

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МБОУ СОШ № 29 \_\_\_\_\_

*Степанова Л.А.*  
Подпись \_\_\_\_\_

расшифровка \_\_\_\_\_

2024 год

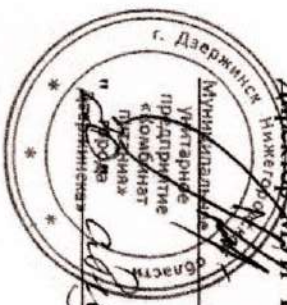


"УТВЕРЖДАЮ"

Директор МУП "Комбинат питания г. Дзержинска" \_\_\_\_\_

Кузнецов О.В.

2024 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 2024-2025 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 ОБЗ

№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества						Минеральные вещества					Витамины						
			белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Mг	P	Fe	B1	C	A	E	Витаминные вещества					
															4	5	6	7	8	9
1	ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15						
<b>ЗАВТРАК ПОНЕДЕЛЬНИК</b>																				
№2/13	Сыр твердый	30	7,35	8,90	0,00	109,00	264,00	11,00	150,00	0,30	0,01	0,00	0,09	0,20						
№3/07/13	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						
ТТК	Каша молочная "Дружба", с маслом сливочным	200/10	6,31	19,00	33,71	314,00	129,00	38,00	162,00	1,70	0,11	1,30	0,05	0,38						
№5/82/13	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						
ОБЕД	Итого за завтрак	573	27,96	40,25	100,91	883,00	599,60	104,35	598,90	6,36	0,46	9,40	0,25	3,32						
ТТК	Капуста квашеная	100	1,80	0,10	3,00	23,00	97,45	19,42	59,80	0,71	0,06	4,88	0,00	47,86						
№1/65/13	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	15/250	12,30	13,86	18,60	192,20	50,00	38,00	139,00	1,90	0,16	6,00	0,21	0,30						
№4/02/13	Терфегли 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						
№4/69/13	Макаронные 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						
№3/89/17	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 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						
ПОЛДНИК	Итого за обед	960	44,70	37,04	135,70	1021,20	226,05	119,27	451,00	9,82	0,62	16,13	0,24	53,85						
	Зефир	44	0,35	0,00	34,54	133,76	28,00	9,00	44,00	0,60	0,07	6,00	0,09	1,60						
№6/33/13	Булочка домашняя	100	6,70	12,60	55,40	362,00	14,00	9,00	58,00	0,70	0,12	0,00	0,09	0,90						
№5/75/13	Чай с лимоном	200/5	0,25	0,10	14,10	62,00	8,00	5,00	10,00	1,00	0,00	3,00	0,00	0,00						
	Итого за полдник	349	7,30	12,70	104,04	557,76	50,00	23,00	112,00	2,30	0,19	9,00	0,18	2,50						
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>	1882	79,96	89,99	340,65	2461,96	875,65	246,62	1161,90	18,48	1,27	34,53	0,67	59,67						
№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества						Минеральные вещества					Витамины						
			белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Mг	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>																				
№3/89/17	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						
№2/71/17	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						
№4/57/13	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	7,6	46,4	294	16,8	162	242	5,4	0,25	0	0,04	0,7						
№7/62/97	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						
ОБЕД	Итого за завтрак	760	35,46	31,17	135,75	990,00	225,20	252,25	577,90	12,39	0,71	6,00	20,07	5,44						



№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Вещества					Вещества					Витамины				
			белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Мг	Р	Fe	В1	С	А	Е			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
<b>ЗАВТРАК</b>	<b>ЧЕТВЕРГ</b>																
	Кондитерское изделие промышленного производства	28	1,7	6,2	15,7	124,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0			
№294/17	Биточки рубленые из птицы	100	14,98	23,57	15,50	299,50	18,80	22,60	137,20	1,80	0,13	0,70	56,00	0,83			
№469/13	Макаронны отварные	180	6,60	5,80	37,60	229,00	11,00	7,00	36,00	0,80	0,06	0,00	0,03	0,80			
№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>ОБЕД</b>	<b>Итого за завтрак</b>	<b>588</b>	<b>32,52</b>	<b>39,30</b>	<b>126,13</b>	<b>977,50</b>	<b>199,20</b>	<b>77,85</b>	<b>369,10</b>	<b>5,09</b>	<b>0,50</b>	<b>2,00</b>	<b>76,03</b>	<b>2,57</b>			
№71/17	Овоши свежие	100	0,70	0,03	1,90	0,00	9,10	7,20	11,00	0,15	0,02	2,47	0,00	2,32			
№156/13	Суп картофельный с макаронными изделиями (звездочки), с цыпленком	25/250	7,40	5,80	23,00	204,00	42,60	21,80	75,00	0,92	0,06	10,30	15,18	2,44			
№377/13	Плов с мясом	200	20,10	17,10	25,20	396,00	17,00	37,00	197,00	3,00	0,06	1,00	0,15	3,20			
№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 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>865</b>	<b>36,40</b>	<b>24,31</b>	<b>122,20</b>	<b>972,00</b>	<b>126,30</b>	<b>108,35</b>	<b>402,90</b>	<b>9,23</b>	<b>0,43</b>	<b>17,77</b>	<b>15,33</b>	<b>9,10</b>			
<b>ПОЛДНИК</b>																	
№604/13	Пирог печеный с конфитуром	100	5,50	5,00	58,00	300,30	28,00	9,00	44,00	0,60	0,07	6,00	0,09	1,60			
№342/17	Компот из свежих 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			
	<b>Итого за полдник</b>	<b>300</b>	<b>5,70</b>	<b>5,00</b>	<b>86,90</b>	<b>415,30</b>	<b>35,00</b>	<b>13,00</b>	<b>48,00</b>	<b>1,60</b>	<b>0,08</b>	<b>8,00</b>	<b>0,09</b>	<b>1,80</b>			
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1753</b>	<b>74,62</b>	<b>68,61</b>	<b>335,23</b>	<b>2364,8</b>	<b>360,5</b>	<b>199,2</b>	<b>820</b>	<b>15,92</b>	<b>1,013</b>	<b>27,77</b>	<b>91,45</b>	<b>13,47</b>			
№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества					Минеральные вещества					Витамины				
			белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Мг	Р	Fe	В1	С	А	Е			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
<b>ЗАВТРАК</b>	<b>ПЯТНИЦА</b>																
№1/13	Масло шоколадное	10	0,12	6,20	0,20	64,40	2,40	0,04	3,00	0,02	0,01	0,00	0,73	0,00			
ТТК	Пудинг из творожного сыра Рикотта, со сухим молоком	170/30	29,88	22,68	48,48	526,50	273,00	45,00	367,00	2,20	0,12	0,00	0,20	1,20			
№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>550</b>	<b>36,17</b>	<b>30,00</b>	<b>105,08</b>	<b>874,90</b>	<b>330,10</b>	<b>80,79</b>	<b>478,70</b>	<b>4,86</b>	<b>0,40</b>	<b>0,03</b>	<b>0,93</b>	<b>2,14</b>			
<b>ОБЕД</b>																	
№71/17	Овоши свежие	100	0,70	0,03	1,90	0,00	9,10	7,20	11,00	0,15	0,02	2,47	0,00	2,32			
№145/13	Ши из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной	10/250/10	6,80	8,00	8,30	154,00	44,00	22,00	53,00	0,80	0,06	22,00	0,21	0,20			
№342/13	Котлеты рыбные	100	15,8	12,6	15	226	52	20	182	1,6	0,1	0	0,06	4,6			



№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	0,00	0,20					
№1/13	Масло сливочное	10	0,1	8,3	0,1	75	1	0	2	0	0	0	0,07	0,1						
№2/13	Сыр твердый	20	4,90	5,60	0,00	70,00	352,00	18,00	208,00	0,36	0,01	0,24	0,07	0,24						
ТТК	Каша молочная кукурузная, с маслом сливочным	200/10	7,21	16,10	27,91	261,00	129,00	39,00	162,00	1,70	0,12	1,30	0,05	0,40						
№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>ОБЕД</b>	<b>Итого за завтрак</b>	<b>720</b>	<b>22,21</b>	<b>33,60</b>	<b>114,41</b>	<b>847,00</b>	<b>660,60</b>	<b>113,35</b>	<b>581,90</b>	<b>8,22</b>	<b>0,46</b>	<b>13,64</b>	<b>0,20</b>	<b>1,88</b>						
ТТК	Капуста квашеная	100	1,80	0,10	3,00	23,00	97,45	19,42	59,80	0,71	0,06	4,88	0,00	47,86						
№154/13	Суп картофельный с крупой, с рыбами консервами	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						
№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						
№342/17	Компот из свежих 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						
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>ПОЛДНИК</b>	<b>Итого за обед</b>	<b>970</b>	<b>38,42</b>	<b>35,49</b>	<b>153,29</b>	<b>1082,00</b>	<b>207,90</b>	<b>270,37</b>	<b>677,70</b>	<b>12,33</b>	<b>0,83</b>	<b>18,88</b>	<b>0,25</b>	<b>53,75</b>						
№606/13	Вагрушка с конфитуром	100	4,3	2,1	44,0	213,0	14,0	7,0	39,0	0,7	0,1	0,0	0,0	0,5						
№591/13	Напиток из шиповника	200	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>Итого за день:</b>	<b>300</b>	<b>5,00</b>	<b>2,40</b>	<b>68,40</b>	<b>316,00</b>	<b>27,00</b>	<b>10,00</b>	<b>42,00</b>	<b>1,70</b>	<b>0,09</b>	<b>200,00</b>	<b>0,18</b>	<b>0,50</b>						
		<b>1990</b>	<b>65,63</b>	<b>71,49</b>	<b>336,10</b>	<b>2245,00</b>	<b>895,50</b>	<b>393,72</b>	<b>1301,60</b>	<b>22,25</b>	<b>1,38</b>	<b>232,52</b>	<b>0,63</b>	<b>56,13</b>						
№ реч	Наименование блюда	Выход	Пищевые						Минеральные						Витамины					
			белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Мг	Р	Fe	В1	С	А	Е						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15						
<b>ЗАВТРАК</b>	<b>ВТОРНИК</b>																			
№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						
ТТК	Тертель куриные с соусом	75/25	12,80	16,80	12,90	227,00	52,00	25,00	117,00	2,00	0,07	10,00	0,09	4,50						
№460/13	Рис отварной с овощами	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						
№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>Итого за завтрак</b>	<b>670</b>	<b>30,36</b>	<b>28,87</b>	<b>116,25</b>	<b>843,00</b>	<b>456,40</b>	<b>114,95</b>	<b>506,90</b>	<b>5,59</b>	<b>0,47</b>	<b>13,10</b>	<b>40,59</b>	<b>8,64</b>						
<b>ОБЕД</b>																				
№71/17	Овоши свежие	100	0,70	0,03	1,90	0,00	9,10	7,20	11,00	0,15	0,02	2,47	0,00	2,32						
№157/13	Суп из овощей с мясом и сметаной	15/250/10	7,85	6,96	10,91	129,6	38,6	22,8	59	0,82	0,83	11,3	15,22	0,24						
№420/13	Запеканка 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						
№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 микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,00	0,52																
	<b>Итого за обед</b>	<b>870</b>	<b>33,15</b>	<b>25,77</b>	<b>123,61</b>	<b>861,60</b>	<b>126,60</b>	<b>123,35</b>	<b>456,90</b>	<b>11,03</b>	<b>1,48</b>	<b>45,77</b>	<b>18,34</b>	<b>8,70</b>																	
<b>ПОЛДНИК</b>																															
	Мармелад фруктово-ягодный	36	0,18	0,00	35,10	131,85	13,00	3,00	3,00	1,00	0,01	3,00	0,16	0,00																	
№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																	
№376/17	Чай с сахаром	200	0,30	0,10	15,20	62,00	8,00	5,00	10,00	1,00	0,00	3,00	0,00	0,00																	
	<b>Итого за полдник</b>	<b>336</b>	<b>3,78</b>	<b>3,20</b>	<b>76,60</b>	<b>339,85</b>	<b>32,00</b>	<b>14,00</b>	<b>44,00</b>	<b>2,70</b>	<b>0,07</b>	<b>8,00</b>	<b>0,19</b>	<b>0,70</b>																	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1876</b>	<b>67,29</b>	<b>57,84</b>	<b>316,46</b>	<b>2044,45</b>	<b>615,00</b>	<b>252,30</b>	<b>1007,80</b>	<b>19,32</b>	<b>2,02</b>	<b>66,87</b>	<b>59,12</b>	<b>18,04</b>																	
№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества													Минеральные вещества					Витамины										
			белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Мг	Р	Fe	В1	С	А	Е	Са	Мг	Р	Fe	В1	С	А	Е									
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15																	
<b>ЗАВТРАК СРЕДА</b>																															
№338/17	Фрукт свежий	200	0,72	0,66	24,26	114,40	35,00	11,00	17,00	0,10	0,06	38,00	0,00	0,20																	
№268/17	Шницель мясной с соусом	75/25	12,20	14,90	10,40	236,00	12,00	24,00	150,00	2,00	0,08	0,00	0,00	3,60																	
№469/13	Макаронны отварные	180	6,30	12,70	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>	<b>760</b>	<b>27,02</b>	<b>30,66</b>	<b>127,16</b>	<b>901,40</b>	<b>166,60</b>	<b>87,35</b>	<b>361,90</b>	<b>6,66</b>	<b>0,49</b>	<b>39,00</b>	<b>0,04</b>	<b>5,54</b>																	
<b>ОБЕД</b>																															
№71/17	Овощи свежие	100	0,70	0,03	1,90	0,00	9,10	7,20	11,00	0,15	0,02	2,47	0,00	2,32																	
№156/13	Суп картофельный с макаронными изделиями, с пылешком	25/250	8,40	8,90	20,00	196,00	42,60	21,80	75,00	0,92	0,06	10,30	15,18	2,44																	
№331/13	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	20,10	10,20	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																	
№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>	<b>945</b>	<b>42,80</b>	<b>25,71</b>	<b>138,50</b>	<b>956,00</b>	<b>165,30</b>	<b>137,55</b>	<b>494,90</b>	<b>9,23</b>	<b>0,60</b>	<b>30,97</b>	<b>15,71</b>	<b>13,30</b>																	
<b>ПОЛДНИК</b>																															
№406/17	Пирог печеный с картофелем	100	6,80	3,34	40,00	216,70	18,70	13,30	61,30	0,80	0,10	5,30	0,02	0,14																	
№342/17	Компот из свежих 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																	
	<b>Итого за полдник</b>	<b>300</b>	<b>7,00</b>	<b>3,34</b>	<b>68,90</b>	<b>331,70</b>	<b>25,70</b>	<b>17,30</b>	<b>65,30</b>	<b>1,80</b>	<b>0,11</b>	<b>7,30</b>	<b>0,02</b>	<b>0,34</b>																	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>2005</b>	<b>76,82</b>	<b>59,71</b>	<b>334,56</b>	<b>2189,10</b>	<b>357,60</b>	<b>242,20</b>	<b>922,10</b>	<b>17,69</b>	<b>1,20</b>	<b>77,27</b>	<b>15,77</b>	<b>19,18</b>																	
№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества													Минеральные вещества					Витамины										
			белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Мг	Р	Fe	В1	С	А	Е	Са	Мг	Р	Fe	В1	С	А	Е									
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15																	
№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																	
№1/13	Масло сливочное	10	0,1	8,3	0,1	75	1	0	2	0	0	0	0,07	0,1																	

№2/13	Сыр твердый	25	6,13	7,00	0,00	70,00	352,00	18,00	208,00	0,36	0,01	0,24	0,07	0,24						
№178/13	Суп молочный с макаронными изделиями (звёздочки)	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>ОБЕД</b>	<b>Итого за завтрак</b>	<b>765</b>	<b>21,93</b>	<b>23,80</b>	<b>108,20</b>	<b>741,00</b>	<b>680,60</b>	<b>93,35</b>	<b>543,90</b>	<b>8,02</b>	<b>0,42</b>	<b>13,34</b>	<b>0,17</b>	<b>1,78</b>						
№7/17	Овоши свежие	100	0,70	0,03	1,90	0,00	9,10	7,20	11,00	0,15	0,02	2,47	0,00	2,32						
№153/13	Расолыник Ленинградский с мясом, со сметаной	10/250/10	8,90	9,40	17,20	188,77	34,00	27,00	79,00	1,00	0,09	8,00	0,21	0,20						
ТТК	Ежки домашние	100	19,00	20,80	13,60	318,00	18,00	24,00	164,00	2,00	0,08	4,00	0,00	6,00						
№492/13	Рагу овощное	180	4,20	8,00	13,80	143,00	53,00	29,00	101,00	1,20	0,68	11,00	0,96	0,80						
№349/17	Компот из сухофруктов	200	0,70	0,09	32,00	113,00	32,40	16,80	36,80	0,70	0,01	0,72	0,00	0,51						
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>ПОЛДНИК</b>	<b>Итого за обед</b>	<b>940</b>	<b>40,30</b>	<b>39,50</b>	<b>124,20</b>	<b>1014,77</b>	<b>190,10</b>	<b>138,35</b>	<b>497,70</b>	<b>7,41</b>	<b>1,06</b>	<b>26,19</b>	<b>1,17</b>	<b>10,77</b>						
	Зефир	44	0,35	0,00	34,54	133,76	28,00	9,00	44,00	0,60	0,07	6,00	0,09	1,60						
№633/13	Булочка домашняя	100	6,70	12,60	55,40	362,00	14,00	9,00	58,00	0,70	0,12	0,00	0,09	0,90						
№575/13	Чай с лимоном	200/5	0,25	0,10	14,10	62,00	8,00	5,00	10,00	1,00	0,00	3,00	0,00	0,00						
	<b>Итого за полдник</b>	<b>349</b>	<b>7,30</b>	<b>12,70</b>	<b>104,04</b>	<b>557,76</b>	<b>50,00</b>	<b>23,00</b>	<b>112,00</b>	<b>2,30</b>	<b>0,19</b>	<b>9,00</b>	<b>0,18</b>	<b>2,50</b>						
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>2054</b>	<b>69,53</b>	<b>76,00</b>	<b>336,44</b>	<b>2313,53</b>	<b>920,70</b>	<b>254,70</b>	<b>1153,60</b>	<b>17,73</b>	<b>1,67</b>	<b>48,53</b>	<b>1,52</b>	<b>15,05</b>						
№ рен	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества						Минеральные вещества						Витамины					
			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						
№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						
ТТК	Запеканка из творога с яблоками, со сгущенным молоком	150/20	18,00	13,78	13,90	233,80	237,00	41,00	361,00	2,00	0,10	0,00	0,18	1,00						
№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>560</b>	<b>26,67</b>	<b>17,80</b>	<b>79,30</b>	<b>588,80</b>	<b>514,70</b>	<b>87,25</b>	<b>579,70</b>	<b>4,74</b>	<b>0,41</b>	<b>0,63</b>	<b>20,18</b>	<b>1,94</b>						
<b>ОБЕД</b>																				
№7/17	Овоши свежие	100	0,70	0,03	1,90	0,00	9,10	7,20	11,00	0,15	0,02	2,47	0,00	2,32						
№136/13	Борщ из свежей капусты, с картофелем, мясом и сметаной	10/250/10	8,32	11,46	12,10	167,20	52,00	25,00	58,00	1,30	0,05	11,00	0,22	0,20						
ТТК	Жаркое из мяса птицы	200	20,90	18,70	17,60	217,40	32,00	93,00	193,00	2,70	0,23	42,80	0,39	3,43						
№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 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>860</b>	<b>36,92</b>	<b>31,57</b>	<b>145,20</b>	<b>751,60</b>	<b>143,70</b>	<b>163,55</b>	<b>371,90</b>	<b>7,51</b>	<b>0,58</b>	<b>58,27</b>	<b>0,61</b>	<b>7,09</b>						





**ФОРМА 3. ВЕДОМОСТЬ КОНТРОЛЯ ЗА РАЦИОНОМ ПИТАНИЯ**  
2024-2025г

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			
Мясо	46,8	84	63	0	88	20	0	67	24	65	82	26	0	519,0	43,3	92,4
Птица	31,8	0	0	178	86	0	56	0	40	32	0	66	108	566,0	47,2	148,3
Субпродукты	24	0	98	0	0	0	0	0	88	0	0	0	0	186,0	15,5	64,6
Рыба	46,2	0	0	0	0	104	136	26	0	102	0	0	0	368,0	30,7	66,4
Яйца	24	65	12	18	14	12	16	8	16	12	15	14	18	220,0	18,3	76,4
Молоко	210	196	60	0	75	75	112	216	60	70	260	65	70	1259,0	104,9	50,0
Кисломолочные продукты	108	0	0	0	0	200	0	110	0	0	0	110	200	620,0	51,7	47,8
Творог	36	0	0	0	0	162	0	0	0	0	0	146	0	308,0	25,7	71,3
Сметана	6	0	0	25	0	26	0	0	10	10	10	10	0	91,0	7,6	126,4
Сыр	9	30	0	8	0	0	0	20	0	0	35	0	10	103,0	8,6	95,4
Масло сливочное	21	18	16	22	23	24	25	22	18	20	23	20	21	252,0	21,0	100,0
Масло растительное	10,8	10	12	10	11	10	12	12	7	12	12	10	12	130,0	10,8	100,3
Макаронные изделия	12	61	0	0	68	0	0	0	0	61	15	0	0	205,0	17,1	142,4
Крупы, бобовые	30	36	73	56	41	0	0	106	41	56	12	0	73	494,0	41,2	137,2
Сахар	21	21	24	21	16	23	19	21	20	21	21	21	21	249,0	20,8	98,8
Кондитерские и выпеч- ные изделия	9	44	0	0	28	0	0	28	36	0	0	0	0	136,0	11,3	125,9
Картофель	112,2	50	75	40	75	210	130	75	210	125	140	130	245	1505,0	125,4	111,8
Овощи	192	165	350	341	150	180	175	130	243	190	255	220	140	2539,0	211,6	110,2
Сухофрукты	12	0	20	40	24,4	20	25	52	0	0	20	10	0	211,4	17,6	146,8
Чай	1,2	1	0	2	0	1	0	0	2	1	1	1	0	9,0	0,8	62,5
Кофейный напиток, какао	1,8	5	2	0	2	0	5	5	0	0	5	0	2	26,0	2,2	120,4
Фрукты	111	5	42	198	48	42	120	46	53	220	3	56	170	1003,0	83,6	75,3
Сок	120	200	200	0	200	0	0	200	0	200	200	0	0	1200,0	100,0	83,3
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	31	28	31	28	28	28	28	28	28	31	28	28	345,0	28,8	239,6
Хлеб ржаной	72	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	840,0	70,0	97,2
Хлеб пшеничный	120	110	123	124	118	104,5	116	113	118	113	108	129	138	1414,5	117,9	98,2