



М.Я. Чаушева

2024 год

СОГЛАСОВАНО

Директор СОШ № 1



2024 год

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ

(10-ти дневное)

ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ПРИМОРСКО-АХТАРСКИЙ РАЙОН

Сезон: осенний

Возраст: от 7 до 11 лет

сезон: осенний
 возрастная категория: 7-1 лет
 понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод. Ед, г			
Неделя 1 день 1								
Завтрак	Сыр (ПОРЦИЙМИ)	10	2,3	3	0	36,4	15	2011
	Масло (ПОРЦИЙМИ)	10	0,1	8,3	0,1	74,8	14	2011
	Пудинг из творога с рисом со сухими молоком	150	15,5	8	37,2	294,1	236-тгк	2012
	Чай с лимоном	200	0,2	0	10,1	42,2	377	2011
Итого за завтрак:	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	10	47,4	573	2021
	Шоколы и ягоды свежие(яблоко)	110	0,4	0,4	10,8	48,8	338	2011
	500	20	19,8	68,2	543,7			
	Обед	60	0,7	0	1,4	8,4	70	2011
Итого за обед:	Овощи натуральные соленные (помидоры)	200	2,1	2,3	15,8	92,6	101	2011
	Суп картофельный с крупой	100	14,9	18	14,5	279,7	294-тгк	2011
	Пюре картофельное	150	3,2	5,3	21,4	146,3	312	2011
	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,5	13,6	88	465	2021
Итого за день:	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71	ПП	2008
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,5	40,8	ПП	2008
	Шоколы и ягоды свежие (груша)	120	0,5	0,3	12	54,7	338,1	2011
	880	27,8	28,8	102,3	781,5			
Всего за день:			47,8	48,6	170,5	1325,2		

сезон: осенний
 возрастная категория: 7-11 лет
 вторник

Прим пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углевод. в, г				
Неделя 1 день 2									
Завтрак	САЛАТ "ВИТАМИННЫЙ"	60	0,8	3,1	3,5	45,8	2	2021	
	НАТТЕСЫ КУРИНЫЕ	100	10,8	10,2	13,6	189,4	326-гтк	2016	
	СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ	25	0,2	0,8	1,2	13	419-гтк	2021	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,6	5	29,6	184,5	256	2021	
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (аблюко)	200	1	0,2	19,6	83,4	389	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,1	0,1	7,5	35,5	ПП	2008	
	Итого за завтрак:								
			550	19,6	19,3	74,1	546,8		
	Обед	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	70	0,5	4,2	1,8	47,6	16	2021
		БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,5	4	10	82,7	82	2011
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ		120	13,2	7,1	6,9	144,9	229	2011	
РИС ПРЯГУЩЕННЫЙ		150	3,6	5,8	37,7	217,4	305	2011	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		200	0	0	19,4	77,4	349	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71	ПП	2008	
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8	ПП	2008	
ВАФЛИ		30	0,8	1	23,2	106,2	ПП	2008	
Итого за обед:									
			820	23,2	22,5	122,6	788		
Всего за день:									
			42,8	41,8	196,7	1334,8			

сезон: осенний
 Возрастная категория: 7-11 лет
 группа

Прим пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Велич, г	Жир, г	Углевод, г			
Неделя 1 день 3								
Завтрак	СЫР (ГОРЧИЦАМИ)	12	2,8	3,5	0	43,7	15	2011
	КАША ВЯЗАКА МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА	200	7,4	12	34,8	278	175	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9,9	40,2	376	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,1	0,1	7,5	35,5	ПР	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1	0,1	6,4	30,6	ПР	2008
	ВЛИНЧИКИ из п/ф	45	1,8	3,6	12,2	88,9	3-ггк	2024
	МОЛОКО С УЩЕЩНОЕ	15	1,1	1,3	8,3	49,1	471	2021
Итого за завтрак:								
	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОТВАРНОЙ	502	15,3	20,6	79,1	566		
Обед	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	60	0,8	3,7	5	56,1	52	2011
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ	200	4,6	4,3	15,1	117,7	102	2011
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (2-й вариант)	110	11,1	13,8	11,4	204,6	279	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ый ВАРИАНТ)	200	0,2	0,2	27	121,5	177-п	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180	3,4	5	16,8	111,1	342,1	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	ПР	2008
Итого за обед:		30	2	0,3	12,7	61,2	ПР	2008
Всего за день:		820	25,2	27,5	108,1	766,9		
			40,5	48,1	187,2	1332,9		

сезон: осенний
 возрастная категория: 7-11 лет
 четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Срок хранения
			Белки, г	Жиры, г	Углевод г, г			
Неделя 1 день 4								
	САЛАТ ИЗ БЕЛОКочАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,9	3	5,3	53	45	2011
	БОК " МЯСО С ОВОЦАМИ"	200	16,4	17,3	24,5	319,3	276	2016
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	19,4	77,4	349	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4	ПП	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	ПП	2008
Итого за завтрак:								
	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (поррпзмн) (супрнн)	500	20,1	20,6	67,7	537,9		
	СУП-ДАЩА ДОМАШНЯЯ	60	0,5	0,1	1	6,6	149	2021
	КОТЛЕТЫ, ВЫТОЧКИ (ОСОБЫЕ)	200	2	3,1	8,9	71,4	128-гтк	2021
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЪЯКАЯ	100	14,5	20,1	12,6	289,3	269	2011
	ЛИМОНАД ДИАМОННЫЙ	150	3,9	3,2	23,1	137,1	223	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,1	0	21,7	90	468	2016
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	ПП	2008
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ(аблюко)	35	2,3	0,3	14,8	71,4	ПП	2008
		120	0,5	0,5	11,8	53,3	338	2011
Итого за обед:								
		91,5	27,6	27,6	119	837,5		
Всего за день:								
			47,7	48,2	186,7	1375,4		

сезон: осенний
 возрастная категория: 7-11 лет
 диета

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углевод. др., г				
Неделя 1 день 5									
Завтрак	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (помидоры)	60	0,7	0	1,4	8,4	70	2011	
	ШОК ИЗ ПИЦЦЫ	150	15,5	17,6	26,8	327,2	291-стрк	2011	
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	14,8	59,6	376	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4	ПП	2008	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1	0,1	6,4	30,6	ПП	2008	
	ПШОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (груши)	100	0,4	0,3	10	45,6	338.1	2011	
	Итого за завтрак:	545	19,2	18,1	69,4	518,8			
	Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	60	0,8	3,7	3,7	50,4	31	2021
		БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,5	4	10	82,7	82	2011
		ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ПЫШНЯТ	100	12,6	15,2	8,1	219,6	297	2011
	ПРОЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,3	21,4	146,7	312	2011	
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ(яблоко)	200	1	0,2	19,6	83,4	389	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	ПП	2008	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61,2	ПП	2008	
Итого за обед:		790	24,9	29	100,6	762,4			
Всего за день:			44,1	47,1	170	1281,2			

сезон: осенний
 возрастная категория: 7-11 лет
 поделеник

Прем пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сторник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод. Эл., г			
Неделя 2 день 1								
Завтрак	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (помидоры) (отурца)	60	0,5	0,1	1	69,6	149	2021
	БЫТОЧКИ "АШЕЛИПЕНЬЕ"	90	11,6	16,7	25	296,7	268-гтк	2011
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЪЗКАЯ	150	3,9	3,2	23,1	137,1	223	2021
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,2	0	10,1	42,2	377	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4	ПП	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	ПП	2008
	Итого за завтрак:	540	19	20,3	77,7	633,8		
Обед	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (помидоры)	60	0,7	0	1,4	8,4	70	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	3,2	4,3	18,4	125,1	108	2011
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	100	13,9	17,2	3	222,3	290	2011
	МАКАРОНЫ ИЗ ПШЕНИЦЫ ОТВАРНЫЕ	150	5,6	5	29,6	184,5	236	2021
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (абрикос)	200	1	0,2	19,6	83,4	389	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4	ПП	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	ПП	2008
Итого за обед:	100	0,8	0,3	9,3	43,1	338,2	2011	
Итого за день:	850	28	27,3	99,8	755			
Всего за день:		47	47,6	177,5	1388,8			

сезон: осенний
 возрастная категория: 7-11 лет
 вторник

Пример пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод г, г			
Понедельник 2 день 2								
Завтрак	САЛАТ "ВИТАМИННЫЙ"	60	0,8	3,1	3,5	43,8	2	2021
	ШАРИКИ "СОЛНЫШКО"-рыбные	100	12,6	10,4	8,4	177,5	486-тгк	2021
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,3	21,4	146,3	312	2011
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблоко)	200	1	0,2	19,6	83,4	389	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4	ПП	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1	0,1	6,4	30,6	ПП	2008
Итого за завтрак:								
	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (порриями) (огурцы)	545	20,1	19,2	69,3	531		
Обед	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	60	0,5	0,1	1	6,6	70	2011
	ПШОУ из мяса	200	1,5	4	10	82,7	82	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СВЕЖИХ	200	22,7	23,3	40,1	460,9	265	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,2	0,2	23,8	98	476	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2	ПП	2008
Итого за обед:								
		20	1,3	0,2	8,5	40,8	ПП	2008
Всего за день:								
		705	48,2	47,2	165,2	1279,2		

сезон: осенний
 возрастная категория: 7-11 лет
 среда

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы г, г				
Неделя 2 день 3									
Завтрак	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ С ЗЕЛЕННЫМИ ГОРОШКОМ	60	1	2,5	4,9	46,2	53	2011	
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	13,5	14	2,6	190,6	210-ТК	2011	
	ЛИМОНАД ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	21,7	90	468	2016	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4	ТР	2008	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	ТР	2008	
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (слива)	100	0,8	0,3	9,3	43,1	338,2	2011	
	ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	70,8	ТР	2008	
	Итого за завтрак:								
			570	18,8	17,8	72,5	528,9		
	Обед								
	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ И МОРКОВИ	60	0,8	3,7	4,4	53,4	27	2021	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	4,6	4,3	15,1	117,7	102	2011	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	18,6	14,3	25,8	307	328	2021	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ый ВАРИАНТ)	200	0,2	0,2	27	111,1	342,1	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4	ТР	2008	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	81,6	ТР	2008	
Итого за обед:									
		720	28,3	23	99,3	718,2			
Всего за день:									
			47,1	40,8	171,8	1247,1			

сезон: осенний
 возрастная категория: 7-11 лет
 четверг

Пример пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод Бг, г			
Неделя 2 день 4								
Завтрак	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (порциями) (огурцы)	60	0,5	0,1	1	6,6	149	2021
	ПАЦЦЛЫЧКИ ИЗ МЯСА	90	9,6	15,5	12,9	229,7	321	2016
	СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ	20	0,2	0,7	0,9	10,5	419-тгк	2021
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ	150	4,5	3,4	13,9	105	172	2021
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД замороженных	200	0,1	0,1	10,9	45	492	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	ПР	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	ПР	2008
Итого за завтрак:								
		580	19,3	20,2	68,2	532,3		
Обед	САЛАТ ИЗ ВЕЛОКОПУДАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,9	3	5,3	53	45	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ рыбными	200	1,9	6,4	14,9	124,4	123-п	2021
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ	110	11,1	13,8	11,4	204,6	279	2011
	КАША ЯЧНЕВАЯ вязкая	150	4,4	3,6	29,2	166,8	227	2021
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	19,4	77,4	349	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	ПР	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61,2	ПР	2008
Итого за обед:								
		790	23,4	27,3	113	782,1		
Всего за день:								
			42,7	47,5	181,2	1314,4		

сезон: осенний
 возрастная категория: 7-11 лет
 ПЯТНИЦА

Пример пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 день 5								
Завтрак	Сыр (горцыями)	10	2,3	3	0	36,4	15	2011
	КАШИ ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	8,3	7,5	36,3	245,5	225	2021
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,3	2,9	13,8	94	462	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4	ПП	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1	0,1	6,4	30,6	ПП	2008
	БЛИНЧКИ из п/ф	45	1,8	3,6	12,2	88,9	3-тик	2024
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	15	1,1	1,3	8,3	49,1	471	2021
Итого за завтрак:								
	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (томат/орн)	505	19,3	18,5	87	591,9		
Обед	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	60	0,7	0	1,4	8,4	70	2011
	РАГУ ИЗ СВИНИНЫ	200	1,5	4,0	10	82,7	82	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	17,2	24,1	29,8	404,9	263	2015
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (блико)	35	2,7	0,2	17,6	82,9	ПП	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	200	1	0,2	19,6	83,4	389	2011
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (слива)	20	1,3	0,2	8,5	40,8	ПП	2008
Итого за обед:		100	0,8	0,3	9,3	43,1	338,2	2011
Всего за день:		815	25,2	28,92	96,2	746,2		
			44,5	47,42	183,2	1338,1		

ИТОГО ЗАВТРАК 20-25 % ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)						
	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	
		Белки	Жиры	Углеводы		
Итого завтраки за 5 дней (первая неделя) в среднем фактически:	519,4	18,8	19,7	71,7	542,6	
СанЛинт 100% суточной нормы:		77	79	335	2350	
норма по СанЛинт 20% от суточной нормы:		15,4	15,8	67	470	
норма по СанЛинт 25% от суточной нормы:		19,25	19,75	83,75	587,5	
Выход норм в % соотношении за 5 дней		24,5	24,9	21,4	23,1	

ИТОГО ОБЕД 30-35 % ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)						
	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	
		Белки	Жиры	Углеводы		
Итого завтраки за 5 дней(первая неделя) в среднем фактически:	845	25,74	27,08	110,52	787,26	
СанЛинт 100% суточной нормы:		77	79	335	2350	
норма по СанЛинт 30 % от суточной нормы:		23,1	23,7	100,5	705	
норма по СанЛинт 35 % от суточной нормы:		26,95	27,65	117,25	822,5	
Выход норм в % соотношении за 5 дней		33,4	34,3	33,0	33,5	

ИТОГО : ЗАВТРАК+ОБЕД= 50-60 % ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
	Вес биолога	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
Итого завтрак за 5 дней(первая неделя) в среднем фактически:		44,58	46,76	182,22	1329,90
СанПиН 100% от 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 % соотношения за 5 дней		57,9	59,2	54,4	56,6

ИТОГО ЗАВТРАК 20-25 % ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
	Вес биолога	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
Итого завтрак за 5 дней (вторая неделя) в среднем фактически:	548,0	19,3	19,2	74,9	563,6
СанПиН 100% от суточной нормы:		77	79	335	2350
Норма по СанПиН 20% от суточной нормы:		15,4	15,8	67	470
Норма по СанПиН 25% от суточной нормы:		19,25	19,75	83,75	587,5
Выход норм в % соотношения за 5 дней		25	24,3	22,4	24,0

ИТОГО ОБЕД 30-35 % ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
Итого завтраки за 5 дней (вторая неделя) в среднем фактически:	776	26,6	26,904	100,84	749,94
СанПиН 100% суточной нормы:		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 % соотношения за 5 дней		34,5	34,1	30,1	31,9

ИТОГО : ЗАВТРАК+ОБЕД= 50-60 % ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
Итого завтраки за 5 дней (вторая неделя) в среднем фактически:		45,90	46,10	175,78	1313,52
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 % соотношения за 5 дней		59,6	58,4	52,5	55,9

ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ЗАВТРАК) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ ЛЕТ	7-11	Суммарный вес блюд	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
1 ДЕНЬ		500	20	20	68	544
2 ДЕНЬ		550	19,6	19,3	74,1	546,8
3 ДЕНЬ		502	15,3	20,6	79,1	566
4 ДЕНЬ		500	20,1	20,6	67,7	537,9
5 ДЕНЬ		545	19	18	69	519
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 5 ДНЕЙ:						
6 ДЕНЬ		519,40	18,84	19,68	71,70	542,64
7 ДЕНЬ		540	19	20,3	77,7	633,8
8 ДЕНЬ		545	20,1	19,2	69,3	531
9 ДЕНЬ		570	18,8	17,8	72,5	528,9
10 ДЕНЬ		580	19,3	20,2	68,2	532,3
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 5 ДНЕЙ:						
		548,00	19,30	19,20	74,94	563,58
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 10 ДНЕЙ (ЗАВТРАК)						
		533,7	19,07	19,44	73,32	553,11

ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ОБЕД) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ ЛЕТ	7-11 ЛЕТ	Суммарный вес блюд	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
1 ДЕНЬ		880	28	29	102	782
2 ДЕНЬ		820	23,2	22,5	122,6	788
3 ДЕНЬ		820	25,2	27,5	108,1	766,9
4 ДЕНЬ		915	27,6	27,6	119	837,5
5 ДЕНЬ		790	24,9	29	100,6	762,4
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 5 ДНЕЙ:						
6 ДЕНЬ		845,00	25,74	27,08	110,52	787,26
7 ДЕНЬ		850	28	27,3	99,8	755
8 ДЕНЬ		705	28,1	28	95,9	748,2
9 ДЕНЬ		720	28,3	23	99,3	718,2
10 ДЕНЬ		790	23,4	27,3	113	782,1
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 5 ДНЕЙ:						
		776,00	25,2	28,92	96,2	746,2
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 10 ДНЕЙ (ОБЕД)						
		810,5	26,17	26,992	105,68	768,6



Прочитано и
Сверлено печатью

Индивидуальное предприятие
г. Киев
ул. М. Я. Чаусова
№ 31923
Марина Яковлевна