

СОГЛАСОВАНО:

Врио директора КОУ Сургутская школа для обуча-ся
с ограниченными возможностями здоровья

Казанчева М.Я.

20 ____ г.



УТВЕРЖДАЮ:
Директор ООО "Радуга Вкуса"

Шукула А.А.
20 ____ г.



Основное меню

для организации питания школьников в общеобразовательных учреждениях

в возрасте 7-18 лет

на осенне - зимний период 2025г.

КОУ Сургутская школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	С, мг		В1, мг	В2, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	Zn, мг	Na, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг			
Завтрак																												
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПОЛЕНТЫ (кукурузная манка)	200	4,86	8,47	34,95	220,13	0,52	0,35	0,52	0,23	0,19	1,20	1,66	554,90	4,51	0,00	104,45	72,97	15,72	5,48	183,23	0,56	271,87	9,00	0,00	0,00	174	2011	
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (хлеб пшеничный)	35	2,13	4,43	11,74	107,90	0,00	0,05	0,03	0,04	0,70	0,08	0,00	0,04	0,46	8,10	7,50	26,15	9,90	0,61	39,45	0,23	152,15	0,00	0,00	0,00	1	2011	
БАТОН ОСОБЫЙ	30	2,43	0,27	9,09	72,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	219	2011		
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	70	8,77	3,28	8,66	104,12	0,04	0,02	0,10	0,03	0,43	0,26	0,54	0,06	1,30	1,36	68,15	94,20	9,85	0,25	71,86	0,28	27,10	0,90	0,02	0,02	2025	2011	
ДЖЕМ ПОРЦИОННЫЙ, 20 г	20	0,01	0,00	0,72	2,76	0,02	0,00	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,12	0,18	0,09	0,00	1,52	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	418	2016	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК ЗЛАКОВЫЙ НА МОЛОКЕ (выводит лишний холестерин, нормализует обменные процессы, укрепляет иммунитет)	200	3,28	2,44	20,55	119,79	0,52	0,05	0,12	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,37	0,00	108,88	97,42	22,00	0,58	182,54	0,40	52,66	9,00	0,00	0,00	0,02	0,02	
Итого за прием пищи:	555	21,48	18,89	85,71	627,30	1,10	0,47	0,77	0,32	1,33	1,54	2,20	555,00	6,64	9,46	289,10	290,92	57,56	6,92	478,60	1,49	503,78	18,90	0,02	0,02			
Обед																												
САЛАТ ВЕСНА	100	1,67	8,49	2,34	77,98	22,75	0,04	0,09	0,16	2,84	0,13	0,03	0,11	0,26	21,32	55,07	47,84	53,95	0,99	164,40	0,31	30,09	3,93	15,75	0,07	28	2011	
СУП КУРИНЫЙ	250	7,07	8,61	11,69	125,75	5,00	0,05	0,03	0,42	1,29	0,00	0,00	0,15	0,61	8,40	25,53	48,08	20,16	0,78	286,82	0,44	7,60	3,45	2,84	0,03	152	2016	
ПЕЛЬМЕНИ СКАЗКА ОТВАРНЫЕ	200	18,25	12,45	36,05	341,00	0,36	0,10	0,12	0,04	0,45	0,13	1,16	0,33	3,85	30,14	39,10	167,32	41,49	2,14	355,02	2,67	54,43	6,95	5,97	33,91	392	2015	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,04	0,29	11,35	68,39	0,00	0,04	0,02	0,00	0,59	0,00	0,00	0,04	0,37	8,10	6,21	22,68	8,91	0,54	38,70	0,22	151,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	30	2,04	0,30	10,50	64,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,45	0,00	0,15	0,00	0,00	0,00	440	2008	
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200	0,00	0,00	13,82	58,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,27	0,00	0,00	0,00	0,45	0,00	0,15	0,00	0,00	0,00	440	2008	
Итого за прием пищи:	810	31,07	30,14	85,75	735,97	28,11	0,23	0,26	0,62	5,17	0,26	1,19	0,63	5,09	67,96	126,18	285,92	124,51	4,45	845,39	3,64	244,07	14,33	24,56	34,01			
Всего за день:		52,55	49,03	171,46	1363,27	29,21	0,70	1,03	0,94	6,50	1,80	3,39	555,63	11,73	77,42	415,28	576,84	182,07	11,37	1323,99	5,13	747,85	33,23	24,58	34,03			

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	С, мг		В1, мг	В2, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	Zn, мг	Na, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг			
Завтрак																												
БУЛГУР ОТВАРНОЙ	150	7,19	4,77	31,24	235,32	0,00	0,04	0,04	0,02	0,38	0,08	0,00	0,11	1,18	0,00	11,89	85,88	46,54	0,72	123,20	0,01	5,34	0,00	0,65	0,00	54-22г-2020	2021	
МИТБОЛЫ С СЫРОМ И СОУСОМ	100	9,93	10,83	4,26	240,87	0,34	0,20	0,09	0,11	0,61	0,02	0,74	0,30	2,24	5,51	57,25	130,02	33,42	1,33	246,27	1,74	117,97	4,81	4,73	26,95	270	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,70	0,24	9,46	56,99	0,00	0,03	0,01	0,00	0,49	0,00	0,00	0,03	0,31	6,75	5,18	18,90	7,43	0,45	32,25	0,19	126,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	25	1,70	0,25	8,75	54,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	376	2011		
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,19	0,00	9,63	41,11	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,06	0,00	4,64	7,42	3,96	0,74	25,10	0,00	0,92	0,00	0,00	0,15	341	2011	
МАНДАРИНЫ СВЕЖИЕ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00	0,06	0,03	0,01	0,20	0,00	0,00	0,00	0,07	0,20	0,00	35,00	17,00	11,00	0,10	155,00	0,00	12,00	0,00	0,00	0,15	341	2011
Итого за прием пищи:	600	21,51	16,29	70,84	666,29	38,38	0,33	0,18	0,14	1,68	0,10	0,74	0,51	3,99	12,26	113,96	259,22	102,35	3,34	581,82	1,94	262,73	4,81	5,38	27,10			
Обед																												
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ	100	1,09	6,18	4,07	78,56	21,90	0,06	0,03	0,14	2,88	0,00	0,00	0,10	0,45	10,36	14,83	27,70	18,46	0,95	266,90	0,26	2,98	2,02	0,00	0,00	14	2012	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ И РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250	7,84	9,38	24,61	167,95	7,68	0,13	0,09	0,22	1,69	0,07	0,45	0,34	1,54	16,11	33,42	126,94	36,11	1,32	618,98	0,96	28,79	42,43	0,01	0,19	106	2011	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180	5,38	5,20	38,69	237,25	0,00	0,08	0,03	0,02	1,40	0,08	0,00	0,10	0,59	12,26	16,96	49,98	9,19	1,17	76,31	0,45	2,89	0,92	0,02	0,01	203	2011	
ЖУЛЬЕН С КУРИЦЕЙ	100	10,23	12,26	4,39	183,80	0,29	0,01	0,06	0,02	0,90	0,04	0,00	0,00	0,07	0,70	55,19	40,53	6,39	0,09	81,05	0,23	26,42	4,72	0,00	0,00	327	2016	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,07	0,58	22,70	136,77	0,00	0,08	0,03	0,00	1,18	0,00	0,00	0,00	0,04	16,20	12,42	45,36	17,82	1,08	77,40	0,44	303,60	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	
ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	30	2,04	0,30	10,50	64,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	19	25/11/21	
КИСЕЛЬ С ВИТАМИНАМИ "ВИТОШКА" (для детей дошкольного и школьного возраста)	200	0,00	0,00	22,80	92,15	8,04	0,23	0,29	0,10	2,35	1,68	0,50	0,37	2,42	117,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за прием пищи:	920	30,65	33,90	127,76	961,28	37,91	0,59	0,53	0,50	10,40	1,87	0,95	0,99	5,81	173,13	132,82	290,51	87,97	4,61	1120,64	2,34	364,68	50,09	0,03	0,21			
Всего за день:		52,16	50,19	198,60	1627,57	76,29	0,92	0,71	0,64	12,08	1,97	1,69	1,50	9,80	185,39	246,78	549,73	190,32	7,95	1702,46	4,28	627,41	54,90	5,41	27,31			

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	Витамины											Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	С, мг		В1, мг	В2, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	Zn, мг	Na, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг				
Завтрак																													
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ 5 ЗЛАКОВ (овес, пшеница, ячмень, рожь, кукуруза)	200	7,39	7,75	38,01	253,70	0,57	0,18	0,16	0,04	1,52	0,08	0,00	0,11	1,71	10,12	135,73	210,33	63,54	1,70	306,79	1,81	64,48	12,54	11,45	1,42	173	2011		
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (хлеб пшеничный)	35	2,13	4,43	11,74	107,90	0,00	0,05	0,03	0,04	0,70	0,08	0,00	0,04	0,46	8,10	7,50	26,15	9,90	0,61	39,45	0,23	152,15	0,00	0,00	0,00	1	2011		
ИМУНЕЛЕ С ВИТАМИНАМИ D3, B6 + ЛАКТОБАКТЕРИИ 2,7% м 100г	100	2,50	2,50	11,50	79,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,50	0,00	0,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	386	2011		
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,25	0,01	9,83	43,42	1,16	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,07	0,63	7,16	8,81	4,72	0,80	36,51	0,01	1,69	0,00	0,00	0,00	377	2011		
МАНДАРИНЫ СВЕЖИЕ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00	0,06	0,03	0,01	0,20	0,00	0,00	0,07	0,20	0,00	35,00	17,00	11,00	0,10	155,00	0,00	12,00	0,00	0,00	0,15	341	2011		
Итого за прием пищи:	635	13,07	14,89	78,58	522,02	39,73	0,29	0,23	0,09	2,42	1,66	0,00	0,52	2,44	18,85	185,39	262,29	89,16	3,21	537,75	2,05	230,32	12,54	11,45	1,57				
Обед																													
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	100	0,74	5,09	9,04	89,83	14,70	0,03	0,04	0,25	2,21	0,00	0,00	0,12	0,56	8,79	40,27	27,82	15,22	0,82	166,15	0,36	12,53	2,87	0,00	0,02	45	2011		
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ С КУРИЦЕЙ	250	6,46	7,60	13,13	145,56	1,25	0,04	0,02	0,23	2,21	0,00	0,00	0,02	0,39	3,04	22,58	47,71	15,88	0,52	93,33	0,42	4,04	1,72	11,38	0,01	218	2006		
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	16,57	13,59	20,70	275,58	10,51	0,13	0,08	0,21	2,51	0,00	0,00	0,38	1,37	11,40	23,69	75,82	31,06	1,35	739,34	0,56	9,38	6,80	0,00	0,05	259	2011		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,07	0,58	22,70	136,77	0,00	0,08	0,03	0,00	1,18	0,00	0,00	0,08	0,74	16,20	12,42	45,36	17,82	1,08	77,40	0,44	303,60	0,00	0,00	0,01	ПП			
ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	30	2,04	0,30	10,50	64,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	388	2011		
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,66	0,27	23,19	113,15	88,00	0,01	0,05	0,16	0,00	0,00	0,00	0,00	0,19	0,00	11,07	3,06	3,06	0,54	10,45	0,00	2,35	0,00	0,00	0,00	0,09			
Итого за прием пищи:	840	30,54	27,43	99,26	825,69	114,46	0,29	0,22	0,85	8,11	0,00	0,00	0,60	3,25	39,43	110,03	199,77	83,04	4,31	1086,67	1,78	331,90	11,39	11,38	0,09				
Всего за день:		43,61	42,32	177,84	1347,71	154,19	0,58	0,45	0,94	10,53	1,66	0,00	1,12	5,69	58,28	295,42	462,06	172,20	7,52	1624,42	3,83	562,22	23,93	22,83	1,66				

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	Витамины											Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	С, мг		В1, мг	В2, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	Zn, мг	Na, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг				
Завтрак																													
СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	7,09	4,74	40,18	237,56	0,00	0,04	0,04	0,02	0,11	0,08	0,00	0,00	0,78	0,00	16,41	100,10	27,87	0,73	129,78	0,83	0,93	2,49	32,88	0,00	203	2011		
БИТОЧКИ ЧИКЕН ТОП С СОУСОМ	100	12,66	6,86	6,30	109,45	1,30	0,04	0,08	0,31	0,68	0,03	0,28	0,32	2,71	10,52	22,65	99,92	47,90	1,09	247,70	1,31	39,51	4,43	9,49	54,13	271	2011		
ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	25	1,70	0,25	8,75	54,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1	2011			
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (хлеб пшеничный)	35	2,13	4,43	11,74	107,90	0,00	0,05	0,03	0,04	0,70	0,08	0,00	0,04	0,46	8,10	7,50	26,15	9,90	0,61	39,45	0,23	152,15	0,00	0,00	0,00	382	2011		
КАКАО НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (С В1 В2 В6 РР А Д3 Е А фолиевая кислота)	200	2,14	1,54	17,62	93,85	6,12	0,18	0,51	417,61	1,65	12,66	0,00	0,21	1,72	0,04	46,80	59,67	8,01	0,45	155,10	0,18	23,00	4,05	0,00	0,00	338	2011		
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	120	0,48	0,48	11,76	56,40	12,00	0,04	0,02	0,01	0,76	0,00	0,00	0,10	0,36	2,40	19,20	13,20	9,60	2,64	333,60	0,18	31,20	2,40	0,00	0,01	54,14			
Итого за прием пищи:	630	26,20	18,30	96,35	659,16	19,42	0,35	0,68	417,99	3,90	12,85	0,28	0,67	6,03	21,06	112,56	299,04	103,28	5,52	905,63	2,73	246,79	13,37	42,37	54,14				
Обед																													
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ	100	0,94	6,18	2,36	70,74	24,35	0,06	0,05	0,17	2,75	0,00	0,00	0,10	0,37	24,43	44,58	36,43	63,68	0,90	170,58	0,24	23,33	1,75	18,90	0,06	47	2016		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ФРИКАДЕЛЬКАМИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	250	4,41	7,82	17,14	172,99	5,43	0,09	0,07	0,22	2,84	0,06	0,37	0,26	1,23	10,74	22,61	73,89	21,76	1,20	442,78	0,91	28,69	5,43	0,00	0,04	171,3	2011		
ПЕРЛОТТО С ОВОЩАМИ	180	4,97	12,17	31,72	257,02	14,92	0,08	0,07	0,55	7,05	0,00	0,00	0,29	1,12	17,83	44,69	149,54	30,67	1,39	209,11	0,62	46,07	1,80	0,02	0,04	311	2016		
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	100	12,80	9,79	2,86	135,34	0,33	0,01	0,00	0,05	0,03	0,02	0,00	0,00	0,06	1,31	4,17	6,49	2,36	0,13	25,37	0,05	1,07	0,21	0,00	0,00	ПП			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,07	0,58	22,70	136,77	0,00	0,08	0,03	0,00	1,18	0,00	0,00	0,08	0,74	16,20	12,42	45,36	17,82	1,08	77,40	0,44	303,60	0,00	0,00	0,01	ПП			
ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	30	2,04	0,30	10,50	64,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	389	2011		
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	0,00	0,00	23,00	92,00	4,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08	0,20	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	240,00	0,08	12,00	2,00	0,00	0,00	0,15			
Итого за прием пищи:	920	29,23	36,84	110,28	929,66	49,03	0,34	0,24	0,99	13,85	0,08	0,37	0,81	3,72	70,71	142,47	325,71	144,29	7,50	1165,24	2,34	414,76	11,19	18,92	0,15				
Всего за день:		55,43	55,14	206,63	1588,82	68,45	0,69	0,92	418,98	17,75	12,93	0,65	1,48	9,75	91,77	255,03	624,75	247,57	13,02	2070,87	5,07	661,55	24,56	61,29	54,29				

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	Zn, мг	Na, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																											
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА	200	5,83	6,87	37,55	254,00	0,52	0,06	0,14	0,04	0,31	0,08	0,00	0,08	0,64	8,36	107,45	132,50	31,10	0,50	190,98	1,03	55,88	9,62	0,01	0,02	174	2011
ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ	50	6,16	2,91	1,31	76,15	0,00	0,03	0,19	0,13	1,00	1,10	0,26	0,07	0,08	3,50	38,00	89,10	6,19	1,24	70,36	0,56	68,55	10,00	0,02	0,03	209	2011
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (хлеб пшеничный)	40	2,16	8,55	11,78	145,30	0,00	0,05	0,03	0,07	0,81	0,15	0,00	0,04	0,46	8,10	8,10	27,10	9,90	0,62	40,20	0,24	152,50	0,00	0,00	0,00	1	2011
ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	27	1,84	0,27	9,45	58,32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	377	2011
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,25	0,01	9,83	43,42	1,16	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,23	0,11	0,05	0,01	0,46	0,00	0,27	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ "КОЛОМЕНСКОЕ" 30г	30	0,08	0,16	0,68	4,46	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,23	0,11	0,05	0,01	0,46	0,00	0,27	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	120	0,48	0,48	11,76	56,40	12,00	0,04	0,02	0,01	0,76	0,00	0,00	0,10	0,36	2,40	19,20	13,20	9,60	2,64	333,60	0,18	31,20	2,40	0,00	0,01	338	2011
Итого за прием пищи:	667	16,80	19,25	82,36	638,05	13,68	0,18	0,39	0,25	2,88	1,33	0,26	0,29	1,61	22,99	180,14	270,82	61,56	5,81	672,11	2,02	310,09	22,02	0,03	0,06		
Обед																											
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ	100	0,86	6,10	3,31	71,70	9,60	0,03	0,03	0,01	2,63	0,00	0,00	0,05	0,19	4,64	24,46	43,23	13,51	0,97	140,83	0,32	7,16	2,88	0,00	0,01	20	2011
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	250	4,69	7,15	10,54	158,10	6,86	0,06	0,08	0,25	2,41	0,00	0,63	0,20	1,40	11,66	41,50	80,22	24,33	1,59	374,91	1,19	40,69	6,92	0,00	0,04	82	2011
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,82	6,32	25,70	175,40	12,46	0,15	0,13	0,05	0,29	0,09	0,00	0,46	1,62	12,32	49,03	102,73	35,38	1,47	916,71	0,67	22,84	10,22	0,00	0,05	312	2011
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ	100	10,06	8,77	7,56	170,15	2,46	0,10	0,05	0,03	1,11	0,00	0,54	0,20	1,30	7,23	26,22	75,30	19,96	0,99	216,17	1,22	31,06	4,56	1,55	8,86	298	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,07	0,58	22,70	136,77	0,00	0,08	0,03	0,00	1,18	0,00	0,00	0,08	0,74	16,20	12,42	45,36	17,82	1,08	77,40	0,44	303,60	0,00	0,00	0,01	ПП	
ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	30	2,04	0,30	10,50	64,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	13,82	58,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,27	0,00	0,00	0,00	0,45	0,00	0,15	0,00	0,00	0,00	54-1хн	2022
Итого за прием пищи:	920	25,54	29,22	94,13	834,97	31,38	0,42	0,32	0,34	7,62	0,09	1,17	0,99	5,25	52,05	153,90	346,84	111,00	6,10	1 726,47	3,84	405,50	24,58	1,55	8,97		
Всего за день:		42,34	48,47	176,49	1 473,02	45,06	0,60	0,71	0,59	10,50	1,42	1,43	1,28	6,86	75,04	334,04	617,66	172,56	11,91	2 398,58	5,86	715,59	46,60	1,58	9,03		

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	Zn, мг	Na, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																											
ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ	200	10,81	14,32	61,87	498,53	2,66	0,15	0,09	0,11	3,76	0,16	0,02	0,68	1,48	34,45	65,63	124,35	31,51	1,90	603,40	1,06	17,03	6,31	0,03	0,05	395	2011
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (хлеб пшеничный)	35	2,13	4,43	11,74	107,90	0,00	0,05	0,03	0,04	0,70	0,08	0,00	0,04	0,46	8,10	7,50	26,15	9,90	0,61	39,45	0,23	152,15	0,00	0,00	0,00	1	2011
ИМУНЕЛЕ С ВИТАМИНАМИ D3 В6 + ЛАКТОБАКТЕРИИ 2,7% м 100г.	100	2,50	2,50	11,50	79,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,50	0,00	0,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	386	2011
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,19	0,00	9,63	41,11	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,06	0,00	4,64	7,42	3,96	0,74	25,10	0,00	0,92	0,00	0,00	0,00	376	2011
ПАСТИЛА ФРУКТОВАЯ	22	0,53	0,00	12,98	57,86	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2023
Итого за прием пищи:	557	16,16	21,25	107,72	784,40	2,70	0,20	0,13	0,15	4,46	1,74	0,02	1,02	2,00	42,55	77,77	157,92	45,37	3,25	667,95	1,29	170,10	6,31	0,03	0,05		
Обед																											
САЛАТ ОВОЩНОЙ БУКЕТ	100	1,08	9,59	7,21	121,75	10,45	0,03	0,04	0,47	4,22	0,00	0,00	0,08	0,35	7,10	37,76	36,49	19,38	0,97	158,88	0,26	16,29	3,33	0,00	0,01	17	2017
СУП КУРИНЫЙ	250	7,07	5,61	11,69	125,75	5,00	0,05	0,03	0,42	1,29	0,00	0,00	0,15	0,61	8,40	25,53	48,08	20,16	0,78	286,82	0,44	7,60	3,45	2,84	0,03	152	2016
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,21	8,28	46,37	300,84	0,00	0,25	0,00	0,04	0,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	22,08	242,88	162,84	5,52	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	269	2011
КОТЛЕТЫ БЕЛОРУССКИЕ	100	11,19	10,48	8,30	255,22	1,15	0,23	0,10	0,00	0,69	0,00	1,24	0,35	2,05	7,87	15,08	126,96	23,49	1,80	427,19	2,10	73,39	6,92	0,00	0,05	269	2011
СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	30	0,21	1,16	1,65	20,07	0,28	0,00	0,00	0,00	0,07	0,06	0,02	0,00	0,06	0,88	5,22	5,12	2,40	0,10	20,48	0,44	303,60	0,00	0,00	0,01	ПП	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,07	0,58	22,70	136,77	0,00	0,08	0,03	0,00	1,18	0,00	0,00	0,08	0,74	16,20	12,42	45,36	17,82	1,08	77,40	0,44	303,60	0,00	0,00	0,01	ПП	
ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	30	2,04	0,30	10,50	64,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
КИСЕЛЬ С ВИТАМИНАМИ "ВИТОЖКА" (для детей дошкольного и школьного возраста)	200	0,00	0,00	22,80	92,15	8,04	0,23	0,29	0,10	2,35	1,68	0,50	0,37	2,42	117,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	19	25/11/21
Итого за прием пищи:	950	35,87	36,00	131,22	1 117,35	24,92	0,87	0,49	1,10	10,49	1,70	1,74	1,03	6,23	157,95	118,09	504,89	246,09	10,25	970,77	3,28	402,29	13,95	2,84	0,10		
Всего за день:		52,03	57,25	238,94	1 901,75	27,62	1,07	0,62	1,25	14,95	3,44	1,76	2,05	8,23	200,50	195,86	662,81	291,46	13,50	1 638,72	4,57	572,39	20,26	2,87	0,15		

11 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	Витамины											Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	С, мг		В1, мг	В2, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	Zn, мг	Na, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг				
Завтрак																													
ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ В НАРЕЗКЕ	40	0,44	0,08	1,52	9,60	10,00	0,02	0,02	0,07	0,16	0,00	0,00	0,04	0,20	4,40	5,60	10,40	8,00	0,40	116,00	0,08	1,20	0,80	0,00	0,00	71	2011		
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	150	4,15	6,67	29,36	210,35	1,31	0,08	0,04	0,51	3,58	0,00	0,00	0,11	0,65	11,68	26,77	54,38	17,70	1,19	144,60	0,50	7,81	2,22	0,01	0,02	205	2011		
ЧЕБАБЧИЧИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ	80	9,62	11,00	2,83	169,20	0,66	0,10	0,06	0,21	0,63	0,06	0,79	0,26	1,93	5,10	13,28	86,12	24,73	1,06	219,12	1,52	37,43	4,46	3,55	20,24	271	2011		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,04	0,29	11,35	68,39	0,00	0,04	0,02	0,00	0,59	0,00	0,00	0,04	0,37	8,10	6,21	22,68	8,91	0,54	38,70	0,22	151,80	0,00	0,00	0,00	ПП	2011		
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,25	0,01	9,83	43,42	1,16	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,07	0,63	7,16	8,81	4,72	0,80	36,51	0,01	1,69	0,00	0,00	0,00	341	2011		
МАНДАРИНЫ СВЕЖИЕ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00	0,06	0,03	0,01	0,20	0,00	0,00	0,07	0,20	0,00	35,00	17,00	11,00	0,10	155,00	0,00	12,00	0,00	0,00	0,15	341	2011		
Итого за прием пищи:	600	17,30	18,25	62,39	538,96	51,13	0,30	0,18	0,80	5,16	0,06	0,79	0,52	3,42	29,91	94,02	199,39	75,06	4,09	709,93	2,33	211,93	7,48	3,56	20,41				
Обед																													
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	100	1,40	6,10	6,50	86,91	4,30	0,02	0,03	0,00	2,73	0,00	0,00	0,06	0,19	9,45	27,93	36,62	17,27	0,99	219,65	0,36	286,00	4,35	0,00	0,01	55	2011		
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250	1,35	5,68	8,59	97,58	11,89	0,05	0,06	0,20	2,20	0,00	0,00	0,18	0,71	9,01	41,54	43,51	18,90	0,96	307,39	0,44	12,92	4,17	0,00	0,02	88	2011		
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	200	15,95	13,03	33,07	425,78	0,54	0,07	0,13	0,24	3,99	0,00	2,34	0,45	4,16	19,01	24,79	215,56	44,24	2,63	381,71	3,75	68,21	8,02	0,01	0,08	244	2011		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,07	0,58	22,70	136,77	0,00	0,08	0,03	0,00	1,18	0,00	0,00	0,08	0,74	16,20	12,42	45,36	17,82	1,08	77,40	0,44	303,60	0,00	0,00	0,01	ПП			
ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	30	2,04	0,30	10,50	64,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,27	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	440	2008		
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200	0,00	0,00	13,82	58,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
Итого за прием пищи:	840	24,81	25,69	95,18	869,89	16,73	0,22	0,25	0,44	10,10	0,00	2,34	0,77	5,80	53,67	106,95	341,05	98,23	5,66	986,60	4,99	670,88	16,54	0,01	0,12				
Всего за день:		42,11	43,94	157,57	1408,85	67,86	0,52	0,43	1,24	15,26	0,06	3,13	1,29	9,22	83,58	200,97	540,44	173,29	9,75	1696,53	7,32	882,81	24,02	3,57	20,53				

12 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	Витамины											Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	С, мг		В1, мг	В2, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	Zn, мг	Na, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг				
Завтрак																													
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ 5 ЗЛАКОВ (овес, пшеница, ячмень, рожь, кукуруза)	200	7,39	7,75	38,01	253,70	0,57	0,18	0,16	0,04	1,52	0,08	0,00	0,11	1,71	10,12	135,73	210,33	63,54	1,70	306,79	1,81	64,48	12,54	11,45	1,42	173	2011		
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (хлеб пшеничный)	35	2,13	4,43	11,74	107,90	0,00	0,05	0,03	0,04	0,70	0,08	0,00	0,04	0,46	8,10	7,50	26,15	9,90	0,61	39,45	0,23	152,15	0,00	0,00	0,00	1	2011		
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	70	8,77	3,28	8,66	104,12	0,04	0,02	0,10	0,03	0,43	0,26	0,54	0,06	1,30	1,36	68,15	94,20	9,85	0,25	71,86	0,28	27,10	0,90	0,02	0,02	219	2011		
СМЕТАНА	10	0,25	1,46	0,34	19,98	0,01	0,00	0,01	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,00	7,31	4,80	0,64	0,02	10,90	0,03	3,50	0,90	0,00	0,00	1033	1998		
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,19	0,00	9,63	41,11	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,06	0,00	4,64	7,42	3,96	0,74	25,10	0,00	0,92	0,00	0,00	0,00	376	2011		
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	120	0,48	0,48	11,76	56,40	12,00	0,04	0,02	0,01	0,76	0,00	0,00	0,10	0,36	2,40	19,20	13,20	9,60	2,64	333,60	0,18	31,20	2,40	0,00	0,01	338	2011		
Итого за прием пищи:	635	19,21	17,40	80,14	583,21	12,66	0,29	0,33	0,13	3,41	0,42	0,54	0,31	3,90	21,98	242,53	356,10	97,49	5,96	787,70	2,53	279,35	16,74	11,47	1,45				
Обед																													
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЗЕЛЕНЬМ ЛУКОМ	100	0,75	10,08	8,72	133,58	17,40	0,02	0,04	0,04	4,35	0,00	0,00	0,13	0,50	9,80	46,32	25,46	13,42	0,83	174,10	0,35	11,64	2,40	0,00	0,02	45	2011		
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ С КУРИЦЕЙ	250	6,46	7,60	13,13	145,56	1,25	0,04	0,02	0,23	2,21	0,00	0,00	0,02	0,39	3,04	22,58	47,71	15,88	0,52	93,33	0,42	4,04	1,72	11,38	0,01	218	2006		
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,82	6,32	25,70	175,40	12,46	0,15	0,13	0,05	0,29	0,09	0,00	0,46	1,62	12,32	49,03	102,73	35,38	1,47	916,71	0,67	22,84	10,22	0,00	0,05	312	2011		
КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ РУБЛЕННЫЕ	100	15,69	12,60	12,12	141,22	0,19	0,07	0,10	0,04	0,64	0,00	0,38	0,38	3,94	7,11	17,39	142,72	62,19	1,94	275,26	1,61	163,05	4,49	12,74	72,66	270	2011		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,07	0,58	22,70	136,77	0,00	0,08	0,03	0,00	1,18	0,00	0,00	0,08	0,74	16,20	12,42	45,36	17,82	1,08	77,40	0,44	303,60	0,00	0,00	0,01	ПП			
ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	30	2,04	0,30	10,50	64,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,27	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	440	2008		
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	0,00	0,00	23,00	92,00	4,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
Итого за прием пищи:	920	32,83	37,48	115,87	889,33	35,30	0,38	0,34	0,36	8,67	0,09	0,38	1,15	7,39	48,67	161,74	377,98	152,69	8,64	1776,80	3,57	517,17	20,83	24,12	72,75				
Всего за день:		52,04	54,88	196,01	1472,54	47,96	0,67	0,67	0,49	12,08	0,51	0,92	1,46	11,29	70,65	404,27	734,08	250,18	14,60	2564,50	6,10	796,52	37,57	35,59	74,20				

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества									
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Zn, мг	Na, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг
Итого за весь период	502,15	503,93	1 960,59	15 455,02	607,84	7,08	6,29	426,24	124,95	24,22	14,81	567,72	84,47	979,73	2 760,17	5 988,76	2 173,89	119,51	19 233,35	50,51	6 915,21	400,08	190,62	221,85
Среднее значение за период	50,22	50,39	196,06	1 545,50	60,78	0,71	0,63	42,62	12,50	2,42	1,48	56,77	8,45	97,97	276,02	598,88	217,39	11,95	1 923,34	5,05	691,52	40,01	19,06	22,19

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	Обед
Льготная категория 1 смена 7-18 лет	618	897

Основание:

- 1) СанПин 2.3/2.4.3590-20 постановление от 27.10.2020 №32 срок действия с 01.01.2021г. до 01.01.2027г.
- 2) Утверждённые руководителем ФСН в сфере защиты потребителем и благополучия человека Г.Г. Онищенко
Утвержденные рецептуры на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельян - М: ДеЛиплюс 2017 - 544с
- 3) Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях. Под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельян - М: ДеЛиплюс 2016 -640с
- 4) Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания /Авт.-сост А.И.Здобнов, В.А.Цыганенко. - М.:ИКТЦ"ЛАДА", К.: Издат.Арий 2006; 680с
- 5) Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для п.о.п. при общеобразовательных школах. "Хлебпродинформ" М 2004
- 6) Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания . И.М. Скурихин, В.А.Тутельян, ДеЛипринт М.
- 7) МР 2.4.0179-20
- 8) Продукция изготовлена в соответствии с ТУ 10.12.20-001-73392522-2024 Полуфабрикаты из мяса птицы кусковые и мелкокусковые, бескостные, замороженные. Технические условия
- 9) Продукция изготовлена в соответствии с ТУ 10.13.15-003-73392522-2024 "Полуфабрикаты из мяса замороженные. Технические условия"
- 10) Продукция изготовлена в соответствии с ТУ 10.13.15-007-73392522-2024 "Полуфабрикаты из мяса птицы замороженные. Технические условия"
- 11) Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1—4-х классов в общеобразовательных организациях: Пособие.—М.: Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора, 2022.— 275 с.
- 12) Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Сборник технических нормативов. Под редакцией члена - корреспондента Российской академии наук В.Р. Кучмы. Москва 2016

Меню составил: Технолог Шиян Т.Н.

Меню согласовано специалистом-диетологом: Тихоновой Ю.А.

**ВЕДОМОСТЬ КОНТРОЛЯ ЗА РАЦИОНОМ ПИТАНИЯ
за 10-ти дневный период "осень-зима 2025год"**

завтрак и обед (50-60% от суточной нормы) завтрак 20-25% / обед 30-35%

Режим питания:

Возрастная категория:

Льготная категория 7-11лет

Наименование продукта	Норма на 1 чел., г в	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Факт. за 10 дн., г	Факт. за день, г	Выполнение, г	Выполнение, %
	80	60	60	30	55	30	55	57	30	30	30	437	43,7	-36	55
Хлеб ржаной	150	105	100	90	90	90	92	90	90	90	113	950	95	-55	63
Хлеб пшеничный	15	5,4		63,4	4,2		13	2	42,5	1,3		131,8	13,18	-2	88
Мука пшеничная	45	109,2	69,7	36,6	76,6	44	48,4	50	85,2	51	49,6	620,3	62,03	17	138
Крупа (злаки), бобовые	15	57,8		5	61,3	20	57,8		5	42	20	268,9	26,89	12	179
Макаронные изделия	187	54,6	178,5	32,5	80	120	60	171,6	132,4	29,4	154	1013	101,3	-86	54
Картофель	280	155,7	248,3	141,1	127,9	134,5	220,7	211,5	152,7	285	124,4	1801,8	180,18	-100	64
Овощи разные, зелень	185	120	145	20	100	107	120	127	4	107	120	970	97	-88	52
Фрукты свежие	15			20		20		25	22	20		107	10,7	-4	71
Сухофрукты	200	200					200				200	600	60	-140	30
Соки фруктовые (овощные, витаминизированные)	70	71,5		45,3	54,4	80	14	61,2		136,8		463,2	46,32	-24	66
Мясо	30											0	0	-30	0
Субпродукты (печень, язык, сердце)	35	71,5	71,5	66,2	102,7	24	134,7		126	24	93	713,6	71,36	36	204
Птица	58		69		27,2							96,2	9,62	-48	17
Рыба	300		28	200	52	110	50	128			138	706	70,6	-229	24
Молоко	150					100			100			200	20	-130	13
Кисломолочная пищевая продукция	50			68							68	136	13,6	-36	27
Творог	10				8							8	0,8	-9	8
Сыр	10		5	2				15		5	12	39	3,9	-6	39
Сметана	30	17,1	6,3	15	14,2	10	13,7	21,3	27,7	13,5	16,3	155,1	15,51	-14	52
Масло сливочное	15	12,5	8	7	8,9	12,4	9,7	10,5	8,9	10	12,7	100,6	10,06	-5	67
Масло растительное	40		9,2	14,44	3,2		2,2	50	16,44		3,92	99,4	9,94	-30	25
Яйцо	30	10,3	28,6	26,8	10,2	26	5,2	23,2	13	25,4	26,8	195,5	19,55	-10	65
Сахарный песок	10	30						30				60	6	-4	60
Кондитерские изделия	1	1	1		1	1		1	1	1	1	8	0,8	0	80
Чай	1						4					4	0,4	-1	40
Какао	2			8								8	0,8	-1	40
Кофейный напиток	0,2											0	0	0	0
Дрожжи	3				5				5			10	1	-2	33
Крахмал	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	20	2	-1	67
Соль	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	-1	50
Специи															

Рекомендации по корректировке меню:

Мед. работник

Директор

Ответственный за организацию питания

Технолог

Согласно таблицы замены пищевой продукции в граммах(нетто) с учетом их пищевой ценности:

Такие продукты как : Молоко, Творог, Сметана, яйцо входят в основном по нашему 2-х разовому питанию только в завтрак, следовательно Таблицы 3 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 доля суточной потребности в пищевых веществах и энергии на завтрак составляет 20-25% - следовательно соответствует.

Такие продукты как : Субпродукты, рыба, кисломолочная продукция, сыр - компенсируются мясом птицы.

ВЕДОМОСТЬ КОНТРОЛЯ ЗА РАЦИОНОМ ПИТАНИЯ за 10-ти дневный период "осень-зима 2025год"

завтрак и обед (50-60% от суточной нормы) завтрак 20-25% / обед 30-35%

Режим питания:

Возрастная категория:

Льготная категория 12-18 лет

Наименование продукта	Норма на 1 чел., г в	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Факт. за 10 дн., г	Факт. за день, г	Выполнение, г	Выполнение, %
Хлеб ржаной	120	60	60	30	55	30	55	57	30	30	30	437	43,7	-76	36
Хлеб пшеничный	200	105	100	90	90	90	92	90	90	90	113	950	95	-105	48
Мука пшеничная	20	5,4		63,4	4,2		13	2	42,5	1,3		131,8	13,18	-7	66
Крупа (злаки), бобовые	50	109,2	69,7	36,6	76,6	44	48,4	50	85,2	51	49,6	620,3	62,03	12	124
Макаронные изделия	20	57,8		5	61,3	20	57,8		5	42	20	268,9	26,89	7	134
Картофель	187	54,6	178,5	32,5	80	120	60	171,6	132,4	29,4	154	1013	101,3	-86	54
Овощи разные, зелень	320	155,7	248,3	141,1	127,9	134,5	220,7	211,5	152,7	285	124,4	1801,8	180,18	-140	56
Фрукты свежие	185	120	145	20	100	107	120	127	4	107	120	970	97	-88	52
Сухофрукты	20			20		20		25	22	20		107	10,7	-9	54
Соки фруктовые (овощные, витаминизированные)	200	200					200				200	600	60	-140	30
Мясо	78	71,5		45,3	54,4	80	14	61,2		136,8		463,2	46,32	-32	59
Субпродукты (печень, язык, сердце)	40											0	0	-40	0
Птица	53	71,5	71,5	66,2	102,7	24	134,7		126	24	93	713,6	71,36	18	135
Рыба	77		69		27,2							96,2	9,62	-67	12
Молоко	350		28	200	52	110	50	128			138	706	70,6	-279	20
Кисломолочная пищевая продукция	180					100			100			200	20	-160	11
Творог	60			68							68	136	13,6	-46	23
Сыр	15				8							8	0,8	-14	5
Сметана	10		5	2				15		5	12	39	3,9	-6	39
Масло сливочное	35	17,1	6,3	15	14,2	10	13,7	21,3	27,7	13,5	16,3	155,1	15,51	-19	44
Масло растительное	18	12,5	8	7	8,9	12,4	9,7	10,5	8,9	10	12,7	100,6	10,06	-8	56
Яйцо	40		9,2	14,44	3,2		2,2	50	16,44		3,92	99,4	9,94	-30	25
Сахарный песок	35	10,3	28,6	26,8	10,2	26	5,2	23,2	13	25,4	26,8	195,5	19,55	-15	56
Кондитерские изделия	15	30						30				60	6	-9	40
Чай	2	1	1		1	1		1	1	1	1	8	0,8	-1	40
Какао	1,2						4					4	0,4	-1	33
Кофейный напиток	2			8								8	0,8	-1	40
Крахмал	4				5				5			10	1	-3	25
Соль	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	20	2	-3	40
Специи	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	-1	50

Рекомендации по корректировке меню:

Мед. работник

Директор

Ответственный за организацию питания

Тасмолов И.С. Меню ИИ

Согласно таблицы замены пищевой продукции в граммах(нетто) с учетом их пищевой ценности:

Такие продукты как : Молоко, Творог, Сметана, яйцо входят в основном по нашему 2-х разовому питанию только в завтрак, следовательно Таблицы 3 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 доля суточной потребности в пищевых веществах и энергии на завтрак составляет 20-25% - следовательно соответствует.

Такие продукты как : Субпродукты, рыба, кисломолочная продукция, сыр - компенсируются мясом птицы.

Такие продукты как : Хлеб - компенсируются мукой которая входит в состав вареников и пельменей и макаронными изделиями - когда в меню эти продукты количество хлеба уменьшается.