтая	92	87	14,4	9,1	9,1	175,0	110,4	104,4	17,2	10,9	10,9	210,0
				мука пшеничная	5	5					6,0	6,0				
				масло растительное	6,5	6,5					7,5	7,5				

				яйца 48,0	12	10					14,4	12,0					
				лук репчатый	10,5	8,8					12,6	10,6					
429	Картофельное пюре	150	180	картофель	170	126	6,2	11,4	63,2	262	204	151,2	7,40	13,60	76,20	314,4	
				молоко	12,0	12,0					14	14					
					масло сливочное	3,3	3,3					3,6	3,6				
518		Сок фруктовый	200	200	сок яблочный	200	200	1,0	0,0	0,2	92,0	200	200	1,0	0,0	0,2	92,0
108	Хлеб пшеничный	50	60	хлеб пшеничный	50	50	3,8	0,4	24,6	117,0	60	60	4,6	0,5	29,5	140,0	
109	Хлеб ржаной	50	70	хлеб ржаной	50	50	3,3	0,6	16,7	87,0	70	70	4,6	0,8	23,4	121,0	
	ИТОГО ОБЕД						35,9	29,8	127,8	880,0			45,0	35,7	154,3	1048,4	
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ						55,1	46,1	235,1	1418,0			70,5	57,6	277,0	1731,9	
ДОПОЛНИТЕЛЬНО																	
22	Салат из свежих помидор	100	100	помидоры свежие	108,0	91,0	1,0	10,2	3,5	110,0							
					масло растительное	10,0	10,0										
44	Салат из капусты и свеклы	100	100	капуста белокочанная	74,0	59,0	1,6	7,1	5,9	94							
				свекла	48,0	35,0											
					масло растительное	7,0	7,0										
381	Биточек мясной	100	100	мясо свинина	86,0	86,0	17,8	17,5	14,3	286,0							
				хлеб пшеничный	19,0	19,0											
					сухари	11,0	11,0										
					масло сливочное	7,0	7,0										
266	Каша из хлопьев овсянных "Геркулес" молочная жидкая	150	200	крупа "Геркулес"	23	23	4,5	6,7	47,7	171,0	28	28	6,0	9,0	53,0	228,0	
				молоко	90	90					120	120					
					сахар	3,5	3,5					4,5	4,5				
					масло сливочное	3,5	3,5					4,5	4,5				
321	Сырник из творога	50	85	творог	40,0	39,7	8,0	6,1	10,3	128,0	68,0	67,5	12,0	9,3	15,5	193,0	
				крупа манная	3,7	3,7					5,5	5,5					
					яйца 48,0	2	1,5					2,8	2,5				
					сахар	3,5	3,5					5	5				
					сметана	1,7	1,7					2,5	2,5				
					ванилин	0	0					0	0				
					масло сливочное	2	2					3	3				
					мука пшеничная	4	4					5	5				
				повидло	10	10					10	10					

12-дневное меню

11 ДЕНЬ

№ тк	Наименование блюда	Возраст		Наименование продуктов	возрастная категория 7-11 лет					возрастная категория 12-18 лет						
		7-11 лет	12л. и стар.		брутто	нетто	б	ж	у	Ккал	брутто	нетто	б	ж	у	Ккал
307	Омлет натуральный	60	80	яйцо 48,0	48	40	5,6	8,7	1,5	106,0	64	53,3	7,4	11,6	2	141,3
				молоко	25	25					33	33				
				сливочное масло	2,5	2,5					3,5	3,5				
253	Каша рисовая молочная	150	200	крупа рисовая	33	33	4,7	8,9	27,8	210,0	40	40	5,6	10,6	33,3	251,3
				молоко	100	100					130	130				
				сахар	3,5	3,5					4,5	4,5				
				масло сливочное	3,5	3,5					4,5	4,5				
493	Чай с сахаром	200	200	чай	1	1	0,1	0,0	15,0	60,0	1	1	0,10	0,00	15,00	60,00
				сахар	13	13					13	13				
111	Батон нарезной	40	60	батон нарезной	40	40	3,0	1,2	20,5	104,0	60	60	4,5	1,8	30,8	137,0
516	к/молочная продукция	200	200	к/молоч. продукция	206,0	200,0	5,8	5,0	8,0	100,0	206,00	200,0	5,8	5,0	8,0	100,0
	ИТОГО ЗАВТРАК						19,2	23,8	72,8	580,0			23,4	29,0	89,1	689,6
	ОБЕД															
19	Салат из помидоров и огурцов	60	100	помидоры свежие	34,2	28,8	0,5	3,1	2,1	38,4	57	48	0,9	5,1	3,6	64,0
				огурцы свежие	26,4	21,0					44	35				
				лук репчатый	8,5	7,2					14	12				
				масло растительное	5,5	5,5					6	6				
144, 404	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	200/15	250/25	макаронные изделия	10,0	10,0	1,8	3,4	12,1	86,1	13	13	2,3	4,3	15,1	108,0
				картофель	80,0	50,0					100	75				
				морковь	10	8					12,5	10				
				специи	1	1					1	1				
				лук репчатый	12	10					15,3	12,5				
				масло сливочное	2	2					2,5	2,5				
				куры I категории	24	15					40	25				
381	Котлета мясная	100	100	говядина	116	86	17,8	17,5	14,3	286,0	116	86	17,8	17,5	14,3	286,0
				хлеб	16	16					16	16				
				молоко	23	23					23	23				
				сливочное масло	7	7					7	7				
		150	180	картофель	117,0	96	2,7	8,0	12,6	133,0	140,0	115,0	3,3	9,6	15,1	160,0
				морковь	15	11					18	13,0				

12-дневное меню

12 ДЕНЬ

№ тк	Наименование блюда	Возраст		Наименование продуктов	возрастная категория 7-11 лет					возрастная категория 12-18 лет						
		7-11 лет	12л. и стар.		брутто	нетто	б	ж	у	Ккал	брутто	нетто	б	ж	у	Ккал
300	Яйцо вареное	1шт	1шт	яйцо	48	40	2,5	2,3	0,3	63	48	40	2,5	2,3	0,3	63
266	Каша из хлопьев овсянных "Геркулес" молочная жидкая	150	200	крупа "Геркулес"	23	23	4,5	6,7	47,7	171,0	28	28	6,0	9,0	53,0	228,0
				молоко	90	90					120	120				
				сахар	3,5	3,5					4,5	4,5				
				масло сливочное	3,5	3,5					4,5	4,5				
495	Чай с молоком	200	200	чай- заварка	1	50	1,5	1,3	15,9	81	1	50	1,5	1,3	15,9	81
				молоко	80	80					80	80				
				сахар	13	13					13	13				
108	Хлеб пшеничный	40	50	хлеб пшеничный	40	40	3,0	0,3	19,7	94,0	50	50	3,8	0,4	24,6	117,5
101	Сыр твердый	13,5	20	сыр твердый	13,7	13,5	2,6	2,6	0,0	35,0	21	20	3,8	3,8	0,0	52,0
112	Фрукт свежий	140	140	яблоко свежее	140	140	0,5	0,5	13,7	66,0	140	140	0,5	0,5	13,7	66,0
	ИТОГО ЗАВТРАК						14,6	13,7	97,3	510,0			18,1	17,3	107,5	607,5
ОБЕД																
106	Овощи свежие порционн.	100	100	овощи свежие	107	100	0,8	0,1	2,5	14,0	107	100	0,8	0,1	2,5	14,0
128, 357	Борщ с капустой и картофелем с курицей	200/15	250/25	капуста белокочанная	20	16	1,4	4,0	8,5	76,0	25	20	1,8	5,0	10,7	95,0
				свекла	40	32					50	40				
				картофель	21	16					26,8	20				
				морковь	13	10					15,8	12,5				
				лук репчатый	10	8					12	10				
				томат пюре	6	6					7,5	7,5				
				масло растительное	4,5	4,5					5	5				
				специи	1	1					1	1				
343	Рыба тушеная с овощами в томате	120	160	рыба	126	115	11,40	6,10	5,70	122,0	126	115	15,20	8,20	7,60	163,0
				морковь	32	25					32	25				
				лук репчатый	17	14					17	14				
				томат пюре	9	9					9	9				
				масло растительное	7	7					7	7				
				масса тушеной рыбы		50						90				

Ведомость контроля за рационом питания 7лет-11 лет 2022 г.

№ п/п	наименование группы продуктов	возраст	норма продуктов в граммах (нетто) 60%		фактически выдано продуктов в нетто по дням на одного человека												итого за 12 дней	среднее за 1 день
			в день	за 12дней	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
1	хлеб пшеничный	7-11л	90,00	1080,00	90,0	93,0	90,0	90,0	90,0	80,5	97,2	90,0	90,0	90,0	96,0	90,0	1086,70	90,6
2	хлеб ржаной	7-11л	48,00	576,00	50,0	50,0	40,0	50,0	50,0	50,0	50,0	40,0	50,0	50,0	50,0	50,0	580,00	48,3
3	мука	7-11л	9,00	108,00	28,7	5,1	13,8	7,6	10,2	7,5	2,5	1,3	0,0	31,4	1,3	0,0	109,40	9,1
4	крупа	7-11л	27,00	324,00	0,0	19,0	48,0	26,7	41,0	27,0	39,8	94,0	16,0	26,7	23,0	23,0	384,20	32,0
5	макаронны	7-11л	9,00	108,00	50,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	50,0	0,0	10,0	0,0	110,00	9,2
6	картофель	7-11л	112,00	1344,00	24,0	80,0	166,7	160,0	177,0	83,0	173,4	34,4	190,0	155,4	60,0	164,0	1467,90	122,3
7	овощи	7-11л	168,00	2016,00	117,0	269,4	191,4	158,0	131,4	44,4	112,7	236,7	86,4	286,4	157,0	220,0	2010,80	168
8	фрукты	7-11л	111,00	1332,00	24,0	140,0	140,0	140,0	140,0	141,0	140,0	37,0	140,0	140,0	100,0	140,0	1422,00	119
9	сухофрукты	7-11л	9,00	108,00	0,0	37,0	0,0	30,5	0,0	0,0	0,0	0,0	30,5	0,0		30,5	128,50	10,7
10	мясо	7-11л	42,00	504,00		83,0	36,0	79,0	48,5	60,0			111,0	0,0		86,0	503,50	42,0
11	птица	7-11л	21,00	252,00	15,0		15,0	15,0	15,0		15,0	110,0	15,0	15,0	15,0	15,0	245,00	20,4
12	рыба	7-11л	35,00	420,00			88,0		85,0	32,0	54,0			87,0		62,0	408,00	34,0
13	субпродукты (печень)	7-11л	18,00	216,00	127,8							88,2					216,00	18,0
14	молоко	7-11л	180,00	1800,00	80,0	295,0	60,0	80,0	100,0	231,0	139,0	0,0	80,0	112,0	148,0	80,0	1405,00	153,0
15	творог	7-11л	30,00	360,00	156,0			39,7			55,8			39,7			291,20	27,3
16	сыр	7-11л	6,00	72,00	13,5		13,5	0,0	0,0	13,5	0,0	13,5	4,5	0,0		13,5	72,00	6,0
17	сметана	7-11л	6,00	72,00	13,0	0,0	13,0	0,0	0,0	5,0	2,0	13,0	0,0	1,7		13,0	60,70	5,1
18	масло сливочное	7-11л	18,00	216,00	17,7	24,8	12,4	19,0	19,1	15,0	31,0	11,2	24,0	8,8	23,0	12,0	218,00	18,2
19	масло растительн.	7-11л	9,00	108,00	10,0	6,0	16,0	10,5	6,0	6,0	10,5	7,0	6,5	12,5	5,5	11,5	108,00	9,0
20	яйцо	7-11л	24,00	288,00	40,0	41,6	26,0	1,5	0,0	4,8	13,3	0,0	0,0	16,5	40,0	40,0	223,70	22,0
21	сахар	7-11л	18,00	216,00	32,0	121,8	13,0	10,0	10,0	30,0	17,5	26,0	26,0	107,0	29,5	26,0	448,80	37,4
22	чай	7-11л	0,60	7,20	1,0	0,0	1,0	1,0	0,0	1,0	0,0	1,0	1,0	0,0	1,0	1,0	8,00	0,7
23	какао	7-11л	0,60	7,20		3,0								3,0			6,00	0,5
24	коф. напиток	7-11л	1,20	14,40			0,0		5,0		5,0						10,00	0,8
25	крахмал	7-11л	1,80	21,60	6,0							6,0			6,0		18,00	1,5
26	соль йодирован.	7-11л	1,80	21,60	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	21,60	1,8
27	специи	7-11л	1,20	14,40	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	2,0	13,00	1,1
28	сок фруктовый	7-11л	60,00	720,00			200		200		200			200			800,00	66,7

29	к/мол.продукция	7-11л	90,00	1080,00	200			200		200		200			200		1000,00	84,0
----	-----------------	-------	-------	---------	-----	--	--	-----	--	-----	--	-----	--	--	-----	--	---------	------

Ведомость контроля за рационом питания 12 лет и старше 2022 г.

№ п/п	наименование группы продуктов	возраст	норма продуктов в граммах (нетто) 60%		фактически выдано продуктов в нетто по дням на одного человека												итого за 12 дней	среднее за 1 день
			в день	за 12 дней	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
1	хлеб пшеничный	12 и ст.	120,00	1440,00	120,00	134,00	120,00	110,00	110,00	96,00	128,00	110,00	120,00	110,00	126,00	120,00	1404,00	117,0
2	хлеб ржаной	12 и ст.	72,00	864,00	75,00	70,00	70,00	70,00	75,00	70,00	75,00	70,00	75,00	70,00	70,00	70,00	860,00	71,7
3	мука	12 и ст.	12,00	144,00	35,30	5,10	16,30	9,00	14,30	2,50	2,50	1,30	0,00	32,50	1,30	0,00	120,10	10,0
4	крупа	12 и ст.	30,00	360,00	0,00	26,00	56,00	35,50	54,00	35,00	54,20	119,00	20,00	31,50	28,00	28,00	487,20	40,6
5	макаронь	12 и ст.	12,00	144,00	61,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	66,00	0,00	13,00		140,00	11,7
6	картофель	12 и ст.	112,00	1344,00	30,00	100,00	207,20	177,00	221,00	115,00	226,20	43,00	212,50	200,20	75,00	198,20	1805,30	150,4
7	овощи	12 и ст.	192,00	2304,00	170,00	334,10	236,00	217,00	164,00	66,00	160,50	260,50	118,90	316,60	215,50	238,00	2497,10	208,1
8	фрукты	12 и ст.	111,00	1332,00	24,00	140,00	140,00	140,00	140,00	30,00	140,00	37,00	140,00	140,00	110,00	140,00	1321,00	110
9	сухофрукты	12 и ст.	12,00	144,00	0,0	37,0	0,0	30,5	0,0	0,0	0,0	0,0	30,5	0,0	0,0	30,5	128,50	11,7
10	мясо	12 и ст.	47,00	564,00		91,80	40,00	88,50	64,80	86,00			111,00			86,00	568,10	47,3
11	птица	12 и ст.	32,00	384,00	25,00		25,00	25,00	25,00		25,00	144,60	25,00	25,00	25,00	25,00	369,60	30,8
12	рыба	12 и ст.	46,00	552,00			105,60		106,00	40,00	80,40			104,70		115,00	551,70	46,0
13	субпродукты (печень)	12 и ст.	24,00	288,00	170,40							106,00					276,40	23,0
14	молоко	12 и ст.	210,00	2100,00	80,00	341,00	70,00	106,00	100,00	268,00	266,00	0,00	80,00	144,00	186,00	80,00	1721,00	198,0
15	творог	12 и ст.	36,00	432,00	195,00			67,50			74,40			67,50			404,40	34
16	сыр	12 и ст.	9,00	108,00	20,00	0,00	20,00	0,00	0,00	20,00	0,00	20,00	6,00	0,00		20,00	106,00	8,8
17	сметана	12 и ст.	6,00	72,00	13,00	0,00	13,00	0,00	0,00	5,00	2,50	13,00	0,00	2,50		13,00	62,00	5,2
18	масло сливочное	12 и ст.	21,00	252,00	21,20	29,40	12,40	21,00	20,50	18,00	38,00	14,20	26,50	11,10	27,50	7,50	247,30	20,61
19	масло растительное	12 и ст.	11,00	132,00	11,50	10,00	18,50	15,00	10,00	7,00	12,50	8,50	7,00	14,00	6,00	12,00	132,00	11,00
20	яйцо	12 и ст.	24,00	288,00	35,30	54,60	31,20	2,50	0,00	8,00	15,10	0,00	0,00	19,50	4,00	40,00	210,20	20,5
21	сахар	12 и ст.	21,00	252,00	34,00	118,90	13,00	35,50	10,00	31,00	20,50	26,00	26,00	109,50	29,50	26,00	479,90	40,0
22	чай	12 и ст.	1,00	12,00	1,00	0,00	1,00	1,00	0,00	1,00	0,00	1,00	1,00	0,00	1,00	1,00	8,00	0,7
23	какао	12 и ст.	0,72	8,64		3,00								3,00			6,00	0,5
24	коф. напиток	12 и ст.	1,20	14,40					5,00		5,00						10,00	0,8
25	крахмал	12 и ст.	2,40	28,80	6,00							6,00			6,00		18,00	1,5
26	соль йодирован.	12 л и ст.	3,00	36,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	36,00	3,0
27	специи	12л. и ст.	1,20	14,40	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	14,00	1,2
28	сок фруктовый	12л. и ст.	60,00	720,00			200		200		200			200			800,00	66,7
29	к/мол.продукция	12л. и ст.	90,00	1080,00	200			200		200		200			200		1000,00	83,3

Расчет пищевых веществ и энергии за 12 дней

день	возраст	завтрак				обед				итого в день			
		б	ж	у	Ккал	б	ж	у	Ккал	б	ж	у	Ккал
1	7-11л	42,60	32,70	73,10	757,00	38,60	22,60	118,20	798,90	81,20	55,30	191,30	1555,90
	12-18л	47,50	40,30	90,50	916,00	45,70	27,75	143,40	965,80	93,20	68,05	233,90	1881,80
2	7-11л	11,00	13,70	77,90	483,20	42,60	43,80	88,70	758,00	53,60	57,50	166,60	1241,20
	12-18л	13,90	17,30	94,40	573,20	37,10	37,10	112,60	933,80	51,00	54,40	207,00	1507,00
3	7-11л	25,50	17,33	81,70	593,70	19,96	22,84	70,8	713,6	45,46	40,17	152,50	1307,30
	12-18л	31,90	21,50	97,00	696,60	17,60	24,30	92,40	775,50	49,50	45,80	189,40	1472,10
4	7-11л	21,50	22,40	76,90	590,60	34,40	36,60	125,90	914,40	55,90	59,00	202,80	1505,00
	12-18л	28,60	28,20	100,10	741,00	39,20	43,70	144,20	1064,00	58,50	71,90	244,30	1805,00
5	7-11л	18,40	15,51	80,85	551,10	27,90	22,40	85,10	738,30	46,30	37,91	165,95	1289,40
	12-18л	23,70	19,90	101,30	682,40	34,00	27,95	100,90	873,10	57,70	47,85	202,20	1555,50
6	7-11л	21,20	19,46	71,50	595,00	34,90	33,60	99,40	843,60	56,10	53,06	170,90	1438,60
	12-18л	25,90	23,60	90,80	715,00	46,10	45,20	124,70	1091,00	62,00	68,80	215,50	1806,00
7	7-11л	20,01	28,56	70,20	565,00	26,20	19,20	99,10	756,40	46,21	47,76	169,30	1321,40
	12-18л	26,11	34,70	91,90	700,00	32,65	24,87	120,10	929,00	58,76	59,57	212,00	1629,00
8	7-11л	22,30	19,86	75,60	571,00	30,60	39,20	117,30	806,00	52,90	59,06	192,90	1377,00
	12-18л	25,00	21,70	85,90	621,00	38,70	43,91	144,10	992,00	60,70	65,61	230,00	1613,00
9	7-11л	11,71	16,56	79,40	518,00	37,20	31,70	110,20	831,20	48,91	48,26	189,60	1349,20
	12-18л	15,71	19,00	99,40	616,00	41,40	35,75	135,20	982,60	57,11	54,75	234,60	1598,60
10	7-11л	19,60	17,76	117,20	613,00	32,75	24,05	96,40	749,00	52,35	41,81	213,60	1362,00
	12-18л	26,60	23,90	138,00	768,00	41,25	28,85	116,16	891,20	67,85	52,75	254,16	1659,20
11	7-11л	20,00	20,46	68,40	552,00	29,30	33,00	98,90	810,50	49,30	53,46	167,30	1362,50
	12-18л	25,20	25,80	92,30	681,30	32,90	37,80	117,60	943,00	58,10	63,60	209,90	1624,30
12	7-11л	14,70	13,36	78,10	529,00	24,00	18,50	104,00	679,00	38,70	31,86	182,10	1208,00
	12-18л	19,00	17,10	97,70	639,00	30,90	23,40	123,50	826,00	49,90	40,50	221,20	1465,00

средний показатель	7-11л									52,2	48,8	180,4	1360
	12-18л									60,4	57,8	221,2	1634,7
норма	7-11л									46,2	47,4	201	1410
	12-18л									54,0	55,2	230,0	1632,0

Приложение № 9

к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Таблица 3

СУММАРНЫЕ ОБЪЁМЫ БЛЮД ПО ПРИЁМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ- НЕ МЕНЕЕ)

ПОКАЗАТЕЛИ	от 7 до 12 лет	12 лет и старше
ЗАВТРАК	500	550
ОБЕД	700	800

Приложение № 10
к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Таблица 3 2022 г

РАСПРЕДЛЕНИЕ В ПРОЦЕНТОМ ОТНОШЕНИИ ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ВРЕМЕНИ ПРЕБЫВАНИЯ В ОРГАНИЗАЦИИ

Наименование	%	возраст	
		7-11 лет	12 лет и старше
ЗАВТРАК	25%	587,5	680
ОБЕД	35%	822,5	952
ИТОГО	60%	1410	1632
	100%	2350	2720
белки	60%	46,2	54
жиры	60%	47,4	55,2
углеводы	60%	201	230

СВОД ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОГО МЕНЮ УЧАЩИХСЯ МОУ СОШ № 2 с.Хурба 2022/2023 учебный год

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 2 с.п. "Село Хурба"

Г.Е. Щенникова

7 день			8 день			9 день			10 день			11 день			12 день		
наименование блюда	выход блюд		наименование блюда	выход блюд		наименование блюда	выход блюд		наименование блюда	выход блюд		наименование блюда	выход блюд		наименование блюда	выход блюд	
	7-11л	12 л. и старше		7-11л	12 л. и старше		7-11л	12 л. и старше		7-11л	12 л. и старше		7-11л	12 л. и старше		7-11л	12 л. и старше
Запеканка из творога с повидлом	60/30	80/50	Овощи свежие порционные	50	50	Макаронные изделия запеченные с сыром	150	200	Тефтели мясные с рисом "Ёжики"	50	85	Омлет натуральный	60	80	Яйцо вареное	1шт	1шт
Каша манная молочная	150	200	Плов из отварной птицы	150	200	Птица отварная	90	120	Каша гречневая рассыпчатая	150	200	Каша рисовая молочная	150	200	Каша из овсяный хлопьев "Геркулес"	150	200
Кофейный напиток с молоком	200	200	Чай с лимоном	200/7	200/7	Чай с молоком	200	200	Кофейный напиток с молоком с молоком	200	200	Чай с сахаром	200	200	Чай с молоком	200	200
Батон нарезной	40	50	Хлеб пшеничный	40	50	Хлеб пшеничный	40	50	Хлеб пшеничный	40	50	Батон нарезной	40	50	Хлеб пшеничный	40	50
Масло сливочное	10	10	Сыр твердый	13,5	20	Масло сливочное	10	10	Фрукт	140	140	К/молочная прод.	200	200	Сыр твердый	13,5	20
			К/молочная прод.	200	200	Фрукт	140	140							Фрукт	140	140
Салат из свеклы отварной	60	100	Овощи свежие порционные	100	100	Салат картофельный с кукурузой и морковью	60	100	Салат картофельный с солен. огурцом, зелен. горошком	60	100	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	100	Овощи свежие порционные	100	100
Рассольник ленинградский с курицей	200/15	250/25	Свекольник с курицей	200/15	250/25	Суп картофельный с бобовыми, курицей	200/15	250/25	Суп лапша с курицей	250/15	250/25	Суп картофельный с макар.изделиями, курицей	200/15	250/25	Борщ из свежей капусты с картофелем, курицей	200/15	250/25
Котлеты рыбные любительские с томатным соусом	100/50	120/50	Печень говяжья порционно со сметанным соусом	90/50	110/50	Жаркое домашнему	220	220	Рыба запеченная с яйцом	100	120	Котлета мясная	100	100	Рыба тушеная с овощами	100	120
Картофельное пюре	150	180	Каша гречневая рассыпчатая	150	180	Компот из смеси сухофруктов	200	200	Картофельное пюре	75/75	90/90	Рагу из овощей	150	180	Картофель отварной	75/75	90/90
Сок фруктовый	200	200	Компот из свежих ягод	200	200	Хлеб пшеничный	50	60	Сок фруктовый	200	200	Компот из свежих ягод	200	200	Компот из смеси сухофруктов	200	200
Хлеб пшеничный	50	60	Хлеб пшеничный	50	60	Хлеб ржаной	50	70	Хлеб пшеничный	50	60	Хлеб пшеничный	40	50	Хлеб пшеничный	50	60
Хлеб ржаной	50	70	Хлеб ржаной	40	70				Хлеб ржаной	50	70	Хлеб ржаной	50	70	Хлеб ржаной	50	70
Фрукт	140	140										Фрукт	80	80			

