



Исполнительный директор Автономной некоммерческой организации

«Комбинат социального питания»

Ш.С. Нгуен



Основное (организованное) ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ (сезон:Зима 2025г)
Для организации питания учащихся возрастной категории 7-11 лет,ОВЗ, инвалиды
в общеобразовательных учреждениях
(завтрак, обед,полдник)

Общественное учреждение: МБОУ гимназия №1, МБОУ СОШ №2, МБОУ СОШ №3, МБОУ СОШ №4, МБОУ СОШ №5, МБОУ СОШ №6

МБОУ СОШ №6, МБОУ СОШ №10, МБОУ СОШ №11, МБОУ СОШ №12, МБОУ СОШ №14

МБОУ СОШ №12, МБОУ СОШ №16, МБОУ СОШ №17, МБОУ СОШ №18, МБОУ СОШ №19, МБОУ СОШ №20, МБОУ СОШ №22

МБОУ СОШ №23, МБОУ СОШ №24, МБОУ СОШ №25, МБОУ СОШ №26, МБОУ СОШ №28, МБОУ СОШ №29

МБОУ СОШ №30, МБОУ СОШ №31, МБОУ СОШ №32, МБОУ СОШ №33, МБОУ СОШ №34

МБОУ СОШ №35, МБОУ СОШ №36, МБОУ СОШ №37, МБОУ СОШ №38, МБОУ СОШ №39

01.10.2025
МО Туапсинский округ

Приним пищи	№ рецептуры*	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества/мг/г/г							
				белок	жир	углеводы		А, рет эк в/сут	В1, мг/сут	В2, мг/сут	С, мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо			
НЕДЕЛЯ: 1 / ДЕНЬ: 1																		
Завтрак (25% от суточной потребности питательных веществ)				питательных веществ														
				г/г	Витростр 2,5 % жирности	125	3.75	3.12	19.37	120.60	15.00	0.05	0.00	0.90	186.00	22.50	142.50	0.16
				11**	Сыр порционный	15	3.48	4.43	0.00	54.00	39.00	0.01	0.05	0.11	132.00	5.25	75.00	0.15
				ТТ/М61	Ванилин со сливочным маслом 1:10:20	150	10.90	10.90	53.34	295.50	0.00	0.17	0.16	0.14	118.29	39.94	151.22	1.57
				Т11	Ватон пищевой	30	2.20	0.87	17.40	78.60	0.00	0.03	0.00	0.00	5.70	3.90	0.00	0.30
				261**	Чай с сахаром	200	0.07	0.30	10.01	40.00	0.00	0.00	0.00	0.03	10.94	1.40	2.80	0.23
					Итого завтрак	510	20.40	19.61	100.12	586.70	54.00	0.26	0.20	1.19	452.82	88.99	371.52	2.47
Обед (35% от суточной потребности потребления)				пищевых веществ														
				45*	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0.78	1.95	3.87	36.24	122.25	0.01	0.23	10.25	14.98	16.98	16.98	0.28
				ТТ/М62	Суп-лапша с курицей 200/25	225	4.42	6.90	10.45	135.09	97.60	0.04	0.03	0.40	22.84	8.54	30.08	0.52
				ТТ/М77	Котлеты из куриного филе	90	14.26	13.70	15.42	234.00	0.00	0.06	0.07	0.56	26.40	57.60	129.60	1.24
				210**	Пюре картофельное	150	3.06	4.80	20.45	136.50	23.80	0.14	0.11	18.17	36.98	27.75	86.60	1.01
				Т11	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2.40	0.36	14.70	66.60	0.00	0.05	0.03	0.00	13.52	14.12	45.21	1.15
				Т11	Хлеб пшеничный	30	2.20	0.27	16.80	75.00	0.00	0.00	0.02	0.00	6.00	4.20	19.50	0.33
				236**	Компот из свежих яблок (яблочный)	200	0.16	0.16	27.88	114.00	0.00	0.00	0.02	0.90	14.18	5.14	4.60	0.94
				231**	Рисовое молоко	100	0.40	0.30	10.30	47.00	0.00	0.02	0.02	5.00	19.00	12.00	16.00	2.30
					Итого обед	885	27.78	28.44	119.87	844.43	343.65	0.32	0.52	24.28	152.90	146.33	348.37	7.75
Полдник (15% от суточной потребности потребления питательных веществ)				пищевых веществ														
				143**	Яблоко отварное	40	4.80	4.00	0.30	36.60	100.00	0.03	0.18	0.00	22.00	5.00	77.00	1.00
				1*	Бутерброд с маслом сливочным 30/10	40	2.18	6.89	13.70	126.12	36.80	0.03	0.02	0.00	7.73	3.87	20.70	0.33
				ТТ/М78	Напиток из шиповника с сахаром	180	0.54	0.18	16.48	58.70	38.20	0.01	0.04	0.00	9.90	2.70	2.70	0.48
				231**	Апельсин свежий	100	0.40	0.30	10.30	47.00	38.20	0.03	0.02	5.00	19.00	12.00	16.00	2.30
					Итого полдник	360	7.92	11.37	40.78	288.42	313.20	0.10	0.26	77.00	58.63	23.57	110.40	4.11

Примечания	№ рецептуры*	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность, ккал	Витаминная			Минеральные вещества, мг/сут					
				белок	жир	углевода		А, рет экв/сут	В1, мг/сут	В2, мг/сут	С, мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо	
НЕДЕЛЯ: 1 // ДЕНЬ: 2																
Завтрак (25% от суточной потребности потребления пищевых веществ)			54-1-1*	60	0,83	2,70	4,60	45,60	0,68	0,01	0,02	2,28	19,20	10,80	21,60	0,70
			318*	100	14,29	4,60	2,94	102,60	16,67	0,05	0,05	0,01	18,59	15,67	97,06	0,81
			305*	150	4,30	36,67	199,95	18,40	0,02	0,02	0,00	2,42	19,01	60,60	0,51	
			173	20	1,60	0,24	9,80	44,40	0,00	0,02	0,01	0,00	1,61	12,67	40,40	0,40
			173	20	1,60	0,24	9,80	44,40	0,00	0,02	0,01	0,00	1,61	12,67	40,40	0,40
Итого завтрак			231**	200	1,53	0,18	11,20	50,00	0,00	0,00	0,01	0,00	4,00	2,80	13,00	0,22
			231**	100	0,76	0,09	5,60	25,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,00	6,50	6,50	0,11
			Итого завтрак	430	3,09	0,27	22,80	100,00	0,00	0,00	0,01	0,00	6,00	29,00	29,00	0,33
Обед 35% от суточной потребности потребления			Итого обед	770	37,15	34,30	119,76	1 017,60	115,61	0,47	14,29	115,66	368,92	122,26	394,72	8,61
Итого обед			78**	60	0,72	2,83	4,62	47,00	0,01	0,01	0,04	4,50	24,00	9,00	22,50	0,42
			78**	200	4,40	4,22	13,22	118,00	0,00	0,18	0,06	4,66	34,14	38,46	70,48	1,66
			207**	100	15,15	15,68	2,37	291,00	0,00	0,05	0,12	1,78	13,91	20,90	1,58,42	2,30
			173	150	5,52	4,52	26,45	168,00	0,00	0,05	0,00	0,00	4,86	21,12	17,17	1,11
			173	30	2,40	0,36	14,20	66,00	0,00	0,05	0,03	0,00	13,52	45,21	1,13	
Итого обед			241**	200	0,66	0,10	32,00	133,00	0,00	0,02	0,02	0,72	32,48	17,46	23,44	0,68
			241**	100	0,33	0,05	16,00	66,50	0,00	0,01	0,01	0,36	17,46	8,73	11,72	0,34
			Итого обед	400	1,00	0,20	64,00	266,50	0,00	0,03	0,04	1,08	64,00	64,00	23,44	1,00
Ужин 25% от суточной потребности потребления			Итого ужин	770	37,15	34,30	119,76	1 017,60	115,61	0,47	14,29	115,66	368,92	122,26	394,72	8,61
Итого ужин			78**	60	0,72	2,83	4,62	47,00	0,01	0,01	0,04	4,50	24,00	9,00	22,50	0,42
			78**	200	4,40	4,22	13,22	118,00	0,00	0,18	0,06	4,66	34,14	38,46	70,48	1,66
			207**	100	15,15	15,68	2,37	291,00	0,00	0,05	0,12	1,78	13,91	20,90	1,58,42	2,30
			173	150	5,52	4,52	26,45	168,00	0,00	0,05	0,00	0,00	4,86	21,12	17,17	1,11
			173	30	2,40	0,36	14,20	66,00	0,00	0,05	0,03	0,00	13,52	45,21	1,13	
Итого ужин			241**	200	0,66	0,10	32,00	133,00	0,00	0,02	0,02	0,72	32,48	17,46	23,44	0,68
			241**	100	0,33	0,05	16,00	66,50	0,00	0,01	0,01	0,36	17,46	8,73	11,72	0,34
			Итого ужин	400	1,00	0,20	64,00	266,50	0,00	0,03	0,04	1,08	64,00	64,00	23,44	1,00
Полдник 15% от суточной потребности потребления пищевых веществ			Итого полдник	350	10,42	10,70	40,70	341,00	72,90	1,60	0,40	1,14	169,99	10,26	93,52	2,14
Итого полдник			ТТК/К/Б/Ч/П	50	8,95	9,60	20,89	254,00	72,90	1,60	0,40	1,08	149,20	7,60	88,20	1,70
			Чай с сахаром	200	0,07	0,20	10,01	40,00	0,00	0,00	0,00	0,03	10,94	1,40	2,80	0,25
Итого полдник			231**	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,00	0,00	0,00	0,03	9,65	1,26	2,52	0,21

Примечание	№ рецептуры*	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества, мг/сут							
				белок	жир	углеводы		А, ретинол, мкг/сут	В1, мг/сут	В2, мг/сут	С, мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо						
НЕДЕЛЯ: 1 // ДЕНЬ: 3																					
Завтрак (25% от суточной потребности в пищевых веществах)				47*	Салат из вареной капусты	60	1,2	1,00	5,08	51,42	0,00	0,02	0,02	11,89	31,53	9,61	20,38	0,4			
				ТТК №72	Рыбные палочки	100	11,16	14,65	16,67	266,00	22,50	0,07	0,06	0,30	24,88	26,62	162,20	0,71			
				210**	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,45	136,50	23,80	0,13	0,11	18,17	36,98	27,75	86,59	1,01			
				ГП	Хлеб ржаной-пшеничный	20	1,60	0,24	9,80	44,40	28,56	0,16	0,13	21,80	44,37	33,90	103,91	1,21			
				ГП	Хлеб пшеничный	20	1,53	0,18	11,20	50,00	0,00	0,00	0,01	0,00	4,00	2,80	13,00	0,22			
				262**	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00	0,00	0,00	0,00	2,83	14,20	2,40	4,40	0,36			
				масса блюда — не менее 200г/						450											
ИТОГО ЗАВТРАК				18,69 22,89 78,48 618,32 74,86 0,39 0,17 0,17 54,99 155,96 102,48 390,48 3,91																	
Обед (35% от суточной потребности в пищевых веществах)				306*	Горошек консервированный	60	1,73	1,63	3,47	35,52	8,40	0,04	0,02	5,82	14,35	12,11	36,8	0,42			
				62**	Вареное куриное мясо и картошка	200	1,44	3,94	8,74	82,00	134,60	0,04	0,04	8,54	39,78	20,90	43,68	0,98			
				ТТК №75	Чай с лимоном	100	11,94	10,12	3,51	153,00	37,50	0,05	0,10	2,09	39,87	15,10	91,53	1,01			
				303*	Жареное куриное мясо	150	4,00	5,00	23,94	157,50	0,00	0,11	0,02	0,00	10,97	29,90	85,47	0,98			
				ГП	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,40	0,36	14,70	66,60	0,00	0,03	0,03	0,00	13,52	14,12	45,21	1,13			
				ГП	Хлеб пшеничный	42	3,22	0,38	21,00	105,00	0,00	0,00	0,03	0,00	8,40	5,88	27,20	0,46			
				ТТК №74	Компот из яблок	200	0,20	0,10	24,78	109,44	3,06	0,01	0,01	24,00	9,56	8,56	8,11	0,36			
				масса блюда — не менее 200г/						782											
ИТОГО ОБЕД				25,67 21,52 100,14 709,66 182,56 0,20 0,25 0,25 40,45 136,44 106,57 340,10 5,34																	
Полдник (15% от суточной потребности в пищевых веществах)				ГП	Вареное куриное мясо	30	1,50	9,00	18,00	159,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
				ГП	Сок яблочный, 0,2 в пром. упаковке	200	1,00	0,00	20,00	42,00	0,00	0,01	0,01	4,00	14,00	8,00	14,00	1,40			
				231**	Апельсиновый сок	100	0,40	0,30	10,30	47,00	0,00	0,03	0,02	5,00	19,00	12,00	16,00	2,30			
				масса блюда — не менее 200г/						330											
ИТОГО ПОЛДНИК				2,90 9,30 48,30 248,00 6,00 0,04 0,03 0,03 9,00 33,00 20,00 30,00 3,70																	

Продукты		Масса порции, г	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества, мг/сут			
			белок	жир	углеводы		А, мг/сут	В1, мг/сут	В2, мг/сут	С, мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо		
Примечание: * - без рецептуры																
Наименование блюда																
Итого за 1 день: 4																
Завтрак (25% от суточной потребности пищевых веществ)																
ПП	Мед. какао-порошок	60	0,72	2,83	4,62	47,00	0,01	0,01	0,04	4,50	24,00	9,00	22,50	0,42		
ТТЖ/М/О	Кефир 1% жирности	90	11,43	19,57	12,57	266,00	38,40	0,16	0,11	0,00	14,36	18,84	129,38	3,24		
207**	Медовый напиток с маслом	150	5,52	4,52	26,45	18,40	0,06	0,00	0,00	4,86	21,12	37,17	1,11			
ПП	Хлеб ржаной-пшеничный	20	1,60	0,24	9,80	44,40	0,00	0,00	0,00	3,24	14,08	0,74	0,74			
ПП	Хлеб пшеничный	20	1,55	0,18	11,20	40,00	0,00	0,00	0,01	0,00	13,00	0,22	0,22			
261**	Чай с сахаром	200	0,07	0,20	10,01	50,00	0,00	0,00	0,00	0,03	10,94	1,40	2,80	0,23		
Итого ЗАВТРАК:		540	28,87	27,54	74,65	617,40	56,41	0,27	0,16	5,13	61,40	67,34	229,63	5,96		
Обед (35% от суточной потребности пищевых веществ)																
54-214	Курица консервированная	60	1,20	0,20	6,10	31,30	0,72	0,01	0,02	1,15	22,00	6,80	21,00	0,19		
108*	Суп картофельный с мясом 150/50	200	2,85	3,07	15,03	115,00	16,84	0,08	0,06	4,60	36,72	20,28	57,78	0,94		
ТТЖ/М/О	Пюре из картофеля 70/30	200	22,33	22,80	39,60	448,80	262,00	0,09	0,14	1,80	19,40	42,89	223,20	2,81		
ПП	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,40	0,36	14,70	66,60	0,00	0,05	0,03	0,00	13,52	14,12	45,31	1,13		
ПП	Хлеб пшеничный	40	3,07	0,36	22,40	100,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,00	5,60	26,00	0,44		
ТТЖ/М/О	Компот из яблок свежемороженых	200	0,30	0,09	12,33	49,13	1,36	0,01	0,01	26,33	10,03	9,33	8,89	0,39		
Итого ОБЕД:		740	32,15	27,40	110,16	816,83	282,92	0,24	0,29	13,48	99,67	99,02	380,48	5,90		
Ужин (40% от суточной потребности пищевых веществ)																
ПТЖ/М/О	Вареники со свежими мясом 130/20	150	10,90	10,99	53,34	295,50	0,00	0,17	0,16	0,14	118,29	35,94	151,22	1,57		
386*	Кефир 1 лит 200г 2,5%	200	5,80	5,00	8,00	100,00	40,00	0,08	0,34	1,40	20,00	28,00	180,00	0,20		
Итого ПОЛДНИК:		350	16,70	15,99	61,34	395,50	40,00	0,25	0,50	1,54	138,29	63,94	331,22	1,77		

Примечания	№ рецептуры*	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Макроэлементы, мг/сут									
				белок	жир	углеводы		A, ед/сут	B1, мг/сут	B2, мг/сут	C, мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо					
НЕДЕЛЯ: 1 // ДЕНЬ: 5																				
Завтрак (25% от суточной потребности пищевых веществ)				75*	Икра свекольная	60	1,42	0,06	13,72	111,18	18,56	0,02	2,52	3,40	35,53	36,55	18,08	1,02		
				144**	Омлет натуральный	150	15,14	22,86	2,76	276,00	343,22	0,08	0,52	0,24	112,10	18,90	249,06	2,78		
				171	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,60	0,24	9,80	44,40	0,00	0,00	0,01	0,00	4,00	2,80	13,00	0,22	0,36	
				171	Ватрушка пшеничная	20	2,30	0,87	17,40	78,60	0,00	0,00	0,00	0,00	5,70	3,90	0,00	0,00	0,00	
				264**	Пюре из картофеля	34	2,05	3,40	25,16	139,04	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого ЗАВТРАК				231**	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,94	50,00	20,00	0,04	0,16	1,30	125,78	14,00	90,00	0,14		
				231**	Йогурт свежий	100	0,40	0,40	9,80	47,00	18,00	0,04	0,14	1,17	113,20	12,60	81,00	0,13		
				Итого ЗАВТРАК			25,97	30,57	94,58	746,22	399,78	0,27	3,35	6,17	396,57	88,75	451,14	4,45		
Обед (35% от суточной потребности потребления пищевых веществ)				47*	Суп из мясной капусты	60	1,2	3,00	5,08	51,42	0,00	0,02	0,02	11,89	31,53	9,61	20,28	0,4		
				72**	Рисовый суп с овощами	200	1,62	4,08	9,60	84,00	104,00	0,08	0,04	6,50	23,32	19,14	45,18	0,74	45,18	0,74
				ТТКМ-69	Жаркое по-домашнему (свинина) 70/130	200	14,05	33,71	30,81	437,60	0,00	0,23	0,25	29,04	30,20	57,69	286,49	4,24	1,13	
				171	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,40	0,36	14,70	66,60	0,00	0,05	0,03	0,00	13,52	14,12	45,21	1,13		
				171	Хлеб пшеничный	40	3,07	0,36	22,40	100,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,00	5,60	26,00	0,44		
Итого ОБЕД				231**	Сок в аскорбинате	180	0,90	0,00	18,00	37,80	0,00	0,01	0,01	3,60	12,60	7,20	12,60	1,26		
				231**	Апельсины свежие	100	0,40	0,30	10,30	47,00	0,00	0,03	0,02	5,00	19,00	12,00	16,00	2,30	0,00	0,00
				171	Ватрушка с яблоком	15	0,75	4,50	9,00	79,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого ОБЕД			24,39	46,37	119,89	901,92	104,00	0,42	0,48	56,03	126,17	125,56	452,06	19,57						
Полдник (15% от суточной потребности потребления пищевых веществ)				ТТКМ-81	Ватрушка с сыром 30/51/5	50	5,80	8,20	15,23	137,00	59,00	0,04	0,07	0,11	139,20	9,45	96,00	0,49		
				263**	Чай с лимоном	180	0,12	0,01	13,68	55,80	0,00	0,00	0,00	2,50	12,78	2,16	3,96	0,36	1,00	
				171	Мороженое 0,2 3,2% (в индивидуальной упаковке)	200	6,00	6,40	9,40	120,00	0,00	0,00	14,00	2,00	240,00	7,00	18,00	1,00		
				Итого ПОЛДНИК			11,92	14,71	38,11	232,80	59,00	0,04	14,07	4,61	391,98	18,61	117,96	1,85		
				Итого ПОЛДНИК			11,92	14,71	38,11	232,80	59,00	0,04	14,07	4,61	391,98	18,61	117,96	1,85		

НЕДЕЛЯ 2 // ДЕНЬ 6	Прием пищи	№ рецептуры*	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность, г	Энергетическая ценность, ккал	Витамин	Минеральные вещества, мг/сут																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																</
--------------------	------------	--------------	--------------------	-----------------	---------------------	-------------------------------	---------	------------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----

НЕДЕЛЯ: 2 // ДЕНЬ: 6

Завтрак (25% от суточной потребности потребления пищевых веществ)															
143**	Ябло отварное	40	4.80	4.00	0.30	56.60	100.00	0.03	0.18	0.00	0.00	22.00	5.00	77.00	1.00
182	Хлеб ржаной-пшеничный	160	2.32	3.96	28.97	161.00	20.00	0.02	0.02	0.00	0.00	4.70	16.40	50.60	0.36
171	Хлеб ржаной-пшеничный	20	1.60	0.24	9.80	44.40	0.00	0.03	0.02	0.00	0.00	9.01	9.41	30.14	0.75
262**	Чай с лимоном	200	2.20	0.87	17.40	78.60	0.00	0.03	0.00	0.00	0.00	5.70	3.90	0.00	0.16
231**	Яблоко свежее	100	0.13	0.02	15.20	62.00	0.00	0.00	0.00	0.00	2.83	14.20	2.40	4.40	0.36
171	Выпечка дрожжевая	15	0.40	0.40	9.80	47.00	0.00	0.00	0.00	0.00	2.50	12.78	2.16	3.96	0.16
	Всего (порция) — не менее 280г/сут	535	0.75	4.50	9.00	79.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
ИТОГО ЗАВТРАК			12.20	11.99	90.47	529.10	120.00	0.11	0.22	0.00	5.23	68.29	38.27	106.10	2.19

Обед (35% от суточной потребности потребления пищевых веществ)															
5413*	Салат из свежих овощей	60	0.83	2.70	4.60	45.60	0.68	0.01	0.02	2.28	19.20	10.80	21.60	0.70	
108*	Суп картофельный с кашами 150/70	200	2.85	3.67	15.03	115.00	16.84	0.08	0.06	4.60	26.72	20.28	51.78	0.94	
210**	Рыба жареная	100	11.16	14.65	16.67	266.00	22.50	0.07	0.06	0.30	24.88	26.62	162.20	0.71	
171	Пюре картофельное	150	3.06	4.80	20.45	136.50	23.80	0.13	0.11	18.17	36.98	27.75	86.59	1.01	
171	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2.40	0.36	14.70	66.60	0.00	0.05	0.03	0.00	13.52	14.12	45.21	1.13	
236**	Хлеб пшеничный	30	2.30	0.27	16.80	75.00	0.00	0.00	0.02	0.00	6.00	4.20	19.50	0.33	
	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0.16	0.16	27.88	114.00	0.00	0.00	0.02	0.90	14.18	5.14	4.40	0.94	
	Всего (порция) — не менее 700г/сут	770	22.76	26.61	116.13	818.70	68.82	0.35	0.31	24.35	141.48	108.91	397.28	5.76	
ИТОГО ОБЕД															

Полдник (15% от суточной потребности потребления пищевых веществ)															
ТТК №76	Горячий бутерброд с сыром и помидорами	50	8.95	9.60	20.89	254.00	72.90	1.60	0.40	1.08	149.20	7.60	88.20	1.70	
231**	Напиток из шиповника с сахаром	180	0.54	0.18	16.48	58.70	88.20	0.01	0.04	72.00	9.90	2.70	2.70	0.48	
	Апельсиновый сок	100	0.40	0.30	10.20	47.00	88.20	0.03	0.02	5.00	19.00	12.00	16.00	2.30	
	Всего (порция) — не менее 300г/сут	330													
ИТОГО ПОЛДНИК			9.89	10.04	47.67	359.70	249.30	1.64	0.46	78.08	178.10	22.30	106.90	4.48	

Прием пищи	№ рецептура*	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамин					Минеральные вещества, мг/сут			
				белок	жир	углеводы		А,мг/сут	В1,мг/сут	В2,мг/сут	С,мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо	
НЕДЕЛЯ: 2 // ДЕНЬ: 7																
Завтрак (25% от суточной потребности потребления пищевых веществ)	43*	Салат из свежих овощей с морковью	60	0,78	1,95	3,87	36,24	122,25	0,01	0,23	10,25	14,98	16,98	16,98	0,28	
	ТТК/МБЗ	Гречиха из говядины 50/50	100	15,15	15,60	2,57	291,00	0,00	0,05	0,12	1,78	13,91	20,90	158,42	2,30	
	302*	Жидкая рисовая каша с гречихой	150	8,59	6,09	38,64	241,75	0,00	0,20	0,11	0,00	14,82	135,80	203,90	4,56	
	ТП	Хлеб ржаной-пшеничный	20	1,60	0,24	9,80	44,40	0,00	0,04	0,03	0,00	12,61	13,17	42,20	1,05	
	ТП	Хлеб пшеничный	20	1,51	0,18	11,20	50,00	0,00	0,00	0,01	0,00	4,00	2,80	13,00	0,23	
	261**	Чай с сахаром	200	0,07	0,20	10,01	40,00	0,00	0,00	0,00	0,03	10,94	1,40	2,80	0,23	
всего (порция - не менее 500г):				530												
ИТОГО ЗАВТРАК				27,72	24,44	76,09	705,79	122,25	0,20	0,50	12,06	71,26	191,65	437,20	8,64	
Обед (35% от суточной потребности потребления пищевых веществ)	ТП	Неро жаренная говядина	60	0,72	2,83	4,62	47,00	0,01	0,01	0,04	4,50	24,00	9,00	22,50	0,42	
	72**	Рисовый суп с овощами	200	1,62	4,08	9,60	84,00	104,00	0,08	0,04	6,50	23,32	19,24	45,38	0,74	
	ТТК/МБЗ	Котлеты куриные	90	11,43	19,57	12,57	268,00	38,40	0,16	0,11	0,60	14,36	18,64	129,28	3,24	
	307**	Мякоть говядины с маслом	150	5,52	4,32	26,45	168,00	18,40	0,06	0,00	0,00	4,86	21,12	37,17	1,11	
	ТП	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,40	0,36	14,70	66,60	0,00	0,05	0,03	0,00	13,52	14,12	45,21	1,13	
	ТП	Хлеб пшеничный	30	2,30	0,27	16,80	75,00	0,00	0,00	0,02	0,00	6,00	4,20	19,50	0,33	
ТТК/МБЗ	Компот из яблок	200	0,30	0,10	24,78	109,44	3,00	0,01	0,01	0,01	24,00	9,56	8,56	8,11	0,36	
	Варенье	100	1,50	0,50	21,00	90,00	0,00	0,04	0,05	0,05	10,00	8,00	42,00	28,00	0,60	
всего (порция - не менее 700г):				860												
ИТОГО ОБЕД				25,79	37,23	126,52	914,04	165,87	0,41	0,30	45,60	165,62	137,18	335,25	7,03	
полдник (15% от суточной потребности потребления пищевых веществ)	ТП	Печенье «Ангелки»	26	2,00	4,50	17,00	120,00	286,02	0,02	0,43	0,20	95,58	15,75	207,55	1,02	
	ТП	Молоко 0,2-3,2% (в натуральной упаковке)	200	6,00	6,40	9,40	120,00	0,00	0,00	14,00	2,00	240,00	7,00	18,00	1,00	
	231**	Яблочное пюре	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
всего (порция - не менее 300г):				326												
ИТОГО ПОЛДИК				8,40	11,30	36,20	297,00	286,02	0,02	14,43	2,20	335,58	22,75	275,55	2,02	

Прием пищи	№ рецептуры*	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества, мг/сут			
				белок	жир	углеводы		А,мг/сут	В1,мг/сут	В2,мг/сут	С,мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо	
Итого за день: 8																
Завтрак (25% от суточной потребности потребления пищевых веществ)	11**	Сыр посолон	10	2,32	2,95	0,00	36,00	26,00	0,00	0,03	0,07	86,00	3,56	50,00	0,10	
	10**	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,00	20,00	0,00	0,01	0,00	1,20	0,00	1,50	0,01	
	ТТК №80	Завтрак из творога со сметаной 150/20	170	21,86	16,49	24,47	314,50	52,17	0,06	0,30	0,29	228,00	32,64	296,80	0,88	
	ТТ1	Хлеб ржаной-пшеничный	20	1,60	0,24	9,80	44,48	0,00	0,00	0,01	0,00	4,00	2,40	13,00	0,22	
	ТТ3	Хлеб пшеничный	20	1,33	0,18	11,20	50,00	0,00	0,00	0,01	13,00	4,00	2,40	13,00	0,22	
	262**	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00	0,00	0,00	0,00	2,83	14,20	2,40	4,40	0,36	
	231**	Скороваренное	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,00	0,00	0,00	2,50	12,78	2,16	3,96	0,36	
	Итого (всего) — не менее 200г:			525	27,48	23,91	70,54	586,90	98,17	0,06	0,26	5,69	152,18	46,30	382,66	2,15
ИТОГО ЗАВТРАК																
Обед (35% от суточной потребности потребления пищевых веществ)	54.21*	Кукуруза и консервированная	60	1,20	0,20	6,10	31,30	0,72	0,01	0,02	1,15	22,00	6,80	21,00	0,19	
	ТТК №62	Суп-пюре с куриной 200/25	225	4,42	0,90	10,45	135,09	97,60	0,04	0,03	0,40	22,84	8,54	30,06	0,52	
	318*	Фасоль тушеная в соусе 50/50	100	14,29	4,60	2,94	102,60	16,67	0,05	0,05	0,01	18,59	15,67	97,06	0,81	
	305*	Рис отваренный	150	3,64	4,30	36,67	199,95	18,40	0,02	0,00	0,51	24,2	19,01	60,60	0,51	
	ТТ1	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,40	0,36	14,20	66,60	0,00	0,03	0,00	13,52	14,12	43,21	1,13	19,50	0,33
	247**	Хлеб пшеничный	30	2,30	0,27	16,80	75,00	0,00	0,00	0,02	6,00	4,20	19,50	0,33	19,50	0,33
	ТТ3	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,10	32,00	132,00	0,00	0,02	0,02	0,72	32,48	17,46	23,44	0,68	
	Молочко 0,2 3,2% (в индивидуальной упаковке)	200	6,00	6,40	9,40	120,00	0,00	0,00	14,00	2,00	240,00	7,00	18,00	1,00	1,00	
	Итого (всего) — не менее 200г:			995	34,92	23,13	129,66	862,54	123,39	0,19	0,19	4,28	357,85	92,80	314,09	5,17
	ИТОГО ОБЕД															
ПОЛДНИК (15% от суточной потребности потребления пищевых веществ)	45*	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,78	1,95	3,87	36,24	122,25	0,01	0,13	10,25	14,98	16,98	16,98	0,28	
	ТТК №77	Котлеты из куриного филе	90	14,26	13,70	15,42	234,00	0,00	0,06	0,07	0,56	26,40	57,60	129,60	1,24	
	ТТ1	Хлеб ржаной-пшеничный	20	1,60	0,24	9,80	44,48	0,00	0,09	0,07	12,11	24,65	18,50	37,75	0,67	
	ТТ3	Хлеб пшеничный	40	3,07	0,36	22,40	100,00	0,00	0,00	0,03	0,00	8,00	5,60	20,00	0,44	
	261**	Чай с сахаром	180	0,06	0,18	9,01	36,00	0,00	0,00	0,02	0,00	9,86	1,36	2,52	0,21	
Итого (всего) — не менее 200г:			390	19,77	16,43	66,50	456,64	122,25	0,16	0,41	22,92	43,89	99,94	232,83	2,84	
ИТОГО ПОЛДНИК																

Прием пищи	№ рецептуры*	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества, мг / сут			
				белок	жир	углеводы		А, рети/сут	В1, мг/сут	В2, мг/сут	С, мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо	
ПРИЛОЖЕНИЕ 2 // ДЕНЬ 9																
Завтрак (25% от суточной потребности потребления пищевых веществ)																
	47*	Сметан из вареной картошки	60	1,2	3,00	5,08	51,42	0,00	0,02	0,02	11,89	31,53	9,61	20,18	0,4	
	ТТК№42	Яйцо из курицы 70(130)	200	17,00	11,16	35,73	352,50	45,00	0,05	0,12	0,52	42,13	43,70	185,03	1,97	
	П1	Хлеб ржан.-пшеничный	20	1,60	0,24	9,80	44,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	П1	Хлеб пшеничный	20	1,53	0,18	11,20	50,00	0,00	0,00	0,01	0,00	4,00	2,80	13,00	0,22	
	261**	Чай с сахаром	200	0,07	0,20	10,01	40,00	0,00	0,00	0,00	0,03	10,94	1,40	2,80	0,23	
	П1	Молоко 0,2-3,2% (в индивидуальной упаковке)	200	6,00	6,40	9,40	120,00	0,00	0,00	14,00	2,00	240,00	7,00	18,00	1,00	
		всего (порция - не более 200г)	700													
		ИТОГО ЗАВТРАК		27,40	21,28	81,22	658,32	45,00	0,07	14,15	14,44	328,60	64,21	239,47	3,82	
Обед (35% от суточной потребности потребления пищевых веществ)																
	75*	Яйра свекловичная	60	1,42	0,06	13,72	111,18	18,56	0,02	2,52	3,40	35,53	36,55	18,08	1,02	
	60**	Пш из смеси круп с картофелем (с курицей) 20(125)	225	1,42	3,96	6,32	70,00	112,20	0,04	0,04	12,62	39,40	17,70	30,20	0,66	
	187**	Тертые мясные (говядина) 60(30)	90	7,54	7,90	8,16	124,00	11,70	0,04	0,07	2,80	33,90	15,00	93,14	1,20	
	302*	Кваш капуста (свежая)	150	8,59	6,09	38,64	241,75	0,00	0,20	0,11	0,00	14,82	135,80	203,90	4,56	
	П1	Хлеб ржан.-пшеничный	30	2,40	0,36	14,70	66,60	0,00	0,05	0,03	0,00	13,52	14,12	45,21	1,13	
	П1	Хлеб пшеничный	30	2,30	0,27	16,80	75,00	0,00	0,00	0,02	0,00	6,00	4,20	19,50	0,33	
	П1	Сок в аскорбинате	180	0,90	0,00	18,00	37,80	0,00	0,01	0,01	3,60	12,60	7,20	12,60	1,36	
		всего (порция - не более 700г)	765													
		ИТОГО ОБЕД		24,57	18,64	116,34	726,23	142,46	0,36	2,80	22,42	155,77	236,37	431,43	10,16	
Полдник (15% от суточной потребности потребления пищевых веществ)																
	144**	Омлет картофельный	150	15,14	22,86	2,76	276,00	341,22	0,08	0,52	0,24	112,10	18,90	249,06	2,78	
	П1	Хлеб ржан.-пшеничный	20	1,60	0,24	9,80	44,40	0,00	0,00	0,01	0,00	4,00	2,80	13,00	0,22	
	П1	Хлеб пшеничный	30	2,30	0,27	16,80	75,00	0,00	0,00	0,02	0,00	6,00	4,20	19,50	0,33	
	П1	Пюре	34	2,05	3,40	25,16	139,04	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	ТТК№43	Чай с мятой	180	3,30	1,22	7,20	72,90	9,00	0,00	0,14	1,20	30,00	13,86	83,52	0,37	
		всего (порция - не более 200г)	414													
		ИТОГО ПОЛДНИК		24,39	27,99	61,72	607,34	352,22	0,08	0,69	1,44	152,10	39,76	365,40	3,70	

CE3OH: 3mm

BOBACTHAKATIE'OPHIA 7-11 net

3ABTIPAK

[illegible]

СЕСОН: 31мм

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7-11 лет

OBJET

	Пищевая ценность, г				Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг/г			
	белок	жир	углевод	воды		А, мкг/сут	В1, мкг/сут	В2, мкг/сут	С, мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо
Повторность в анализе качества, среднее, выходящее из лабораторных испытаний (бумага) по С.м.П.П. 2.3.2.1.3590-20	77	79	335	2350	700	1,2	1,4	60	1100	1100	250	12	
Повторность в анализе качества, среднее, выходящее из лабораторных испытаний (бумага) по С.м.П.П. 2.3.2.1.3590-20	78,95	77,65	117,35	822,5	245	0,42	0,49	21	345	345	87,5	4,2	
Длина срока, 25% от суммы повторности погрешности анализа (каждый) — 25% от суммы погрешности анализа — среднее значение 1416 дней	26,77	26,41	118,35	845,64	180,21	0,55	2,38	31,50	181,28	127,68	367,40	2,17	

CE3OH: 3mm

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7-11 лет

ПОДІННИК

Показатель и единица измерения: диаметр, выходящий в отверстие; диаметр выходящий (внутренний) по ГОСТ 2.3.2.2.3.590-70	Поперечное сечение, μ			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества, мг/100г			
	внутр.	внеш.	углевод.		А, рет. экв./сут	B1, мг/сут	B2, мг/сут	C, мг/100г	Кальций	Железо	Фосфор	Железо		
Коэффициент и коэффициент эквивалентности, умножить, делить на коэффициент эквивалентности (показатель) — 15% от среднего нормального (по ГОСТ 2.3.2.2.3.590-70)	77	79	335	2350	700	1,2	1,4	60	1100	1100	230	12		
Размер продукции/15% от среднего показателя продукции (показатель) — среднее значение за 10 дней	11,55	11,65	50,25	32,5	105	0,18	0,21	9	165	165	37,5	1,6		
	12,23	12,60	59,25	36,67	140,49	0,41	3,14	20,00	189,68	151,92	172,46	2,65		