

Россия Краснодарский край

**ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ -
ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ**

Возрастная категория: 12 лет и старше

1-я неделя

Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2023 - ___ г.г.

№ сб. р-р г.изд.	ДЕНЬ 1 - й Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг./сут.)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК ТТК
			белки Б	жиры Ж	угле- воды У	Энерг-ая ценность ккал	С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe	
	ЗАВТРАК														
236 / 21	Каша рисовая молочная жидкая	210	6.643	8.4	34.280	215.33	1.373	0.06	0.22	41.41	186.13	17.60	34.674	0.5	33
54-1з / 22г	сыр твёрдых сортов в нарезке	30	7	8.8	0.000	107.50	0.21	0.01	0.09	78.00	264	150	11	0.3	17
54-2гн / 22г	Чай с сахаром	200	0.2	0	6.500	26.80	0.04	0	0.01	0.3	4.5	7.2	3.8	0.73	74
Пром.пр.	Кондитерские изделия (Печенье)	35	2.325	3.631	22.420	130.96	0.00	0.035	0.020	3.50	10.00	0.00	0.70	0.070	22
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	35	1.348	0.481	18.970	85.60	0	0.043	0.014	0.00	7	22.75	4.9	0.0385	20
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	1.695	0.45	12.560	61.07	0.00	0.08	0.08	0.00	9.90	70.00	2.00	0.01	21
82 / 21	Фрукты свежие (апельсин)	100	0.905	0.2	12.220	54.26	13.33	0.04	0.03	0	34	17	1.3	0.7	94
	итого за завтрак	640	20.12	21.96	106.95	681.5	14.95	0.3	0.464	123.18	515.5	284.6	58.37	1.9	85
	Норма по СанПин 25%		22.50	23.00	95.75	680.00	17.50	0.35	0.40	225.0	300	300	75.0	4.50	
	отклонение от нормы (+ / -) %		-2.65	-1.13	2.92	0.06	-3.64	-5.86	4.00	-11.31	17.96	-1.29	-5.54	-14.18	
	ОБЕД														
70 / 17	Овощи натуральные солёные (огурец)	60	0.48	0.06	1.02	6.60	2.1	0.06	0.06	0	13.8	14.4	8.4	0.36	1
113 / 21	Суп картофельный с бобовыми	250	6.3	3.575	14.8	115.75	4.75	0.162	0.15	17.50	35.325	89.25	34.38	2.02	27
373 / 21	Котлеты "Нежные"	120	12.451	12.821	7.363	244.08	0.84	0.017	0.13	102.00	201.0	206.0	44.40	2.86	63
143 / 17	Рагу из овощей	180	2.908	12.648	33.805	260.66	21.4	0.11	0.084	78.9	63.7	30.3	2.79	0.79	40
501 / 21	Сок фруктовый (персиковый)	200	1	0	23.4	97.60	1.2	0.004	0.004	0.000	30.4	36	0.8	1.80	91
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	60	2.31	0.825	32.52	146.75	0	0.0720	0.024	0.00	12	39	8.4	0.066	20
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40	2.26	0.6	16.74	81.43	0	0.107	0.107	0.000	13.2	93.6	2.64	0.018	21
	итого за обед	910	27.71	30.53	129.45	952.87	30.29	0.5318	0.8	198.4	369.43	508.55	101.81	7.914	
	Норма по СанПин 35%		31.50	32.20	134.05	952.00	24.50	0.49	0.56	315.0	420	420	105	6.30	
	отклонение от нормы (+ / -) %		-4.21	-1.82	-1.20	0.03	8.27	2.99	0.06	-13.0	-4.2	7.4	-1.07	8.97	
	ПОЛДНИК														
465 / 21	Кофейный напиток с молоком	200	5.20	4.75	17.88	135.25	1.04	0.06	0.25	26.45	215.5	172.8	34.8	0.809	88
ТТК / 3 / 17	Бутерброд с сыром	20 / 30	4.18	4.20	14.20	78.95	0.17	0.002	0.15	32.50	98.63	110.88	15.95	0.039	18
82 / 21	Фрукты свежие (банан)	140	0.48	0.48	11.76	56.40	14	0.056	0.07	0.00	11.2	39.2	51.24	0.84	93
	итого за полдник	390	9.86	9.428	43.84	270.80	15.207	0.12	0.47	58.954	325.33	322.88	101.99	1.29	
	Норма по СанПин 10%		9.00	9.20	38.30	272.00	7.00	0.14	0.16	90.00	120	120	30.0	1.80	
	отклонение от нормы (+ / -) %		0.96	0.25	1.45	-0.05	11.72	-1.57	19.38	-3.45	17.1	16.9	24.0	-0.62	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	47.82	52.49	236.40	1634	46.24	0.80	1.03	321.58	886.0	793	160.2	9.9
Норма по СанПин 60%	54.00	55.20	229.80	1632.00	42.00	0.84	0.96	540.0	720	720	180	10.80
отклонение от нормы (+ / -) %	-6.86	-2.9	1.72	0.09	4.63	-2.87	4.06	-24.3	13.7	6.1	-6.6	-5.2

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	37.57	39.96	173.29	1223	46.50	0.65	1.03	257.35	694.8	831.4	203.8	9.6
Норма по СанПин 45%	40.50	41.40	172.35	1224.00	31.50	0.63	0.72	405.0	540	540	135	8.10
отклонение от нормы (+ / -) %	-3.25	-1.57	0.24	-0.02	20.00	1.41	19.44	-16.41	12.90	24.29	22.93	8.34

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	57.69	61.92	280.24	1905	60.4	0.92	1.50	380.53	1210	1116	262.2	11.6
Норма по СанПин 70%	63.00	64.40	268.10	1904.00	49.00	0.98	1.12	630.0	840	840	210	12.60
отклонение от нормы (+ / -) %	-5.90	-2.70	3.17	0.04	16.35	-4.44	23.44	-27.72	30.86	23.00	17.39	-5.83

Россия Краснодарский край

**ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ**

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 12 лет и старше

1-я неделя

Сезон: зима - весна 2023 - __ г.г.

№ сб. р-р г.изд.	ДЕНЬ 2 - й Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг./сут.)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК ТТК
			белки Б	жиры Ж	угле- воды У	Энерг-ая ценность ккал	С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe	
ЗАВТРАК															
223 / 17	Запеканка из творога / и джем	180 / 40	30.11	15.15	40.01	416.84	1.136	0.07	0.28	59.400	201.6	32.037	3.6872	1.208	73
54-4лн/22	Чай с молоком и сахаром	200	1.60	1.10	8.70	50.90	0.3	0.01	0.07	6.9	57.5	46.2	9.96	0.77	76
14 / 17	Масло (порциями)	10	0.08	7.25	0.13	66.09	0	0.0001	0.0001	4.00	0.24	0.3	0	0.002	16
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40	1.54	0.55	21.68	97.83	0	0.0480	0.016	0.00	8	26	5.6	0.040	20
338 / 17	Фрукты свежие (яблоко)	100	0.40	0.40	9.80	47.00	10	0.03	0.02	0.000	16	11	9	2.2	92
Итого за завтрак		550	33.73	24.450	80.32	678.66	11.44	0.2	0.39	70.30	283.34	116.54	28.25	4.22	
Норма по СанПин		25%	22.50	23.00	95.75	680.00	17.50	0.35	0.40	225.0	300	300	75.0	4.50	
отклонение от нормы (+ / -) %			12.48	1.58	-4.03	-0.05	-8.66	-13.71	-0.87	-17.19	-1.39	-15.37	-15.58	-1.56	
ОБЕД															
150 / 21	Икра кабачковая (пром. производства)	60	1.14	5.34	4.62	70.80	4.2	0.012	0.023	0	24.6	22.2	9	0.4	3
98 / 21	Свекольник	250	2.018	5.0169	20.822	136.51	7	0.06	0.06	121.56	33.55	59.34	25.58	1.2	26
359/21	Печень, тушеная в соусе сметанном	120	19.092	16.6	23.66	310.41	12.30	0.110	0.100	638.16	34.8	41.64	19.2	8.1	58
392 / 21	Картофель отварной /и овощи отварные	75/75	3.2	3	13.5	94.00	12.3	0.12	0.13	14.0	28	81	4.2	1.12	47
54-1лн/22	Компот из смеси сухофруктов	200	0.5	0	19.8	81.00	0.02	0	0	15.00	50	4.3	2.1	0.09	81
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	70	2.503	0.895	35.23	158.99	0	0.0840	0.028	0.00	14	45.5	9.8	0.07	20
Пром.пр.	Хлеб ржаной	50	2.825	0.75	20.94	101.00	0.00	0.13	0.13	0.00	16.50	116.67	3.33	0.02	21
Итого за обед		900	31.28	31.602	138.57	952.7	35.8	0.5	0.5	788.7	201.0	370.6	73.2	11.7	
Норма по СанПин		35%	31.50	32.20	134.05	952.00	24.50	0.49	0.56	315.0	420	420	105	6.30	
отклонение от нормы (+ / -) %			-0.25	-0.65	1.18	0.03	16.17	2.07	-5.38	52.64	-18.3	-4.1	-10.6	30.1	
ПОЛДНИК															
54-46лн/22	Чай с яблоком и сахаром	200	0.2	0.1	7.5	31.6	1.16	0	0	0.7	6.2	8.3	4.8	1	78
276 / 17	Рулет с макаронами и / соус сметанный с томатом	110 / 20	8.514	8.156	17.855	175.88	0.32	0.05	0.106	19.400	54.5	17.500	17.7	0.967	51
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	1.695	0.45	12.56	61.07	0.00	0.08	0.08	0.00	9.90	70.00	2.00	0.01	21
Итого за полдник		360	10.41	8.706	37.92	268.550	1.460	0.13	0.186	20.100	70.6	95.80	24.50	1.877	
Норма по СанПин		10%	9.00	9.20	38.30	272.00	7.00	0.14	0.16	90.00	120	120	30.0	1.80	
отклонение от нормы			1.57	-0.54	-0.10	-0.13	-7.89	-0.71	1.63	-7.77	-4.12	-2.02	-1.83	0.43	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	65.01	66.05	218.89	1631.37	47.26	0.68	0.86	859.02	484.29	486.18	101.46	15.9			
Норма по СанПин	60%	54.00	55.20	229.80	1632.00	42.00	0.84	0.96	540.0	720	720	180	10		
отклонение от нормы (+ / -) %		12.23	0.93	-2.85	-0.02	7.51	-11.6	-6.24	35.45	-19.6	-19.5	-26.2	28.5		

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	41.69	40.31	176.49	1221.26	37.30	0.65	0.66	808.82	271.55	466.45	97.71	13.59			
Норма по СанПин	45%	40.50	41.40	172.35	1224.00	31.50	0.63	0.72	405.0	540	540	135	8.10		
отклонение от нормы (+ / -) %		1.32	-1.19	1.08	-0.10	8.29	1.4	-3.75	44.87	-22.4	-6.1	-12.4	30.5		

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	75.42	64.76	266.81	1899.92	48.74	0.81	1.05	879.1	554.9	582.0	126.0	17.81			
Норма по СанПин	70%	63.00	64.40	268.10	1904.00	49.00	0.98	1.12	630.0	840	840	210	12.60		
отклонение от нормы (+ / -) %		13.80	0.4	-2.95	-0.15	-0.4	-12.4	-4.62	27.68	-23.8	-21.5	-28.0	29.0		

Россия Краснодарский край
ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ
 ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 12 лет и старше

1-я неделя

Сезон: зима - весна 2023 - __ г.г.

№ сб. р-р г.изд.	ДЕНЬ 3-й Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг./сут.)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК ТТК
			белки Б	жиры Ж	угле- воды У	Энерг-ая ценность ккал	С	В1	В2	А	кальций Ca	фосфор P	магний Mg	железо Fe	
ЗАВТРАК															
25 / 21	Салат из моркови с зелёным горошком	60	1.213	3.088	5.12	53.31	2.72	0.04	0.03	663.31	14.014	33.167	17.738	0	10
239/17	Тефтели рыбные	110 / 20	11.44	10.287	6.57	182.62	0.86	0.09	0.10	6.40	167.9	20.50	45.80	0.98	64
398 / 21	(сложный гарнир) Пюре картофельно	150 / 30	3.171	4.219	19.73	130.15	10.194	0.12	0.110	19.640	38.653	8.4527	2.7936	0.6	48
384/21	/ Пюре из овощей по-московски		0.42	1.38	2.13	22.50	1.39	0.005	0.004	4.240	9.3	12.1	5.96	0.36	
501 / 21	Сок фруктовый (абрикосовый)	200	1	0	25.4	105.60	2.25	0.044	0.08	0.000	40	36	20	0.4	91
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50	1.93	0.69	27.1	122.29	0	0.0600	0.020	0.00	10	32.5	7	0.055	20
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	1.695	0.45	12.58	61.07	0.00	0.08	0.08	0.00	9.90	70.00	2.00	0.01	21
итого за завтрак		650	20.87	20.094	98.61	677.54	17.41	0.4	0.42	693.59	290	212.72	101.3	2.81	
Норма по СанПин 25%			22.50	23.00	95.75	680.00	17.50	0.35	0.40	225.0	300	300	75.0	4.50	
отклонение от нормы (+ / -) %			-1.81	-3.16	0.75	-0.09	-0.12	6.36	1.38	52.07	-0.85	-7.27	8.76	-9.42	
ОБЕД															
53 / 21	Икра секольная	60	0.9	2.16	5.1	43.20	4.44	0.012	0.01	0	16.8	24.6	12.6	0.726	4
93 / 21	Борщ из свежей капусты	250	1.3	4.375	6	68.50	7.15	0.02	0.025	0.00	37.5	46.9	19.3	0.98	23
54-2м / 22	Гуляш из говядины	50 / 50	14.592	14.439	3.038	201.29	1.232	0.035	0.1	23.10	12.647	144.14	20.451	1.15	52
303 / 17	Каша вязкая (ячневая)	180	2.68	6.196	34.247	203.39	0.00	0.014	0.21	83.200	117	67.9	6.48	0.18	35
465 / 21	Кофейный напиток с молоком	200	5.204	4.748	17.877	135.25	1.04	0.06	0.25	26.45	215.5	172.8	34.8	0.809	88
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	70	2.503	0.895	35.23	158.98	0	0.0840	0.028	0.00	14	45.5	9.8	0.07	20
Пром.пр.	Хлеб ржаной	50	2.825	0.75	20.94	101.00	0.00	0.13	0.13	0.00	16.50	116.67	3.33	0.02	21
82 / 21	Фрукты свежие (банан)	100	0.34	0.34	8.4	40.29	10	0.04	0.05	0.000	8	28	36.6	0	93
итого за обед		1010	30.32	33.903	130.83	951.899	23.66	0.40	0.81	132.75	437.9	646.5	143.4	4.63	
Норма по СанПин 35%			31.50	32.20	134.05	952.00	24.50	0.49	0.56	315.0	420	420	105	6.30	
отклонение от нормы (+ / -) %			-1.31	1.85	-0.84	0.00	-0.91	-6.57	15.38	-20.25	1.50	18.88	12.79	-9.82	
ПОЛДНИК															
470 / 21	Кисломолочный напиток (Кефир (м	200	5.8	5	8	101	1.4	0.08	0.023	40.1	240.8	180.6	28.1	0.2	90
152 / 17	Котлеты морковные с творогом и /	110 / 25	3.42	3.60	15.58	96.23	9.72	0.09	0.15	105.07	72.07	10.2	35.06	1.62	70
337/17	/ соус яблочный														
Пром.пр.	Хлеб пш. (батон)	32	1.232	0.808	16.448	72.352	0	0.035	0.035	0.00	6.08	20.8	4.16	0.038	19
итого за полдник		367	10.45	9.208	40.028	269.586	11.12	0.21	0.207	145.17	318.95	211.68	67.32	1.86	
Норма по СанПин 10%			9.00	9.20	38.30	272.00	7.00	0.14	0.16	90.00	120	120	30.0	1.80	
отклонение от нормы (+ / -) %			1.61	0.01	0.45	-0.09	5.88	4.64	2.94	6.13	15.58	7.63	12.44	0.33	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	51.19	54.00	229.44	1629.44	41.28	0.84	1.23	826.34	727.7	859.2	244.7	7.34
Норма по СанПин 60%	54.00	55.20	229.80	1632.00	42.00	0.84	0.96	540.0	720	720	180	10.80
отклонение от нормы (+ / -) %	-3.12	-1.31	-0.09	-0.09	-1.03	-0.21	16.75	31.82	0.64	11.60	21.55	-19.24

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	40.78	43.11	170.86	1221.48	34.98	0.60	1.01	277.9	756.9	858.1	210.7	6.39
Норма по СанПин 45%	40.50	41.40	172.35	1224.00	31.50	0.63	0.72	405.0	540	540	135	8.1
отклонение от нормы (+ / -) %	0.31	1.86	-0.39	-0.09	4.97	-1.93	18.31	-14.12	18.07	26.51	25.23	-9.19

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	61.64	63.21	269.47	1899.0	52.39	1.0	1.4	971.5	1047	1071	312.0	9.20
Норма по СанПин 70%	63.00	64.40	268.10	1904.00	49.00	0.98	1.12	630.0	840	840	210	12.60
отклонение от нормы (+ / -) %	-1.51	-1.30	0.36	-0.18	4.84	4.43	19.69	37.95	17.22	19.23	33.99	-18.91

Россия Краснодарский край
ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
 ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 12 лет и старше

1-я неделя

Сезон: зима - весна 2023 - ___ г.г.

№ сб. р-р г.изд.	ДЕНЬ 4 - й Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг./сут.)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК ТТК
			белки Б	жиры Ж	угле- воды У	Энерг-ая ценность ккал	С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe	
ЗАВТРАК															
56 / 17	Салат овощной с яблоками	70	1.13	0.17	4.39	22.83	10.86	0.022	0.024	0	23.199	20.31	12.097	0.89	12
265 / 17	Плов	205	11.67	23.66	32.95	385.14	1.75	0.08	0.02	301.76	24	20.95	49.3	1.67	53
494 / 21	Компот из плодов или ягод сушёных	200	0.30	0.01	17.50	72.00	2.1	0	0	0	16.36	10.7	4.3	0.062	83
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50	1.93	0.69	27.10	122.29	0	0.0600	0.020	0.00	10	32.5	7	0.055	20
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40	2.26	0.60	16.74	81.43	0	0.107	0.107	0.000	13.2	93.6	2.64	0.018	21
итого за завтрак		565	17.29	25.13	98.68	683.69	14.71	0.27	0.17	301.76	86.76	178.1	75.34	2.69	
Норма по СанПин 25%		22.50	23.00	95.75	680.00	17.50	0.35	0.40	225.0	300	300	75.0	4.4		
отклонение от нормы (+ / -) %		-5.79	2.31	0.76	0.14	-3.99	-5.79	-14.31	8.53	-17.77	-10.16	0.11	-10.04		
ОБЕД															
54-273/22	Морковь отварная дольками	60	0.83	1.95	4.13	37.58	1.3125	0.03	0.04	79.26	16.35	32.25	21.75	0.4	7
ТТК/116 / 21	Суп картофельный с клецками	250	4.25	4.82	15.69	123.14	4.7	0.08	0.08	138.8	36.01	65.13	18.83	0.76	31
341 / 21	Котлеты "Пермские"	100	16.83	13.812	12.75	242.50	0	0.114	0.000	47.00	50	170	23	2.67	55
127 / 17	Картофель в молоке	180	3.92	6.936	27.60	178.34	10.21	0.17	0.18	39.6	75.24	96.24	3.12	0.4	43
501 / 21	Сок фруктовый (яблочный)	200	1.00	0.2	20.20	86.00	4	0.02	0.02	0.00	14	14	8	0.28	91
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	60	2.31	0.82	32.52	146.75	0	0.0720	0.024	0.00	12	39	8.4	0.066	20
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40	2.26	0.6	16.74	81.43	0	0.107	0.107	0.00	13.2	93.6	2.64	0.018	21
338 / 17	Плоды свежие (яблоко)	120	0.48	0.48	11.76	53.28	12	0.0360	0.024	0.00	19.2	13.2	10.80	2.64	92
итого за обед		1010	31.88	29.618	141.386	949.02	32.22	0.63	0.48	304.62	236.0	523.4	96.54	7.234	
Норма по СанПин 35%		31.50	32.20	134.05	952.00	24.50	0.49	0.56	315.0	420	420	105	6.30		
отклонение от нормы (+ / -) %		0.42	-2.81	1.92	-0.11	11.03	9.93	-5.31	-1.15	-15.33	8.62	-2.82	5.19		
ПОЛДНИК															
54-3гн/22	Чай с лимоном и сахаром	200	0.3	0	6.7	27.90	1.16	0	0.01	0.38	6.9	8.5	4.6	0.77	75
301 / 21	Рыба запечённая с яйцом	115	0.805	3.335	9.775	117.30	1.04	0.08	0.130	37.840	37.72	159.51	22.2	1	67
Пром.пр.	Кондитерские изделия (Печенье)	20	1.14	3.289	8.545	70.03	0.00	0.015	0.010	1.50	4.35	0.00	0.30	0.03	22
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	1.695	0.45	12.56	61.07	0.00	0.08	0.08	0.00	9.90	70.00	2.00	0.01	21
итого за полдник		365	3.94	7.074	37.58	276.30	2.200	0.18	0.230	39.720	58.87	238.0	29.10	1.812	
Норма по СанПин 10%		9.00	9.20	38.30	272.00	7.00	0.14	0.16	90.00	120	120	30.0	1.80		
отклонение от нормы (+ / -) %		-5.62	-2.31	-0.19	0.16	-6.86	2.50	4.38	-5.59	-5.09	9.83	-0.30	0.06		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	49.17	54.74	240.06	1632.71	46.93	0.90	0.65	606.4	322.8	701.5	171.9	9.93	
Норма по СанПин 60%	54.00	55.20	229.80	1632.00	42.00	0.84	0.96	540.0	720	720	180	10.80	
отклонение от нормы (+ / -) %	-5.37	-0.50	2.68	0.03	7.05	4.14	-19.63	7.38	-33.10	-1.54	-2.71	-4.86	

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	35.82	36.69	178.97	1225.32	34.42	0.80	0.71	344.3	294.9	761.4	125.6	9.05	
Норма по СанПин 45%	40.50	41.40	172.35	1224.00	31.50	0.63	0.72	405.0	540	540	135	8.10	
отклонение от нормы (+ / -) %	-5.21	-5.12	1.73	0.05	4.18	12.43	-0.94	-6.74	-20.43	18.45	-3.12	5.25	

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	53.11	61.82	277.64	1909.00	49.13	1.07	0.88	646.1	381.6	938.5	201.0	11.74	
Норма по СанПин 70%	63.00	64.40	268.10	1904.00	49.00	0.98	1.12	630.0	840	840	210	12.60	
отклонение от нормы (+ / -) %	-10.99	-2.81	2.49	0.18	0.19	6.64	-15.25	1.79	-38.20	8.29	-3.01	-4.79	

Россия Краснодарский край

ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

для учащихся в общеобразовательном учреждении ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ
ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 12 лет и старше

1-я неделя

Сезон: зима - весна 2023 - __ г.г.

№ сб. р-р г.изд.	ДЕНЬ 5 - й Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг./сут.)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК ТТК
			белки Б	жиры Ж	угле- воды У	Энерг-ая ценность ккал	С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe	
ЗАВТРАК															
54-283/22	Свекла отварная дольками	60	0.9	0.075	5.175	25.20	2.87	0.008	0.02	0.780	21.15	24.75	12.75	0.8	8
235 / 17	Шницель рыбный натуральный	120	9.929	10.47	7.245	197.18	2.58	0.09	0.15	28.68	333.5	26.24	6.18	1.80	65
181 / 21	Картофель запечённый в сметанном соусе	180	6.578	12.006	26.658	216.01	3.6	0.12	0.165	54.00	78	10.2	2.76	0.852	44
ТТК/485/21	Кисель из сока плодового или ягодного	200	0.8	0.11	30.481	126.11	2.1	0.01	0.010	0.000	13.28	15.45	7.3	2.3	84
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	1.155	0.413	16.26	73.38	0.00	0.08	0.08	0.00	9.90	70.00	2.00	0.01	20
Пром.пр.	Хлеб ржаной	20	1.13	0.3	8.373	40.71	0.00	0.05	0.05	0.00	6.60	46.80	1.32	0.01	21
Итого за завтрак		610	20.49	23.37	94.19	678.59	10.95	0.36	0.48	83.46	462.5	193.4	32.3	5.77	
Норма по СанПин 25%		22.50	23.00	95.75	680.00	17.50	0.35	0.40	225.0	300	300	75.0	4.50		
отклонение от нормы (+ / -) %			-2.23	0.41	-0.41	-0.05	-9.36	0.57	4.69	-15.73	13.54	-8.88	-14.23	7.06	
ОБЕД															
158 / 21	Кукуруза с яйцом и луком	60	1.98	3.84	1.32	48.00	3.06	0.018	0.034	15.12	14.7	15.24	15.24	1.242	9
126 / 21	Суп с крупой и фрикадельками	250	8.848	10.448	10.443	171.01	0.5	0.03	0.08	8.00	16.75	90	19	1.15	30
204 / 17	Макароны отварные с сыром	190	8.009	10.492	24.987	197.41	0.08	0.06	0.09	65.260	232.84	16.720	1.63	1.1	38
286 / 21	Сырники из творога запечённые	120	7.376	4.304	21.48	154.16	0.24	0.06	0.07	49.20	174	24.96	2.52	0.78	72
502 / 21	Какао с молоком и витаминами	200	6.265	5.022	18.312	142.51	1.046	0.062	0.25	26.53	215.39	17.932	39.015	0.966	86
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	45	1.733	0.619	24.39	110.06	0	0.056	0.018	0.000	9	30	6.3	0.045	20
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	1.155	0.413	16.26	73.38	0.00	0.08	0.08	0.00	9.90	70.00	2.00	0.01	21
82 / 21	Фрукты свежие (апельсин)	105	0.95	0.21	12.82	56.97	14	0.042	0.0315	0	35.7	17.85	1.365	0.315	94
Итого за обед		1000	36.32	35.36	130.01	953.61	18.93	0.41	0.65	164.11	708.3	282.7	87.1	6.42	
Норма по СанПин 35%		31.50	32.20	134.05	952.00	24.50	0.49	0.56	315.0	420	420	105	6.30		
отклонение от нормы (+ / -) %			5.35	3.42	-1.05	0.06	-7.96	-5.86	5.84	-16.77	24.02	-11.44	-5.98	0.66	
ПОЛДНИК															
470 / 21	Кефир (м. д. ж. 2,5%)	200	5.8	5	8	101	1.4	0.08	0.023	40.1	240.8	180.6	28.1	0.2	90
150 / 17	Зразы картофельные и / соус молочный	100 / 20	3.383	6.171	7.880	100.59	0.44	0.1	0.130	75.560	28.67	25.33	17.56	1.393	46
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	1.155	0.413	16.26	73.377	0.00	0.08	0.08	0.00	9.90	70.00	2.00	0.01	20
Итого за полдник		350	10.338	11.584	32.14	275.0	1.840	0.26	0.233	115.66	279.37	276.93	47.86	1.603	
Норма по СанПин 10%		9.00	9.20	38.30	272.00	7.00	0.14	0.16	90.00	120	120	30.0	1.80		
отклонение от нормы (+ / -) %			1.49	2.59	-1.61	0.11	-7.37	8.57	4.56	2.85	13.28	12.99	5.89	-1.09	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	56.81	58.72	224.20	1632.10	29.88	0.77	1.13	247.57	1171	476.1	119.4	12.11	
Норма по СанПин 60%	54.00	55.20	229.80	1632.00	42.00	0.84	0.96	540.0	720	720	180	10.80	
отклонение от нормы (+ / -) %	3.12	3.83	-1.46	0.00	-17.32	-5.29	10.53	-32.49	37.56	-20.32	-20.21	7.72	

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	46.65	46.93	162.15	1228.48	20.77	0.67	0.89	279.77	987.65	558.63	134.7	8.02	
Норма по СанПин 45%	40.50	41.40	172.35	1224.00	31.50	0.63	0.72	405.0	540	540	135	8.10	
отклонение от нормы (+ / -) %	6.84	6.01	-2.66	0.16	-15.33	2.71	10.41	-13.91	37.30	1.55	-0.09	-0.44	

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	67.15	70.31	256.34	1907.07	31.72	1.03	1.36	363.23	1450.12	752	167.0	13.79	
Норма по СанПин 70%	63.00	64.40	268.10	1904.00	49.00	0.98	1.12	630.0	840	840	210	12.60	
отклонение от нормы (+ / -) %	4.61	6.42	-3.07	0.11	-24.69	3.29	15.09	-29.64	50.84	-7.33	-14.32	6.62	

Россия Краснодарский край

**ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
для учащихся в ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ
ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ**

Возрастная категория: 12 лет и старше

1-я неделя

Сезон: зима - весна 2023 - __ г.

Возрастная категория: 12 лет и старше меню завтраки 10-тидневка 1 - я неделя			Пищевые вещества г.			Энерг-ая ценность ккал	Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)			
			белки	жиры	углеводы		С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe
			Б	Ж	У									
Итого за день по СанПиН СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20			90	92.0	383	2720	70	1.4	1.6	900	1200	1200	300	18
12-18 л	ЗАВТРАКИ	25%	22.50	23.00	95.75	680.00	17.50	0.35	0.40	225.00	300.0	300.0	75.00	4.50
Среднее за 5 дней (фактически)			22.50	23.00	95.75	680.00	13.89	0.30	0.38	254.5	327.57	196.86	59.11	3.0
отклонение от нормы (+ / -) %			0.00	0.00	0.00	0.00	-5.15	-3.68	-1.02	3.27	2.30	-8.59	-5.30	-5.63

Возрастная категория: 12 лет и старше меню обеды 10-тидневка 1 - я неделя			Пищевые вещества г.			Энерг-ая ценность ккал	Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)			
			белки	жиры	углеводы		С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe
			Б	Ж	У									
Итого за день по СанПиН СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20			90	92.0	383	2720	70	1.4	1.6	900	1200	1200	300	18
12-18 л	ОБЕДЫ	35%	31.50	32.20	134.05	952.00	24.50	0.49	0.56	315.00	420.0	420.0	105.0	6.30
Среднее за 5 дней (фактически)			31.50	32.20	134.05	952.00	28.22	0.50	0.59	317.7	390.5	466.4	100.40	7.56
отклонение от нормы (+ / -) %			0.00	0.00	0.00	0.00	5.32	0.51	2.12	0.30	-2.46	3.86	-1.53	7.02

Возрастная категория: 12 лет и старше меню -полдники 10-тидневка 1 - я неделя			Пищевые вещества г.			Энерг-ая ценность ккал	Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)			
			белки	жиры	углеводы		С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe
			Б	Ж	У									
Итого за день по СанПиН СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20			90	92.0	383	2720	70	1.4	1.6	900	1200	1200	300	18
12-18 л	ПОЛДНИКИ	10%	9.00	9.20	38.30	272.00	7.00	0.14	0.16	90.00	120.0	120.0	30.00	1.80
Среднее за 5 дней (фактически)			9.00	9.20	38.30	272.00	6.37	0.18	0.27	75.92	210.6	228.8	54.11	1.77
отклонение от нормы (+ / -) %			0.00	0.00	0.00	0.00	-0.90	2.69	6.58	-1.56	7.55	9.07	8.04	-0.15

Возрастная категория: 12 лет и старше меню завтраки - обеды 10-тидневка 1 - я неделя			Пищевые вещества г.			Энерг-ая ценность ккал	Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)			
			белки	жиры	углеводы		С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe
			Б	Ж	У									
Итого за день по СанПиН СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20			90	92.0	383	2720	70	1.4	1.6	900	1200	1200	300	18
12-18 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ	60%	54.00	55.20	229.80	1632.00	42.00	0.84	0.96	540.00	720.0	720.0	180.0	10.80
Среднее за 5 дней (фактически)			54.00	55.20	229.80	1632.0	42.12	0.80	0.98	572.2	718.1	663.2	159.5	11.05
отклонение от нормы (+ / -) %			0.00	0.00	0.00	0.00	0.17	-3.17	1.09	3.58	-0.16	-4.73	-6.83	1.39

Возрастная категория: 12 лет и старше меню обеды-полдники 10-тидневка 1 - я неделя			Пищевые вещества г.			Энерг-ая ценность ккал	Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)			
			белки	жиры	углеводы		С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe
			Б	Ж	У									
Итого за день по СанПиН СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20			90	92.0	383	2720	70	1.4	1.6	900	1200	1200	300	18
12-18 л	ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	45%	40.50	41.40	172.35	1224.00	31.50	0.63	0.72	405.00	540.0	540.0	135.0	8.10
Среднее за 5 дней (фактически)			40.50	41.40	172.35	1224.00	34.59	0.67	0.86	393.6	601.1	695.2	154.5	9.33
отклонение от нормы (+ / -) %			0.00	0.00	0.00	0.00	4.42	3.20	8.69	-1.26	5.10	12.93	6.50	6.84

Возрастная категория: 12 лет и старше меню завтраки - обеды-полдники 10-тидневка 1 - я неделя			Пищевые вещества г.			Энерг-ая ценность ккал	Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)			
			белки	жиры	углеводы		С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe
			Б	Ж	У									
Итого за день по СанПиН СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20			90	92.0	383	2720	70	1.4	1.6	900	1200	1200	300	18
12-18 л	ЗАВТРАКИ - ОБЕДЫ - ПОЛДНИКИ	70%	63.00	64.40	268.10	1904.00	49.00	0.98	1.12	630.00	840.0	840.0	210.0	12.60
Среднее за 5 дней (фактически)			63.00	64.40	268.10	1904.0	48.48	0.97	1.24	648.1	928.7	892	214	12.82
отклонение от нормы (+ / -) %			0.00	0.00	0.00	0.00	-0.74	-0.49	7.67	2.01	7.39	4.34	1.21	1.21

Россия Краснодарский край
ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
 ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ
 ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 12 лет и старше

2-я неделя

Сезон: зима - весна 2023-__ г.г.

№ сб. р-р г.изд.	ДЕНЬ 6 - й Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг./сут.)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК ТТК
			белки Б	жиры Ж	угле- воды У	Энерг-ая ценность ккал	С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe	
ЗАВТРАК															
54-20а/22	Горошек зелёный (консервированн	70	1.983	0.117	4.08	32.10	2.8	0.06	0.02	21.000	12.83	37.33	12.83	0.43	2
210 / 17 329/21	Омлет натуральный / и Бигус (сложный гарнир)	120 / 80	3.979 7.2	7.532 5.32	15.161 2.08	143.49 85.20	0.18 6.2	0.061 0.032	0.260 0.07	157.50 0.000	182.16 33.6	17.961 82.8	1.3656 15.6	0.2 1.3	50
54-23гн/22	Кофейный напиток с молоком	200	5.644	5.028	15.334	129.32	1.04	0.06	0.25	26.490	217.7	184	42	1.16	89
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	70	2.503	0.895	35.23	158.98	0	0.0480	0.016	0.00	8	26	5.6	0.040	20
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40	2.26	0.6	16.74	81.43	0	0.107	0.107	0.000	13.2	93.6	2.64	0.019	21
338 / 17	Плоды свежие (яблоко)	100	0.4	0.4	9.8	47.00	10	0.03	0.02	0.000	16	11	9	2	92
Итого за завтрак		680	23.97	19.892	98.43	677.515	20.22	0.40	0.74	204.99	483.8	452.7	89.04	5.35	
Норма по СанПин 25%		22.50	23.00	95.75	680.00	17.50	0.35	0.40	225.0	300	300	75.0	4.50		
отклонение от нормы (+ / -) %			1.63	-3.38	0.70	-0.09	3.88	3.43	21.44	-2.22	15.29	12.72	4.68	4.71	
ОБЕД															
47 / 17	Салат из квашеной капусты	60	1.03	3.00	5.08	51.42	11.89	0.01	0.0162	0	31.35	20.37	9.61	0.4	13
ТТК129 / 21	Суп с макаронными изделиями и картофелем	250	2.87	3.52	18.88	119.48	3.8	0.07	0.014	2.1	16	46.75	17	0.81	32
234/17	Биточки рыбные	120	14.82	14.58	15.84	253.85	0.36	0.10	0.16	41.66	219.9	64.53	6.21	1.43	66
180 / 21	Рагу из овощей с кашей	180	5.13	6.63	19.62	158.40	7.2	0.09	0.1	27	82.8	10.98	36.9	0.936	39
501 / 21	Сок фруктовый (абрикосовый)	200	1.00	0.00	25.40	105.60	2.25	0.044	0.08	0.000	40	36	20	0.4	91
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	70	2.50	0.90	35.23	158.98	0	0.0840	0.028	0.00	14	45.5	9.8	0.07	20
Пром.пр.	Хлеб ржаной	50	2.83	0.75	20.93	101.78	0.00	0.13	0.13	0.00	16.50	116.67	3.33	0.02	21
Итого за обед		930	30.18	29.377	140.98	949.515	25.50	0.53	0.531	70.79	420.8	340.8	101.9	4.063	
Норма по СанПин 35%		31.50	32.20	134.05	952.00	24.50	0.49	0.56	315.0	420	420	105	6.30		
отклонение от нормы (+ / -) %			-1.47	-3.07	1.81	-0.09	1.43	2.93	-1.80	-27.13	0.05	-6.60	-1.05	-12.43	
ПОЛДНИК															
494 / 21	Компот из плодов или ягод сушёных	200	0.3	0.01	14.76	61.11	2.1	0	0	0	16.36	10.7	4.3	0.062	83
187 / 21	Котлеты из овощей	120	4.932	8.49	11.53	142.24	2.08	0.11	0.11	20.8	46.4	86.4	32	1.62	42
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	1.155	0.413	16.26	73.38	0.00	0.08	0.08	0.00	9.90	70.00	2.00	0.0	20
Итого за полдник		350	6.39	8.913	42.54	276.73	4.2	0.2	0.19	20.80	72.7	167.1	38.30	1.19	
Норма по СанПин 10%		9.00	9.20	38.30	272.00	7.00	0.14	0.16	90.00	120	120	30.0	1.80		
отклонение от нормы (+ / -) %			-2.90	-0.31	1.11	0.17	-4.03	3.57	1.88	-7.69	-3.95	3.93	2.77	-0.60	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	54.15	49.27	239.41	1627.03	45.72	0.93	1.27	275.78	904.1	793.5	190.9	9.41
Норма по СанПин 60%	54.00	55.20	229.80	1632.00	42.00	0.84	0.96	540.0	720	720	180	10.80
отклонение от нормы (+ / -) %	0.16	-6.45	2.51	-0.18	5.31	6.36	19.64	-29.36	15.34	6.12	3.63	-7.72

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	36.86	38.29	183.52	1226.24	29.7	0.72	0.72	91.59	493.2	507.9	140.2	5.76
Норма по СанПин 45%	40.50	41.40	172.35	1224.00	31.50	0.63	0.72	405.0	540	540	135	8.10
отклонение от нормы (+ / -) %	-4.37	-3.38	2.92	0.08	-2.60	6.50	0.08	-34.82	-3.90	-2.68	1.72	-13.03

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	60.53	58.18	281.95	1903.76	49.9	1.12	1.46	296.88	978.7	961	229.2	11.10
Норма по СанПин 70%	63.00	64.40	268.10	1904.00	49.00	0.98	1.12	630.0	840	840	210	12.60
отклонение от нормы (+ / -) %	-2.74	-6.76	3.62	-0.01	1.28	9.93	21.51	-37.05	11.39	10.05	6.40	-8.32

Россия Краснодарский край
ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ
ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 12 лет и старше

2-я неделя

Сезон : зима - весна 2023 - ___ г.г.

№ сб. р-р г.изд.	ДЕНЬ 7 - й Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг./сут.)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК ТТК
			белки Б	жиры Ж	угле- воды У	Энерг-ая ценность ккал	С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe	
ЗАВТРАК															
1 / 21	Салат из капусты белокачанной	60	0.87	3.60	5.04	56.40	11.9	0.01	0.01	0	28	19.6	11.2	0.37	14
259/17	Жаркое по - дормашнему	205	16.79	17.08	23.75	315.92	7.92	0.140	0.06	36.720	129.96	19.030	4.4	2.85	54
495 / 21	Компот из смеси сухофруктов	200	0.60	0.10	20.10	80.77	2.016	0	0	12.0	16.1	15.36	2.1	0.076	82
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	60	2.31	0.82	32.52	146.75	0	0.0480	0.016	0.00	8	26	5.6	0.040	20
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40	2.26	0.60	16.74	81.43	0	0.107	0.107	0.000	13.2	93.6	2.64	0.018	21
Итого за завтрак		565	22.83	22.198	98.15	681.26	21.84	0.31	0.19	48.72	195.3	173.6	25.94	3.35	
Норма по СанПин 25%		22.50	23.00	95.75	680.00	17.50	0.35	0.40	225.0	300	300	75.0	4.50		
отклонение от нормы (+ / -) %		0.36	-0.87	0.63	0.05	6.19	-3.21	-12.94	-19.59	-8.73	-10.53	-16.35	-6.37		
ОБЕД															
21 / 21	Салат из моркови	60	0.72	3.6	6.72	62.40	1.8	0.03	0.03	0.000	14.4	29.4	20.4	0.384	11
103 / 21	Щи из свежей капусты	250	1.3	4.425	3.45	59.00	9.98	0.03	0.03	0.000	34.5	28	13.75	0.59	25
291 / 17	Плов из птицы	210	18.037	10.924	38.914	326.12	6.3	0.08	0.009	176.01	13.126	22.570	10.19	1.7	61
460 / 21	Чай с молоком	200	3	2.2	13.643	85.89	0.56	0.02	0.13	13.50	110.5	85.2	16	0.3	77
Пром.пр.	Кондитерские изделия (Печенье)	50	2.821	4.187	23.029	141.08	0	0.03	0.02	3.00	8.7	0.00	0.6	0.053	22
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	70	2.503	0.895	35.23	158.98	0	0.0840	0.028	0.00	14	45.5	9.8	0.07	20
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40	2.26	0.6	16.74	81.43	0	0.107	0.107	0.000	13.2	93.6	2.64	0.018	21
82/ 21	Фрукты свежие (банан)	100	0.34	0.34	8.4	40.29	10	0.040	0.05	0.000	8	28	36.6	0.6	93
Итого за обед		980	30.98	27.17	146.13	955.18	28.64	0.42	0.40	192.51	216.43	332.27	109.98	4.30	
Норма по СанПин 35%		31.50	32.20	134.05	952.00	24.50	0.49	0.56	315.0	420	420	105	6.30		
отклонение от нормы (+ / -) %		-0.58	-5.47	3.15	0.12	5.91	-4.93	-9.75	-13.61	-16.96	-7.31	1.66	-11.14		
ПОЛДНИК															
470 / 21	Кисломолочный напиток (Кефир (м	200	5.8	5	8	101	1.4	0.08	0.023	40.1	240.8	180.6	28.1	0.2	90
149 / 17	Котлеты картофельные с творогом	110 / 20	2.453	4.72	17.004	120.792	1.89	0.08	0.16	26.93	105.61	14.098	27.49	1.03	71
327/17	/ соус молочный														
Пром.пр.	Хлеб пш. (батон)	20	0.77	0.38	10.28	45.22	0	0.022	0.022	0.00	3.8	13	2.6	0.024	19
Итого за полдник		350	9.02	10.100	35.28	267.01	3.090	0.18	0.205	67.030	360.2	207.7	58.2	1.254	
Норма по СанПин 10%		9.00	9.20	38.30	272.00	7.00	0.14	0.16	90.00	120	120	30.0	1.80		
отклонение от нормы (+ / -) %		0.03	0.98	-0.79	-0.18	-5.59	3.00	2.81	-2.55	19.18	7.31	9.40	-3.03		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	53.81	49.37	244.28	1636.44	60.48	0.73	0.60	241.23	411.7	505.9	135.9	7.6	
Норма по СанПин 60%	54.00	55.20	229.80	1632.00	42.00	0.84	0.96	540.0	720	720	180	10.30	
отклонение от нормы (+ / -) %	-0.21	-6.34	3.78	0.16	12.11	-8.14	-22.69	-33.20	-25.69	-17.85	-14.69	-17.51	

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	40.00	37.27	181.41	1222.20	31.73	0.60	0.61	259.54	566.6	540.0	168.2	5.55	
Норма по СанПин 45%	40.50	41.40	172.35	1224.00	31.50	0.63	0.72	405.0	540	540	135	8.10	
отклонение от нормы (+ / -) %	-0.55	-4.49	2.37	-0.07	0.33	-1.93	-6.94	-16.16	2.22	0.00	11.06	-14.17	

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	62.83	59.47	279.56	1903.46	53.57	0.91	0.80	308.26	761.9	714	194.1	8.90	
Норма по СанПин 70%	63.00	64.40	268.10	1904.00	49.00	0.98	1.12	630.0	840	840	210	12.60	
отклонение от нормы (+ / -) %	-0.19	-5.36	2.99	-0.02	6.52	-5.14	-19.88	-35.75	-6.51	-10.54	-5.30	-20.54	

Россия Краснодарский край
ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ
ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 12 лет и старше

2-я неделя

Сезон: зима - весна 2023 - ___ г.г.

№ сб. р-р г.изд.	ДЕНЬ 8 - й Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг./сут.)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК ТТК
			белки Б	жиры Ж	угле- воды У	Энерг-ая ценность ккал	С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe	
ЗАВТРАК															
230/21	Каша манная молочная жидкая	230	8.597	8.944	33.810	250.12	0.86	0.08	0.08	37.060	183.79	15.65	2.57	0.45	34
14 / 17	Масло (порциями)	15	0.12	10.875	0.195	99.14	0	0.00015	0.00015	6.00	0.36	0.45	0	0.002	16
462 / 21	Какао с молоком	200	3.66	2.847	11.625	86.76	0.523	0.031	0.130	13.28	108.85	9.53	23.107	0.681	87
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50	1.93	0.89	27.100	122.29	0	0.0600	0.020	0.00	10	32.5	7	0.055	20
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	1.155	0.413	16.260	73.38	0.00	0.08	0.08	0.00	9.90	70.00	2.00	0.01	21
82 / 21	Фрукты свежие (апельсин)	100	0.781	0.15	12.210	53.28	13.34	0.04	0.03	0.00	34	17	1.3	0.3	94
Итого за завтрак		625	16.24	23.919	101.20	684.97	14.72	0.29	0.34	56.340	346.9	145.1	36.0	1.498	
Норма по СанПин 25%		22.50	23.00	95.75	680.00	17.50	0.35	0.40	225.0	300	300	75.0	4.50		
отклонение от нормы (+ / -) %		-6.95	1.00	1.42	0.18	-3.97	-4.20	-3.74	-18.74	3.91	-12.91	-13.01	-16.68		
ОБЕД															
54-13з/22	Салат из свеклы отварной	60	0.825	2.7	4.575	45.60	2.28	0.008	0.02	0.6825	19.425	21.08	11.325	0.7	15
54-25с/22	Суп гороховый	250	5.87	2.83	18.97	124.88	5.01	0.18	0.08	151	33.35	95.45	37.33	2	28
288/21	Тефтели. Белип	120	17.36	16.56	11.44	242.24	0.8	0.09	0.09	60.0	139.2	21.246	36	0.94	68
175 / 21	Овощи в молочном соусе	180	4.526	8.537	12.7543	146.06	8.17	0.08	0.08	49.370	92.57	10.491	37.03	0.97	41
359/17	Кисель из сока плодового или ягодного с	200	0.561	0.113	37.173	151.95	2.12	0.01	0.01	0.08	13.843	15.689	4.91	1.65	85
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	70	2.503	0.895	35.23	158.98	0	0.0840	0.028	0.00	14	45.5	9.8	0.07	20
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40	2.26	0.6	16.74	81.43	0	0.107	0.107	0.000	13.2	93.6	2.64	0.018	21
Итого за обед		920	33.91	32.24	136.88	951.13	16.38	0.56	0.40	261.39	325.6	303.1	139.0	6.34	
Норма по СанПин 35%		31.50	32.20	134.05	952.00	24.50	0.49	0.56	315.0	420	420	105	6.34		
отклонение от нормы (+ / -) %		2.67	0.04	0.74	-0.03	-11.60	4.93	-10.31	-5.96	-7.87	-9.75	11.35	0.27		
ПОЛДНИК															
501 / 21	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0.2	20.2	86.00	4	0.02	0.02	0.000	14	14	8	0.28	91
347/21	Котлета школьная и /соус молочный	105 / 20	6.795	9.059	6.821	113.20	0.590	0.06	0.14	8.890	90.81	19.06	5.39	1.68	56
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	1.155	0.413	16.26	73.38	0.00	0.08	0.08	0.00	9.90	70.00	2.00	0.01	21
Итого за полдник		355	8.95	9.67	43.28	272.57	4.59	0.16	0.24	8.89	114.7	103.1	15.39	1.97	
Норма по СанПин 10%		9.00	9.20	38.30	272.00	7.00	0.14	0.16	90.00	120	120	30.0	1.80		
отклонение от нормы (+ / -) %		-0.06	0.51	1.30	0.02	-3.44	1.57	5.13	-9.01	-0.44	-1.41	-4.87	0.94		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	50.15	56.15	238.08	1636.10	31.10	0.85	0.74	317.73	672.5	448.2	175.0	7.85
Норма по СанПин 60%	54.00	55.20	229.80	1632.00	42.00	0.84	0.96	540.0	720	720	180	10.80
отклонение от нормы (+ / -) %	-4.28	1.04	2.16	0.15	-15.57	0.73	-14.05	-24.70	-3.96	-22.65	-1.66	-16.41

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	42.86	41.91	180.16	1223.70	20.97	0.72	0.64	270.28	440.3	406.1	154.4	8.32
Норма по СанПин 45%	40.50	41.40	172.35	1224.00	31.50	0.63	0.72	405.0	540	540	135	8.10
отклонение от нормы (+ / -) %	2.62	0.55	2.04	-0.01	-15.05	6.50	-5.19	-14.97	-8.31	-11.16	6.48	1.27

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	59.10	65.83	281.36	1908.68	35.89	1.01	0.98	326.62	787.2	551	190.4	9.82
Норма по СанПин 70%	63.00	64.40	268.10	1904.00	49.00	0.98	1.12	630.0	840	840	210	12.60
отклонение от нормы (+ / -) %	-4.34	1.55	3.46	0.17	-19.01	2.30	-8.93	-33.71	-4.40	-24.06	-6.53	-15.47

Россия Краснодарский край
ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 12 лет и старше

2-я неделя

Сезон: зима - весна 2023 - ____ г.г.

№ сб. р-р г.изд.	ДЕНЬ 9 - й Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг./сут.)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК ТТК
			белки Б	жиры Ж	угле- воды У	Энерг-ая ценность ккал	С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe	
ЗАВТРАК															
150 / 21	Икра кабачковая (пром. производства)	60	1.14	5.34	4.62	70.80	4.2	0.012	0.023	0.000	24.6	22.2	9	0.4	3
266 / 21	(сложный гарнир) Макароны изделия	150 / 40	5.55	4.95	29.55	184.50	0	0.06	0.08	18.450	11.54	41.21	7.22	0.68	48
136/ 17	отварные и / Овощи припущенные		0.56	1.051	2.75	22.72	0.875	0.02	0.025	9.550	10.82	20.43	1.45	0.27	
255 / 17	Печень по-строгановски	120	12.68	13.59	14.588	204.13	14.94	0.12	0.05	1429.8	47.0	83.10	17.90	6.00	59
54-3гн/22	чай с лимоном и сахаром	200	0.3	0	6.7	27.90	1.16	0	0.01	0.38	6.9	8.5	4.6	0.77	75
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40	1.54	0.55	21.68	97.83	0	0.0480	0.016	0.00	8	26	5.6	0.040	20
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	1.155	0.413	16.26	73.38	0.00	0.08	0.08	0.00	9.90	70.00	2.00	0.0	21
Итого за завтрак		640	22.93	25.894	96.15	681.254	21.18	0.34	0.284	1458.2	118.8	271.4	47.77	8.170	
Норма по СанПин 25%		22.50	23.00	95.75	680.00	17.50	0.35	0.40	225.0	300	300	75.0	4.50		
отклонение от нормы (+/-) %			0.47	3.15	0.10	0.05	5.25	-0.71	-7.25	137.02	-15.10	-2.38	-9.08	20.39	
ОБЕД															
54 / 21	Икра морковная	60	0.84	2.28	3.9	39.60	2.1	0.024	0.026	0.00	12.6	27	16.2	0.426	6
116/21	Суп из овощей	250	2	4.525	6.325	74.00	7.25	0.075	0.075	0.00	22.75	45.25	18.25	0.71	29
271 / 17	Котлеты домашние	100	8.89	14.682	16.247	231.89	0.68	0.06	0.02	17.69	54.544	15.360	22.512	1.9	57
276/21	Омлет с отварным картофелем	180	12.42	15.48	12.78	241.20	8.10	0.14	0.04	223.20	104.4	221.4	30.6	0.243	45
54-1хн/22	Компот из смеси сухофруктов	200	0.5	0	19.8	81.00	0.02	0	0	15.00	50	4.3	2.1	0.09	81
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	60	2.31	0.82	32.52	146.75	0	0.0720	0.024	0.00	12	39	8.4	0.066	20
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40	2.26	0.6	16.74	81.43	0	0.107	0.107	0.000	13.2	93.6	2.64	0.018	21
338 / 17	Фрукты свежие (яблоко)	120	0.48	0.48	11.76	53.28	12	0.036	0.024	0.000	19.2	13.2	10.8	2.64	92
Итого за обед		1010	29.50	38.867	120.07	949.14	30.15	0.52	0.32	255.89	288.19	459.11	111.50	6.09	
Норма по СанПин 35%		31.50	32.20	134.05	952.00	24.50	0.49	0.56	315.0	420	420	105	6.30		
отклонение от нормы (+/-) %			-2.22	7.25	-3.65	-0.11	8.07	2.00	-15.25	-6.57	-10.98	3.26	2.17	-1.15	
ПОЛДНИК															
470 / 21	Кисломолочный напиток (Кефир (м	200	5.8	5	8	101	1.4	0.08	0.023	40.1	240.8	180.6	28.1	0.2	90
193/ 17	Биточек рисовый с морковью / /и соус молочный	110 / 20	1.925	2.235	17.942	101.583	0.34	0.03	0.03	18.28	21.03	6.84	2.4	0.59	37
Пром.пр.	Хлеб пш. (батон)	30	1.115	0.57	15.42	67.83	0	0.035	0.035	0.00	5.647	19.412	3.882	0.0	19
Итого за полдник		360	8.84	7.805	41.36	270.41	1.740	0.15	0.088	58.38	267.5	206.9	34.38	0.63	
Норма по СанПин 10%		9.00	9.20	38.30	272.00	7.00	0.14	0.16	90.00	120	120	30.0	1.80		
отклонение от нормы (+/-) %			-0.18	-1.52	0.80	-0.06	-7.51	0.36	-4.50	-3.51	12.29	7.24	1.46	-5.42	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	52.43	64.76	216.22	1630.40	51.33	0.86	0.60	1714.1	407.0	730.6	159.3	14.26		
Норма по СанПин 60%	54.00	55.20	229.80	1632.00	42.00	0.84	0.96	540.0	720	720	180	10.80		
отклонение от нормы (+/-) %	-1.75	10.39	-3.55	-0.06	13.32	1.29	-22.50	130.45	-26.09	0.88	-6.91	19.24		

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	38.34	46.67	161.43	1219.56	31.89	0.66	0.40	314.27	555.7	666.0	145.9	6.92		
Норма по СанПин 45%	40.50	41.40	172.35	1224.00	31.50	0.63	0.72	405.0	540	540	135	8.10		
отклонение от нормы (+/-) %	-2.40	5.73	-2.85	-0.16	0.56	2.36	-19.75	-10.08	1.31	10.50	3.63	-6.57		

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	61.27	72.57	257.58	1900.8	53.07	1.0	0.7	1772.5	674.4	937.4	193.7	15.09		
Норма по СанПин 70%	63.00	64.40	268.10	1904.00	49.00	0.98	1.12	630.0	840	840	210	12.60		
отклонение от нормы (+/-) %	-1.93	8.88	-2.75	-0.12	5.81	1.64	-27.00	126.94	-13.80	8.12	-5.45	13.82		

ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

для учащихся в общеобразовательном учреждении ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ
ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 12 лет и старше

2-я неделя

Сезон: зима - весна 2023 - ___ г.г.

№ сб. р-р г.изд.	ДЕНЬ 10 - й Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг./сут.)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК ТТК
			белки Б	жиры Ж	угле- воды У	Энерг-ая ценность ккал	С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe	
ЗАВТРАК															
54-153/22	Икра свекольная	60	1.3	4.2	6.8	71.40	4.13	0.02	0.01	20.75	22.10	32.70	16.60	0.93	5
289/17	Рагу из птицы <i>95/140</i>	235	19.7	17.3	8.5	289.42	11.46	0.16	0.02	27.55	30.29	23.29	11.09	2.87	62
501/21	Сок фруктовый (яблочный)	200	1.0	0.2	20.2	86.00	4	0.02	0.02	0.000	14	14	8	0.28	91
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	60	2.3	0.8	32.5	146.75	0	0.0720	0.024	0.00	12	39	8.4	0.066	20
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40	2.3	0.6	16.7	81.43	0	0.107	0.107	0.000	13.2	93.6	2.64	0.018	21
Итого за завтрак		595	26.54	23.09	84.83	675.00	19.59	0.38	0.18	48.30	91.6	202.6	46.7	4.16	
Норма по СанПин		25%	22.50	23.00	95.75	680.00	17.50	0.35	0.40	225.0	300	300	75.0	4.50	
отклонение от нормы (+/-) %			4.48	0.10	-2.85	-0.18	2.99	1.86	-13.56	-19.63	-17.37	-8.12	-9.42	-1.87	
ОБЕД															
158/21	Кукуруза с яйцом и луком	60	1.98	3.84	1.32	48.00	3.06	0.018	0.034	15.12	14.7	15.24	15.24	1.242	9
95/21	Борщ с капустой и картофелем	250	1.85	4.425	6.95	75.00	8.00	0.04	0.08	0.00	36.75	49.00	23.25	1.10	24
306/21	Суфле из рыбы и творога	120	16.8	6.48	4.56	145.20	0.00	0.07	0.07	76.80	103.2	44.20	19.20	2.88	69
303/17	Каша вязкая (пшеничная)	180	2.004	12.022	35.11	270.88	0	0.01	0.07	123.98	20.52	20.16	8.65	0.7	36
465/21	Кофейный напиток с молоком	200	5.204	4.748	17.877	135.25	1.04	0.06	0.25	26.45	215.5	172.8	34.8	0.839	88
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	70	2.503	0.895	35.23	158.98	0	0.0840	0.028	0.00	14	45.5	9.8	0.07	20
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40	2.26	0.6	16.74	81.43	0	0.107	0.107	0.000	13.2	93.6	2.64	0.018	21
82/21	Фрукты свежие (банан)	100	0.34	0.34	8.4	40.29	10.00	0.04	0.05	0.00	8.00	28.00	36.6	0.60	93
Итого за обед		1020	32.94	33.36	126.19	955.03	22.10	0.43	0.689	242.36	425.9	468.5	150.2	6.90	
Норма по СанПин		35%	31.50	32.20	134.05	952.00	24.50	0.49	0.56	315.0	420	420	105	6.30	
отклонение от нормы (+/-) %			1.60	1.25	-2.05	0.11	-3.43	-4.36	8.06	-8.07	0.49	4.04	15.06	3.33	
ПОЛДНИК															
ТТК54-20/22	Чай с яблоком и апельсином	200	0.38	0.08	1.72	8.80	2.86	0.00	0.01	1.11	8.8	10.2	5.65	0.90	79
ТТК357/21	Оладьи из печени по -кунцевски и /соус сметанный	100/20	10.26	9.01	11.05	191.10	10.798	0.012	0.080	63.810	20	25.6	20.00	5.02	60
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	1.155	0.413	16.26	73.377	0.00	0.08	0.08	0.00	9.90	70.00	2.00	0.01	21
Итого за полдник		350	11.80	9.51	29.03	273.28	13.65	0.09	0.17	64.9	38.72	105.8	27.65	5.93	
Норма по СанПин		10%	9.00	9.20	38.30	272.00	7.00	0.14	0.16	90.00	120	120	30.0	1.80	
отклонение от нормы (+/-) %			3.11	0.34	-2.42	0.05	9.49	-3.43	0.63	-2.79	-6.77	-1.18	-0.78	22.94	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	59.48	56.44	211.01	1630.03	41.69	0.81	0.87	290.65	517.5	671.1	196.9	11.0	
Норма по СанПин	60%	54.00	55.20	229.80	1632.00	42.00	0.84	0.96	540.0	720	720	180	10.50
отклонение от нормы (+/-) %		6.08	1.35	-4.91	-0.07	-0.44	-2.50	-5.50	-27.71	-16.88	-4.08	5.64	1.46

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	44.74	42.86	155.22	1228.30	35.75	0.52	0.86	307.3	464.6	574.3	177.8	12.83	
Норма по СанПин	45%	40.50	41.40	172.35	1224.00	31.50	0.63	0.72	405.0	540	540	135	8.10
отклонение от нормы (+/-) %		4.71	1.59	-4.47	0.16	6.05	-7.79	8.69	-10.86	-6.28	2.86	14.28	26.27

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	71.27	65.95	240.04	1903.30	55.34	0.90	1.04	355.6	556.2	777	224.6	16.99	
Норма по СанПин	70%	63.00	64.40	268.10	1904.00	49.00	0.98	1.12	630.0	840	840	210	12.60
отклонение от нормы (+/-) %		9.19	1.69	-7.33	-0.03	9.05	-5.93	-4.88	-30.49	-23.65	-5.26	4.85	24.41

**ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ**
ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 12 лет и старше

2 - я неделя

Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2023 - __ г.г.

Возрастная категория: 12 лет и старше меню завтраки 10-тидневка 2 - я неделя			Пищевые вещества г.			Энерг-ая ценность ккал	Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)				
			белки	жиры	углеводы		С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe	
			Б	Ж	У										
Итого за день по СанПиН 100% СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20			90	92.0	383	2720	70	1.4	1.6	900	1200	1200	300	18	
12-18 л	ЗАВТРАКИ		25%	22.50	23.00	95.75	680.00	17.50	0.35	0.40	225.00	300.0	300.0	75.00	4.50
Среднее за 5 дней (фактически)			22.50	23.00	95.75	680.00	19.51	0.34	0.35	363.31	247.2	249.1	49.09	4.5	
отклонение от нормы (+ / -) %			0.00	0.00	0.00	0.00	2.87	-0.57	-3.21	15.37	-4.40	-4.24	-8.64	0.14	

Возрастная категория: 12 лет и старше меню обеды 10-тидневка 2 - я неделя			Пищевые вещества г.			Энерг-ая ценность ккал	Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)				
			белки	жиры	углеводы		С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe	
			Б	Ж	У										
Итого за день по СанПиН 100% СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20			90	92.0	383	2720	70	1.4	1.6	900	1200	1200	300	18	
12-18 л	ОБЕДЫ		35%	31.50	32.20	134.05	952.00	24.50	0.49	0.56	315.00	420.0	420.0	105.0	6.30
Среднее за 5 дней (фактически)			31.50	32.20	134.05	952.00	24.55	0.49	0.47	204.59	335.33	380.75	122.5	5.54	
отклонение от нормы (+ / -) %			0.00	0.00	0.00	0.00	0.08	0.11	-5.81	-12.27	-7.06	-3.27	5.84	-4.22	

Возрастная категория: 12 лет и старше меню -полдники 10-тидневка 2 - я неделя			Пищевые вещества г.			Энерг-ая ценность ккал	Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)				
			белки	жиры	углеводы		С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe	
			Б	Ж	У										
Итого за день по СанПиН 100% СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20			90	92.0	383	2720	70	1.4	1.6	900	1200	1200	300	18	
12-18 л	ПОЛДНИКИ		10%	9.00	9.20	38.30	272.00	7.00	0.14	0.16	90.00	120.0	120.0	30.00	1.80
Среднее за 5 дней (фактически)			9.00	9.20	38.30	272.00	5.45	0.15	0.18	44.00	168.8	158.1	34.78	2.33	
отклонение от нормы (+ / -) %			0.00	0.00	0.00	0.00	-2.22	1.0	1.19	-5.11	4.06	3.18	1.59	2.97	

Возрастная категория: 12 лет и старше меню завтраки - обеды 10-тидневка 2 - я неделя			Пищевые вещества г.			Энерг-ая ценность ккал	Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)				
			белки	жиры	углеводы		С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe	
			Б	Ж	У										
Итого за день по СанПиН 100% СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20			90	92.0	383	2720	70	1.4	1.6	900	1200	1200	300	18	
12-18 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ		60%	54.00	55.20	229.80	1632.00	42.00	0.84	0.96	540.00	720.0	720.0	180.0	10.80
Среднее за 5 дней (фактически)			54.00	55.20	229.80	1632.00	44.06	0.83	0.82	567.90	582.5	629.8	171.6	10.05	
отклонение от нормы (+ / -) %			0.00	0.00	0.00	0.00	2.94	-0.45	-9.02	3.10	-11.46	-7.51	-2.80	-4.19	

Возрастная категория: 12 лет и старше меню обеды-полдники 10-тидневка 2 - я неделя			Пищевые вещества г.			Энерг-ая ценность ккал	Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)				
			белки	жиры	углеводы		С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe	
			Б	Ж	У										
Итого за день по СанПиН 100% СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20			90	92.0	383	2720	70	1.4	1.6	900	1200	1200	300	18	
12-18 л	ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ		45%	40.50	41.40	172.35	1224.00	31.50	0.63	0.72	405.00	540.0	540.0	135.0	8.10
Среднее за 5 дней (фактически)			40.50	41.40	172.35	1224.0	30.00	0.65	0.65	248.59	504.1	538.8	157.3	7.87	
отклонение от нормы (+ / -) %			0.00	0.00	0.00	0.00	-2.14	1.1	-4.62	-17.38	-2.99	-0.10	7.43	-1.26	

Возрастная категория: 12 лет и старше меню завтраки - обеды-полдники 10-тидневка 2 - я неделя			Пищевые вещества г.			Энерг-ая ценность ккал	Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)				
			белки	жиры	углеводы		С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe	
			Б	Ж	У										
Итого за день по СанПиН 100% СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20			90	92.0	383	2720	70	1.4	1.6	900	1200	1200	300	18	
12-18 л	ЗАВТРАКИ - ОБЕДЫ - ПОЛДНИКИ		70%	63.00	64.40	268.10	1904.00	49.00	0.98	1.12	630.00	840.0	840.0	210.0	12.60
Среднее за 5 дней (фактически)			63.00	64.40	268.10	1904.0	49.51	0.99	0.99	611.9	751.28	787.94	206.38	12.38	
отклонение от нормы (+ / -) %			0.00	0.00	0.00	0.00	0.73	0.6	-7.83	-2.01	-7.39	-4.34	-1.21	-1.22	

**ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ ЗАВТРАКОВ-ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ**

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 12 лет и старше **1 - 2-я неделя** Сезон: зима - весна 2023 - ___ г.г.

Возрастная категория: 12 лет и старше меню завтраки 10-тидневка			Пищевые вещества г.			Энерг-ая ценность	Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)			
			белки	жиры	углеводы		С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe
			Б	Ж	У	ккал								
Итого за день по СанПиН 100%			90	92.0	383	2720	70	1.4	1.6	900	1200	1200	300	18
СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20														
12-18 л	ЗАВТРАКИ	25%	22.50	23.00	95.75	680.00	17.50	0.35	0.40	225.00	300.0	300.0	75.00	4.50
Среднее за 10 дней (фактически)			22.50	23.00	95.75	680.00	16.70	0.32	0.37	308.88	287.4	223.0	54.10	4.00
отклонение от нормы (+ / -) %			0.00	0.00	0.00	0.00	-1.14	-2.13	-2.12	9.32	-1.05	-6.42	-6.97	-2.79

Возрастная категория: 12 лет и старше меню обеды 10-тидневка			Пищевые вещества г.			Энерг-ая ценность	Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)			
			белки	жиры	углеводы		С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe
			Б	Ж	У	ккал								
Итого за день по СанПиН 100%			90	92.0	383	2720	70	1.4	1.6	900	1200	1200	300	18
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20														
12-18 л	ОБЕДЫ	35%	31.50	32.20	134.05	952.00	24.50	0.49	0.56	315.00	420.0	420.0	105.0	6.50
Среднее за 10 дней (фактически)			31.50	32.20	134.05	952.00	26.39	0.49	0.53	261.15	362.9	423.6	111.45	6.55
отклонение от нормы (+ / -) %			0.00	0.00	0.00	0.00	2.70	0.31	-1.85	-5.98	-4.76	0.30	2.15	1.40

Возрастная категория: 12 лет и старше меню -полдники 10-тидневка			Пищевые вещества г.			Энерг-ая ценность	Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)			
			белки	жиры	углеводы		С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe
			Б	Ж	У	ккал								
Итого за день по СанПиН 100%			90	92.0	383	2720	70	1.4	1.6	900	1200	1200	300	18
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20														
12-18 л	ПОЛДНИКИ	10%	9.00	9.20	38.30	272.00	7.00	0.14	0.16	90.00	120.0	120.0	30.00	1.80
Среднее за 10 дней (фактически)			9.00	9.20	38.30	272.00	5.91	0.17	0.22	59.96	189.7	193.5	44.45	2.05
отклонение от нормы (+ / -) %			0.00	0.00	0.00	0.00	-1.56	1.85	3.88	-3.34	5.81	6.12	4.82	1.39

Возрастная категория: 12 лет и старше меню завтраки - обеды 10-тидневка			Пищевые вещества г.			Энерг-ая ценность	Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)			
			белки	жиры	углеводы		С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe
			Б	Ж	У	ккал								
Итого за день по СанПиН 100%			90	92.0	383	2720	70	1.4	1.6	900	1200	1200	300	18
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20														
12-18 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ	60%	54.00	55.20	229.80	1632.00	42.00	0.84	0.96	540.00	720.0	720.0	180.0	10.8
Среднее за 10 дней (фактически)			54.00	55.20	229.80	1632.00	43.09	0.81	0.90	570.04	650.3	646.5	165.6	10.55
отклонение от нормы (+ / -) %			0.00	0.00	0.00	0.00	1.56	-1.81	-3.96	3.34	-5.81	-6.12	-4.82	-1.40

Возрастная категория: 12 лет и старше меню обеды-полдники 10-тидневка			Пищевые вещества г.			Энерг-ая ценность	Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)			
			белки	жиры	углеводы		С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe
			Б	Ж	У	ккал								
Итого за день по СанПиН 100%			90	92.0	383	2720	70	1.4	1.6	900	1200	1200	300	18
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20														
12-18 л	ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	45%	40.50	41.40	172.35	1224.00	31.50	0.63	0.72	405.00	540.0	540.0	135.0	8.10
Среднее за 10 дней (фактически)			40.50	41.40	172.35	1224.00	32.30	0.66	0.75	321.12	552.6	617.0	155.9	8.60
отклонение от нормы (+ / -) %			0.00	0.00	0.00	0.00	1.14	2.16	2.04	-9.32	1.05	6.42	6.97	2.79

Возрастная категория: 12 лет и старше единое меню завтраки - обеды - полдники 10-тидневка ОСЕНЬ 2022 - ___ г.г.			Пищевые вещества г.			Энерг-ая ценность	Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)			
			белки	жиры	углеводы		С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe
			Б	Ж	У	ккал								
Итого за день по СанПиН 100%			90	92.0	383	2720	70	1.4	1.6	900	1200	1200	300	18
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20														
12-18 л	завтрак-обед-полдник	70%	63.00	64.40	268.10	1904.00	49.00	0.98	1.12	630.00	840.0	840.0	210.0	12.60
Среднее за 10 дней (фактически)			63.00	64.40	268.10	1904.00	49.00	0.98	1.12	630.0	840.0	840.0	210.0	12.60
отклонение от нормы (+ / -) %			0.00	0.00	0.00	0.00	-0.004	0.04	-0.08	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00

Ответственный за разработку меню инженер-технолог ___/Ткаченко А.Н./

Литература:

- 1 СКУРИХИН И.М., ТУТЕЛЬЯН В.А. ТАБЛИЦЫ ХИМИЧЕСКОГО СОСТАВА И КАЛОРИЙНОСТИ РОССИЙСКИХ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ: Справочник. - М.: Дели принт, 2008. - 276 с.
- 2 СБОРНИК ТЕХНИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ - Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могольного и В.А. Тутельяна. - М.: Дели плюс, 2017. - 544 с.
- 3 Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) ФБУН "НИИ" Роспотребнадзора И.И.Новикова разработчик (протокол №3 от 19.05.2022 г.)
- 4 Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий / сост. А.Я. Перевалов. Н.В. Тапешкина. - Изд-е 4-е доп. и испр. - Пермь, 2021. - 410 с.