ИП ТУЛЬМЕНТЬЕВА В.А.

ВЫПОЛНЕНИЕ НОРМ ПИТАНИЯ СОГЛАСНО ТРЕБОВАНИЯМ САНПИН 2.3./2.4 3590-20 ПО ОСНОВНОМУ ЦИКЛИЧНОМУ ЗИМНЕ-ВЕСЕННЕМУ МЕНЮ ДЛЯ ВОЗРАСТНОЙ КАТЕГОРИИ 12-18 ЛЕТ

ЗАВТРАКИ

Наменование 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 сливк	Масло растительное	Яйцо	Сахар	Кондитерские изделия	Чай	Какао-порошок	Кофейный напиток	Дрожжи	Соль йодированная	Специи
ПОНЕДЕЛЬНИК																															
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ	200				39,6											123,0					7,5			3,9							
БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ 30/15/5	65		30,0																21,0		15,0										
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180															90,0								9,0				5,0			
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ /ЯБЛОКО/	100								100,0																						
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40,0																													
Итого за прием пищи:	**585**	**40,0**	**30,0**	**0,0**	**39,6**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**100,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**213,0**	**0,0**	**0,0**	**21,0**	**0,0**	**22,5**	**0,0**	**0,0**	**12,9**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**5,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
ВТОРНИК																															
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100							97,7														3									
МЯСО ТУШЕНОЕ С КАПУСТОЙ	200			6,0				219,2				83,2									3,6	2,0								2,7	
СОК ФРУКТОВЫЙ ВИШНЕВЫЙ	200										200,0																				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		50,0																												
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	30,0																													
Итого за прием пищи:	**580**	**30,0**	**50,0**	**6,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**316,9**	**0,0**	**0,0**	**200,0**	**83,2**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**3,6**	**5,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**2,7**	**0,0**
СРЕДА																															
САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	100							91,0														5,0		5,0							
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180						154,1									28,8					6,5										
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100			2,5				26,0							94,0						5,0	3,1		2,0							
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180									14,4														7,3							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		40,0																												
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	30,0																													
Итого за прием пищи:	**630**	**30,0**	**40,0**	**2,5**	**0,0**	**0,0**	**154,1**	**117,0**	**0,0**	**14,4**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**94,0**	**28,8**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**11,5**	**8,1**	**0,0**	**14,3**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
ЧЕТВЕРГ																															
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ /ЯБЛОКО/	100								100,0																						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ И ПОВИДЛОМ 200/36	236		8,0						46,0									136,0		16,0	8,0		20,1	16,0	36,0					1,4	
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК /КЕФИР/	180																180,0														
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		30,0																												

ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	30,0																														
Итого за прием пищи:	**576**	**30,0**	**38,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**146,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**180,0**	**136,0**	**0,0**	**16,0**	**8,0**	**0,0**	**20,1**	**16,0**	**36,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**1,4**	**0,0**
ПЯТНИЦА																																
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕНЫЕ/ОГУРЦЫ/	100							100,0																								
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	180						153,0	50,4													2,4	2,4										
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100			4,2				15,8				85,6										3,9										
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) ЯБЛОЧНЫЙ	180								36,0															10,8							0,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		40,0																													
Итого за прием пищи:	**600**	**0,0**	**40,0**	**4,2**	**0,0**	**0,0**	**153,0**	**166,2**	**36,0**	**0,0**	**0,0**	**85,6**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**2,4**	**6,3**	**0,0**	**10,8**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,2**
СУББОТА																																
ЯБЛОКИ ПЕЧЕНЫЕ С ИЗЮМОМ	100,0								100,0	17,5														10,0							
АЗУ ИЗ КУРИЦЫ С КРУПОЙ ПШЕНИЧНОЙ	200			2,00	37,50			26,80						60,00							6,50	5,00									
КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО С САХАРОМ	200										80,0													12,0							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		30,00																							1,00			0,12		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	30,0																														
Итого за прием пищи:	**560**	**30,0**	**30,0**	**2,0**	**37,5**	**0,0**	**0,0**	**26,8**	**100,0**	**17,5**	**80,0**	**0,0**	**0,0**	**60,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**6,5**	**5,0**	**0,0**	**22,0**	**0,0**	**1,0**	**0,0**	**0,0**	**0,1**	**0,0**	**0,0**
ПОНЕДЕЛЬНИК																																
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ /ЯБЛОКО/	100								100																							
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ И МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ 200/20	220		2,9			46,9										80		65,4		5	4,9	2,9	6,5	6,9							
ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40																						40,0								
ЧАЙ НА МОЛОКЕ	180															90,0								6,3		0,9					
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	30,0																														
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		40,0																													
Итого за прием пищи:	**610**	**30,0**	**42,9**	**0,0**	**0,0**	**46,9**	**0,0**	**0,0**	**100,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**170,0**	**0,0**	**65,4**	**0,0**	**5,0**	**4,9**	**2,9**	**46,5**	**13,2**	**0,0**	**0,9**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
ВТОРНИК																																
САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	100							95,6														5,8									
АЗУ С МЯСОМ И ОВОЩАМИ	200			4,5			114,2	26,3				101,2									5,0	3,0									
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200									16,0														8,0							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		40,0																													
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	20,0																														

Итого за прием пищи:	**560**	**20,0**	**40,0**	**4,5**	**0,0**	**0,0**	**114,2**	**121,9**	**0,0**	**16,0**	**0,0**	**101,2**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**5,0**	**8,8**	**0,0**	**8,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
СРЕДА																																
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200				29,7											133,3					7,5			3,9							
БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ 30/15/5	65		30,0																21,0		15,0										
КАКАО С МОЛОКОМ	200															100,0								10,0			4,0				
Молоко для детского питания 2,5% 200 г т/п	200															200															
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		30,0																							1,0					
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	20,0																													
Итого за прием пищи:	**715**	**20,0**	**60,0**	**0,0**	**29,7**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**433,3**	**0,0**	**0,0**	**21,0**	**0,0**	**22,5**	**0,0**	**0,0**	**13,9**	**0,0**	**1,0**	**4,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
ЧЕТВЕРГ																																
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ /МАНДАРИНЫ ИЛИ АПЕЛЬСИНЫ/	100								100																						
КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ С ОВОЩАМИ И ЯЙЦОМ	180			8,8			120,0	35,0													3,6	3,6	38,0								
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕС МАСЛОМ	130		10,4					36,4							91,0	13,0					5,2		13,0							2,3	
СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ	200										200,0																				
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	20,0																													
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		50,0																												
Итого за прием пищи:	**680**	**20,0**	**60,4**	**8,8**	**0,0**	**0,0**	**120,0**	**71,4**	**100,0**	**0,0**	**200,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**91,0**	**13,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**8,8**	**3,6**	**51,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**2,3**	**0,0**
ПЯТНИЦА																																
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА	100							95,0														5,0									
ПЛОВ ИЗ ЦЫПЛЕНКА	200				54,1			25,7						76,8							3,0	4,3									
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК/СНЕЖОК/	200																180,0														
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		30,0																												
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	30,0																													
Итого за прием пищи:	**560**	**30,0**	**30,0**	**0,0**	**54,1**	**0,0**	**0,0**	**120,7**	**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**	**9,3**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
СУББОТА																																
МАКАРОНЫ В МОЛОКЕ	250					20,0										191,0					2,0			1,5							
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ	75			30,4				40,6												3,4		3,3	3,6	3,2					2,0		
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК/КЕФИР/	180																180,0														
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		20,0																												
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	20,0																													
Итого за прием пищи:	**545**	**20,0**	**20,0**	**30,4**	**0,0**	**20,0**	**0,0**	**40,6**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**191,0**	**180,0**	**0,0**	**0,0**	**3,4**	**2,0**	**3,3**	**3,6**	**4,7**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**2,0**	**0,0**	**0,0**

Наменование 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	Соль йодированная	
НОРМА НА 1 РЕБЕНКА ПО САНПИН, В Т.Ч	550	288-360	480-600	48-60	120-150	48-60	448,8-561	768-960	444-555	48-60	480-600	187,2-234	96-120	127,2-159	184,8-231	840-1050	432-540	144-180	36-45	24-30	84-105	43,2-54	96-120	84-105	36-45	4,8-6	2,4-5,16	4,8-6	2-2,5	6-7,5	
20%		288,0	480,0	45,0	120,0	48,0	448,8	768,0	444,0	48,0	480,0	187,2	96,0	127,2	184,8	840,0	432,0	144,0	36,0	24,0	84,0	43,2	96,0	84,0	36,0	4,8	2,4	4,8	2,0	6,0	
25%		360,0	600,0	60,0	150,0	60,0	561,0	900,0	555,0	60,0	600,0	224,0	120,0	159,0	231,0	1 050,0	540,0	180,0	45,0	30,0	105,0	54,0	120,0	105,0	45,0	6,0	5,2	6,0	2,5	7,5	
ФАКТИЧЕСКИ ВЫПОЛНЕНО	600.0833	300,0	481,3	58,4	164,2	71,6	541,3	981,5	582,0	47,9	480,0	270,0	0,0	136,8	185,0	1 049,1	540,0	201,4	42,0	24,4	100,7	52,3	121,2	115,8	36,0	4,8	4,5	5,0	2,1	6,4	
% от суточ потр фактически		20,8	20,1	24,3	27,4	29,8	24,1	27,3	26,2	20,0	20,0	30,1	0,0	21,5	20,0	25,0	25,0	28,0	23,3	20,3	24,0	24,2	25,3	27,6	20,0	20,0	21,8	20,8	21,2	21,3	#####

82,8 0,0

Согласно :

Приложение N 11. Таблица замены пищевой продукции в граммах (нетто) с учетом их пищевой ценности Приложение N 11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

говядина 100 г заменяет 116 г печени

а у нас 82,8 г говядины заменяют 96 г печени

ИП ТУЛЬМЕНТЬЕВА В.А.

ВЫПОЛНЕНИЕ НОРМ ПИТАНИЯ СОГЛАСНО ТРЕБОВАНИЯМ САНПИН 2.3./2.4 3590-20 ПО ОСНОВНОМУ ЦИКЛИЧНОМУ ЗИМНЕ-ВЕСЕННЕМУ МЕНЮ ДЛЯ ВОЗРАСТНОЙ КАТЕГОРИИ 12-18 ЛЕТ

ОБЕДЫ

Наменование блюд / сырья	Выход, г, мл	Хлеб ржан	Хлеб пшенич	Мука пшенич	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	Соль йодированная	Специи
ПОНЕДЕЛЬНИК																															
ЗАКУСКА ИЗ КАБАЧКОВОЙ ИКРЫ И ЯЙЦА 60/40	100							60															40								
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200					20		20													2,5	2,5									
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ	200		2	8,1			77	13,3							66				2,5	13,5	5,2										
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СУШЕНЫХ	200									20														12							8,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		50																												
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40																													
Итого за прием пищи:	**790**	**40**	**52**	**8,1**	**0**	**20**	**77**	**93,3**	**0**	**20**	**0**	**0**	**0**	**0**	**66**	**0**	**0**	**0**	**2,5**	**13,5**	**7,7**	**2,5**	**40**	**12**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**8,2**
ВТОРНИК																															
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕНЫЕ/ОГУРЦЫ/	100							100,0																							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ /ГОРОХ/	250				20,15		46,72	23,7													2,5	2,5									0,04
СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ 200/20	220			15,2												28,5		144,8		19,1	3,9		9,6	15,2							
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК КЕФИР	220																220				7										
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		50																												
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40																													
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ АПЕЛЬСИН ИЛИ МАНДАРИН/	150								150																						
Итого за прием пищи:	**1030**	**40**	**50**	**15,2**	**20,15**	**0**	**46,72**	**123,7**	**150**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**28,5**	**220**	**144,8**	**0**	**19,1**	**13,4**	**2,5**	**9,6**	**15,2**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0,04**
СРЕДА																															
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	100							100																							
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	250				10		25	50													2,5	2,5									
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180				82,8																6										
ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	100			3,8										75						5,6		2									
СОК ФРУКТОВЫЙ/ВИНОГРАДНЫЙ/	200										200																				
Молоко для детского питания 2,5% 200 г т/п	200															200															
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80		80																												
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ /ЯБЛОКО/	120								120																						

Итого за прием пищи:	**1230**	**0**	**80**	**3,8**	**92,8**	**0**	**25**	**150**	**120**	**0**	**200**	**0**	**0**	**75**	**0**	**200**	**0**	**0**	**0**	**5,6**	**8,5**	**4,5**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
ЧЕТВЕРГ																																
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	100							96														2,5										
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ	250				10		21,6	67,76												5	5			1,5								0,01
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	220						114,3	18,22				118,4									4,29	2,5										
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ*** /ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ/	55																								55							
КАКАО НА МОЛОКЕ	200															160								16			4					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		50																													
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40																														
Итого за прием пищи:	**915**	**40**	**50**	**0**	**10**	**0**	**135,9**	**181,98**	**0**	**0**	**0**	**118,4**	**0**	**0**	**0**	**160**	**0**	**0**	**0**	**5**	**9,29**	**5**	**0**	**17,5**	**55**	**0**	**4**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0,01**
ПЯТНИЦА																																
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	100							66	25													5		5								0,1
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ 180/70	250						28,8	31,042				91,88									3,6		6,3								
МАКАРОНЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ И СЫРОМ	200					42										43,5			15,5		11,35	2	45								
СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ	200										200																					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		50																													
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40																														
Молоко для детского питания 2,5% 200 г т/п	200															200																
Итого за прием пищи:	**1040**	**40**	**50**	**0**	**0**	**42**	**28,8**	**97,042**	**25**	**0**	**200**	**91,88**	**0**	**0**	**0**	**243,5**	**0**	**0**	**15,5**	**0**	**14,95**	**7**	**51,3**	**5**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0,1**
СУББОТА																																
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕНЫЕ/ТОМАТЫ/	100							100																								
СУП С КРУПОЙ И ТОМАТАМИ	250					20		19,38													5											
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С МАКАРОНАМИ	200		3,8	5,45		28									76,2	54					13,05		5									
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200															100								13,5		1,5						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		50																													
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40																														
Итого за прием пищи:	**840**	**40**	**53,8**	**5,45**	**0**	**48**	**0**	**119,38**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**76,2**	**154**	**0**	**0**	**0**	**0**	**18,05**	**0**	**5**	**13,5**	**0**	**1,5**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**

ПОНЕДЕЛЬНИК																																
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100							91														2,5		2,5								
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ /ГОРОХ/	250				20,15		46,72	23,7													2,5	2,5									0,04
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180			3,6			68,5	94,2													7,3	3,2									
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ 100/50	150		13,2	9,41				25,96				80,9				25					5,75	2,27										
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК/КЕФИР/	220																220															
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		50																													
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40																														
Итого за прием пищи:	**990**	**40**	**63,2**	**13,01**	**20,15**	**0**	**115,2**	**234,86**	**0**	**0**	**0**	**80,9**	**0**	**0**	**0**	**25**	**220**	**0**	**0**	**0**	**15,55**	**10,47**	**0**	**2,5**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0,04**
ВТОРНИК																																
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	100							88,8														5		5								
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250				5		75	40													5										0,05
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	180				47,5			40,7													4,6	6									
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ /СОУС МОЛОЧНЫЙ 100/25	125		28	1,375											71,2	38,5					4,705	6,66		0,25							
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200															100								13,5		1,5						
Молоко для детского питания 2,5% 200 г т/п	200															200																
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		50																													
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40																														
Итого за прием пищи:	**1145**	**40**	**78**	**1,375**	**52,5**	**0**	**75**	**169,5**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**71,2**	**338,5**	**0**	**0**	**0**	**0**	**14,31**	**17,66**	**0**	**18,75**	**0**	**1,5**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0,05**
СРЕДА																																
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100																															
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	250			18,7				10													5		5,625								
КАРТОФЕЛЬ ПО-ХУТОРСКИ	180			2,4			144	36											21,82	4,8	3,6	7,2									
КОТЛЕТА КАЗАЧОК	100		21,1	2,3				24,55						58,6		16,66					3,33	3,5	18,72								
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК/ КЕФИР/	220																220															
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		50																													
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40																														
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ АПЕЛЬСИН ИЛИ МАНДАРИН/	150								150																							
Итого за прием пищи:	**1090**	**40**	**71,1**	**23,4**	**0**	**0**	**144**	**70,55**	**150**	**0**	**0**	**0**	**0**	**58,6**	**0**	**16,66**	**220**	**0**	**21,82**	**4,8**	**11,93**	**10,7**	**24,35**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
ЧЕТВЕРГ																																
САЛАТ КУБАНОЧКА	100							101,93														5		5								

БОРЩ ПО-КУБАНСКИ	250			3			37,5	93,825													2,5	2,5		2,5							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА / МОЛОКО СГУЩ 200/20	220		9,2		13,8					5						80		216,2		9,2	9,2		9,6	18,4							
УЗВАР ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ И ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200									30,7														24							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		50																												
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40																													
Итого за прием пищи:	**860**	**40**	**59,2**	**3**	**13,8**	**0**	**37,5**	**195,755**	**0**	**35,7**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**80**	**0**	**216,2**	**0**	**9,2**	**11,7**	**7,5**	**9,6**	**49,9**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
ПЯТНИЦА																															
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	100							100																							
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250						50	47,5													5										
РАГУ ИЗ СУБПРОДУКТОВ	200			1,1			51,4	37,7					144								4,6	2,3									
СОК ФРУКТОВЫЙ /ВИНОГРАДНЫ/	200										200																				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		50																												
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40																													
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ /АПЕЛЬСИНЫ ИЛИ МАНДАРИНЫ	150								150																						
Итого за прием пищи:	**990**	**40**	**50**	**1,1**	**0**	**0**	**101,4**	**185,2**	**150**	**0**	**200**	**0**	**144**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**9,6**	**2,3**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
СУББОТА																															
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100							91														2,5		2,5							
СУП С КЛЕЦКАМИ	250			15,5				19,46													4,2		4,4								
СТОЖКИ КУРИНЫЕ С ОВОЩАМИ	200		20				50	25						76		43			17		5										
КИСЕЛЬ С СУШЕНЫМИ ЯБЛОКАМИ НА ЯБЛОЧНОМ СОКЕ	200									16,00	120													10,00							8,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		50																												
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40																													
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ: ЯБЛОКИ	100								100																						
Итого за прием пищи:	**940**	**40**	**70**	**15,5**	**0**	**0**	**50**	**135,46**	**100**	**16**	**120**	**0**	**0**	**76**	**0**	**43**	**0**	**0**	**17**	**0**	**9,2**	**2,5**	**4,4**	**12,5**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**8**

Наменование 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	Соль йодированная	Специи
НОРМА НА 1 РЕБЕНКА ПО САНПИН	**800**	**432-518**	**720-840**	**72-84**	**180-210**	**72-84**	**673,2-785,4**	**1152-1344**	**666-777**	**72-84**	**720-840**	**280,8-327,6**	**144-168**	**190,8-222,6**	**277,2-323,4**	**1260-1470**	**648-756**	**216-252**	**54-63**	**36-42**	**126-147**	**64,8-76,8**	**144-168**	**126-147**	**54-63**	**6-7**	**3,6-4,2**	**6-7**	**3**		
ФАКТИЧЕСКИ ВЫПОЛНЕНО	**988,33**	**440**	**727**	**89,9**	**209**	**110**	**837**	**1757**	**695**	**71,7**	**720**	**291**	**144**	**210**	**213,4**	**1289**	**660**	**361**	**56,8**	**57,2**	**144**	**72,6**	**144**	**147**	**55**	**6**	**4**	**6**	**3**	**0**	

63,8 145

Согласно :

Приложение N 11. Таблица замены пищевой продукции в граммах (нетто) с учетом их пищевой ценности Приложение N 11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Творог с массовой долей жира 9% заменяет 105 рыбы

У нас творог заменяет рыбу

ИП ТУЛЬМЕНТЬЕВА В.А.

ВЫПОЛНЕНИЕ НОРМ ПИТАНИЯ СОГЛАСНО ТРЕБОВАНИЯМ САНПИН 2.3./2.4 3590-20 ПО ОСНОВНОМУ ЦИКЛИЧНОМУ ЗИМНЕ-ВЕСЕННЕМУ МЕНЮ ДЛЯ ВОЗРАСТНОЙ КАТЕГОРИИ 12-18 ЛЕТ

ПОЛДНИКИ

Наменование 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	Соль йодированная	Специи
ЧЕТВЕРГ																															
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ П/П	100		100																												
СЫР ПОРЦИЯМИ РОССИЙСКИЙ	20																		20												
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30																								30						
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200									16														8							0,18
Итого за прием пищи:	350	0	100	0	0	0	0	0	0	16	0	0	0	0	0	0	0	0	20	0	0	0	0	8	30	0	0	0	0	0	0,18
ПЯТНИЦА																															
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	200					45,2										35,73					7,2	4,3	42								
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) ЯБЛОЧНЫЙ	180								36															10,8							0,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	20	20																								1					
Итого за прием пищи:	400	20	0	0	0	45,2	0	0	36	0	0	0	0	0	0	35,73	0	0	0	0	7,2	4,3	42	10,8	0	1	0	0	0	0	0,2

Наменование 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	Соль йодированная	Специи
НОРМА НА 1 РЕБЕНКА ПО САНПИН	**300**	**120-180**	**200-300**	**20-30**	**50-75**	**20-30**	**187-287,5**	**320-480**	**185-277,5**	**20-30**	**200-300**	**78-117**	**40-60**	**53-79,5**	**77-115,5**	**350-525**	**180-270**	**60-90**	**15-22,5**	**10-15**	**35-52,5**	**18-27**	**40-60**	**35-52,5**	**15-22,5**	**2-3**	**1,2-1,8**	**2-3**	**1,5**		
ФАКТИЧЕСКИ ВЫПОЛНЕНО	**408**	**120**	**204**	**30,9**	**85,3**	**45,2**	**326**	**426**	**263**	**26,8**	**200**	**93,3**	**68**	**67,5**	**80**	**400**	**180**	**92,6**	**20**	**19,4**	**52,8**	**31,1**	**64,7**	**98,7**	**30**	**4**	**3,6**	**4,5**	**1,58**	**1,5**	**8,68**