

ВЕДОМОСТЬ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМ ПИТАНИЯ СОГЛАСНО ТРЕБОВАНИ

Наименование блюд / сырья	Выход, г, мл	Хлеб ржан	Хлеб пшенич	Мука пшеничн	Крупы , бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи
ПОНЕДЕЛЬНИК								
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150				29,7			
БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ 30/10/10	55		30,0					
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ /ЯБЛОКО/	120							
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	20,0						
Итого за прием пищи:	525	20,0	30,0	0,0	29,7	0,0	0,0	0,0
ВТОРНИК								
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	80							78,173
МЯСО ТУШЕНОЕ С КАПУСТОЙ	150			4,5				145,1
СОК ФРУКТОВЫЙ ВИШНЕВЫЙ	200							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		40,0					
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	30,0						
Итого за прием пищи:	500	30,0	40,0	4,5	0,0	0,0	0,0	223,3
СРЕДА								
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60							54,6
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150						128,3	
РЫБА ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100			4,5				34,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		20,0					
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	20,0						
Итого за прием пищи:	530	20	20	4,5	0	0	128,3	88,6
ЧЕТВЕРГ								
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ /МАНДАРИНЫ/	120							
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ И ПОВИДЛОМ 150/20	170		6,0					

КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК /КЕФИР/	180							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		30,0					
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	20,0						
Итого за прием пищи:	520	20,0	36,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ПЯТНИЦА								
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ/ОГУРЦЫ/	60							60,0
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ	150					127,5		42,0
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	90			3,8				14,2
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) ЯБЛОЧНЫЙ	180							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		20,0					
Итого за прием пищи:	500	0,0	20,0	3,8	0,0	0,0	127,5	116,2
ПОНЕДЕЛЬНИК								
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ /ЯБЛОКИ/	100							
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ И СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 160/20	180		2,4			37,5		
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40							
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180							
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	20,0						
Итого за прием пищи:	520	20,0	2,4	0,0	0,0	37,5	0,0	0,0
ВТОРНИК								
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННЫХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	60							57,4
АЗУ С МЯСОМ И ОВОЩАМИ	180			6,5			103,2	23,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		30,0					
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	30,0						
Итого за прием пищи:	500	30,0	30,0	6,5	0,0	0,0	103,2	81,2
СРЕДА								
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150				22,3			
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ 30/15/10	55		30,0					
КАКАО С МОЛОКОМ	200							

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		20,0					
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	20,0						
МОЛОКО ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ П/П	200							
Итого за прием пищи:	645	20,0	50,0	0,0	22,3	0,0	0,0	0,0
ЧЕТВЕРГ								
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ /ЯБЛОКИ/	100							
КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ С ОВОЩАМИ И ЯЙЦОМ	150			7,3			90,0	29,2
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ С МАСЛОМ	95		7,2					25,2
СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ	200							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		40,0					
Итого за прием пищи:	585	0	47,2	7,3	0	0	90	54,4
ПЯТНИЦА								
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	60							57,0
ПЛОВ ИЗ ЦЫПЛЕНКА	200				54,1			25,7
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК/СНЕЖОК/	180							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		30,0					
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	30,0						
Итого за прием пищи:	500	30,0	30,0	0,0	54,1	0,0	0,0	82,7

Наименование блюд / сырья	Выход, г, мл	Хлеб ржан	Хлеб пшенич	Мука пшеничн	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи
НОРМА НА 1 РЕБЕНКА ПО САНПИН, в т.ч	500	160-200	300-375	30-37,5	90-112,5	30-37,5	374-467,5	560-700
20%		160,0	300,0	30,0	90,0	30,0	374,0	560,0
25%		200,0	375,0	37,5	112,5	37,5	467,5	700,0
ФАКТИЧЕСКИ ВЫПОЛНЕНО	532,5	190,0	305,6	26,6	106,1	37,5	449,0	646,4
% от суточн потр фактически		23,8	20,4	17,7	23,6	25,0	24,0	23,1

Согласно

Приложение N 11. Таблица замены пищевой продукции в граммах (нетто) с учетом их пищевой ценности
100 г говядины заменяет 116 г печени говяжьей
У нас 71,1 г говядины заменяет 75 г печени

ИП Тульментьева В.А.

**ЯМ САНПИН 2.3./2.4 3590-20 ПО ЦИКЛИЧНОМУ МЕНЮ НА ПЕРИОД ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ ДЛЯ ВС
ЗАВТРАКИ зима-весна**

Фрукты свежие	Сухофрукты	Соки натуральные	Мясо	Субпродукты	Птица	Рыба	Молоко	Кисломолочные продукты	Творог	Сыр	Сметана	Масло слив	Масло растительное
							100,0					5,0	
										15,0		10,0	
							90,0						
120,0													
120,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	190,0	0,0	0,0	15,0	0,0	15,0	0,0
													3
			62,3									2,2	2,0
		200,0											
0,0	0,0	200,0	62,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	2,2	5,0
													3,0
							23,7					5,3	
						82,0						2,0	3,1
	14,4												
0	14,4	0	0	0	0	82	23,7	0	0	0	0	7,25	6,1
120,0													
34,5									102,0		6,0	6,0	

								180,0					
154,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	180,0	102,0	0,0	6,0	6,0	0,0
												2,0	2,4
			71,1										3,5
36,0													
36,0	0,0	0,0	71,1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	2,0	5,9
100,0													
							80,0		52,3		5,1	3,9	2,4
							45,9						
100,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	125,9	0,0	52,3	0,0	5,1	3,9	2,4
													3,5
			84,0									2,0	3,3
	16,0												
0,0	16,0	0,0	84,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	2,0	6,8
							100,0					5,0	
										10,0		15,0	
							100,0						

							200,0						
0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	400,0	0,0	0,0	10,0	0,0	20,0	0,0
100,0													
										13,9	3,5	3,0	
						63,0	9,0					5,0	
		200,0											
100	0	200	0	0	0	63	9	0	0	0	13,9	8,5	3
													3,0
					76,8							3,0	4,3
								180,0					
0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	76,8	0,0	0,0	180,0	0,0	0,0	0,0	3,0	7,3

Фрукты свежие	Сухофрукты	Соки натуральные	Мясо	Субпродукты	Птица	Рыба	Молоко	Кисломолочные продукты	Творог	Сыр	Сметана	Масло слив	Масло растительное
370-462,5	30-37,5	400-500	140-175	60-75	70-87,5	116-145	600-750	300-375	100-125	20-25	20-25	60-75	30-37,5
370,0	30,0	400,0	140,0	60,0	70,0	116,0	600,0	300,0	100,0	20,0	20,0	60,0	30,0
462,5	37,5	500,0	175,0	75,0	87,5	145,0	750,0	375,0	125,0	25,0	25,0	75,0	37,5
510,5	30,4	400,0	217,4	0,0	76,8	145,0	748,6	360,0	154,3	25,0	25,0	69,8	36,5

27,6	20,3	20,0	31,1	0,0	21,9	25,0	25,0	24,0	30,9	25,0	25,0	23,3	24,3
------	------	------	------	-----	------	------	------	------	------	------	------	------	------

77,4 0,0

ВОЗРАСТНОЙ КАТЕГОРИИ 7-11 ЛЕТ

Яйцо	Сахар	Кондитерские изделия	Чай	Какао-порошок	Кофейный напиток	Дрожжи	Соль йодированная	Специи
	1,5							
	6,3				4,5			
0,0	7,8	0,0	0,0	0,0	4,5	0,0	0,0	0,0
							2,0	
0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	2,0	0,0
	3,0							
							1,5	
	2,0							
	7,2							
0	12,2	0	0	0	0,0	0,0	1,5	0,0
15,1	7,0	20,0					1,0	

1

1

15,1	7,0	20,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1,0	0,0
	7,0							0,2
0,0	7,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2
5,2	5,5							
40,0								
	6,3		0,9					
45,2	11,8	0,0	0,9	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	8,0							
0,0	8,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	2,9							
	10,0			4,0				

			1,0					
0,0	12,9	0,0	1,0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
25,0								
10,4							2,3	
35,35	0	0	0	0	0	0	2,3	0
0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0

Яйцо	Сахар	Кондитерские изделия	Чай	Какао-порошок	Кофейный напиток	Дрожжи	Соль йодированная	Специи
80-100	60-75	20-25	2-2,5	2-2,5	4,0	2-2,5	6-7,5	4,0
80,0	60,0	20,0	2,0	2,0				
100,0	75,0	25,0	2,5	2,5	4,0	2,5	7,5	4,0
95,7	66,7	20,0	2,5	4,0	4	0	0,68	0,02

23,9	22,2	20,0	25,0	40,0	25,0	0,0	2,3	0,1
------	------	------	------	------	------	-----	-----	-----