ВЫПОЛНЕНИЕ НОРМ ПИТАНИЯ СОГЛАСНО ТРЕБОВАНИЯМ САНПИН 2.3/2.4 3590-20 ПО ОСНОВНОМУ ЦИКЛИЧНОМУ МЕНЮ ДЛЯ ВОЗРАСТНОЙ КАТЕГОРИИ 7-11 ЛЕТ

ОБЕДЫ

Наименование блюд / сырья	Выход, г, мл	Хлеб ржан	Хлеб пшенич	Мука пшеничн	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты свежие	Сухофрукты	Соки натуральные	Мясо	Субпродукты	Птица	Рыба	Молоко	Кисломолочные продукты	Творог	Сыр	Сметана	Масло слив	Масло растительное	Яйцо	Сахар	Кондитерские изделия	Чай	Какао-порошок	Кофейный напиток	Дрожжи
ПОНЕДЕЛЬНИК																													
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60							60																					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200					8	60	16														2							
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150						128,3									23,7					5,25								
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ /СОУС МОЛОЧНЫЙ 90/25	115		25,2	1,3											63	12,5					4,3	6		0,4					
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СУШЕНЫХ	200									12														24					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30																											0,144
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		30																										0,144
Итого за прием пищи:	**785**	**30**	**55,2**	**1,3**	**0**	**8**	**188,3**	**76**	**0**	**12**	**0**	**0**	**0**	**0**	**63**	**36,2**	**0**	**0**	**0**	**0**	**9,55**	**8**	**0**	**24,4**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0,288**
ВТОРНИК																													
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ИЗЮМОМ	60							50		8												3,2					.		
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	200			2				74														4							
ПЛОВ ИЗ ЦЫПЛЕНКА	150				34,65			20						65,28							3	4							
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК КЕФИР	180																180				7								
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ* АПЕЛЬСИН/	150								150																				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		30																										0,144
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	30																											0,144
Молоко для детского питания 2,5% 200 г т/п	200															200													
Итого за прием пищи:	**1000**	**30**	**30**	**2**	**34,65**	**0**	**0**	**144**	**150**	**8**	**0**	**0**	**0**	**65,28**	**0**	**200**	**180**	**0**	**0**	**0**	**10**	**11,2**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0,288**
СРЕДА																													
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ****/ ТОМАТЫ /	60							60																					
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200				8		20	40													2	2							
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150			3,37			70,32	66												11,25	3	3							
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	90							18							74,4	30					2	2							
СОК ФРУКТОВЫЙ**/ВИНОГРАДНЫЙ/	200										200																		
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ /ЯБЛОКО/	100								100																				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		40																										0,192
Итого за прием пищи:	**840**	**0**	**40**	**3,37**	**8**	**0**	**90,32**	**184**	**100**	**0**	**200**	**0**	**0**	**0**	**74,4**	**30**	**0**	**0**	**0**	**11,25**	**7**	**7**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0,192**
ЧЕТВЕРГ																													
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ****/ ОГУРЦЫ /	60							60																			.		
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ	200				8		17,29	28,19												4	2	2		1,2					
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	170						97,14	15,51				71,89									2,8	3							
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ*** /ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ/	30																								30				
КАКАО С МОЛОКОМ	180															90								9,3			3,6		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		40																										0,192
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	20																											0,096
Итого за прием пищи:	**700**	**20**	**40**	**0**	**8**	**0**	**114,4**	**103,7**	**0**	**0**	**0**	**71,89**	**0**	**0**	**0**	**90**	**0**	**0**	**0**	**4**	**4,8**	**5**	**0**	**10,5**	**30**	**0**	**3,6**	**0**	**0,288**
ПЯТНИЦА																													
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ Б/К С МОРКОВЬЮ****	60							54,6														3		3					
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ 150/50	200						24	35,69				65,63									3		4,5					
МАКАРОНЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ И СЫРОМ	150					37,4										25			10		7	3	46,2					
СОК ФРУКТОВЫЙ ВИШНЕВЫЙ	200										200																		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		30																										0,144
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	20																											0,096
Молоко для детского питания 2,5% 200 г т/п	200															200													
Итого за прием пищи:	**860**	**20**	**30**	**0**	**0**	**37,4**	**24**	**90,29**	**0**	**0**	**200**	**65,63**	**0**	**0**	**0**	**225**	**0**	**0**	**10**	**0**	**10**	**6**	**50,7**	**3**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0,24**
ПОНЕДЕЛЬНИК																													
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60							60																					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ /ГОРОХ/	200				16,12		37,38	10,6													2	2					.		
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ЯБЛОКАМИ	150			1,5				157,5	30												12			2,25					
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 1 ВАРИАНТ 110/20	130		14,66	8,83				36,6				80,5								5	3	2,5							
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК/КЕФИР/	180																180												
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ* АПЕЛЬСИН/	150								150																				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		30																										0,144
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	30																											0,144
Итого за прием пищи:	**930**	**30**	**44,66**	**10,33**	**16,12**	**0**	**37,38**	**264,7**	**180**	**0**	**0**	**80,5**	**0**	**0**	**0**	**0**	**180**	**0**	**0**	**5**	**17**	**4,5**	**0**	**2,25**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0,288**
ВТОРНИК																													
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60							39,6	15													3		3					
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200				4		60	32													2	2							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА / МОЛОКО СГУЩ 160/20	180				9,6											180		150,4		6,4	6,4		6,4	12,8					

СОК ФРУКТОВЫЙ **/ВИНОГРАДНЫ//	200									200																	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		40																								0,192
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	20																									0,096
Молоко для детского питания 2,5% 200 г т/п	200														200												
Итого за прием пищи:	**900**	**20**	**40**	**0**	**13,6**	**0**	**60**	**71,6**	**15**	**0**	**200**	**0**	**0**	**0**	**0**	**380**	**0**	**150,4**	**0**	**6,4**	**8,4**	**5**	**6,4**	**15,8**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0,288**
СРЕДА																												
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	60							68,55														4,5		0,72				
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	200			14,96				8														4,1	4,5					
КАША РАССЫПЧАТАЯ ПЕРЛОВАЯ	150				46,19																10							
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ /СОУС 90/25	115		25,2	1,375										59,4	12,5					4,375	6		0,25					
ЧАЙ С САХАРОМ	180																						8		0,9			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		50																								0,24	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	30																									0,144	
Итого за прием пищи:	**785**	**30**	**75,2**	**16,34**	**46,19**	**0**	**0**	**76,55**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**59,4**	**12,5**	**0**	**0**	**0**	**0**	**14,38**	**14,6**	**4,5**	**8,97**	**0**	**0,9**	**0**	**0**	**0,384**
ЧЕТВЕРГ																												
САЛАТ КУБАНОЧКА	60							57,5														3		3				
БОРЩ ПО-КУБАНСКИ	200			3			30	35,3													2	2		2				
КАРТОФЕЛЬ ПО-ХУТОРСКИ	150			2,9			120												20	4,15	3	3						
КОТЛЕТА КАЗАЧОК	90		19	2,1				20,4						52,8							3	3,2	15					
УЗВАР ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ И ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180									25														16				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		40																								0,18	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40																									0,18	
Итого за прием пищи:	**760**	**40**	**59**	**8**	**0**	**0**	**150**	**113,2**	**0**	**25**	**0**	**0**	**0**	**52,8**	**0**	**0**	**0**	**0**	**20**	**4,15**	**8**	**11,2**	**15**	**21**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0,36**
ПЯТНИЦА																												
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ ТОМАТЫ	60							60																				
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200						40	38													2	2						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ ПО-ЦАРСКИ	150			3	12			31,5					95			18				9	6	2	46,2					
СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	25			0,7				9,3														3,8		0,7				
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/ АПЕЛЬСИНЫ/	150								150																			
КЕФИР	180																180											
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		40																								0,192	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	20																									0,096	
Итого за прием пищи:	**825**	**20**	**40**	**3,7**	**12**	**0**	**40**	**138,8**	**150**	**0**	**0**	**0**	**95**	**0**	**0**	**18**	**180**	**0**	**0**	**9**	**8**	**7,8**	**46,2**	**0,7**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0,288**

Наименование блюд / сырья	Выход, г, мл	Хлеб ржан	Хлеб пшеничн	Мука пшеничн	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты свежие	Сухофрукты	Соки натуральные	Мясо	Субпродукты	Птица	Рыба	Молоко	Кисломолочные продукты	Творог	Сыр	Сметана	Масло слив	Масло растительное	Яйцо	Сахар	Кондитерские изделия	Чай	Какао-порошок	Кофейный напиток	Дрожжи
НОРМА НА 1 РЕБЕНКА ПО САНПИН	**700**	**240-300**	**450-525**	**45-52,5**	**135-157,5**	**45-52,5**	**561-654,5**	**840-980**	**555-647,5**	**45-52,5**	**600-700**	**210-245**	**90-105**	**105-122**	**174-203**	**900-1050**	**450-525**	**150-175**	**30-35**	**30-35**	**90-105**	**45-52**	**120-140**	**90-105**	**30-35**	**3-3,5**	**3-3,5**	**4**	**3**
ФАКТИЧЕСКИ ВЫПОЛНЕНО	**838,5**	**240**	**454**	**45**	**139**	**45,4**	**704**	**1032**	**595**	**45**	**600**	**218**	**95**	**118**	**197**	**992**	**540**	**150**	**30**	**39,8**	**97,1**	**67,2**	**123**	**86,6**	**30**	**0,9**	**3,6**	**4**	**2,904**