

ВЫПОЛНЕНИЕ НОРМ ПИТАНИЯ СОГЛАСНО ТРЕБОВАНИЯМ САНИПН 1.3.2.4 3590-20 ПО ОСНОВНОМУ ЦИКЛИЧНОМУ МЕНЮ ДЛЯ ВОЗРАСТНОЙ КАТЕГОРИИ 7-11 ЛЕТ

ПОДШИТКИ

Наименование блюд / сырья	Выход, г, шт	Хлеб ржан	Хлеб пшенич	Мука пшенич	Крупа, бобовые	Мак аронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты свежие	Сухофрукты	Соки натуральные	Мясо	Субпродукты	Птица	Рыба	Молоко	Кисломолочные продукты	Творог	Сыр	Сметана	Масло слив	Масло растительное	Яйца	Сахар	Кондитерские изделия	Чай	Какао-порошок	Кофейный напиток	Дрожжи		
ПОНЕДЕЛЬНИК																															
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	170			0,5	29,7				43,9				51									4		11,7	0,5						
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180								6,3															7,2							
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	20	20																												0,1	
Итого за прием пищи:	370	20	0	0,5	29,7	0	0	43,9	6,3	0	0	0	51	0	0	0	0	0	0	0	0	4	0	11,7	7,7	0	0	0	0	0,1	
ВТОРНИК																															
ТЫКВА ПРИПУЩЕННАЯ С ЯБЛОКАМИ	170							131	45												6,6			6,6							
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180								14,4															7,2							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	20																												0,1	
Итого за прием пищи:	370	0	20	0	0	0	0	131	45	14,4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	6,6	0	0	13,8	0	0	0	0	0,1	
СРЕДА																															
ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ С КУРИЦЕЙ	150		3,6				69	69,7						48							2,5	4									
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180															45								9		1					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	20																												0,1	
Итого за прием пищи:	350	0	23,6	0	0	0	69	69,7	0	0	0	0	0	48	0	45	0	0	0	0	2,5	4	0	9	0	1	0	0	0,1		
ЧЕТВЕРГ																															
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ТЫКВОЙ / ПОВИДЛО 150/10	160		5,2		9			38,5								23,4	69,5	5,2	3	2,2	5,23	15	10								
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) ЯБЛОЧНЫЙ	180							36																10,8							
Итого за прием пищи:	340	0	5,2	0	9	0	0	38,5	36	0	0	0	0	0	0	23,4	69,5	0	5,2	3	2,2	5,23	25,8	10	0	0	0	0	0	0	
ПЯТНИЦА																															
ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАПУСТОЙ	75			30,4				40,6													3,4	3,3	0,08	3,2						0,9	
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК**** СНЕЖОК	180															180															
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ* (ЯБЛОКО)	100							100																							
Итого за прием пищи:	355	0	0	30,4	0	0	0	40,6	100	0	0	0	0	0	0	180	0	0	0	3,4	0	3,3	0,08	3,2	0	0	0	0	0	0,9	
ПОНЕДЕЛЬНИК																															
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150						147															7									
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ/ МАСЛО 90/5	85		25,2					5							63						5	9									
КАКАО С МОЛОКОМ 180	180														90								9							3,6	
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	20	20																												0,1	
Итого за прием пищи:	445	20	25,2	0	0	0	147	5	0	0	0	0	0	0	63	90	0	0	0	0	12	9	0	9	0	0	0	3,6	0	0,1	
ВТОРНИК																															
КАША "ЯНТАРНАЯ" ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ С ЯБЛОКАМИ 180	150				29,7				23,2							90							6	6		3,6					
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	180															90														4,5	
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	20	20																								1				0,1	
Итого за прием пищи:	350	20	0	0	29,7	0	0	0	23,2	0	0	0	0	0	0	180	0	0	0	0	6	6	0	0	12,6	0	1	0	4,5	0,1	
СРЕДА																															
МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ	150						55,7	31,1				70									3,4										
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СУШЕНЫХ	180								10,8															9							
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	20	20																												0,1	
Итого за прием пищи:	350	20	0	0	0	0	55,7	31,1	0	10,8	0	70	0	0	0	0	0	0	0	0	3,4	0	0	9	0	0	0	0	0	0,1	
ЧЕТВЕРГ																															
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ П/П	100		100																												0,2
СЫР ПОРЦИЯМИ РОССИЙСКИЙ	15																			15											
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200									200																					
Итого за прием пищи:	315	0	100	0	0	0	0	0	0	200	0	0	0	0	0	0	0	0	15	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,2	
ПЯТНИЦА																															
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	150						33,9									26,8					7,5	3,2	35,4								
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) ЯБЛОЧНЫЙ	180								36															10,8							
Итого за прием пищи:	330	0	0	0	0	33,9	0	0	36	0	0	0	0	0	0	26,8	0	0	0	0	7,5	3,2	35,4	10,8	0	0	0	0	0	0	
Итого за прием пищи:																															
НОРМА НА 1 РЕБЕНКА ПО САНИПН	300	80-120	150-225	15-22	45-67,5	15-22	187-287,5	280-420	185-277	15-22	200-300	70-105	30-45	35-52,5	54-87	300-450	150-225	50-75	10-15	10-15	30-45	15-22,5	40-60	30-45	10-15	1-1,5	2-3	3-4	1,5		
ФАКТИЧЕСКИ ВЫПОЛНЕНС	357,5	80	174	30,9	68,4	33,9	272	360	247	25,2	200	70	51	48	63	365	180	69,5	15	14,6	45	21,7	52,4	52	10	2	3	4	1,5		