



"УТВЕРЖДАЮ"  
Директор ООО "Глобус"



Л.П.Браташенко

Россия Краснодарский край

ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД  
ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ  
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ

ПЕРИОД: ЗИМА - ВЕСНА

2023 - \_\_ г.г.

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

меню разработано согласно

СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20

2023 г.

для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2023 - \_\_\_ г.г.

1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 1-я День 1-й	Каша рисовая молочная жидкая	205	5.16	6.52	32.180	208.00	33	236 / 21
	сыр твёрдых сортов в нарезке	20	4.67	5.87	0	71.67	17	54-1з /22г
	Чай с сахаром	200	0.2	0	6.5	26.800	74	54-2гн/22
	Кондитерские изделия ( Печенье )	25	1.88	2.95	16.80	96.40	22	Пром.пр.
	Хлеб пшеничный	35	1.35	0.48	18.97	85.60	20	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	20	1.13	0.3	8.373	40.71	21	Пром.пр.
Фрукты свежие ( апельсин )	105	0.95	0.21	12.82	56.97	94	82 / 21	
<b>итого за завтрак</b>		<b>610</b>	<b>15.33</b>	<b>16.323</b>	<b>95.44</b>	<b>586.150</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин 25%			19.25	19.75	83.75	587.50	1.35 ккал	
отклонение от нормы + / - %			-5.09	-4.34	3.49	-0.06		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 1-я День 1-й	Овощи натуральные солёные (огурец)	60	0.48	0.06	1.02	6.60	1	70 / 17
	Суп картофельный с бобовыми	200	5.04	2.860	11.68	92.60	27	113 / 21
	Котлеты "Нежные"	90	7.81	11.16	19.28	208.32	63	37
	Рагу из овощей	150	2.757	9.705	29.703	231.19	40	143 / 17
	Сок фруктовый (персиковый)	200	1	0	23.4	97.60	91	501 / 21
	Хлеб пшеничный	50	1.93	0.69	27.1	122.29	20	Пром.пр.
Хлеб ржаной	30	1.70	0.45	12.68	61.07	21	Пром.пр.	
<b>итого за обед</b>		<b>780</b>	<b>20.71</b>	<b>24.923</b>	<b>124.74</b>	<b>819.668</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин 35%			26.95	27.65	117.25	822.50	2.83 ккал	
отклонение от нормы + / - %			-8.10	-3.45	2.24	-0.12		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 1-я День 1-й	Кофейный напиток с молоком	200	5.20	4.75	17.88	135.25	88	465 / 21
	Бутерброд с сыром	10 / 30	3.866	3.222	12.804	48.012	18	ТТК /3/17
	Фрукты свежие (банан)	140	0.48	0.480	11.76	56.400		82 / 21
<b>итого за полдник</b>		<b>380</b>	<b>9.55</b>	<b>8.450</b>	<b>42.24</b>	<b>239.66</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин 10%			7.70	7.90	33.50	235.00	-4.66 ккал	
отклонение от нормы + / - %			2.40	0.70	2.61	0.20		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>	<b>36.04</b>	<b>41.25</b>	<b>220.18</b>	<b>1405.82</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>
Норма по СанПин 60%	46.20	47.40	201.00	1410.00	4.18 ккал
отклонение от нормы (+ / -) %	-13.19	-7.79	5.73	-0.18	

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>	<b>30.26</b>	<b>33.37</b>	<b>166.98</b>	<b>1059.33</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>
Норма по СанПин 45%	34.65	35.55	150.75	1057.50	-1.83 ккал
отклонение от нормы (+ / -) %	-5.70	-2.78	4.84	0.08	

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	<b>45.59</b>	<b>49.70</b>	<b>262.42</b>	<b>1645.480</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>
Норма по СанПин 70%	53.90	55.30	234.50	1645.00	-0.48 ккал
отклонение от нормы (+ / -) %	-10.79	-7.09	8.34	0.02	

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

для учащихся в общеобразовательном учреждении



Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2023 - \_\_\_\_ г.г.

**1-я неделя**

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 1-я День 2-й	Запеканка из творога / и джем	135 / 25	28.20	10.47	38.78	351.58	73	223 / 17
	Чай с молоком и сахаром	200	1.6	1.1	8.7	50.90	76	54-4гн/22
	Масло (порциями)	10	0.08	7.25	0.13	66.1	16	14 / 17
	Хлеб пшеничный	30	1.16	0.41	18.26	73.38	20	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0.4	0.40	9.8	47.00	92	338 / 17
<b>итого за завтрак</b>		<b>500</b>	<b>29.44</b>	<b>19.835</b>	<b>73.67</b>	<b>588.951</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		25%	19.25	19.75	83.75	587.50	-1.45 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			13.23	-0.15	-3.01	0.08		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 1-я День 2-й	Икра кабачковая (пром. производства)	60	1.14	5.34	4.62	70.80	3	150 / 21
	Свекольник	200	1.78	4.73	19.49	127.63	26	98 / 21
	Печень, тушёная в соусе сметанном	100	18.80	13.55	23.56	282.38	58	359/21
	Картофель отварной и овощи отварные	75/75	3.2	3	13.50	94.0	47	392 /21
	Компот из смеси сухофруктов	200	0.5	0.00	19.80	81.0	81	54-1хн/22
	Хлеб пшеничный	50	1.93	0.69	27.1	122.29	20	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	20	1.13	0.3	8.373	40.71	21	Пром.пр.
<b>итого за обед</b>		<b>780</b>	<b>26.27</b>	<b>27.602</b>	<b>116.45</b>	<b>818.810</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		35%	26.95	27.65	117.25	822.50	3.69 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			-0.88	-0.08	-0.24	-0.16		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 1-я День 2-й	Чай с яблоком и сахаром	200	0.2	0.1	7.5	31.60	78	54-4гн/22
	Рулет с макаронами и / соус сметанный с томатом	98 / 20	8.154	7.184	16.992	167.37	51	278 / 17
	Хлеб ржаной	20	1.13	0.3	8.373	40.71	21	Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>338</b>	<b>9.48</b>	<b>7.584</b>	<b>32.87</b>	<b>239.682</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		10%	7.70	7.90	33.50	235.00	-4.68 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			2.317	-0.400	-0.190	0.199		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>		<b>55.71</b>	<b>47.24</b>	<b>190.12</b>	<b>1407.76</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		60%	46.20	47.40	201.00	2.24 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			12.35	-0.21	-3.25	-0.10	

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>		<b>35.76</b>	<b>35.19</b>	<b>149.32</b>	<b>1058.49</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		45%	34.65	35.55	150.75	-0.99 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			1.44	-0.46	-0.43	0.04	

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>		<b>66.20</b>	<b>54.82</b>	<b>222.99</b>	<b>1647.443</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		70%	53.90	55.30	234.50	-2.44 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			14.67	-0.81	-3.44	0.10	

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2023 - \_\_\_\_ г.г.

**1-я неделя**

приём	Вес	Пищевые вещества (г)	Энергети-	№ ре -	№ по
-------	-----	----------------------	-----------	--------	------







			Б	Ж	У	ценность	Тех.Карты	год. изд.
		<b>ЗАВТРАК</b>						
неделя	Салат овощной с яблоками	60	0.69	0.11	4.32	21.06	12	56 /17
1 -я	Плов	200	10.66	22.869	32.494	378.43	53	285 / 17
День	Компот из плодов или ягод сушённых	200	0.3	0.01	14.76	61.11	83	494 / 21
	Хлеб пшеничный	35	1.35	0.48	18.97	85.60	20	Пром.пр.
4 -й	Хлеб ржаной	20	1.13	0.3	8.373	40.71	21	Пром.пр.

<b>итого за завтрак</b>		<b>515</b>	<b>14.13</b>	<b>23.771</b>	<b>78.91</b>	<b>586.910</b>	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин		25%	19.25	19.75	83.75	587.50	0.59 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			-6.65	5.09	-1.44	-0.03		

		<b>ОБЕД</b>						
неделя	Морковь отварная дольками	60	0.83	1.95	4.13	37.58	7	54-27з/22
1 -я	Суп картофельный с клецками	200	2.62	2.79	13.65	90.430	31	ТТК/115 / 21
День	Котлеты "Пермские"	90	14.4	13.95	10.800	227.700	55	341 / 21
	Картофель в молоке	150	3.27	5.78	23.000	148.62	43	127 / 17
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0.2	20.2	86.00	91	501/ 21
4 -й	Хлеб пшеничный	50	1.93	0.69	27.1	122.29	20	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1.70	0.46	12.56	61.07	21	Пром.пр.
	Плоды свежие ( яблоко)	120	0.46	0.46	11.76	53.28	92	338 / 17

<b>итого за обед</b>		<b>900</b>	<b>26.22</b>	<b>26.288</b>	<b>123.195</b>	<b>826.967</b>	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин		35%	26.95	27.65	117.25	822.50	-4.47 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			-0.95	-1.72	1.77	0.19		

		<b>ПОЛДНИК</b>						
неделя	Чай с лимоном и сахаром	200	0.3	0	8.7	27.9	75	54-3гн/22
1 -я	Рыба запечённая с яйцом	90	0.63	2.81	7.65	91.80	67	301 /21
День	Кондитерские изделия ( Печенье )	15	1.01	2.47	10.16	69.60	22	Пром.пр.
4 -й	Хлеб ржаной	20	1.13	0.3	8.373	40.71	21	Пром.пр.

<b>итого за полдник</b>		<b>325</b>	<b>3.07</b>	<b>5.377</b>	<b>32.86</b>	<b>230.011</b>	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин		10%	7.70	7.90	33.50	235.00	4.99 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			-6.02	-3.19	-0.18	-0.21		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>		<b>40.34</b>	<b>50.06</b>	<b>202.11</b>	<b>1413.88</b>	отклонение (+ / -)		
Норма по СанПин		60%	46.20	47.40	201.00	-3.88 ккал		
отклонение от нормы (+ / -) %			-7.61	3.37	0.33	0.16		

<b>ВСЕГО: за ОБЕД и ПОЛДНИК</b>		<b>29.28</b>	<b>31.67</b>	<b>166.08</b>	<b>1056.98</b>	отклонение (+ / -)		
Норма по СанПин		45%	34.65	35.55	150.75	1057.50		
отклонение от нормы (+ / -) %			-6.97	-4.92	1.59	-0.02		

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>		<b>43.41</b>	<b>55.44</b>	<b>234.99</b>	<b>1643.89</b>	отклонение (+ / -)		
Норма по СанПин		70%	53.90	55.30	234.50	1645.00		
отклонение от нормы (+ / -) %			-13.62	0.17	0.15	-0.05		

Россия Краснодарский край

10 - тидневное меню приготавливаемых блюд школьных ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: с 7 до 11 лет      Сезон: зима - весна 2023 - \_\_ г.г.

### 1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергетическая	№ рецептуры	№ по сб. р-р /
			белки	жиры	углеводы			



			Б	Ж	У	ценность	Тех.Карты	год. изд.
<b>неделя</b>	<b>ЗАВТРАК</b>							
1-я	Свекла отварная дольками	60	0.9	0.075	5.175	25.20	8	54-28з/22
<b>День</b>	Шницель рыбный натуральный	90	9.45	10.18	6.18	140.16	65	235 / 17
5-й	Картофель запечённый в сметанном соусе	180	6.58	12.01	26.66	216.01	44	181 / 21
	Кисель из сока плодового или ягодного	200	0.55	0.10	22.86	94.54	84	ТТК/485/21
	Хлеб пшеничный	30	1.16	0.41	16.26	73.38	20	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	20	1.13	0.3	8.373	40.71	21	Пром.пр.

<b>итого за завтрак</b>		<b>580</b>	<b>19.76</b>	<b>23.079</b>	<b>85.51</b>	<b>590.00</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		<b>25%</b>	<b>19.25</b>	<b>19.75</b>	<b>83.75</b>	<b>587.50</b>	<b>-2.50</b>	<b>ккал</b>
отклонение от нормы (+ / -) %			<b>0.66</b>	<b>4.21</b>	<b>0.52</b>	<b>0.11</b>		

<b>неделя</b>	<b>ОБЕД</b>							
1-я	Кукуруза с яйцом и луком	60	1.98	3.84	1.32	48.0	9	158 / 21
<b>День</b>	Суп с крупой и фрикадельками	200	6.8	7.06	7.90	122.200	30	128 / 21
5-й	Макароньы отварные с сыром	150	7.9	6.8	22.99	184.75	38	204 / 17
	Сырники из творога запечённые	120	7.38	4.304	21.48	154.16	72	286 / 21
	Какао с молоком и витаминами	200	6.27	5.02	18.31	142.51	86	502 / 21
	Хлеб пшеничный	30	1.16	0.41	16.26	73.38	20	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	20	1.13	0.3	8.373	40.71	21	Пром.пр.
	Фрукты свежие (апельсин)	105	0.95	0.21	12.82	56.97	94	8-121

<b>итого за обед</b>		<b>885</b>	<b>33.56</b>	<b>27.949</b>	<b>109.45</b>	<b>822.680</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		<b>35%</b>	<b>26.95</b>	<b>27.65</b>	<b>117.25</b>	<b>822.50</b>	<b>-0.18</b>	<b>ккал</b>
отклонение от нормы (+ / -) %			<b>8.58</b>	<b>0.38</b>	<b>-2.33</b>	<b>0.01</b>		

<b>неделя</b>	<b>ПОЛДНИК</b>							
1-я	Кисломолочный напиток (Кефир (м.д.ж. 2,5%))	200	5.8	5	8	101	90	470 / 21
<b>День</b>	Зразы картофельные и / соус молочный	90 / 20	1.245	5.107	7.316	80.21	46	150 / 17
5-й	Хлеб пшеничный	20	0.77	0.275	10.84	48.92	20	Пром.пр.

<b>итого за полдник</b>		<b>330</b>	<b>7.815</b>	<b>10.382</b>	<b>26.16</b>	<b>230.1</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		<b>10%</b>	<b>7.70</b>	<b>7.90</b>	<b>33.50</b>	<b>235.00</b>	<b>4.88</b>	<b>ккал</b>
отклонение от нормы (+ / -) %			<b>0.15</b>	<b>3.14</b>	<b>-2.19</b>	<b>-0.21</b>		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>		<b>53.31</b>	<b>51.03</b>	<b>194.96</b>	<b>1412.68</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>		
Норма по СанПин		<b>60%</b>	<b>46.20</b>	<b>47.40</b>	<b>201.00</b>	<b>1410.00</b>	<b>-2.68</b>	<b>ккал</b>
отклонение от нормы (+ / -) %			<b>9.24</b>	<b>4.59</b>	<b>-1.80</b>	<b>0.11</b>		

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>		<b>41.37</b>	<b>38.33</b>	<b>135.61</b>	<b>1052.80</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>		
Норма по СанПин		<b>45%</b>	<b>34.65</b>	<b>35.55</b>	<b>150.75</b>	<b>1057.50</b>	<b>4.70</b>	<b>ккал</b>
отклонение от нормы (+ / -) %			<b>8.73</b>	<b>3.52</b>	<b>-4.52</b>	<b>-0.20</b>		

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>		<b>61.13</b>	<b>61.41</b>	<b>221.11</b>	<b>1642.80</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>		
Норма по СанПин		<b>70%</b>	<b>53.90</b>	<b>55.30</b>	<b>234.50</b>	<b>1645.00</b>	<b>2.20</b>	<b>ккал</b>
отклонение от нормы (+ / -) %			<b>9.39</b>	<b>7.73</b>	<b>-4.00</b>	<b>-0.09</b>		

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2023 - \_\_\_ г.г.

**1-я неделя**

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки 10-тидневка 1-я неделя	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+ / -)
	белки Б	жиры Ж	углеводы У		



Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3/2.4.3590 - 20			100%	77	79.0	335	2350	белки	0.00
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ	25%		19.25	19.75	83.75	587.50	жиры	0.00
Среднее за 5 дней (фактически)				19.25	19.75	83.75	587.50	углеводы	0.00
отклонение от нормы (+/-)			%	0.00	0.00	0.00	0.00	энерг-я ценность	
								ккал	0.00

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню обеды 10-тидневка 1 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+/-)		
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	0.00	
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3/2.4.3590 - 20			100%	77	79.0	335	2350	жиры	0.00
7 - 11 л	ОБЕДЫ	35%		26.95	27.65	117.25	822.50	углеводы	0.00
Среднее за 5 дней (фактически)				26.95	27.65	117.25	822.50	энерг-я ценность	
отклонение от нормы (+/-)			%	0.00	0.00	0.00	0.00	ккал	0.00

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню -полдники 10-тидневка 1 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+/-)		
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	0.00	
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3/2.4.3590 - 20			100%	77	79.0	335	2350	жиры	0.00
7 - 11 л	ПОЛДНИКИ	10%		7.70	7.90	33.50	235.00	углеводы	0.00
Среднее за 5 дней (фактически)				7.70	7.90	33.50	235.00	энерг-я ценность	
отклонение от нормы (+/-)			%	0.00	0.00	0.00	0.00	ккал	0.00

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки - обеды 10-тидневка 1 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+/-)		
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	0.00	
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3/2.4.3590 - 20			100%	77	79.0	335	2350	жиры	0.00
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ	60%		46.20	47.40	201.00	1410.00	углеводы	0.00
Среднее за 5 дней (фактически)				46.20	47.40	201.00	1410.00	энерг-я ценность	
отклонение от нормы (+/-)			%	0.00	0.00	0.00	0.00	ккал	0.00

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню обеды-полдники 10-тидневка 1 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+/-)		
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	0.00	
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3/2.4.3590 - 20			100%	77	79.0	335	2350	жиры	0.00
7 - 11 л	ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	45%		34.65	35.55	150.75	1057.50	углеводы	0.00
Среднее за 5 дней (фактически)				34.65	35.55	150.75	1057.50	энерг-я ценность	
отклонение от нормы (+/-)			%	0.00	0.00	0.00	0.00	ккал	0.00

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки - обеды-полдники 10-тидневка 1 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+/-)		
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	0.00	
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3/2.4.3590 - 20			100%	77	79.0	335	2350	жиры	0.00
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ - ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	70%		53.90	55.30	234.50	1645.00	углеводы	0.00
Среднее за 5 дней (фактически)				53.90	55.30	234.50	1645.00	энерг-я ценность	
отклонение от нормы (+/-)			%	0.00	0.00	0.00	0.00	ккал	0.00

Россия Краснодарский край

10 - тидневное меню приготавливаемых блюд школьных ЗАВТРАКОВ-ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: с 7 до 11 лет Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2023 - \_\_\_ г.г.

2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ ре-цептуры Тех.Карты	№ по сб. р-р/ год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
	ЗАВТРАК							







		ЗАВТРАК						
неделя 2 -я	Салат из капусты белокачанной	60	0.87	3.60	5.04	56.40	14	1 / 21
	Жаркое по - дормашнему	200	15.543	15.225	29.911	322.20	54	259/17
	Компот из смеси сухофруктов	200	0.8	0.1	17.36	69.88	82	495 / 21
День 7 -й	Хлеб пшеничный	40	1.54	0.55	21.68	97.83	20	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	20	1.13	0.3	8.373	40.71	21	Пром.пр.
<b>итого за завтрак</b>		<b>520</b>	<b>19.88</b>	<b>19.775</b>	<b>82.36</b>	<b>587.023</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		<b>25%</b>	<b>19.25</b>	<b>19.75</b>	<b>83.75</b>	<b>587.50</b>	<b>0.48 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			0.56	0.03	-0.41	-0.02		
		ОБЕД						
неделя 2 -я	Салат из моркови	60	0.72	3.6	6.72	62.40	11	21 / 21
	Щи из свежей капусты	200	1.04	3.54	2.76	47.200	25	103 / 21
День 7 -й	Плов из птицы	190	17.521	9.377	38.914	307.48	61	291 / 17
	Чай с молоком	200	3	2.2	10.9	75.00	77	460 / 21
	Кондитерские изделия ( Печенье )	30	2.25	3.53	22.32	130.09	22	Пром.пр.
	Хлеб пшеничный	40	1.54	0.55	21.68	97.83	20	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1.70	0.45	12.56	61.07	21	Пром.пр.
	Фрукты свежие (банан)	100	0.34	0.34	8.4	40.290	93	82/ 21
<b>итого за обед</b>		<b>850</b>	<b>28.11</b>	<b>23.591</b>	<b>124.25</b>	<b>821.356</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		<b>35%</b>	<b>26.95</b>	<b>27.65</b>	<b>117.25</b>	<b>822.50</b>	<b>1.14 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			1.50	-6.14	2.09	-0.05		
		ПОЛДНИК						
неделя 2 -я	Кисломолочный напиток (Кефир (м.д.ж. 2,5% ))	200	5.8	5	8	101	90	470 / 21
	Котлеты картофельные с творогом и /	100 / 20	1.12	2.42	16.35	91.62	71	149 / 17
День 7 -й	/ соус молочный							327/17
	Хлеб пш. (батон )	20	0.77	0.38	10.28	45.22	19	Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>340</b>	<b>7.69</b>	<b>7.796</b>	<b>34.63</b>	<b>237.836</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		<b>10%</b>	<b>7.70</b>	<b>7.90</b>	<b>33.50</b>	<b>235.00</b>	<b>-2.84 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			-0.01	-0.13	0.34	0.12		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>		<b>47.79</b>	<b>43.37</b>	<b>206.62</b>	<b>1408.38</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		<b>60%</b>	<b>46.20</b>	<b>47.40</b>	<b>201.00</b>	<b>1.62 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			2.08	-5.11	1.68	-0.07	

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>		<b>35.80</b>	<b>31.39</b>	<b>158.88</b>	<b>1059.19</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		<b>45%</b>	<b>34.65</b>	<b>35.55</b>	<b>150.75</b>	<b>1057.50</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			1.49	-5.27	2.43	0.07	

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>		<b>55.48</b>	<b>51.16</b>	<b>241.25</b>	<b>1646.21</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		<b>70%</b>	<b>53.90</b>	<b>55.30</b>	<b>234.50</b>	<b>1645.00</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			2.05	-5.24	2.01	0.05	

Россия Краснодарский край  
10 - ТИДНЕВОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
для учащихся в общеобразовательном учреждении  
Возрастная категория: с 7 до 11 лет      Сезон :      ЗИМА - ВЕСНА 2023 - \_\_\_ г.г.  
**2 - я неделя**

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергети- ческая	№ ре - цептуры	№ по Сб. р-р /
			белки	жиры	углеводы			



		Б	Ж	У	ценность	Тех.карты	год. изд.
неделя	<b>ЗАВТРАК</b>						
	Каша манная молочная жидкая	205	7.736	6.285	39.983	247.26	34 / 230/21
2 -я	Масло (порциями)	10	0.08	7.25	0.13	66.1	16 / 14 / 17
	Какао с молоком	200	3.35	2.65	11.63	83.77	87 / 462 / 21
День	Хлеб пшеничный	40	1.54	0.55	21.68	97.83	20 / Пром.пр.
	Хлеб ржаной	20	1.13	0.3	8.373	40.71	21 / Пром.пр.
8 -й	Фрукты свежие (апельсин)	100	0.781	0.15	12.21	53.282	94 / 82 / 21
	<b>итого за завтрак</b>	<b>575</b>	<b>14.62</b>	<b>17.166</b>	<b>94.00</b>	<b>588.942</b>	<b>отклонение (+/-)</b>
Норма по СанПин 25%			19.25	19.75	83.75	587.50	-1.44 ккал
отклонение от нормы (+/-) %			-8.01	-3.27	3.08	0.06	
2 -я	<b>ОБЕД</b>						
	Салат из свеклы отварной	60	0.825	2.7	4.575	45.60	15 / 54-13з/22
2 -я	Суп гороховый	200	4.08	2.22	14.56	94.5800	28 / 54-25с/22
	Тeftели. Белип	105	15.19	13.74	10.01	224.46	68 / 288/21
День	Овощи в молочном соусе	150	3.772	7.115	10.629	121.715	41 / 175 / 21
	Кисель из сока плодового или ягодного с сахаром	200	0.56	0.11	37.17	151.95	85 / 359/17
8 -й	Хлеб пшеничный	50	1.93	0.69	27.1	122.29	20 / Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1.70	0.45	12.56	61.07	21 / Пром.пр.
<b>итого за обед</b>		<b>795</b>	<b>28.05</b>	<b>27.026</b>	<b>116.61</b>	<b>821.667</b>	<b>отклонение (+/-)</b>
Норма по СанПин 35%			26.95	27.65	117.25	822.50	0.83 ккал
отклонение от нормы (+/-) %			1.43	-0.79	-0.19	-0.04	
неделя	<b>ПОЛДНИК</b>						
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0.2	20.2	86.00	91 / 501 / 21
2 -я	Котлета школьная и /соус молочный	80 / 20	5.18	6.90	6.21	108.27	56 / 347/21
	Хлеб ржаной	20	1.13	0.3	8.373	40.71	21 / Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>320</b>	<b>7.31</b>	<b>7.402</b>	<b>34.78</b>	<b>234.978</b>	<b>отклонение (+/-)</b>
Норма по СанПин 10%			7.70	7.90	33.50	235.00	0.02 ккал
отклонение от нормы (+/-) %			-0.51	-0.83	0.38	0.00	

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>	42.67	44.19	210.61	1410.61	<b>отклонение (+/-)</b>
Норма по СанПин 60%	46.20	47.40	201.00	1410.00	-0.61 ккал
отклонение от нормы (+/-) %	-4.59	-4.06	2.87	0.03	

<b>ВСЕГО: за ОБЕД и ПОЛДНИК</b>	35.36	34.43	151.39	1056.65	<b>отклонение (+/-)</b>
Норма по СанПин 45%	34.65	35.55	150.75	1057.50	0.85 ккал
отклонение от нормы (+/-) %	0.92	-1.42	0.19	-0.04	

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	49.97	51.59	245.39	1645.59	<b>отклонение (+/-)</b>
Норма по СанПин 70%	53.90	55.30	234.50	1645.00	-0.59 ккал
отклонение от нормы (+/-) %	-5.10	-4.69	3.25	0.02	

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
 ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: с 7 до 11 лет Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2023 - \_\_\_ г.г.

2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ ре-цептуры Тех.Карты	№ по сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя	<b>ЗАВТРАК</b>							
	Икра кабачковая (пром. производства)	60	1.14	5.34	4.62	70.80	3	150 / 21



День	(сложный гарнир) Макароны изделия	110 / 40	3.971	3.603	24.124	144.71	48	256 / 21
	отварные и / Овощи припущенные		0.56	1.051	2.75	22.72		136 / 17
9-й	Печень по-строгановски	100	9.84	12.37	14.41	193.05	59	255 / 17
	чай с лимоном и сахаром	200	0.3	0	6.7	27.90	75	54-Эп/22
	Хлеб пшеничный	37	1.43	0.51	20.1	90.71	20	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	20	1.13	0.3	8.373	40.71	21	Пром.пр.
<b>Итого за завтрак</b>		<b>567</b>	<b>18.37</b>	<b>23.178</b>	<b>81.07</b>	<b>590.601</b>	<b>отклонение (+/-)</b>	
Норма по СанПин 25%			19.25	19.75	83.75	587.50	-3.10 ккал	
отклонение от нормы (+/-) %			-1.14	4.34	-0.80	0.13		
неделя 2-я День 9-й	<b>ОБЕД</b>							
	Икра морковная	60	0.84	2.28	3.9	39.60	6	54 / 21
	Суп из овощей	200	1.6	3.82	5.06	59.200	29	116/21
	Котлеты домашние	90	4.07	9.39	15.52	164.59	57	271 / 17
	Омлет с отварным картофелем	180	12.42	15.48	12.78	241.200	45	276/21
	Компот из смеси сухофруктов	200	0.5	0.00	19.80	81.0	81	54-1ж/22
	Хлеб пшеничный	50	1.93	0.69	27.1	122.29	20	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1.70	0.45	12.68	61.07	21	Пром.пр.
	Плоды свежие (яблоко)	120	0.48	0.48	11.76	53.28	92	338 / 17
	<b>Итого за обед</b>		<b>930</b>	<b>23.53</b>	<b>32.383</b>	<b>108.48</b>	<b>822.228</b>	<b>отклонение (+/-)</b>
Норма по СанПин 35%			26.95	27.65	117.25	822.50	0.27 ккал	
отклонение от нормы (+/-) %			-4.45	5.99	-2.62	-0.01		
неделя 2-я День 9-й	<b>ПОЛДНИК</b>							
	Кисломолочный напиток (Кефир (м.д.ж. 2,5%))	200	5.8	5	8	101	90	470 / 21
	Биточек рисовый с морковью /и соус молочный	100 / 20	1.75	2.032	17.22	94.17	37	193 / 17
	Хлеб пш. (батон)	17	0.66	0.33	8.74	40.57	19	Пром.пр.
<b>Итого за полдник</b>		<b>337</b>	<b>8.21</b>	<b>7.362</b>	<b>33.96</b>	<b>235.738</b>	<b>отклонение (+/-)</b>	
Норма по СанПин 10%			7.70	7.90	33.50	235.00	-0.74 ккал	
отклонение от нормы (+/-) %			0.66	-0.66	0.14	0.03		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>			41.90	55.56	189.56	1412.83	<b>отклонение (+/-)</b>	
Норма по СанПин 60%			46.20	47.40	201.00	1410.00	-2.83 ккал	
отклонение от нормы (+/-) %			-5.59	10.33	-3.42	0.12		

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>			31.74	39.75	142.44	1057.97	<b>отклонение (+/-)</b>	
Норма по СанПин 45%			34.65	35.55	150.75	1057.50	-0.47 ккал	
отклонение от нормы (+/-) %			-3.79	5.31	-2.48	0.02		

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>			50.11	62.92	223.52	1648.57	<b>отклонение (+/-)</b>	
Норма по СанПин 70%			53.90	55.30	234.50	1645.00	-3.57 ккал	
отклонение от нормы (+/-) %			-4.92	9.65	-3.28	0.15		

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ-ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ  
 для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: с 7 до 11 лет Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2023 - \_\_\_ г.г.

2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ ре- цептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя	<b>ЗАВТРАК</b>							
	Икра свекольная	60	1.3	4.2	6.8	71.4	5	54-15а/22



2 -я	Рагу из птицы	200	15.91	13.85	19.93	268.62	62	289/17
День	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0.2	20.2	86.00	91	501/21
	Хлеб пшеничный	40	1.54	0.55	21.68	97.83	20	Пром.пр.
10 -й	Хлеб ржаной	30	1.70	0.45	12.56	61.07	21	Пром.пр.
	<b>итого за завтрак</b>	<b>530</b>	<b>21.42</b>	<b>19.250</b>	<b>81.20</b>	<b>584.922</b>	<b>отклонение (+/-)</b>	
	Норма по СанПин	25%	19.25	19.75	83.75	587.50	2.58	ккал
	отклонение от нормы (+/-) %		2.81	-0.63	-0.76	-0.11		
<b>ОБЕД</b>								
неделя	Кукуруза с яйцом и луком	60	1.98	3.84	1.32	48.000	9	158/21
	Борщ с капустой и картофелем	200	1.48	3.54	5.560	60.000	24	96/21
2 -я	Суфле из рыбы и творога	100	14	5.4	3.8	121.000	69	306/21
	Каша вязкая (пшённая)	150	1.67	8.521	38.2	236.17	36	303/17
День	Кофейный напиток с молоком	200	5.20	4.75	17.88	135.25	88	465/21
	Хлеб пшеничный	50	1.93	0.69	27.1	122.29	20	Пром.пр.
10 -й	Хлеб ржаной	30	1.70	0.45	12.56	61.07	21	Пром.пр.
	Фрукты свежие (банан)	100	0.34	0.34	8.4	40.290	93	82/21
<b>итого за обед</b>		<b>890</b>	<b>28.29</b>	<b>27.527</b>	<b>114.82</b>	<b>824.071</b>	<b>отклонение (+/-)</b>	
	Норма по СанПин	35%	26.95	27.65	117.25	822.50	-1.57	ккал
	отклонение от нормы (+/-) %		1.75	-0.16	-0.73	0.07		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя	Чай с яблоком и апельсином	200	0.38	0.1	1.72	8.80	79	ТТК/54-20г/22
2 -я	Оладьи из печени	80 /20	9.01	8.89	17.19	185.55	60	ТТК/357 / 21
День	по -кунцевски и /соус сметанный							
	Хлеб ржаной	20	1.13	0.3	8.373	40.71	21	Пром.пр.
10 -й								
<b>итого за полдник</b>		<b>320</b>	<b>10.52</b>	<b>9.276</b>	<b>27.28</b>	<b>235.064</b>	<b>отклонение (+/-)</b>	
	Норма по СанПин	10%	7.70	7.90	33.50	235.00	-0.06	ккал
	отклонение от нормы (+/-) %		3.68	1.74	-1.86	0.00		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>		49.71	46.78	196.02	1408.99	<b>отклонение (+/-)</b>	
	Норма по СанПин 60%	46.20	47.40	201.00	1410.00	1.01	ккал
	отклонение от нормы (+/-) %	4.58	-0.79	-1.49	-0.04		

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>		38.81	36.80	142.09	1059.14	<b>отклонение (+/-)</b>	
	Норма по СанПин 45%	34.65	35.55	150.75	1057.50	-1.64	ккал
	отклонение от нормы (+/-) %	5.41	1.59	-2.58	0.07		

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>		60.23	56.05	223.29	1644.06	<b>отклонение (+/-)</b>	
	Норма по СанПин 70%	53.90	55.30	234.50	1645.00	0.94	ккал
	отклонение от нормы (+/-) %	8.22	0.95	-3.35	-0.04		

Россия Краснодарский край  
**10 - ТИДНЕВОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ**  
 для учащихся в общеобразовательном учреждении  
 Возрастная категория: с 7 до 11 лет      Сезон:      ЗИМА - ВЕСНА 2023 - \_\_\_ г.г.

**2 - я неделя**

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки 10-тидневка 2 - я неделя		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+/-)	
		белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры
Суточная потребность по СанПиН 100%		77	79.0	335	2350	0.00	0.00
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20						углеводы	0.00
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ	25%	19.25	19.75	83.75	587.50	энерг-я ценность
Среднее за 5 дней (фактически)			19.25	19.75	83.75	587.50	



отклонение от нормы (+/-)	%	0.000	0.000	0.000	0.000	ккал	0.00
---------------------------	---	-------	-------	-------	-------	------	------

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню обеды 10-тидневка 2-я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+/-)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20			77	79.0	335	2350	0.00	0.00
7 - 11 л	ОБЕДЫ	35%	26.95	27.65	117.25	822.50	0.00	0.00
Среднее за 5 дней (фактически)			26.95	27.65	117.25	822.50	энерг-я ценность	
отклонение от нормы (+/-)			0.000	0.000	0.000	0.000	ккал	0.00

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню -полдники 10-тидневка 2-я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+/-)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20			77	79.0	335	2350	0.00	0.00
7 - 11 л	ПОЛДНИКИ	10%	7.70	7.90	33.50	235.00	0.00	0.00
Среднее за 5 дней (фактически)			7.70	7.90	33.50	235.00	энерг-я ценность	
отклонение от нормы (+/-)			0.000	0.000	0.000	0.000	ккал	0.00

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки - обеды 10-тидневка 2-я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+/-)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20			77	79.0	335	2350	0.00	0.00
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ	60%	46.20	47.40	201.00	1410.00	0.00	0.00
Среднее за 5 дней (фактически)			46.20	47.40	201.00	1410.00	энерг-я ценность	
отклонение от нормы (+/-)			0.000	0.000	0.000	0.000	ккал	0.00

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню обеды-полдники 10-тидневка 2-я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+/-)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20			77	79.0	335	2350	0.00	0.00
7 - 11 л	ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	45%	34.65	35.55	150.75	1057.50	0.00	0.00
Среднее за 5 дней (фактически)			34.65	35.55	150.75	1057.50	энерг-я ценность	
отклонение от нормы (+/-)			0.000	0.000	0.000	0.000	ккал	0.00

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки - обеды-полдники 10-тидневка 2-я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+/-)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20			77	79.0	335	2350	0.00	0.00
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ - ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	70%	53.90	55.30	234.50	1645.00	0.00	0.00
Среднее за 5 дней (фактически)			53.90	55.30	234.50	1645.00	энерг-я ценность	
отклонение от нормы (+/-)			0.000	0.000	0.000	0.000	ккал	0.00

1-я - 2-я неделя

Россия Краснодарский край

10-тидневное меню приготавливаемых блюд школьных

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон: О С Е Н Ь 2022 - \_\_\_\_ г.г.

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки 10-тидневка			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+/-)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20			77	79.0	335	2350	0.00	0.00
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ	25%	19.25	19.75	83.75	587.50	0.00	0.00
Среднее за 10 дней (фактически)			19.25	19.75	83.75	587.50	энерг-я ценность	
отклонение от нормы (+/-)			0.000	0.000	0.000	0.000	ккал	0.00



Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню обеды 10-тидневка				Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы			
				белки Б	жиры Ж	углеводы У		в (г) (+/-)			
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3/2.4.3590-20				100%	77	79.0	335	2350	белки	0.00	
									жиры	0.00	
7-11 л	ОБЕДЫ		35%	26.95	27.65	117.25	822.50	углеводы			0.00
Среднее за 10 дней (фактически)					26.95	27.65	117.25	822.50	энерг-я ценность		
отклонение от нормы (+/-) %					0.000	0.000	0.000	0.000	ккал	0.00	

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню -полдники 10-тидневка				Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы			
				белки Б	жиры Ж	углеводы У		в (г) (+/-)			
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3/2.4.3590-20				100%	77	79.0	335	2350	белки	0.00	
									жиры	0.00	
7-11 л	ПОЛДНИКИ		10%	7.70	7.90	33.50	235.00	углеводы			0.00
Среднее за 10 дней (фактически)					7.70	7.90	33.50	235.00	энерг-я ценность		
отклонение от нормы (+/-) %					0.000	0.000	0.000	0.000	ккал	0.00	

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки - обеды 10-тидневка				Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы			
				белки Б	жиры Ж	углеводы У		в (г) (+/-)			
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3/2.4.3590-20				100%	77	79.0	335	2350	белки	0.00	
									жиры	0.00	
7-11 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ		60%	46.20	47.40	201.00	1410.00	углеводы			0.00
Среднее за 10 дней (фактически)					46.20	47.40	201.00	1410.00	энерг-я ценность		
отклонение от нормы (+/-) %					0.000	0.000	0.000	0.000	ккал	0.00	

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню обеды-полдники 10-тидневка				Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы			
				белки Б	жиры Ж	углеводы У		в (г) (+/-)			
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3/2.4.3590-20				100%	77	79.0	335	2350	белки	0.00	
									жиры	0.00	
7-11 л	ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ		45%	34.65	35.55	150.75	1057.50	углеводы			0.00
Среднее за 10 дней (фактически)					34.65	35.55	150.75	1057.50	энерг-я ценность		
отклонение от нормы (+/-) %					0.000	0.000	0.000	0.000	ккал	0.00	

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки - обеды - полдники 10-тидневка ОСЕНЬ 2022 - __ г.г.				Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы			
				белки Б	жиры Ж	углеводы У		в (г) (+/-)			
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3/2.4.3590-20				100%	77	79.0	335	2350	белки	0.00	
									жиры	0.00	
7-11 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ		70%	53.90	55.30	234.50	1645.00	углеводы			0.00
Среднее за 10 дней (фактически)					53.90	55.30	234.50	1645.00	энерг-я ценность		
отклонение от нормы (+/-) %					0.000	0.000	0.000	0.000	ккал	0.00	

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

Литература:

- 1 СКУРИХИН И.М., ТУТЕЛЬЯН В.А. 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

ТАБЛИЦЫ ХИМИЧЕСКОГО СОСТАВА И КАЛОРИЙНОСТИ



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.Первалов. Н.В.Талешкина.-Изд-е 4-е доп.и испр..-Пермь, 2021.-410с.