

УТВЕРЖДАЮ

Итчаушева М.Я.

Итчаушева М.Я.

« 30 » августа 2023 год



СОГЛАСОВАНО

Директор

Исмаилов

« 31 » августа 2023 год



ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ

( 10-ти дневное)

ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ПРИМОРСКО-АХТАРСКИЙ РАЙОН

Сезон: ОСЕННИЙ

Возраст : 7-11 лет

В том числе для детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и для детей-инвалидов

сезон: осенний  
 Возрастная категория: 7-11 лет  
 понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 1 День 1 завтрак	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА	220	8,40	10,60	35,10	270,50	175	2011
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,50	4,40	0,00	54,60	15	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	9,90	40,20	376	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,10	10,00	47,40	PP	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	PP	2008
	ВАФЛИ	20	0,60	0,70	15,50	70,80	PP	2008
	<b>Итого за завтрак:</b>		500	15,80	16,00	81,10	534,50	
обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ или черносливом	60	0,60	0,10	5,20	25,20	59	2011
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,50	4,00	10,00	82,70	82	2011
	РАГУ ИЗ СВИНИНЫ	200	17,20	24,10	29,80	489,90	263	2015
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1,00	0,20	19,60	83,40	389	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,70	0,20	17,60	82,90	PP	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,30	0,20	8,50	40,80	PP	2008
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (слива)*	100	0,80	0,30	9,30	47,50	338.2	2011
<b>Итого за обед:</b>		815	25,10	29,10	100,00	852,40		
<b>Итого за день:</b>		1315	40,9	45,1	181,1	1386,9		

СЛИВА \* -допускается выдача иных фруктов

сезон: осенний  
 возрастная категория: 7-11 лет  
 спортсмен

Прочие блюда	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	Сборник рецептур	
			Белки	Жиры	Углеводы				
Неделя 1 День 2 застрак	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	60	0,70	0,10	2,30	14,40	71	2011	
	ГУЛЯШ	90	12,10	15,40	2,80	203,60	260	2011	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,30	4,80	34,00	201,00	309/202	2015	
	ЛИМОНАД ЛИМОННЫЙ	200	0,10	0,00	21,70	90,00	468	2016	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,10	10,00	47,40	ПР	2008	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,30	0,20	8,50	40,80	ПР	2008	
<b>Итого за застрак:</b>									
		540	21	20,6	79,3	597,2			
обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	70	0,50	4,30	1,70	47,10	20	2011	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПой	200	2,10	2,30	15,80	92,60	101	2011	
	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	130	13,20	7,10	6,90	144,90	229	2011	
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150	3,60	4,70	37,70	207,70	305	2011	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,80	2,50	13,60	88,00	465	2021	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,10	0,20	20,10	94,70	ПР	2008	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,30	0,20	8,50	40,80	ПР	2008	
	ВАФЛИ	20	0,60	0,70	15,50	70,80	ПР	2008	
	<b>Итого за обед:</b>								
			830	27,2	22	119,8	786,6		
<b>Итого за день:</b>									
		1370	48,2	42,6	199,1	1383,8			

сезон: осенний  
 возрастная категория: 7-11 лет  
 среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 1								
День 3								
завтрак	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ"	60	0,90	3,00	2,60	47,30	29	2008
	НАГЕТСЫ КУРИНЫЕ	90	12,20	10,20	10,60	248,90	326	2016
	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,40	3,60	29,20	134,80	227	2021
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	180	0,90	0,20	17,60	75,10	389	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,10	10,00	47,40	ПР	2008
<b>Итого за завтрак:</b>								
		500	19,90	17,10	70,00	553,50		
обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ	60	1,00	2,50	4,90	46,20	53	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	4,60	4,30	15,10	117,70	102	2011
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ	110	11,10	13,80	11,40	204,60	279	2011
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,60	4,40	15,20	117,20	321	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200	0,10	0,10	28,30	115,40	352	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,10	0,20	20,10	94,70	ПР	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,30	0,20	8,50	40,80	ПР	2008
<b>Итого за обед:</b>								
		780	24,80	25,50	103,50	736,60		
<b>Итого за день:</b>								
		1280	44,7	42,6	173,5	1290,1		

Сезон: осенний  
 Возрастная категория: 7-11 лет  
 четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 1								
День 4								
завтрак	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,90	3,00	5,30	53,00	45	2011
	ВОК " МЯСО С ОВОЩАМИ"	200	16,40	17,30	24,50	344,20	276	2016
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	19,40	77,40	349	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,10	10,00	47,40	ПР	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,30	0,20	8,50	40,80	ПР	2008
<b>Итого за завтрак:</b>								
		500	20,10	20,60	67,70	562,80		
обед	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	60	0,50	0,10	1,50	8,40	71	2011
	СУП-ПАЩА ДОМАШНЯЯ	200	2,20	4,50	10,80	92,80	113	2011
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ)	100	14,50	20,10	12,60	311,60	269	2011
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	3,90	3,20	23,10	137,10	223	2021
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,20	0,00	10,10	42,20	377	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,80	0,30	25,10	118,40	ПР	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,30	0,30	14,80	71,40	ПР	2008
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ(яблоко)*	120	0,50	0,50	11,80	56,40	338	2011
<b>Итого за обед:</b>								
		915	27,90	29,00	109,80	838,30		
<b>Итого за день:</b>								
		1415	48	49,6	177,5	1401,1		

ЯБЛОКО \* -допускается выдача иных фруктов

сезон: осенний  
 возрастная категория: 7-11 лет  
 пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 1								
День 5								
завтрак	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	60	0,70	0,10	2,30	14,40	71	2011
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	15,50	20,00	26,80	349,00	291	2011
	ЧАЙ	200	0,40	0,10	14,90	62,00	458	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,10	10,00	47,40	ПР	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,98	0,15	6,38	30,60	ПР	2008
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (груша)*	100	0,40	0,30	10,00	45,60	338.1	2011
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>545</b>	<b>19,48</b>	<b>20,75</b>	<b>70,38</b>	<b>549,00</b>		
обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	60	0,70	3,70	2,30	46,00	27	2011
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,50	4,00	10,00	82,70	82	2011
	ФРИКАДЕЛКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	100	12,60	15,20	8,10	265,40	297	2011
	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,20	5,30	21,40	146,70	312	2011
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1,00	0,20	19,60	83,40	389	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,80	0,30	25,10	118,40	ПР	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,00	0,30	12,70	61,20	ПР	2008	
<b>Итого за обед:</b>		<b>790</b>	<b>24,80</b>	<b>29,00</b>	<b>99,20</b>	<b>803,80</b>		
<b>Итого за день:</b>		<b>1335</b>	<b>44</b>	<b>50</b>	<b>170</b>	<b>1353</b>		

ГРУША \* -допускается выдача иных фруктов

**ИТОГО ЗАВТРАК 20-25 % ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)**

Итого завтраки за 5 дней (первая неделя) в среднем фактически:	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
СанПин 100% суточной нормы:	517,0	19,26	19,01	73,70	559,40
норма по СанПин 20% от суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПин 25% от суточной нормы:		15,4	15,8	67	470
Выход норм в % соотношении за 5 дней		19,25	19,75	83,75	587,5
		25,01	24,06	22,00	23,80

**ИТОГО ОБЕД 30-35 % ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)**

Итого завтраки за 5 дней(первая неделя) в среднем фактически:	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
СанПин 100% суточной нормы:	826	25,96	26,92	106,46	803,54
норма по СанПин 30 % от суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПин 35 % от суточной нормы:		23,1	23,7	100,5	705
Выход норм в % соотношении за 5 дней		26,95	27,65	117,25	822,5
		33,71	34,08	31,78	34,19

**ИТОГО : ЗАВТРАК+ОБЕД = 50-60 % ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)**

Итого завтраки за 5 дней(первая неделя) в среднем фактически:	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
СанПин 100% суточной нормы:		45,22	45,93	180,16	1362,94
норма по СанПин 50% от суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПин 60% от суточной нормы:		38,5	39,5	167,5	1175
Выход норм в % соотношении за 5 дней		46,2	47,4	201	1410
		58,72	58,14	53,78	58,00

сезон: осенний  
 возрастная категория: 7-11 лет  
 понедельник

Примен. пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	Сборник рецептур	
			Белки	Жиры	Углеводы				
Неделя 2									
День 6									
завтрак	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	60	0,50	0,10	1,50	8,40	71	2011	
	БИТОЧКИ "АПТЕИТНЫЕ"	90	11,60	16,70	25,00	338,90	268-ттк	2011	
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗАКА	150	3,90	3,20	23,10	137,10	223	2021	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,20	0,00	10,10	42,20	377	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,10	10,00	47,40	ПР	2008	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,30	0,20	8,50	40,80	ПР	2008	
	<b>Итого за завтрак:</b>		<b>540</b>	<b>19,00</b>	<b>20,30</b>	<b>78,20</b>	<b>614,80</b>		
обед	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	60	0,70	0,10	2,30	14,40	71	2011	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	3,20	4,30	18,40	125,10	108	2011	
	ПТИЦА, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	100	13,90	17,20	3,00	222,30	290	2011	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,40	4,80	34,30	202,40	309/202	2015	
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1,00	0,20	19,60	83,40	389	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,20	15,10	71,00	ПР	2008	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,30	0,20	8,50	40,80	ПР	2008	
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (слива)*	100	0,80	0,30	9,30	47,50	338.2	2011	
	<b>Итого за обед:</b>		<b>860</b>	<b>28,60</b>	<b>27,30</b>	<b>110,50</b>	<b>806,90</b>		
	<b>Итого за день:</b>		<b>1400</b>	<b>47,6</b>	<b>47,6</b>	<b>188,7</b>	<b>1421,7</b>		

СЛИВА \* -допускается выдача иных фруктов



сезон: осенний  
 Возрастная категория: 7-11 лет  
 Вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 2								
День 7								
завтрак	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ"	60	0,90	3,00	2,60	47,30	29	2008
	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ТОМАТАМИ	100	10,10	8,30	1,50	123,00	248	2016
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,20	5,30	21,40	146,30	312	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	200	0,20	0,20	27,00	111,10	342.1	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,10	10,00	47,40	ПР	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,30	0,20	8,50	40,80	ПР	2008
Итого за завтрак:		550	17,2	17,1	71	515,9		
обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ или черносливом	80	0,90	0,10	6,90	33,60	59	2011
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,50	4,00	10,00	82,70	82	2011
	ПЛОВ	200	22,70	23,30	35,00	440,60	265	2011
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	19,40	77,40	349	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,20	15,10	71,00	ПР	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,30	0,20	8,50	40,80	ПР	2008
Итого за обед:		730	28,70	27,80	94,90	746,10		
Итого за день:		1280	45,9	44,9	165,9	1262		

ЯБЛОКО \* - допускается выдача иных фруктов

сезон: осенний  
 Возрастная категория: 7-11 лет  
 среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 2								
День 8								
завтрак	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	1,00	2,50	4,90	46,20	53	2011
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (ТТК)	150	13,90	14,50	2,60	216,60	210-ттк	2011
	ЛИМОНАД ЛИМОННЫЙ	200	0,10	0,00	21,70	90,00	468	2016
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,10	10,00	47,40	ПР	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,30	0,20	8,50	40,80	ПР	2008
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ ( слива)*	100	0,80	0,30	9,30	47,50	338.2	2011
	ВАФЛИ	20	0,60	0,70	15,50	70,80	ПР	2008
<b>Итого за завтрак:</b>		570	19,2	18,3	72,5	559,3		
обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	60	0,70	3,70	2,10	45,50	23	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	4,60	4,30	15,10	117,70	102	2011
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	18,80	14,30	25,80	307,00	328	2021
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	200	0,20	0,20	27,00	111,10	342.1	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,10	10,00	47,40	ПР	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,60	0,40	17,00	81,60	ПР	2008	
<b>Итого за обед:</b>		720	28,40	23,00	97,00	710,30		
<b>Итого за день:</b>		1290	47,6	41,3	169,5	1269,6		

СЛИВА \* -допускается выдача иных фруктов

сезон: осенний  
 Возрастная категория: 7-11 лет  
 четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 2								
День 9								
завтрак	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	60	0,50	0,10	1,50	8,40	71	2011
	ШАШЛЫЧКИ ИЗ МЯСА	90	9,60	15,50	12,90	308,50	321	2016
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	2,20	4,40	25,50	150,00	324	2008
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД замороженных	180	0,10	0,10	9,80	40,50	492	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,10	10,00	47,40	ПР	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,30	0,20	8,50	40,80	ПР	2008
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>520</b>	<b>15,20</b>	<b>20,40</b>	<b>68,20</b>	<b>595,60</b>		
обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,90	3,00	5,30	53,00	45	2011
	ТЕФЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ	110	11,10	13,80	11,40	204,60	279	2011
	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,40	3,60	29,20	134,80	227	2021
	РАССОЛЫНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	1,80	4,20	13,10	97,70	96	2011
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	19,40	77,40	349	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,10	0,20	20,10	94,70	ПР	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,00	0,30	12,70	61,20	ПР	2008
<b>Итого за обед:</b>		<b>790</b>	<b>23,30</b>	<b>25,10</b>	<b>111,20</b>	<b>723,40</b>		
<b>Итого за день:</b>		<b>1310</b>	<b>38,5</b>	<b>45,5</b>	<b>179,4</b>	<b>1319</b>		

сезон: осенний  
 возрастная категория: 7-11 лет  
 пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 2 День 10 завтрак	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ со сгущенным молоком	150	15,50	8,00	37,20	294,10	236	2012
	ТТК							
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,30	3,00	0,00	36,40	15	2011
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,30	0,10	74,80	14	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,10	10,00	47,40	573	2021
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,20	0,00	10,10	42,20	377	2011
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ(яблоко)*	110	0,40	0,40	10,80	51,70	338	2011
<b>Итого за завтрак:</b>		500	20,00	19,80	68,20	546,60		
обед	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	60	0,70	0,10	2,30	14,40	71	2011
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,50	4,00	10,00	82,70	82	2011
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	14,90	18,00	14,50	279,70	294-ТТК	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,20	5,30	21,40	146,30	312	2011
	ЛИМОНАД ЛИМОННЫЙ	200	0,10	0,00	21,70	90,00	468	2016
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,20	15,10	71,00	ПР	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,30	0,20	8,50	40,80	ПР	2008
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ ( груша)*	120	0,50	0,30	12,00	54,70	ПР	2011
<b>Итого за обед:</b>		880	24,50	28,10	106,50	779,60		
<b>Итого за день:</b>		1380	44,5	47,9	173,7	1326,2		

ГРУША \*,ЯБЛОКО\* -допускается выдача иных фруктов

ИТОГО ЗАВТРАК 20-25 % ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
Итого завтраки за 5 дней (неделя вторая) в среднем фактически:	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
СанПин 100% суточной нормы:	536	18,12	19,18	71,62	566,44
фактически:		77,00	79,00	335,00	2350,00
Норма по СанПин 20% от суточной нормы:		15,40	15,80	67,00	470,00
Норма по СанПин 25% от суточной нормы:		19,25	19,75	83,75	587,5
Выход норм в % соотношении за 5 дней		23,53	24,28	21,38	24,10

ИТОГО ОБЕД 30-35 % ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
Итого завтраки за 5 дней(неделя вторая) в среднем фактически:	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
СанПин 100% суточной нормы:	796	26,7	26,26	103,82	753,26
фактически:		77	79	335	2350
Норма по СанПин 30 % от суточной нормы:		23,1	23,7	100,5	705
Норма по СанПин 35 % от суточной нормы:		26,95	27,65	117,25	822,5
Выход норм в % соотношении за 5 дней		34,68	33,24	30,99	32,05

ИТОГО : ЗАВТРАК+ОБЕД = 50-60 % ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
фактически:		44,82	45,44	175,44	1319,70
СанПин 100% суточной нормы:		77	79	335	2350
Норма по СанПин 60% от суточной нормы:		38,5	39,5	167,5	1175
Норма по СанПин 75% от суточной нормы:		46,2	47,4	201	1410
Выход норм в % соотношении за 5 дней		58,21	57,52	52,37	56,16

ИТОГО : ЗАВТРАК+ОБЕД = 50-60 % ЗА ВСЮ ПЕРИОД 10 ДНЕЙ					
	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
Итого завтраки за 10 дней в среднем фактически:		45,02	45,69	177,80	1341,32
СанПин 100% суточной нормы:		77	79	335	2350
Норма по СанПин 50% от суточной нормы:		38,5	39,5	167,5	1175
Норма по СанПин 60% от суточной нормы:		46,2	47,4	201	1410
Выход норм в % соотношении за 5 дней		58,46	57,83	53,07	57,08

ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ЗАВТРАК) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ	Суммарный вес блюд	Пищевые вещества				Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы		
1 ДЕНЬ	500,00	15,80	16,00	81,10	534,50	
2 ДЕНЬ	540	21	20,6	79,3	597,2	
3 ДЕНЬ	500	19,9	17,1	70	553,5	
4 ДЕНЬ	500	20,1	20,6	67,7	562,8	
5 ДЕНЬ	545	19,48	20,75	70,38	549,00	
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 5 ДНЕЙ:	517,00	19,26	19,01	73,70	559,40	
6 ДЕНЬ	540	19	20,3	78,2	614,8	
7 ДЕНЬ	550	17,2	17,1	71	515,9	
8 ДЕНЬ	570	19,2	18,3	72,5	559,3	
9 ДЕНЬ	520	15,2	20,4	68,2	595,6	
10 ДЕНЬ	500	20	19,8	68,2	546,6	
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 5 ДНЕЙ:	536,00	18,12	19,18	71,62	566,44	
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 10 ДНЕЙ (ЗАВТРАК)	526,5	18,69	19,10	72,66	562,92	

ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ОБЕДЫ) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ	Суммарный вес блюд	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
1 ДЕНЬ	815	25	29	100	852
2 ДЕНЬ	830	27,2	22	119,8	786,6
3 ДЕНЬ	780	24,8	25,5	103,5	736,6
4 ДЕНЬ	915	27,9	29	109,8	838,3
5 ДЕНЬ	790	24,8	29	99,2	803,8
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 5 ДНЕЙ:	826,00	25,96	26,92	106,46	803,54
6 ДЕНЬ	860	28,6	27,3	110,5	806,9
7 ДЕНЬ	730	28,7	27,8	94,9	746,1
8 ДЕНЬ	720	28,4	23	97	710,3
9 ДЕНЬ	790	23,3	25,1	111,2	723,4
10 ДЕНЬ	880	24,5	28,1	105,5	779,6
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 5 ДНЕЙ:	796,00	26,70	26,26	103,82	753,26
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 10 ДНЕЙ (ОБЕД)	811	26,33	26,59	105,14	778,4

Пролито и  
Скреплено  
печатью.

М.Я. Якушева

