

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МБОУ СОШ № _____

подпись М. А. Дмитриева

" _____" _____ 2024 год

расшифровка

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор МУП "Комбинат питания г. Дзержинска"

Кузнецов О.В.

2024 год

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

Для учащихся школ г. Дзержинска

№ 2, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 14, 16, 17, 18, 21, 22, 24, 25, 26, 29, 33, 34, 37, 38, 39, 40, 68, 70, 71

на 2024-2025 учебный год

(возраст 7-11 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 7 до 11 лет с 05.11.2024г.

№ рецеп	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества				Минеральные вещества						Витамины				
			белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	E	Витамины		
															8	9	10
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
ЗАВТРАК ПОНЕДЕЛЬНИК																	
	Молоко витаминизированное фасованное	200	2,80	3,20	4,70	58,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20			
№2/13	Сыр твердый	25	6,25	7,42	0,00	90,83	264,00	11,00	150,00	0,30	0,01	0,00	0,09	0,20			
№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			
ТТК	Каша молочная "Дружба", с маслом сливочным	200/5	6,31	15,00	33,71	277,00	129,00	38,00	162,00	1,70	0,11	1,30	0,05	0,38			
№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 микронутриентами	40	3,20	0,80	22,80	112,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52			
ТТК	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,60	42,00	14,00	14,10	47,40	0,78	0,07	0,00	0,00	0,21			
ОБЕД	Итого за завтрак	743	28,16	37,87	95,61	815,83	599,60	105,30	589,20	8,38	0,41	13,40	0,25	3,31			
№165/13	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			
№402/13	Тертелеи 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			
№469/13	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			
ТТК	Капуста квашеная д/г	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			
№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	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			
ТТК	Батон витаминный с микронутриентами	30	2,37	2,01	11,97	56,00	7,80	6,60	17,40	0,40	0,07	0,00	0,00	0,26			
ПОЛДНИК	Итого за обед	930	42,37	38,17	114,87	909,20	218,25	112,67	433,60	9,42	0,56	16,13	0,24	53,59			
№633/13	Зефир	49	0,39	0,00	38,50	149,00	28,00	9,00	44,00	0,60	0,07	6,00	0,09	1,60			
№376/17	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			
	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			
	Итого за полдник	349	7,16	12,62	108,90	571,00	53,10	19,40	104,80	1,58	0,19	6,03	0,18	2,50			
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	2022	77,69	88,66	319,38	2296,03	870,95	237,37	1127,60	19,38	1,16	35,56	0,67	59,40			

№ рецеп	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества				Минеральные вещества						Витамины				
			белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	E	Витамины		
															8	9	10
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
ЗАВТРАК ВТОРНИК																	
	Кондитерское изделие промышленного производства	28	1,0	4,5	19,9	120,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0			
№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			
№2/13	Сыр твердый	25	6,25	7,42	0,00	90,83	264,00	11,00	150,00	0,30	0,01	0,00	0,09	0,20			
№457/13	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			
№762/97	Кофейный напиток на молоке	180	10,2	7,6	46,4	294	16,8	162	242	5,4	0,25	0	0,04	0,7			
ТТК	Батон витаминный с микронутриентами	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			
	Итого за завтрак	40	3,20	0,80	22,80	117,00	15,60	12,20	47,40	0,78	0,07	0,00	0,00	0,21			

№ рецеп	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества							Минеральные вещества							Витамины				
			белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	BI	C	A	E	В1	В2	В3	В6	В9	В12	
№145/13	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной	12,5/250/10	6,80	8,00	8,30	164,00	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							
№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							
№73/17	Икра кабачковая д/г	100	0,90	4,80	7,30	76,00	2,10	1,40	4,50	0,02	0,01	0,20	0,00	0,20							
№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	0,20							
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							
ТТК	Батон витаминный с микронутриентами	30	2,37	2,01	11,97	56,00	7,80	6,60	17,40	0,40	0,07	0,00	0,00	0,26							
ПОЛДНИК	Итого за обед	912,5	34,47	33,20	124,47	939,00	178,30	119,15	448,80	6,08	0,44	24,12	0,77	9,39							
№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							
№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							
	Итого за полдник	300	12,34	6,34	66,57	373,70	73,67	18,67	121,34	1,67	0,13	2,00	0,04	1,00							
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1840,5	88,86	74,82	315,99	2306,70	788,67	222,02	1132,14	11,91	0,93	26,75	21,01	12,32							
№ рецеп	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества							Минеральные вещества							Витамины				
1	2	3	белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	BI	C	A	E							
ЗАВТРАК	ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ																				
№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							
	Кондитерское изделие промышленного производства	50	4,00	6,50	32,50	210,00	16,00	12,00	64,00	0,80	0,14	0,00	0,04	1,00							
№2/13	Сыр твердый	25	6,25	7,42	0,00	90,83	264,00	11,00	150,00	0,30	0,01	0,00	0,09	0,20							
№209/17	Яйцо вареное	50	6,00	5,50	0,30	78,00	22,00	4,80	76,80	1,00	0,03	0,00	0,00	104,00							
№272/13	Каша молочная рисовая, с маслом сливочным	200/5	6,00	11,20	39,70	283,00	117,00	33,00	144,00	1,26	0,06	1,26	0,06	0,88							
№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 микронутриентами	40	3,20	0,80	22,80	112,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52							
ТТК	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,60	42,00	14,00	14,10	47,40	0,78	0,07	0,00	0,00	0,21							
ОБЕД	Итого за завтрак	790	30,75	34,12	148,90	1032,83	583,60	110,10	621,00	8,74	0,50	13,36	100,20	107,01							
№154/13	Суп картофельный с крупой, с рыбными 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							
№469/13	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							
ТТК	Капуста квашеная д/г	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							
№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	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							
ТТК	Батон витаминный с микронутриентами	30	2,37	2,01	11,97	56,00	7,80	6,60	17,40	0,40	0,07	0,00	0,00	0,26							
	Итого за обед	940	32,19	37,72	119,76	915,00	194,30	108,77	454,30	7,33	0,58	18,88	0,24	53,59							
ЮЛДНИК																					
№606/13	Ватрушка 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	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0							

Итого за полдник		300	5,00	2,40	68,40	316,00	27,00	10,00	42,00	1,70	0,09	200,00	0,18	0,50		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2030	67,94	74,24	337,06	2263,83	804,90	228,87	1117,30	17,77	1,17	232,24	100,62	161,10		
№ рец	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества			ккал	Минеральные вещества							Витамины		
			белки	жиры	углеводы		Ca	Mg	P	Fe	В1	C	A	E		
1	2	3	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		
№338/17	Фрукт свежий	230	2,68	0,80	25,50	122,00	35,00	11,00	17,00	0,10	0,06	38,00	0,00	0,20		
ТТК	Тефтели 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		
№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		
№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	40	3,20	0,80	22,80	112,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52		
ТТК	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,60	42,00	14,00	14,10	47,40	0,78	0,07	0,00	0,00	0,21		
ОБЕД	Итого за завтрак	880	35,94	31,77	141,15	969,00	482,20	249,70	658,20	9,31	0,66	49,90	40,13	6,13		
№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	200	16,80	16,70	36,10	355,00	28,30	55,00	277,00	6,70	0,35	30,00	3,12	5,00		
№73/17	Икра кабачковая д/г	50	0,45	2,40	3,70	38,00	2,10	1,40	4,50	0,02	0,01	0,20	0,00	0,20		
№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	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		
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	30	2,37	2,01	11,97	56,00	7,80	6,60	17,40	0,40	0,07	0,00	0,00	0,26		
ПОЛДНИК	Итого за обед	785	29,77	28,57	103,48	777,60	111,80	110,95	433,00	10,50	1,41	43,50	18,34	6,32		
№604/13	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		
№376/17	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		
ТТК	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		
Итого за полдник		336	3,78	3,20	76,60	339,85	32,00	14,00	44,00	2,70	0,07	8,00	0,19	0,70		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2001	69,49	63,54	321,23	2086,45	626,00	374,65	1135,20	22,51	2,14	101,40	58,66	13,15		
№ рец	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества			ккал	Минеральные вещества							Витамины		
			белки	жиры	углеводы		Ca	Mg	P	Fe	В1	C	A	E		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
АВТРАК	СРЕДА															
3338/17	Молоко витаминизированное фасованное	200	2,80	3,20	4,70	58,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20		
3268/17	Фрукт свежий	160	0,72	0,66	24,26	114,40	35,00	11,00	17,00	0,10	0,06	38,00	0,00	0,20		
3469/13	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	0,20		
3580/13	Макаронг отварные	180	6,30	12,70	33,70	239,00	11,00	7,00	36,00	0,80	0,06	0,00	0,00	3,60		
ГК	Чай с молоком	200	1,7	1,3	17,4	88	65	11	53	1,4	0,02	1	0,01	0,80		
ГК	Батон витаминный с микроэлементами	40	3,20	0,80	22,80	112,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52		
ГК	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,60	42,00	14,00	14,10	47,40	0,78	0,07	0,00	0,00	0,21		
БЕД	Итого за завтрак	920	28,32	33,76	121,86	889,40	166,60	88,30	352,20	8,68	0,44	43,00	0,04	5,53		

№ рецеп	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества										Минеральные вещества										Витамины				
			белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	В1	С	А	Е	В1	С	А	Е	В1	С	А	Е					
№156/13	Суп картофельный с макаронными изделиями, с шпленком	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	22,13	11,50	16,10	133,70	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	100	2,8	0	1,3	16	9,2	5,6	9,6	0,24	0,01	1,4	0	0,3													
ТТК	Хлеб ржаной	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	Батон витаминный с микроэлементами	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													
ПОЛДНИК	Итого за обед	915	44,60	28,11	119,47	790,70	157,60	129,35	476,10	8,92	0,53	29,90	15,71	11,02													
№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													
	Итого за полдник	300	7,00	3,34	68,90	331,70	25,70	17,30	65,30	1,80	0,11	7,30	0,02	0,34													
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	2135	79,92	65,21	310,23	2011,80	349,90	234,95	893,60	19,40	1,08	80,20	15,77	16,89													
№ рецеп	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества										Минеральные вещества										Витамины				
1	2	3	белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	В1	С	А	Е													
ЗАВТРАК	ЧЕТВЕРГ		4,00	5,00	6,00	7,00	8,00	9,00	10,00	11,00	12,00	13,00	14,00	15,00													
№209/17	Молочный коктейль фасованный	200	2,80	2,50	9,60	77,30	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20													
№2/13	Яйцо вареное	50	6,00	5,50	0,30	78,00	22,00	4,80	76,80	1,00	0,03	0,00	100,00	104,00													
	Сыр твердый	25	6,25	7,42	0,00	90,83	264,00	11,00	150,00	0,30	0,01	0,00	0,09	0,20													
№178/13	Суп молочный с макаронными изделиями (звездочки)	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	40	3,20	0,80	22,80	112,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52													
ТТК	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,60	42,00	14,00	14,10	47,40	0,78	0,07	0,00	0,00	0,21													
ОБЕД	Итого за завтрак	785	28,25	23,82	87,80	687,13	599,60	84,10	537,00	8,18	0,38	13,10	100,12	105,43													
№153/13	Рассольник Ленинградский с мясом, со сметаной	12,5/250/1	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	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													
ТТК	Капуста квашеная д/г	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													
№ 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	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													
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	30	2,37	2,01	11,97	56,00	7,80	6,60	17,40	0,40	0,07	0,00	0,00	0,26													
ПОЛДНИК	Итого за обед	832,5	36,77	30,60	94,67	682,17	231,65	183,97	457,10	7,07	0,51	56,40	0,60	52,68													
№633/13	Зефир	49	0,39	0,00	38,50	149,00	28,00	9,00	44,00	0,60	0,07	6,00	0,09	1,60													
№376/17	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													
	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													
	Итого за полдник	349	7,16	12,62	108,90	571,00	53,10	19,40	104,80	1,58	0,19	6,03	0,18	2,50													
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1966,5	72,18	67,04	291,37	1940,30	884,35	287,47	1098,90	16,83	1,08	75,53	100,90	160,61													

№ рец	Наименование блюда	выход	вещества				вещества							
			белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Mg	P	Fe	B1	C	A	E
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
ЗАВТРАК	ПЯТНИЦА													
№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
№338/17	Фрукт свежий	200	0,65	0,60	22,05	104,00	35,00	11,00	17,00	0,10	0,06	38,00	0,00	0,20
ТТК	Запеканка из творога с яблоками, со сгущенным молоком	180/20	23,00	14,50	15,50	254,70	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	40	3,20	0,80	22,80	112,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52
ТТК	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,60	42,00	14,00	14,10	47,40	0,78	0,07	0,00	0,00	0,21
ОБЕД	Итого за завтрак	760	30,82	19,02	92,95	643,70	535,70	91,20	573,00	4,06	0,40	38,63	20,18	1,93
№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
№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
№73/17	Икра кабачковая д/г	60	0,50	2,60	4,00	42,00	2,10	1,40	4,50	0,02	0,01	0,20	0,00	0,20
№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	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
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	30	2,37	2,01	11,97	56,00	7,80	6,60	17,40	0,40	0,07	0,00	0,00	0,26
ПОЛДНИК	Итого за обед	790	33,59	33,67	94,07	860,20	113,90	95,15	352,00	7,28	0,34	14,20	0,37	4,48
№606/13	Ватрушка с творогом	100	12,14	8,14	38,67	258,70	66,67	14,67	117,34	0,67	0,12	0,00	0,04	0,80
№575/13	Чай с шиповником	200	0,30	0,05	17,40	67,00	13,00	3,00	3,00	1,00	0,01	200,00	0,16	0,00
	Итого за полдник	300	12,44	8,19	56,07	325,70	79,67	17,67	120,34	1,67	0,13	200,00	0,20	0,80
	Итого за день:	1850	76,85	60,88	243,09	1709,00	729,27	204,02	1045,34	13,01	0,87	252,83	20,75	7,21
	Итого за 10 дней:	19605,50	768,30	724,06	3056,12	21182,89	6701,39	2623,42	10459,18	172,96	12,21	1168,81	432,36	509,87
	В среднем за 1 день:	1960,55	76,83	72,41	305,61	2118,29	670,14	262,34	1045,92	17,30	1,22	116,88	43,24	50,99

ФОРМА 3. ВЕДОМОСТЬ КОНТРОЛЯ ЗА РАЦИОНОМ ПИТАНИЯ
по циклическому меню с 05.11.2024г.

Наименование группы продуктов	ед. изм.	Рекомендуемое количество продуктов(нетто) в день на одного ребенка в зависимости от возраста 60%	Фактически выдано продуктов в нетто (всего) на одного человека										В среднем за 10 дней	В среднем за 1 день	Отклонение от нормы в % (+/-)
			7-11 лет												
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
Мясо	гр	42	84	63	0	62	20	67	24	65	20	90	495,0	49,5	117,9
Птица	гр	21	0	0	178	86	0	0	40	32	52	0	388,0	38,8	184,8
Субпродукты	гр	18	0	98	0	0	0	0	88	0	0	0	186,0	18,6	103,3
Рыба	гр	34,8	0	0	0	0	104	26	0	121	0	0	251,0	25,1	72,1
Яйцо	гр	24	65	12	18	14	12	8	16	12	65	14	236,0	23,6	98,3
Молоко	гр	180	396	50	0	275	75	216	60	270	425	55	1822,0	182,2	101,2
Кисломолочные продукты	гр	90	0	0	0	0	0	110	0	0	0	110	330,0	33,0	36,7
Творог	гр	30	0	0	0	0	188	0	0	0	0	168	356,0	35,6	118,7
Сметана	гр	6	0	0	25	0	26	0	10	10	10	10	91,0	9,1	151,7
Сыр	гр	6	20	20	8	0	0	20	0	0	20	0	88,0	8,8	146,7
Масло сливочное	гр	18	14	16	22	23	14	22	18	16	23	13	181,0	18,1	100,6
Масло растительное	гр	9	10	12	10	11	10	12	7	10	12	7	101,0	10,1	112,2
Макaronные изделия	гр	9	61	0	0	68	0	61	0	61	15	0	166,0	16,6	134,4
Крупы, бобовые	гр	27	36	73	56	10	41	41	73	56	12	0	398,0	39,8	147,4
Сахар	гр	18	18	20	18	16	22	19	20	18	18	18	187,0	18,7	103,9
Кондитерские и выпечные изделия	гр	6	49	0	0	0	28	0	36	0	0	0	113,0	11,3	188,3
Картофель	гр	112,2	50	75	40	205	70	75	210	130	140	130	1125,0	112,5	100,3
Овощи	гр	168	165	300	311	140	180	130	153	190	205	220	1994,0	199,4	118,7
Сухофрукты	гр	9	0	20	40	24,4	20	52	0	0	20	10	186,4	18,6	207,1
Чай	гр	0,6	1	0	2	0	1	0	1	1	1	1	8,0	0,8	133,3
Кофейный напиток, какао	гр	1,8	5	2	0	2	0	5	2	0	5	0	21,0	2,1	116,7
Фрукты	гр	111	0	42	238	48	42	46	320	215	0	246	1197,0	119,7	107,8
Сок	гр	120	200	200	0	200	0	200	0	200	0	0	1000,0	100,0	83,3
Соль	гр	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	18,0	1,8	100,0
Мука	гр	9	31	28	31	28	28	28	28	28	31	28	189,0	18,9	210,0
Хлеб ржаной	гр	48	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	500,0	50,0	104,2
Хлеб пшеничный	гр	90	85	93	82	88	86	83	78	83	88	99	865,0	86,5	86,5