



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ «Преображенской СОШ»

Высотина О.В.

« 1 » сентября 2023г

Двенадцатидневное цикличное меню
для организации питания обучающихся
в возрасте с 7-11 лет и старше
на базе пищеблока МБОУ «Преображенская СОШ»

Процент удовлетворения суточной потребности		155,58	103,16	104,84	109,45	Процент удовлетворения суточной потребности		151,24	96,96	112,16	110,42		
Дети 7-11 лет						Дети 12 лет и старше							
день I						день I							
№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						Завтрак							
11	Макаронны запеченные с сыром	200	5,66	6,75	29,04	144,90	11	Макаронны запеченные с сыром	250	7,54	9,00	38,72	193,20
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	120	1,80	0,60	25,20	115,20	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	120	1,80	0,60	25,20	115,20
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ГП	Хлеб пшеничный или батон	30	2,40	0,05	12,03	62,40
36	Какао с молоком	200	3,76	3,20	26,74	150,80	36	Какао с молоком	200	3,76	3,20	26,74	150,80
	Итого	560	13,80	10,78	97,95	492,50		Итого	630	16,97	13,15	116,13	581,60
Обед						Обед							
1	Зеленый горошек или кукуруза отварные (консервированные)	60	1,86	0,12	3,90	24,00	1	Зеленый горошек или кукуруза отварные (консервированные)	100	3,10	0,20	6,50	40,00
22	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и с мясом (птицы или говядины)	265	5,37	8,30	9,79	148,00	22	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и с мясом (птицы или говядины)	265	5,37	8,30	9,79	148,00
29	Гуляш	100	12,86	12,76	2,92	179,00	29	Гуляш	100	12,86	12,76	2,92	179,00
24	Каша рассыпчатая	150	8,34	8,64	37,61	259,00	24	Каша рассыпчатая	180	10,01	10,37	45,13	310,80
52	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	24,20	93,00	52	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	24,20	93,00
ГП	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,90	22,74	124,80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00
	Итого	865	34,80	31,02	114,60	887,80		Итого	965	39,80	32,15	138,54	1017,20
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.						Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.							
	Итого за день		48,60	41,80	212,55	1380,30		Итого за день		56,77	45,30	254,67	1598,80
	Суточная потребность		46,20	47,40	201,00	1410,00		Суточная потребность		54,00	55,20	229,80	1632,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		105,19	88,19	105,75	97,89		Процент удовлетворения суточной потребности		56,35	82,07	110,82	97,97

Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше						
№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
день 2							день 2						
Завтрак							Завтрак						
34	Плов из птицы	200	19,87	25,33	32,13	436,00	34	Плов из птицы	250	22,85	29,13	36,95	501,40
17	компот из сухофруктов	200	0,08	0,00	35,00	141,40	17	компот из сухофруктов	200	0,08	0,00	35,00	141,00
ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)	60	3,23	4,20	35,03	190,84	ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)	60	3,23	4,20	35,03	190,84
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ГП	Хлеб пшеничный или батон	30	2,40	0,05	12,03	62,40
	Итого	500	25,76	29,76	119,13	849,84		Итого	570	30,03	33,68	132,45	955,64
Обед							Обед						
4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	60	0,48	0,06	1,02	7,80	4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	100	0,80	0,10	1,70	13,00
19	суп лапша с картофелем	260	8,26	5,79	20,20	166,54	19	суп лапша с картофелем	260	8,26	5,79	20,20	166,54
42	Азу	200	16,31	17,48	20,80	305,85	42	Азу	200	16,31	17,48	20,80	305,85
48	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,04	62,00	48	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,04	62,00
ГП	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,90	22,74	124,80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00
	Итого	810	31,32	24,53	93,24	726,99		Итого	880	33,73	23,89	107,74	793,79
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.						
	Итого за день		Б	Ж	У	Эн/ц		Итого за день		Б	Ж	У	Эн/ц
	Суточная потребность		57,08	54,29	212,37	1576,83		Суточная потребность		63,76	57,57	240,19	1749,43
	Процент удовлетворения суточной потребности		46,20	47,40	201,00	1410,00		Процент удовлетворения суточной потребности		54,00	55,20	229,80	1632,00
			123,55	114,54	105,66	111,83				118,07	104,29	104,52	107,20

Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше						
№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак							Завтрак						
9	Каша вязкая молочная жидкая (кукурузная)	200	8,33	8,33	41,4	274	9	Каша вязкая молочная жидкая (кукурузная)	250	10,41	10,41	51	311,25
18	яйцо вареное	50	6,3	5,3	0,6	78	18	яйцо вареное	50	6,3	5,3	0,6	78
32	Булочка домашняя	100	7,70	2,85	49,78	256,60	32	Булочка домашняя	100	7,70	2,85	49,78	256,60
30	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	15,25	64,00	30	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	15,25	64,00
ГП	Хлеб пшеничный	40	1,96	0,40	17,90	80,00	ГП	Хлеб ржаной	50	2,45	0,50	22,40	100,00
	Итого	590	24,15	144,04	135,49	884,84		Итого	650	26,72	146,22	149,59	941,59
Обед							Обед						
1	Зеленый горошек или кукуруза отварные (консервированные)	60	1,86	0,12	3,90	24,00	1	Зеленый горошек или кукуруза отварные (консервированные)	100	3,10	0,20	6,50	40,00
22	свекольник	265	5,37	8,30	9,79	148,00	22	свекольник	265	5,37	8,30	9,79	148,00
44	котлета	94	15,21	13,76	13,33	235,00	44	котлета	105	16,91	15,68	14,82	265,33
7	пюре картофельное	150	3,12	5,10	18,57	132,60	7	пюре картофельное	200	4,16	6,80	24,76	176,80
35	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97,00	35	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97,00
ГП	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,90	22,74	124,80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00
	Итого	859	17,32	15,02	91,24	586,40		Итого	990	21,69	16,12	113,85	708,20
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.						
	Итого за день		Б	Ж	У	Эн/ц		Итого за день		Б	Ж	У	Эн/ц
	Суточная потребность		41,47	159,06	226,73	1471,24		Суточная потребность		48,41	162,34	263,44	1649,79
	Процент удовлетворения суточной потребности		46,20	47,40	201,00	1410,00		Процент удовлетворения суточной потребности		54,00	55,20	229,80	1632,00
			89,76	335,57	112,80	104,34				89,65	294,09	114,64	101,09

Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 3							День 3						
№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак							Завтрак						
3	Икра кабачковая	60	1,14	5,34	4,62	71,40	27	(промышленного	100	1,90	8,90	7,70	119,00
29	Гуляш	100	12,86	12,76	2,92	179,00	29	Гуляш	100	12,86	12,76	2,92	179,00
24	каша рассыпчатая	150	5,66	6,75	29,04	144,90	11	каша рассыпчатая	180	7,54	9,00	38,72	193,20
48	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,04	62,00	48	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,04	62,00
ГП	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,90	22,74	124,80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40
	Итого	570	23,32	20,56	74,36	582,10		Итого	660	26,80	21,88	73,72	538,60
Обед							Обед						
5	Суп картофельный с бобовыми с мясом (птицы или говядины)	260	8,45	7,18	21,24	177,00	5	Суп картофельный с бобовыми с мясом (птицы или говядины)	260	8,45	7,18	21,24	177,00
31	Запеканка из творога с молоком сгущенным	165	26,69	18,63	27,39	398,00	31	Запеканка из творога с молоком сгущенным	200	32,22	22,57	33,91	486,00
52	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	24,20	93,00	52	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	24,20	93,00
ГП	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,90	22,74	124,80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	120	1,80	0,60	25,20	115,20	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	120	1,80	0,60	25,20	115,20
	Итого	805	41,84	27,31	120,77	908,00		Итого	860	48,97	30,47	136,63	1037,60
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.						
	Итого за день		65,16	47,87	195,13	1490,00		Итого за день		75,77	52,35	210,35	1576,20
	Суточная потребность		46,20	47,40	201,00	1410,00		Суточная потребность		54,00	55,20	229,80	1632,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		141,04	100,99	97,08	105,67		Процент удовлетворения суточной потребности		140,31	94,84	91,54	96,58

Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше						
№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
			4	5	6					4	5	6	
Завтрак							Завтрак						
23	Котлеты или биточки рыбные с маслом сливочным	125	17,27	9,62	11,14	196,33	23	Котлеты или биточки рыбные с маслом сливочным	125	17,27	9,62	11,14	196,33
41	Рис отварной	150	3,77	6,11	41,40	235,65	41	Рис отварной	180	4,53	7,34	49,68	282,78
36	Какао с молоком	200	3,76	3,20	26,74	150,80	36	Какао с молоком	200	3,76	3,20	26,74	150,80
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ГП	Хлеб пшеничный или батон	30	2,40	0,05	12,03	62,40
	Итого	515	27,38	19,16	96,25	664,38		Итого	565	29,43	20,51	113,03	752,31
Обед							Обед						
4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	60	0,48	0,06	1,02	7,80	4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	100	0,80	0,10	1,70	13,00
33	щи из свежей капусты с мясом птицы и сметаной	265	5,34	8,42	7,90	135,00	33	щи из свежей капусты с мясом птицы и сметаной	265	5,34	8,42	7,90	135,00
11	макаронные изделия	150	5,66	6,75	29,04	144,90	11	макаронные изделия	200	7,54	9,00	38,72	193,20
6	птица тушеная	100	21,10	13,60	0,00	211,00	17	птица тушеная	100	21,10	13,60	0,00	211,00
гп	кондитерское изделие	20	1,08	1,40	11,68	63,64	гп	кондитерское изделие	20	1,08	1,40	11,68	63,64
25	сок	200	0,06	0,00	33,00	136,00	25	сок	200	0,06	0,00	33,00	136,00
ГП	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,90	22,74	124,80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00
	Итого	885	39,99	31,44	78,10	780,00		Итого	1005	44,28	32,64	142,98	997,00
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.						
	Итого за день		67,37	50,60	215,10	1444,38		Итого за день		73,71	53,15	256,01	1749,31
	Суточная потребность		46,20	47,40	201,00	1410,00		Суточная потребность		54,00	55,20	229,80	1632,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		145,82	106,75	107,01	102,44		Процент удовлетворения суточной потребности		136,50	96,29	111,41	107,19

Дети 7-11 лет

день 6

№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
50	Суп молочный с макаронными изделиями	250	4,25	4,78	20,70	178,00
ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)	40	1,08	1,04	11,68	112,00
20	чай с молоком	200	1,40	1,60	17,39	95,00
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	41,60
	Итого	530	9,31	7,65	66,74	466,60

Обед

1	Зеленый горошек или кукуруза отварные (консервированные)	60	1,86	0,12	3,90	7,80
47	суп картофельный с крупой мясом птицы или говядины	260	5,42	6,12	14,12	148,00
45	капуста тушеная с мясом говядины	250	17,10	15,14	14,46	276,50
17	компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	35,00	141,00
ГП	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,90	22,74	124,80
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
	Итого	860	30,73	22,58	103,66	758,10

Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.

Итого за день		40,04	30,23	170,40	1224,70	
Суточная потребность		46,20	47,40	201,00	1410,00	
Процент удовлетворения суточной потребности		86,67	63,78	84,78	86,86	

Дети 12 лет и старше

день 6

№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
50	Суп молочный с макаронными изделиями	250	4,25	4,78	20,70	178,00
ГП	кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)	40	1,08	1,40	11,68	112,00
20	чай с молоком	200	1,40	1,60	17,39	95,00
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
ГП	Хлеб пшеничный или батон	30	2,40	0,05	12,03	62,40
	Итого	550	10,60	8,13	75,24	507,40

Обед

1	Зеленый горошек или кукуруза отварные (консервированные)	100	3,10	0,20	6,50	40,00
47	суп картофельный с крупой с мясом птицы или говядины	260	5,42	6,12	14,12	148,00
45	капуста тушеная с мясом говядины	250	17,10	15,14	14,46	276,25
17	компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	35,00	141,40
ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40
ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00
	Итого	930	34,06	21,98	120,08	852,05

Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.

Итого за день		44,66	30,11	195,32	1359,45	
Суточная потребность		54,00	55,20	229,80	1632,00	
Процент удовлетворения суточной потребности		82,70	54,55	85,00	83,30	

Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше						
№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак							Завтрак						
6	Птица отварная или тушеная	100	21,10	13,60	0,00	211,00	6	Птица отварная или тушеная	100	21,10	13,60	0,00	211,00
11	Макаронные изделия отварные	150	5,66	6,75	29,04	144,90	11	Макаронные изделия отварные	200	7,54	9,00	38,72	193,20
25	Сок	200	0,60	0,00	33,00	136,00	25	Сок	200	0,60	0,00	33,00	136,00
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
гп	хлеб пшеничный	60	4,80	0,90	22,74	124,80	гп	хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40
	Итого	530	33,14	21,45	93,73	656,70		Итого	610	37,11	23,02	117,24	766,60
Обед							Обед						
4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	60	0,48	0,06	1,02	7,80	4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	100	0,80	0,10	1,70	13,00
54	Суп с рыбными консервами	250	8,48	3,83	13,82	138,00	54	Суп с рыбными консервами	250	8,48	3,83	13,82	138,00
44	Котлеты, биточки, шницели (из говядины) с маслом сливочным	94	15,21	13,76	13,33	235,00	44	Котлеты, биточки, шницели (из говядины) с маслом сливочным	105	16,91	15,68	14,82	265,33
24	каша рассыпчатая	150	8,30	8,60	37,60	259,00	24	каша рассыпчатая	200	10,01	10,37	45,13	310,80
48	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,04	62,00	48	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,04	62,00
ГП	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,90	22,74	124,80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00
	Итого	844	38,74	27,45	116,99	886,60		Итого	975	44,56	30,50	140,51	1035,53
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.						
	Итого за день		Б	Ж	У	Эн/ц		Итого за день		Б	Ж	У	Эн/ц
	Суточная потребность		46,20	47,40	201,00	1410,00		Суточная потребность		81,67	53,52	257,75	1802,13
										54,00	55,20	229,80	1632,00

Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше						
день 8							день 8						
№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак							Завтрак						
9	Каша вязкая молочная жидкая (рисовая)	200	8,33	8,33	41,4	274	9	Каша вязкая молочная жидкая (рисовая)	250	10,41	10,41	51	311,25
48	чай с лимоном	200	0,00	0,00	15,04	64,00	48	чай с лимоном	200	0,00	0,00	15,04	64,00
гп	яблоко,груша или банан	12	1,80	0,60	25,20	115,20	гп	яблоко,груша или банан	120	1,80	0,60	25,20	115,20
15	Бутерброд с маслом и сыром	50	4,50	8,47	20,15	115,00	15	Бутерброд с маслом и сыром	50	5,00	9,00	21,00	115,00
	Итого	462	14,63	17,40	101,79	568,20		Итого	620	17,21	20,01	112,24	605,45
Обед							Обед						
27	Икра кабачковая	60	1,14	5,34	4,62	71,40	27	Икра кабачковая (промышленного производства)	100	1,90	8,90	7,70	119,00
49	суп с мясными фрикадельками	250	9,01	7,99	15,34	171,00	49	суп с мясными фрикадельками	250	9,01	7,99	15,34	171,00
12	Тефтели из говядины	100	11,88	14,04	11,99	221,00	12	Тефтели из говядины	100	11,88	14,04	11,99	221,00
37	Соус красный основной	30	0,34	0,59	2,66	16,00	37	Соус красный основной	30	0,34	0,59	2,66	16,00
7	Пюре картофельное	150	3,12	5,10	18,57	132,60	7	Пюре картофельное	200	4,16	6,80	24,76	176,80
25	сок	200	0,60	0,00	33,00	136,00	25	сок	200	0,60	0,00	33,00	136,00
ГП	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,90	22,74	124,80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00
	Итого	880	32,36	34,26	122,36	932,80		Итого	1000	36,25	38,84	145,45	1086,20
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.						
	Итого за день		Б	Ж	У	Эн/ц		Итого за день		Б	Ж	У	Эн/ц
	Суточная потребность		46,99	51,66	224,15	1501,00		Суточная потребность		53,46	58,85	257,69	1691,65
	Процент удовлетворения суточной потребности		46,20	47,40	201,00	1410,00		Процент удовлетворения суточной потребности		54,00	55,20	229,80	1632,00
			101,71	108,99	111,52	106,45				99,00	106,61	112,14	103,66

Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше						
№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак							Завтрак						
9	Каша вязкая молочная жидкая (пшениная)	200	8,33	8,33	41,4	274	9	Каша вязкая молочная жидкая (пшениная)	250	10,41	10,41	51	311,25
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	150	2,25	0,75	31,50	144,00	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	150	2,25	0,75	31,50	144,00
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ГП	Хлеб пшеничный или батон	30	2,40	0,05	12,03	62,40
36	какао с молоком	200	3,76	3,20	26,74	64,00	36	какао с молоком	200	3,76	3,20	26,74	150,80
	Итого	590	16,92	12,51	116,61	563,60		Итого	660	20,29	14,71	134,71	728,45
Обед							Обед						
1	Зеленый горошек или кукуруза отварные (консервированные)	60	1,86	0,12	3,90	24,00	1	Зеленый горошек или кукуруза отварные (консервированные)	100	3,10	0,20	6,50	40,00
28	Рассольник ленинградский с мясом (птицы или говядины) и со сметаной	265	5,69	8,48	20,03	190,00	28	Рассольник ленинградский с мясом (птицы или говядины) и со сметаной	265	5,69	8,48	20,03	190,00
53	курица с овощами тушеная	90	10,20	10,13	3,08	144,00	53	курица с овощами тушеная	100	13,60	13,50	4,10	192,00
11	Макаронные изделия отварные	150	5,66	6,75	29,04	144,90	11	Макаронные изделия отварные	200	7,54	9,00	38,72	193,20
35/85	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97,00	35/85	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97,00
ГП	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,90	22,74	124,80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00
	Итого	855	30,38	26,98	115,03	784,70		Итого	985	38,99	32,00	142,15	958,60
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.						
	Итого за день		47,30	39,49	231,64	1348,30		Итого за день		59,28	46,71	276,86	1687,05
	Суточная потребность		46,20	47,40	201,00	1410,00		Суточная потребность		54,00	55,20	229,80	1632,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		102,38	83,31	115,24	95,62		Процент удовлетворения суточной потребности		109,78	84,62	120,48	103,37

Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 10							День 10						
№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак							Завтрак						
39	Рагу из овощей с мясом	250	29,50	26,30	18,80	430,60	39	Рагу из овощей с мясом	270	31,90	28,40	20,37	465,14
ГП	Конфеты,шоколад, зефир, мармелад и др.	60	1,96	6,94	10,08	110,80	ГП	Конфеты,шоколад, зефир, мармелад и др.	60	1,96	6,94	10,08	110,80
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ГП	Хлеб пшеничный или батон	30	2,40	0,05	12,03	62,40
2	Кофейный напиток с молоком	200	3,58	2,68	28,64	151,80	2	Кофейный напиток с молоком	200	3,58	2,68	28,64	151,80
	Итого	550	37,62	36,15	74,49	774,80		Итого	590	41,31	38,37	84,56	850,14
Обед							Обед						
4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	60	0,48	0,06	1,02	7,80	4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	100	0,80	0,10	1,70	13,00
5	Суп картофельный с бобовыми с мясом (птицы или говядины)	260	8,45	7,18	21,24	177,00	5	Суп картофельный с бобовыми с мясом (птицы или говядины)	260	8,45	7,18	21,24	177,00
34	плов из мяса птицы	200	19,87	25,33	32,13	436,00	34	плов из мяса птицы	250	22,85	29,13	36,95	501,40
17	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	35,00	141,40	17	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	35,00	141,40
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	1,50	0,50	21,00	115,20	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	1,50	0,50	21,00	115,20
ГП	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,90	22,74	124,80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00
	Итого	910	36,65	34,27	146,57	1062,20		Итого	1030	42,04	37,43	165,89	1194,40
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.						
	Итого за день		Б	Ж	У	Эн/ц		Итого за день		Б	Ж	У	Эн/ц
	Суточная потребность		74,27	70,42	221,06	1837,00		Суточная потребность		83,35	75,80	250,45	2044,54
	Процент удовлетворения суточной потребности		46,20	47,40	201,00	1410,00		Процент удовлетворения суточной потребности		54,00	55,20	229,80	1632,00
			160,76	148,57	109,98	130,28				154,35	137,32	108,99	125,28

Дети 7-11 лет

Дети 12 лет и старше

День 11

День 11

№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак							Завтрак						
51	Суп молочный с крупой	250	4,5	4,93	19,63	140,75	51	Суп молочный с крупой	250	4,5	4,93	19,63	140,75
52	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	24,20	93,00	52	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	24,20	93,00
377	бутерброд масло и сыр	16	4,97	8,01	7,56	122,20	377	бутерброд с маслом и сыр	16	4,97	8,01	7,56	122,20
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	120	1,80	0,60	25,20	115,20	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	120	1,80	0,60	25,20	115,20
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ГП	Хлеб пшеничный или батон	30	2,40	0,05	12,03	62,40
	Итого	626	8,98	5,76	86,00	430,55		Итого	646	10,27	5,88	94,50	471,35
Обед							Обед						
27	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	1,14	5,34	4,62	71,40	27	Икра кабачковая (промышленного производства)	100	1,90	8,90	7,70	119,00
47	суп картофельный с крупой и мясом птицы (полевой)	260	5,34	8,42	7,90	135,00	47	суп картофельный с крупой и мясом птицы (полевой)	260	5,34	8,42	7,90	135,00
44	Котлеты, биточки, шницели (из говядины) с маслом сливочным	94	15,21	13,76	13,33	235,00	44	Котлеты, биточки, шницели (из говядины) с маслом сливочным	105	16,91	15,68	14,82	265,33
7	капуста тушеная	150	3,12	5,10	18,57	132,60	7	капуста тушеная	200	4,16	6,80	24,76	176,80
35	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97,00	35	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97,00
ГП	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,90	22,74	124,80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00
	Итого	854	31,78	34,12	103,40	855,80		Итого	985	37,37	40,62	127,98	1039,53
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.						
	Итого за день		Б	Ж	У	Эн/ц		Итого за день		Б	Ж	У	Эн/ц
	Суточная потребность		40,76	39,88	189,40	1286,35		Суточная потребность		47,64	46,50	222,48	1510,88
	Процент удовлетворения суточной потребности		46,20	47,40	201,00	1410,00		Процент удовлетворения суточной потребности		54,00	55,20	229,80	1632,00
			88,23	84,14	94,23	91,23				88,22	84,24	96,81	92,58

Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 12							День 12						
№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак							Завтрак						
6	Птица отварная или тушеная	100	21,10	13,60	0,00	211,00	6	Птица отварная или тушеная	100	21,10	13,60	0,00	211,00
24	каша рассыпчатая	150	8,34	8,63	37,61	259,00	24	каша рассыпчатая	180	10,00	10,37	45,13	310,80
20	чай с молоком	200	1,40	1,60	17,39	91,00	20	чай с молоком	200	1,40	1,60	17,39	91,00
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ГП	Хлеб пшеничный или батон	30	2,40	0,05	12,03	62,40
ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)	20	1,08	1,40	11,68	63,64	ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)	20	1,08	1,40	11,68	63,64
	Итого	510	34,50	25,46	83,65	706,24	ГП	Итого	560	37,45	27,32	99,67	798,84
Обед							Обед						
1	зеленый горошек или кукуруза отварные (консервированные)	60	1,86	0,12	3,90	24,00	1	зеленый горошек или кукуруза отварные (консервированные)	100	3,10	0,20	6,50	40,00
28	рассольник ленинградский с мясом(птицы или говядины) и сметаной	265	5,69	8,48	20,03	190,00	28	рассольник ленинградский с мясом(птицы или говядины) и сметаной	265	5,69	8,48	20,03	190,00
26	Жаркое по-домашнему	200	23,64	21,09	15,09	344,55	26	Жаркое по-домашнему	200	23,64	21,09	15,09	344,55
25	Сок	200	0,60	0,00	33,00	136,00	25	Сок	200	0,60	0,00	33,00	136,00
ГП	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,90	22,74	124,80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00
	Итого	815	38,06	30,89	108,20	879,35	ГП	Итого	885	41,39	30,29	124,62	956,95
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.						
	Итого за день		Б	Ж	У	Эн/ц		Итого за день		Б	Ж	У	Эн/ц
	Суточная потребность		72,56	56,35	191,85	1585,59		Суточная потребность		78,84	57,61	224,29	1755,79
	Процент удовлетворения суточной потребности		46,20	47,40	201,00	1410,00		Процент удовлетворения суточной потребности		54,00	55,20	229,80	1632,00
			157,06	118,88	95,45	112,45				146,00	104,37	97,60	107,59

Средние показатели энергетической ценности и химического состава рациона питания детей 7-11 лет				Средние показатели энергетической ценности и химического состава рациона питания детей 12 лет и старше					
	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)		Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
	Б	Ж	У			Б	Ж	У	
Итого за 12 дней	673,48	690,55	2501,10	17688,99	Итого за 12 дней	767,32	739,81	2909,50	20175,02
Итого за 1 дней	56,12	57,55	208,43	1474,08	Итого за 1 дней	63,94	61,65	242,46	1681,25
Соотношение Б:Ж:У	1,00	1,03	3,71		Соотношение Б:Ж:У	1,00	0,96	3,79	
Суточная потребность	46,20	47,40	201,00	1410,00	Суточная потребность	54,00	55,20	229,80	1632,00
Процент удовлетворения суточной потребности	121,48	121,40	103,69	104,54	Процент удовлетворения суточной потребности	118,41	111,69	105,51	103,02

Примечание: ГП - готовый продукт.

* в каждой технологической карте указано наименование сборника рецептов блюд и кулинарных изделий и номер рецептуры блюд согласно сборника рецептов

Примечание: ГП - готовый продукт.

* в каждой технологической карте указано наименование сборника рецептов блюд и кулинарных изделий и номер рецептуры блюд согласно сборника рецептов