

**ВЕДОМОСТЬ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМ ПИТАНИЯ СОГЛАСНО ТРЕБОВАНИЯМ САНП**

Наименование блюд / сырья	Выход, г, мл	Хлеб ржан	Хлеб пшенич	Мука пшеничн	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты свежие
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>									
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ/СОУС 150/20	170			0,5	29,65			43,9	
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200								
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	20	20							
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>390</b>	<b>20</b>	<b>0</b>	<b>0,5</b>	<b>29,65</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>43,9</b>	<b>0</b>
<b>ВТОРНИК</b>									
ТЫКВА ПРИПУЩЕННАЯ С ЯБЛОКАМИ	170							130,8	45
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180								6,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		20						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>370</b>	<b>0</b>	<b>20</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>130,8</b>	<b>51,3</b>
<b>СРЕДА</b>									
ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ С КУРИЦЕЙ	150		3,6				69	69,7	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	180								
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		20						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>0</b>	<b>23,6</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>69</b>	<b>69,7</b>	<b>0</b>
<b>ЧЕТВЕРГ</b>									
КАША "ЯНТАРНАЯ" ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ С ЯБЛОКАМИ 150	150				29,7				23,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	20	20							
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180								
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>20</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>29,7</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>23,2</b>
<b>ПЯТНИЦА</b>									
ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАПУСТОЙ	75			30,4				40,6	
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК СНЕЖОК	180								
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ* /ЯБЛОКО/	100								100
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>355</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>30,4</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>40,6</b>	<b>100</b>

<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>									
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150						147		
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ/ МАСЛО 90/5	95		25,2					5	
КАКАО С МОЛОКОМ 180	180								
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	20	20							
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>445</b>	<b>20</b>	<b>25,2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>147</b>	<b>5</b>	<b>0</b>
<b>ВТОРНИК</b>									
МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ	150						55,7	31,05	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) ЯБЛОЧНЫЙ	180								36
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	20	20							
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>20</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>55,7</b>	<b>31,05</b>	<b>36</b>
<b>СРЕДА</b>									
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ТЫКВОЙ / ПОВИДЛО 150/10	160		5,2		9			38,5	
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	20	20							
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СУШЕНЫХ	180								
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>360</b>	<b>20</b>	<b>5,2</b>	<b>0</b>	<b>9</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>38,5</b>	<b>0</b>
<b>ЧЕТВЕРГ</b>									
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ П/П	100		100						
СЫР ПОРЦИЯМИ РОССИЙСКИЙ	15								
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180								
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>295</b>	<b>0</b>	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
<b>ПЯТНИЦА</b>									
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	150					33,9			
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) ЯБЛОЧНЫЙ	180								36
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>330</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>33,9</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>36</b>



ИП Тульментьева В.А.

**ИН 2.3./2.4 3590-20 ПО ЦИКЛИЧНОМУ МЕНЮ НА ПЕРИОД ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ ДЛЯ ВОЗРАСТНОГО ПОЛДНИКИ зима-весна**

Сухофрукты	Соки натуральные	Мясо	Субпродукты	Птица	Рыба	Молоко	Кисломолочные продукты	Творог	Сыр	Сметана	Масло слив	Масло растительное	Яйцо	Сахар	Кондитерские изделия
			51								4		11,7	0,5	
	200														
0	200	0	51	0	0	0	0	0	0	0	4	0	11,7	0,5	0
											6,6			6,6	
														7,2	
0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	6,6	0	0	13,8	0
				48							2,5	4			
						90								9	
0	0	0	0	48	0	90	0	0	0	0	2,5	4	0	9	0
						90				6	6			3,6	
						45								9	
0	0	0	0	0	0	135	0	0	0	6	6	0	0	12,6	0
										3,4		3,3	0,08	3,2	
							180								
0	0	0	0	0	0	0	180	0	0	3,4	0	3,3	0,08	3,2	0

											7				
					63						5	9			
						90								9	
0	0	0	0	0	63	90	0	0	0	0	12	9	0	9	0
		70									3,4				
														10,8	
0	0	70	0	0	0	0	0	0	0	0	3,4	0	0	10,8	0
						23,4		69,5		5,2	3	2,2	5,23	15	10
10,8														9	
10,8	0	0	0	0	0	23,4	0	69,5	0	5,2	3	2,2	5,23	24	10
									15						
14,4														7,2	
14,4	0	0	0	0	0	0	0	0	15	0	0	0	0	7,2	0
						26,8					7,5	3,2	35,4		
														10,8	
0	0	0	0	0	0	26,8	0	0	0	0	7,5	3,2	35,4	10,8	0



**ОЙ КАТЕГОРИИ 7-11 ЛЕТ**

Чай	Какао-порошок	Кофейный напиток	Дрожжи	Соль йодированная	Специи
0	0	0	0	0	0
0,9					
0,9	0	0	0	0	0
		4,5			
				0,1	
0	0	4,5	0	0,1	0
1					
1					
2	0	0	0	0	0
0	0	0	0	0	0

	3,6				
0	3,6	0	0	0	0
				2	
					0,2
1					
1	0	0	0	2	0,2
				1	0,1
1					
					8
1	0	0	0	1	8,1
					0,18
0	0	0	0	0	0,18
					0,2
0	0	0	0	0	0,2



Чай	Какао-порошок	Кофейный напиток	Дрожжи	Соль йодированная	Специи
1-1,5	2-3	3-4	1,5		
4,9	3,6	4,5	1,5	3,1	8,68