

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МБОУ СОШ № 29

*Кашерова Т.А.*

подпись МБУ расшифровка

02.10.2023 2023 год



"УТВЕРЖДАЮ"

Директор МУП "Комбинат питания г. Дзержинска"

Кузнецов О.В.

2023 год



### ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

Для учащихся школ г. Дзержинска

№ 3, 9, 16, 18, 29, 33, 34, 40, 70, 71

с ограниченными возможностями здоровья, обучающихся по адаптированной программе на 2023-2024 учебный год (возраст 12-18 лет)

Меню разработано на основе Сборника рецептов для общеобразовательных школ 2017г. Сборник технологических нормативов по производству мучных кондитерских и булочных изделий 1999г. Сборник химический состав блюд и кулинарных изделий 1994г. Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Самарской области 2013 г.

ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ с 12 до 18 лет ОВЗ

№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества						Минеральные вещества						Витамины				
			белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Mg	P	Fe	B1	C	A	E					
															4	5	6	7	8
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15					
<b>ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ</b>																			
<b>ЗАВТРАК ПОНЕДЕЛЬНИК</b>																			
№389/17	Сок фасованный	200	1,00	0,00	20,20	85,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20					
№97/13	Сыр твердый	15	4,26	5,46	0,00	66,60	252,00	18,00	208,00	0,36	0,01	0,24	0,07	0,24					
№307/13	Омлет натуральный	53	5,30	8,75	1,00	104,00	42,00	7,00	91,00	1,00	0,03	0,00	0,10	1,80					
№272/13	Каша молочная пшенная	200	8,60	12,30	40,50	307,80	124,00	51,00	191,00	2,50	0,18	1,26	0,06	0,14					
№762/97	Кофейный напиток на молоке	200	3,16	2,67	15,95	101,00	125,80	13,90	90,00	0,13	0,04	1,30	20,00	0,00					
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52					
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42					
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>748</b>	<b>28,42</b>	<b>30,28</b>	<b>119,05</b>	<b>888,40</b>	<b>601,40</b>	<b>132,25</b>	<b>699,90</b>	<b>9,15</b>	<b>0,55</b>	<b>6,80</b>	<b>20,23</b>	<b>3,32</b>					
<b>ОБЕД</b>																			
	Суп картофельный с крутой, с рыбой	25/250	8,10	12,16	19,20	182,00	33,50	37,00	160,00	1,50	0,18	12,00	0,21	0,50					
№154/13	консервами																		
№402/13	Тфтели в соусе	75/50	16,10	13,00	8,30	195,00	10,00	12,50	96,30	1,25	0,05	1,25	0,00	3,75					
№461/13	Рис отварной	180	5,80	5,40	37,00	220,00	12,00	31,20	84,00	1,00	0,05	1,20	0,50	3,20					
ТТК	Капуста квашеная д/г	50	0,90	0,05	1,50	11,50	97,45	19,42	59,80	0,71	0,06	4,88	0,00	47,86					
№543/13	Компот из апельсинов	200	0,50	0,10	28,10	115,00	18,00	7,00	12,00	0,20	0,02	12,00	0,00	0,10					
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42					
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52					
	<b>Итого за обед</b>	<b>920</b>	<b>38,20</b>	<b>31,89</b>	<b>139,80</b>	<b>975,50</b>	<b>214,55</b>	<b>141,47</b>	<b>518,00</b>	<b>7,02</b>	<b>0,63</b>	<b>31,33</b>	<b>0,71</b>	<b>56,35</b>					
<b>ПОЛДНИК</b>																			
	Кондитерское изделие промышленного производства	50	1,7	6,2	15,7	124,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0					
№591/13	Напиток из шиповника	250	0,7	0,3	24,4	103,0	13,0	3,0	3,0	1,0	0,0	200,0	0,2	0,0					
	<b>Итого за полдник</b>	<b>300</b>	<b>2,38</b>	<b>6,46</b>	<b>40,08</b>	<b>227,00</b>	<b>13,00</b>	<b>3,00</b>	<b>3,00</b>	<b>1,00</b>	<b>0,01</b>	<b>200,00</b>	<b>0,16</b>	<b>0,00</b>					
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>1968</b>	<b>69,00</b>	<b>68,63</b>	<b>298,93</b>	<b>2090,90</b>	<b>828,95</b>	<b>276,72</b>	<b>1220,90</b>	<b>17,17</b>	<b>1,19</b>	<b>238,13</b>	<b>21,10</b>	<b>59,67</b>				
№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества						Минеральные вещества						Витамины				
			белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Mg	P	Fe	B1	C	A	E					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15					
<b>ЗАВТРАК ВТОРНИК</b>																			
№97/13	Сыр твердый	30	8,52	10,92	0,00	133,20	352,00	18,00	208,00	0,36	0,01	0,24	0,07	0,24					
№271/17	Котлеты домашние с соусом	75/25	15	19,8	11,8	286	25	34	126	1,7	0,13	0,7	0,03	3,6					
№457/13	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	7,6	46,4	294	16,8	162	242	5,4	0,25	0	0,04	0,7					
№376/17	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	11,10	1,40	2,80	0,28	0,00	0,03	0,00	0,00					
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52					
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42					
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>590</b>	<b>39,89</b>	<b>39,44</b>	<b>114,60</b>	<b>997,20</b>	<b>448,50</b>	<b>249,75</b>	<b>684,70</b>	<b>10,10</b>	<b>0,66</b>	<b>0,97</b>	<b>0,14</b>	<b>5,48</b>					











№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества						Минеральные вещества						Витамины				
			белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Мг	Р	Fe	В1	С	А	Е					
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52					
	<b>Итого за обед</b>	<b>810</b>	<b>37,80</b>	<b>36,18</b>	<b>120,90</b>	<b>1019,50</b>	<b>243,05</b>	<b>136,77</b>	<b>449,70</b>	<b>8,07</b>	<b>0,46</b>	<b>16,88</b>	<b>0,40</b>	<b>53,30</b>					
<b>ПОЛДНИК</b>																			
№606/13	Ватрушка с творогом	100	12,14	6,14	38,67	258,70	66,67	14,67	117,34	0,67	0,12	0,00	0,04	0,80					
ТТК	Компот из свежемороженых ягод	200	0,50	0,20	28,90	122,00	18,00	12,00	18,00	0,70	0,01	27,00	0,00	0,10					
	<b>Итого за полдник</b>	<b>300</b>	<b>12,64</b>	<b>6,34</b>	<b>67,57</b>	<b>380,70</b>	<b>84,67</b>	<b>26,67</b>	<b>135,34</b>	<b>1,37</b>	<b>0,13</b>	<b>27,00</b>	<b>0,04</b>	<b>0,90</b>					
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1760</b>	<b>81,78</b>	<b>61,99</b>	<b>304,29</b>	<b>2194,88</b>	<b>669,42</b>	<b>252,19</b>	<b>1074,74</b>	<b>17,08</b>	<b>1,00</b>	<b>47,91</b>	<b>0,64</b>	<b>56,54</b>					
<b>Итого за день</b>																			
<b>ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА</b>																			
<b>Минеральные вещества</b>																			
<b>Витамины</b>																			
<b>ПОЛДНИК</b>																			
	Кондитерское изделие промышленного производства	50	1,7	6,2	15,7	124,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0					
	Напиток из шиповника	250	0,7	0,3	24,4	103,0	13,0	3,0	3,0	1,0	0,0	200,0	0,2	0,0					
№591/13	<b>Итого за полдник</b>	<b>300</b>	<b>2,38</b>	<b>6,46</b>	<b>40,08</b>	<b>227,00</b>	<b>13,00</b>	<b>3,00</b>	<b>3,00</b>	<b>1,00</b>	<b>0,01</b>	<b>200,00</b>	<b>0,16</b>	<b>0,00</b>					
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1742,5</b>	<b>63,92</b>	<b>58,06</b>	<b>241,32</b>	<b>1789,40</b>	<b>684,40</b>	<b>266,50</b>	<b>1012,40</b>	<b>13,38</b>	<b>1,17</b>	<b>288,02</b>	<b>44,71</b>	<b>57,94</b>					
<b>ЗАВТРАК</b>																			
№389/17	Сок фасованный	200	1,00	0,00	20,20	85,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20					
№96/04	Масло сливочное	10	0,1	8,3	0,1	75	1	0	2	0	0	0	0,07	0,1					
№97/13	Сыр твердый	20	5,68	7,28	0,00	88,80	235,20	12,00	139,20	0,24	0,01	0,16	0,06	0,16					
ТТК	Каша молочная "Дружба"	200	6,30	10,70	33,70	239,00	129,00	38,00	162,00	1,70	0,11	1,30	0,05	0,38					
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>200</b>	<b>12,08</b>	<b>26,43</b>	<b>57,60</b>	<b>397,80</b>	<b>208,20</b>	<b>68,00</b>	<b>365,20</b>	<b>4,74</b>	<b>0,13</b>	<b>5,40</b>	<b>0,11</b>	<b>0,74</b>					
<b>ОБЕД</b>																			
№108/17	Суп картофельный с клецками, с мясом	12,5/250	9,71	7,45	34,50	229,40	35,20	40,10	107,70	1,70	0,18	12,00	20,00	0,56					
№431/13	Голубцы ленивые с соусом	150/50	12,40	13,80	7,98	207,00	57,00	33,00	142,00	3,00	0,06	22,50	0,00	3,90					
ТТК	Кисломолочный продукт	200	6,20	6,50	8,54	118,00	250,00	29,00	184,00	0,00	0,04	1,00	0,00	0,00					
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42					
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52					
	<b>Итого за обед</b>	<b>752,5</b>	<b>35,11</b>	<b>28,93</b>	<b>96,72</b>	<b>806,40</b>	<b>385,80</b>	<b>136,45</b>	<b>539,60</b>	<b>7,06</b>	<b>0,55</b>	<b>35,50</b>	<b>20,00</b>	<b>5,40</b>					
<b>ЗАВТРАК</b>																			
№338/17	Фрукт свежий	130	0,43	0,17	14,12	66,30	35,00	11,00	17,00	0,10	0,06	38,00	0,00	0,20					
ТТК	Наггетсы рыбные	100	13,90	13,50	3,90	192,70	39,00	38,70	171,90	0,76	0,10	1,42	24,50	51,20					
№473/13	Картофельные пюре	180	3,10	5,40	20,30	141,00	47,00	29,00	85,00	1,10	0,14	5,00	0,04	0,20					
№582/13	Какао витаминизированное с молоком	200	2,90	2,50	24,80	132,00	121,00	14,00	90,00	1,00	0,04	8,10	0,01	0,00					
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52					
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42					
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>690</b>	<b>26,43</b>	<b>22,67</b>	<b>104,52</b>	<b>756,00</b>	<b>285,60</b>	<b>127,05</b>	<b>469,80</b>	<b>5,32</b>	<b>0,61</b>	<b>52,52</b>	<b>24,55</b>	<b>52,54</b>					
<b>Итого за день</b>																			



№582/13	Какое витаминизированное с молоком	200	2,90	2,50	24,80	132,00	121,00	14,00	90,00	1,00	0,04	8,10	0,01	0,00	
ТТК	Батон витаминный с микронутриентами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52	
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42	
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>710</b>	<b>22,08</b>	<b>29,88</b>	<b>120,20</b>	<b>843,80</b>	<b>543,80</b>	<b>106,35</b>	<b>513,10</b>	<b>8,10</b>	<b>0,45</b>	<b>13,56</b>	<b>0,19</b>	<b>1,78</b>	
<b>ОБЕД</b>															
№165/13	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	20/250	12,30	13,86	18,60	192,20	50,00	38,00	139,00	1,90	0,16	6,00	0,21	0,30	
№412/13	Фрикадельки мясные в соусе	75/50	11,32	14,45	10,09	216,00	9,55	13,60	106,00	1,36	0,06	0,00	0,00	3,55	
№457/13	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,20	7,60	46,40	294,00	16,80	162,00	242,00	5,40	0,25	0,00	0,04	0,70	
ТТК	Каша гречневая рассыпчатая	50	0,90	0,05	1,50	11,50	97,45	19,42	59,80	0,71	0,06	4,88	0,00	47,86	
№389/17	Сок	200	1,40	0,20	26,40	120,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20	
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42	
ТТК	Батон витаминный с микронутриентами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52	
	<b>Итого за обед</b>	<b>915</b>	<b>42,92</b>	<b>37,34</b>	<b>148,69</b>	<b>1085,70</b>	<b>231,40</b>	<b>275,37</b>	<b>666,70</b>	<b>14,53</b>	<b>0,82</b>	<b>14,88</b>	<b>0,25</b>	<b>53,55</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>															
	Кондитерское изделие промышленного производства	50	1,7	6,2	15,7	124,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
№591/13	Напиток из шиповника	250	0,7	0,3	24,4	103,0	13,0	3,0	3,0	1,0	0,0	200,0	0,2	0,0	
	<b>Итого за полдник</b>	<b>300</b>	<b>2,38</b>	<b>6,46</b>	<b>40,08</b>	<b>227,00</b>	<b>13,00</b>	<b>3,00</b>	<b>3,00</b>	<b>1,00</b>	<b>0,01</b>	<b>200,00</b>	<b>0,16</b>	<b>0,00</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1925</b>	<b>67,38</b>	<b>73,68</b>	<b>308,97</b>	<b>2156,50</b>	<b>788,20</b>	<b>384,72</b>	<b>1182,80</b>	<b>23,63</b>	<b>1,28</b>	<b>228,44</b>	<b>0,60</b>	<b>55,33</b>	
№ рен	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества			Минеральные вещества					Витамины				
1	2	3	белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Мг	Р	Fe	В1	С	А	Е	
		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
ЗАВТРАК	ВТОРНИК														
№420/10	Йогурт	110	2,50	2,90	9,00	71,00	223,00	10,50	110,00	0,10	0,04	0,60	20,00	0,00	
№307/13	Омлет натуральный	53	5,30	8,75	1,00	104,00	42,00	7,00	91,00	1,00	0,03	0,00	0,10	1,80	
№272/13	Каша молочная рисовая с маслом	200/5	6,95	9,05	39,65	245,50	117,00	33,00	144,00	1,26	0,06	1,26	0,06	0,88	
№762/97	Кофейный напиток на молоке	200	3,16	2,67	15,95	101,00	125,80	13,90	90,00	0,13	0,04	1,30	20,00	0,00	
ТТК	Батон витаминный с микронутриентами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52	
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42	
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>648</b>	<b>24,01</b>	<b>24,47</b>	<b>107,00</b>	<b>745,50</b>	<b>551,40</b>	<b>98,75</b>	<b>540,90</b>	<b>4,85</b>	<b>0,44</b>	<b>3,16</b>	<b>40,16</b>	<b>3,62</b>	
<b>ОБЕД</b>															
№157/13	Суп из овощей с мясом и сметаной	12,5/250/10	5,85	6,96	10,91	129,6	38,6	22,8	59	0,82	0,83	11,3	15,22	0,24	
№420/13	Залежанка картофельная с мясом с маслом сливочным	200/5	17,60	17,40	37,20	365,00	28,30	55,00	277,00	6,70	0,35	30,00	3,12	5,00	
№73/17	Икра кабачковая дл/г	75	0,90	5,25	5,55	72,75	97,45	19,42	59,80	0,71	0,06	4,88	0,00	47,86	
№538/13	Компот из свежих яблок	200	0,20	0,20	27,90	115,00	7,00	4,00	4,00	1,00	0,01	2,00	0,00	0,20	
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42	
ТТК	Батон витаминный с микронутриентами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52	
	<b>Итого за обед</b>	<b>842,5</b>	<b>31,35</b>	<b>30,99</b>	<b>127,26</b>	<b>934,35</b>	<b>214,95</b>	<b>135,57</b>	<b>505,70</b>	<b>11,59</b>	<b>1,52</b>	<b>48,18</b>	<b>18,34</b>	<b>54,24</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>															
№604/13	Пирог печеный с яблоками	100	3,30	3,10	26,30	146,00	11,00	6,00	31,00	0,70	0,06	2,00	0,03	0,70	
№342/17	Компот из груш	200	0,20	0,2	28,90	115,00	7,00	4,00	4,00	1,00	0,01	2,00	0,00	0,20	



№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества					Минеральные вещества					Витамины											
			белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Мг	Р	Fe	В1	С	А	Е										
<b>Итого за полдник</b>			300	3,50	3,10	55,20	261,00	18,00	10,00	35,00	1,70	0,07	4,00	0,03	0,90									
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			1790,5	58,86	58,56	289,46	1940,85	784,35	244,32	1081,60	18,14	2,03	55,34	58,53	58,76									
			<b>Пищевые вещества</b>																					
			<b>вещества</b>					<b>вещества</b>					<b>витамины</b>											
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15							
<b>ЗАВТРАК СРЕДА</b>																								
№338/17	Фрукт свежий	160	0,42	0,28	18,26	83,20	19,00	12,00	16,00	2,30	0,03	5,00	0,00	0,00	0,40									
№268/17	Шницель мясной с соусом	75/25	12,20	11,70	10,40	236,00	12,00	24,00	150,00	2,00	0,08	0,00	0,00	0,80	3,60									
№469/13	Макаронны отварные	180	6,30	8,70	33,70	239,00	11,00	7,00	36,00	0,80	0,06	0,00	0,03	0,80										
№580/13	Чай с молоком	200	1,7	1,3	17,4	88	65	11	53	1,4	0,02	1	0,01	0										
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52										
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42										
<b>Итого за завтрак</b>			720	26,72	23,08	121,16	870,20	150,60	88,35	360,90	8,86	0,46	6,00	0,04	5,74									
<b>ОБЕД</b>																								
№136/13	Борщ из свежей капусты, с картофелем, щипленком и сметаной	20/250/10	8,32	11,46	12,10	167,20	52,00	25,00	58,00	1,30	0,05	11,00	0,22	0,20										
№331/13	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	20,10	8,20	13,70	203,00	44,00	35,00	205,00	2,00	0,18	13,00	0,03	4,20										
№461/13	Рис отварной	180	5,80	5,40	37,00	220,00	12,00	31,20	84,00	1,00	0,05	1,20	0,50	3,20										
№70/17	Огурец консервированный д/г	50	0,65	0,15	2,65	15,50	9,10	7,20	11,00	0,15	0,02	2,47	0,00	2,32										
№389/17	Сок	200	1,00	0,00	20,20	85,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20										
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42										
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52										
<b>Итого за обед</b>			900	42,67	26,39	131,35	942,70	174,70	140,75	477,90	9,61	0,59	31,67	0,75	11,06									
<b>ПОЛДНИК</b>																								
ТТК	Роталик с вареным ступленным молоком	100	4,08	6,00	24,00	130,00	11,20	8,00	36,80	0,48	0,06	3,20	0,01	0,08										
№652/94	Отвар из шиповника	200	0,9	0,0	23,3	99,1	13,0	3,0	3,0	1,0	0,0	200,0	0,2	0,0										
<b>Итого за полдник</b>			300	4,93	6,00	47,32	229,14	24,20	11,00	39,80	1,48	0,07	203,20	0,17	0,08									
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			1920	74,32	55,47	299,83	2042,04	349,50	240,10	878,60	19,95	1,12	240,87	0,96	16,88									
			<b>Пищевые вещества</b>												<b>Минеральные вещества</b>					<b>Витамины</b>				
			<b>вещества</b>					<b>вещества</b>					<b>витамины</b>											
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15							
<b>ЗАВТРАК ЧЕТВЕРГ</b>																								
№389/17	Сок фасованный	200	1,00	0,00	20,20	85,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20										
№96/04	Масло сливочное	10	0,10	8,30	0,10	75,00	2,40	0,04	3,00	0,02	0,01	0,00	0,73	0,00										
№97/13	Сыр твердый	20	5,68	7,28	0,00	88,80	235,20	12,00	139,20	0,24	0,01	0,16	0,06	0,16										
№178/13	Суп молочный с вермишелью	250	5,70	4,90	21,70	155,00	149,00	19,00	124,00	1,50	0,08	1,00	0,02	0,30										
№582/13	Какао витаминизированное с молоком	200	2,90	2,50	24,80	132,00	121,00	14,00	90,00	1,00	0,04	8,10	0,01	0,00										
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52										
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42										
<b>Итого за завтрак</b>			760	21,48	24,08	108,20	759,80	565,20	87,39	476,10	7,92	0,43	13,26	0,82	1,60									







№ рецеп	Наименование блюда	Выход	вещества				вещества							
			белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Мг	Р	Fe	В1	С	А	Е
1	2	3	4,00	5,00	6,00	7,00	8,00	9,00	10,00	11,00	12,00	13,00	14,00	15,00
<b>ЗАВТРАК СУББОТА</b>														
№96/04	Масло сливочное	10	0,10	8,30	0,10	75,00	2,40	0,04	3,00	0,02	0,01	0,00	0,73	0,00
ТТК	Гуляш из филе куриного	50/50	16,00	11,80	3,30	184,00	18,00	19,00	155,00	1,40	0,05	2,00	0,03	0,90
№457/13	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	7,6	46,4	294	16,8	162	242	5,4	0,25	0	0,04	0,7
№762/97	Кофейный напиток на молоке	200	3,16	2,67	15,95	101,00	125,80	13,90	90,00	0,13	0,04	1,30	20,00	0,00
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>570</b>	<b>35,56</b>	<b>31,47</b>	<b>107,15</b>	<b>878,00</b>	<b>206,60</b>	<b>229,29</b>	<b>595,90</b>	<b>9,31</b>	<b>0,62</b>	<b>3,30</b>	<b>20,80</b>	<b>2,54</b>
<b>ОБЕД</b>														
№156/13	Суп крестьянский с крупой, с щипленком и со сметаной	15/250/10	5,90	8,30	12,74	158,20	34,00	27,00	79,00	1,00	0,09	8,00	0,21	0,20
ТТК	Бургер куриный	150	16,50	12,70	30,00	279,50	14,70	20,40	113,00	1,90	0,09	0,00	0,04	0,70
ТТК	Картофель запеченный	180	3,80	5,40	21,60	151,00	25,00	36,00	95,00	1,40	0,18	25,20	0,05	0,24
№70/17	Огурец консервированный д/г	50	0,65	0,15	2,65	15,50	9,10	7,20	11,00	0,15	0,02	2,47	0,00	2,32
ТТК	Кисломолочный продукт	200	6,20	6,50	8,54	118,00	250,00	29,00	184,00	0,00	0,04	1,00	0,00	0,00
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52
	<b>Итого за обед</b>	<b>945</b>	<b>39,85</b>	<b>34,23</b>	<b>121,23</b>	<b>974,20</b>	<b>376,40</b>	<b>153,95</b>	<b>587,90</b>	<b>6,81</b>	<b>0,60</b>	<b>36,67</b>	<b>0,30</b>	<b>4,40</b>
<b>ПОЛДНИК</b>														
ТТК	Роталин с вареным слушенным молоком	100	4,08	6,00	24,00	130,00	11,20	8,00	36,80	0,48	0,06	3,20	0,01	0,08
№652/94	Отвар из шиповника	200	0,9	0,0	23,3	99,1	13,0	3,0	3,0	1,0	0,0	200,0	0,2	0,0
	<b>Итого за полдник</b>	<b>300</b>	<b>4,93</b>	<b>6,00</b>	<b>47,32</b>	<b>229,14</b>	<b>24,20</b>	<b>11,00</b>	<b>39,80</b>	<b>1,48</b>	<b>0,07</b>	<b>203,20</b>	<b>0,17</b>	<b>0,08</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1815</b>	<b>80,34</b>	<b>71,70</b>	<b>275,70</b>	<b>2081,34</b>	<b>607,20</b>	<b>394,24</b>	<b>1223,60</b>	<b>17,60</b>	<b>1,29</b>	<b>243,17</b>	<b>21,27</b>	<b>7,02</b>
	<b>Итого за 12 дней:</b>	<b>22183,50</b>	<b>870,18</b>	<b>781,23</b>	<b>3589,17</b>	<b>25076,91</b>	<b>7692,72</b>	<b>3488,71</b>	<b>12859,04</b>	<b>210,89</b>	<b>15,65</b>	<b>1885,35</b>	<b>326,61</b>	<b>558,28</b>
	<b>В СРЕДНЕМ ЗА 1 ДЕНЬ:</b>	<b>1848,63</b>	<b>72,52</b>	<b>65,10</b>	<b>299,10</b>	<b>2089,74</b>	<b>641,06</b>	<b>290,73</b>	<b>1071,59</b>	<b>17,57</b>	<b>1,30</b>	<b>157,11</b>	<b>27,22</b>	<b>46,52</b>



ФОРМА 3. ВЕДОМОСТЬ КОНТРОЛЯ ЗА РАЦИОНОМ ПИТАНИЯ  
2023-2024г

Наименование группы продуктов	Рекомендуемое количество продуктов(нето) в день на одного ребенка в зависимости от возраста 60%	Фактически выдано продуктов в нетто (всего) на одного человека												В среднем за 12 дней	В среднем за 1 день	Отклонение от нормы в % (+/-)
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			
Молоко	46,8	48	65	40	0	90	80	89	20	88	74	0	0	594,0	49,5	105,8
Пшеница	31,8	0	0	132	234	0	0	0	0	0	0	0	0	570,0	47,5	149,4
Субпродукты	24	0	80	0	0	0	0	0	80	0	0	0	0	160,0	13,3	55,6
Рыба	46,2	26	0	104	0	0	126	0	0	64	0	0	0	320,0	26,7	57,7
Яйцо	24	40	10	10	0	11,5	16	0	40	6	6	14	9	162,5	13,5	56,4
Молоко	210	185	0	10	75	63	128	216	167	178	235	37,5	174,5	1469,0	122,4	58,3
Кисломолочные продукты	108	0	0	0	0	200	0	0	110	0	0	0	200	510,0	42,5	39,4
Творог	36	0	0	0	164	0	0	0	0	0	0	105	0	269,0	22,4	62,3
Сметана	6	0	10	0	16	10	10	0	10	10	10	6	5	77,0	6,4	106,9
Сыр	9	15	30	0	0	0	20	0	0	0	20	0	10	95,0	7,9	88,0
Масло сливочное	21	18	19	22	18	12	21	29	18	16	23	18	21	235,0	19,6	93,3
Масло растительное	10,8	10	19,6	18	14,3	16	14	12	7	10	14	7	12	153,9	12,8	118,8
Макаронные изделия	12	0	60	0	68	0	0	0	0	61	20	0	0	209,0	17,4	145,1
Крупы, бобовые	30	116	73	56	0	51	8	106	44	56	12	0	73	595,0	49,6	165,3
Сахар	21	21	24	21	16	23	19	21	20	21	21	21	21	249,0	20,8	98,8
Кондитерские и выпечные изделия	9	50	0	0	0	50	50	50	0	0	0	0	0	150,0	12,5	138,9
Картофель	112,2	75	30	162	171	50	164	50	213	20	140	228	225	1528,0	127,3	113,5
Овощи	192	105	143	153	170	152	152	118	143	194	245	86	126	1787,0	148,9	77,6
Сухофрукты	12	25	20	85	0	20	25	44,4	0	20	25	0	20	284,4	23,7	197,5
Чай	1,2	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	4,0	0,3	27,8
Кофейный напиток, какао	1,8	2	0	0	2	0	6	6	2	0	6	0	2	26,0	2,2	120,4
Фрукты	111	74	78	56	58	46,2	130	0	152	160	80,6	143,2	0	978,0	81,5	73,4
Сок	120	200	0	0	200	0	200	0	0	200	200	200	0	1400,0	116,7	97,2
Соль	1,8	1,8	2	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	21,8	1,8	100,9
Мука	12	5	34	34	37,2	34	17	0	34	34	34	34	34	331,2	27,6	230,0
Хлеб ржаной	72	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	960,0	80,0	111,1
Хлеб пшеничный	120	110	123	112	118	104,5	106	113	108	113	100	129	138	1374,5	114,5	95,5