

СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ СОШ № 55

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор ООО "Глобус"



Корниенко М.В.



Л.П.Браташенко

ПРИЛОЖЕНИЕ К МЕНЮ

Россия Краснодарский край

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ
К ПЯТНАДЦАТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ

ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ ЛАГЕРЕ ДНЕВНОГО ПРИБЫВАНИЯ

ПЕРИОД: ЛЕТО

2024г.

Возрастная категория: 7 - 11 лет

меню разработано согласно

СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20

2024.

Россия Краснодарский край
 ПРИЛОЖЕНИЕ К ПЯТНАДЦАТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
 ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ ЛАГЕРЕ ДНЕВНОГО ПРИБЫВАНИЯ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ
 ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ
 Возрастная категория: 7 - 11 лет 1-я неделя Сезон: ЛЕТО 2023 - ____ г.г.

№ сб. р-р г.изд.	ДЕНЬ 1-й Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг./сут.)				Минеральные вещества (мг)				№ ИК 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														
303/17	Каша вязкая (гречневая)	150	4,58	5,01	20,520	145,50	0,00	0,12	0,06	0,00	8,5	107,9	7,20	0,24	32
261/17	Печень в сметанном соусе	110	11,75	13,07	18,590	238,99	1,1706	0,185	0,33	509,2	332,57	15,031	10,82	0,53	50
376/17	Чай с сахаром	200	0,2	0	9,243	37,69	0,04	0	0,01	0,3	4,5	7,2	3,8	0,71	66
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	1,16	0,41	16,26	73,38	0	0,037	0,012	0,000	6	20	4,2	0,03	9
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	10
82 /21	Фрукты свежие	110	0,44	0,44	10,780	51,70	11,00	0,03	0,02	0,00	17,60	12,10	9,90	2,42	75
итого за завтрак		620	19,255	19,233	83,77	587,97	12,207	0,4	0,48	509,43	375,76	209,0	37,25	3,9388	
Норма по СанПин 25%			19,25	19,75	83,75	587,50	15,00	0,30	0,35	175,0	275,0	275,0	62,5	3,00	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,01	-0,65	0,000	0,02	-4,66	10,17	9,43	47,78	9,16	-6,00	-10,10	7,82	
	ОБЕД														
54-3з/22	Помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,80	15	0,04	0,02	79,8	8,4	15,6	12	0,5	2
ТТК/99/17	Суп из овощей	200	1,6	3,62	16,06	103,22	3,10	0,11	0,06	0,00	18,20	36,20	14,60	0,56	19
260/17	Гуляш мясной	100	14,06	16,79	13,89	262,91	1,22	0,11	0,09	9,67	154,30	9,19	13,68	0,81	42
203/17	Макароны отварные с маслом	150	5,30	5,14	21,17	152,03	0,00	0,06	0,03	19,48	9,82	40,14	6,96	0,70	34
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	74
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50	1,93	0,69	27,10	122,29	0,00	0,06	0,02	0,00	10,00	32,50	7,00	0,05	9
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40	2,26	0,6	16,746	81,42	0,00	0,10	0,10	0,00	13,20	93,60	2,64	0,02	10
итого за обед		800	26,847	27,139	117,47	820,67	23,322	0,503	0,3	108,952	227,916	241,23	64,88	2,924	
Норма по СанПин 35%			26,95	27,65	117,3	822,50	21,00	0,42	0,49	245,0	385	385	87,5	4,20	
отклонение от нормы (+ / -) %			-0,13	-0,65	0,06	-0,08	3,87	6,92	-10,71	-19,4	-14,3	-13,1	-9,05	-10,6	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	46,10	46,37	201,23	1409	35,53	0,93	0,82	618,4	603,7	450,2	102,1	6,9	
Норма по СанПин 60%	46,20	47,40	201,00	1410,00	36,00	0,72	0,84	420,0	660,0	660,0	150,0	7,20	
отклонение от нормы (+ / -) %	-0,13	-1,30	0,07	-0,06	-0,79	17,08	-1,29	28,3	-5,1	-19,1	-19,2	-2,8	

№ сб. р-р г.изд.	ДЕНЬ 2-й Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг./сут.)				Минеральные вещества (мг)				№ ИК 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 с молоком сгущенным	160/10	14,74	15,79	48,67	370,81	0,78	0,06	0,28	51,12	195,09	26,93	3,07	0,71	62
15/17	Сыр порциями	15	3,50	4,40	0,00	53,80	0,11	0,01	0,05	39,00	132	75	5,30	0,2	7
376/17	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	9,24	37,69	0,04	0	0,01	0,3	4,5	7,2	3,8	0,71	66
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	1,16	0,41	16,26	73,38	0	0,037	0,012	0,000	6	20	4,2	0,03	9
82 /21	Фрукты свежие	110	0,44	0,44	10,78	51,70	11,00	0,03	0,02	0,00	17,60	12,10	9,90	2,42	75
итого за завтрак		525	20,04	21,04	84,95	587,37	11,92	0,1	0,37	90,39	355,23	141,23	26,27	4,07	
Норма по СанПин 25%			19,25	19,75	83,75	587,50	15,00	0,30	0,35	175,0	275,0	275,0	62,5	3,00	
отклонение от нормы (+ / -) %			1,02	1,64	0,36	-0,01	-5,13	-13,33	1,57	-12,09	7,29	-12,16	-14,49	8,89	
	ОБЕД														
54-20з/22	Горошек зелёный (консервированный)	60	1,7	0,1	3,5	22,10	2,4	0,05	0,02	18,00	11	32	11	0,4	4
ТТК/82/17	Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,94	15,53	103,34	5,16	0,05	0,05	97,25	29,84	48,83	22,07	0,75	13
229/17	Рыба, тушёная с томатом и овощам	120	15,916	16,123	10,189	249,49	2,50	0,09	0,10	431,80	290,00	34,70	16,00	0,74	57
310/17	Картофель отварной	160	3,08	6,03	21,32	151,90	2,03	0,12	0,13	14,00	28,00	8,10	4,20	0,11	39
54-1хн/22	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	22,84	91,89	2,02	0,01	0,00	0,00	20,14	19,20	14,40	0,7	71
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50	1,925	0,688	27,1	122,29	0	0,06	0,02	0,00	10	32,5	7	0,05	9
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40	2,26	0,6	16,746	81,42	0,00	0,10	0,10	0,00	13,20	93,60	2,64	0,02	10
итого за обед		830	26,821	27,481	117,23	822,43	14,1	0,5	0,4	561,0	402,2	268,9	77,3	2,8	
Норма по СанПин 35%			26,95	27,65	117,3	822,50	21,00	0,42	0,49	245,0	385,0	385,0	87,5	4,20	
отклонение от нормы (+ / -) %			-0,17	-0,21	-0,01	0,00	-11,48	5,00	-5,29	45,15	1,6	-10,6	-4,1	-12,0	
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			46,86	48,52	202,18	1409,80	26,03	0,62	0,79	661,44	757,41	410,16	103,58	6,83	
Норма по СанПин 60%			46,20	47,40	201,00	1410,00	36,00	0,72	0,84	420,0	660,0	660,0	150,0	7,20	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,85	1,42	0,35	-0,01	-16,62	-8,33	-3,71	33,06	8,86	-2,71	-18,57	-3,07	

Россия Краснодарский край

ПРИЛОЖЕНИЕ К ПЯТНАДЦАТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД
для ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ в ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ ЛАГЕРЕ ДНЕВНОГО ПРИБЫВАНИЯ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 7 - 11 лет 1-я неделя Сезон: ЛЕТО 2023 - __ г.г.

№ сб. р-р г.изд.	ДЕНЬ 3 - й	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг./сут.)				Минеральные вещества (мг)				
	Наименование блюда		белки Б	жиры Ж	угле- воды У	Энерг-ая ценность ккал	С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe	
	ЗАВТРАК														
182/17	Каша жидкая молочная (рисовая)	200	5,957	8,866	31,721	230,51	0,773	0,054	0,19	46,80	270,743	65,33	31,289	0,4	28
465/21	Кофейный напиток с молоком	200	5,86	5,17	15,43	131,80	1,04	0,06	0,24	26,51	218,8	189,6	45,60	1,40	69
209/17	Яйца варёные	40	5,08	4,6	0,28	62,84	0,00	0,03	0,18	100,00	22,00	76,80	4,80	0,10	64
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	1,155	0,413	16,26	73,38	0	0,037	0,012	0,000	6	20	4,2	0,03	9
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	10
82 /21	Фрукты свежие	110	0,44	0,44	10,78	51,70	11,00	0,03	0,02	0,00	17,60	12,10	9,90	2,42	75
итого за завтрак		600	19,626	19,787	82,848	590,94	12,81	0,3	0,69	173,31	542	410,63	97,1	4,36	
Норма по СанПин		25%	19,25	19,75	83,75	587,50	15,00	0,30	0,35	175,0	275,0	275,0	62,5	3,00	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,49	0,05	-0,27	0,15	-3,65	-3,25	24,43	-0,24	24,25	12,33	13,84	11,32	
	ОБЕД														
54-263/22	Икра овощная	60	1,13	2,7	4,5	47,03	5,715	0,015	0,0225	124,93	18,38	25,725	12,6	0,47	5
ГТК/89/17	Щи зелёные	200	2,18	5,3	7,16	85,060	15,30	0,14	0,12	10,00	46,33	83,35	59,13	0,70	16
294/17	Котлета из птицы	90	15,7	14,98	15,03	245,350	0,94	0,07	0,06	5,46	136,52	144,20	44,11	0,50	53
303/17	Каша вязкая (пшеничная)	150	4	4,24	28,36	165,600	0,00	0,08	0,03	0,00	134,50	100,95	21,60	0,50	33
501 / 21	Сок фруктовый (персиковый)	200	1	0	23,4	97,600	1,2	0,004	0,004	0,000	30,4	36	0,8	1,80	74
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50	1,925	0,688	27,1	122,292	0	0,06	0,02	0,00	10	32,5	7	0,05	9
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	1,695	0,45	12,56	61,070	0	0,08	0,08	0,000	9,9	70,2	1,98	0,0132	10
итого за обед		780	27,625	28,358	118,11	823,997	23,15	0,45	0,34	140,39	386,0	492,9	147,2	4,03	
Норма по СанПин		35%	26,95	27,65	117,3	822,500	21,00	0,42	0,49	245,0	385,0	385,0	87,5	4,20	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,88	0,9	0,26	0,060	3,59	2,50	-10,96	-14,94	0,09	9,81	23,89	-1,39	
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			47,25	48,15	200,96	1414,94	35,97	0,71	1,03	313,70	927,8	903,6	244,3	8,39	
Норма по СанПин		60%	46,20	47,40	201,0	1410,00	36,00	0,72	0,84	420,0	660,0	660,0	150,0	7,20	
отклонение от нормы (+ / -) %			1,36	0,94	-0,01	0,21	-0,06	-0,75	13,46	-15,19	24,34	22,14	37,73	9,93	

№ сб. р-р г.изд.	ДЕНЬ 4 - и		Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг./сут.)				Минеральные вещества (мг)				
	Наименование блюда			белки Б	жиры Ж	угле- воды У	Энерг-ая ценность ккал	С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe	
	ЗАВТРАК															
181/17	Каша жидкая молочная (манная)		200	6,21	9,02	27,26	215,01	0,832	0,081	0,21	48,18	177,884	149,56	24,31	0,4	29
15/17	Сыр порциями		15	3,50	4,40	0,00	53,80	0,11	0,01	0,05	39,00	132	75	5,30	0,2	7
ГТК/502/21	Какао с молоком и витаминами		200	6,05	4,88	15,47	129,15	1,05	0,06	0,25	26,52	214,23	173,72	35,42	0,77	70
Пром.пр.	Хлеб пшеничный		40	1,54	0,55	21,68	97,83	0	0,048	0,016	0,00	8	23,75	5,1	0,04	9
Пром.пр.	Хлеб ржаной		20	1,13	0,30	8,37	40,71	0,00	0,05	0,05	0,00	6,60	46,80	1,32	0,01	10
82 /21	Фрукты свежие		110	0,44	0,44	10,78	51,70	11,00	0,03	0,02	0,00	17,60	12,10	9,90	2,42	75
итого за завтрак			585	18,87	19,59	83,56	588,20	12,99	0,28	0,60	113,70	556,31	480,9	81,35	3,834	
Норма по СанПин			25%	19,25	19,75	83,75	587,50	15,00	0,30	0,35	175,0	275,0	275,0	62,5	3,00	
отклонение от нормы (+ / -) %				-0,49	-0,21	-0,06	0,03	-3,35	-1,58	17,57	-8,76	25,57	18,72	7,54	6,95	
	ОБЕД															
54-23/22	огурец в нарезке		60	0,525	0,075	1,5	8,48	6	0,023	0,02	6,00	13,5	25,5	8,25	0,4	1
0108/17	Суп картофельный с клёцками		200	2,846	3,374	15,984	105,69	1,997	0,06	0,06	111,0	25,837	52,1	15,06	0,61	23
286/17	Кабачки фаршированные с мясом и рисом		160 / 40	18,29	23,153	33,685	416,28	0,00	0,13	0,15	42,30	45,00	153,00	20,70	1,40	43
1 / 21	Сок фруктовый (абрикосовый)		200	1	0	25,4	105,60	2,25	0,044	0,08	0,000	40	36	20	0,4	74
Пром.пр.	Хлеб пшеничный		50	1,925	0,688	27,1	122,29	0	0,06	0,02	0,00	10	32,5	7	0,05	9
Пром.пр.	Хлеб ржаной		30	1,695	0,45	12,56	61,07	0	0,08	0,08	0,000	9,9	70,2	1,98	0,0132	10
итого за обед			740	26,281	27,74	116,23	819,40	10,25	0,39	0,41	159,31	144,2	369,3	72,99	2,873	
Норма по СанПин			35%	26,95	27,65	117,25	822,50	21,00	0,42	0,49	245,0	385,0	385,0	87,5	4,20	
отклонение от нормы (+ / -) %				-0,87	0,11	-0,3	-0,13	-17,92	-2,25	-5,71	-12,24	-21,89	-1,43	-5,80	-11,06	
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД				45,15	47,33	199,79	1407,60	23,24	0,67	1,01	273,0	700,6	850,2	154,3	6,71	
Норма по СанПин			60%	46,20	47,40	201,0	1410,00	36,00	0,72	0,84	420,0	660,0	660,0	150,0	7,20	
отклонение от нормы (+ / -) %				-1,36	-0,09	-0,36	-0,10	-21,28	-3,83	11,86	-21,00	3,69	17,29	1,73	-4,11	

Россия Краснодарский край
 ПРИЛОЖЕНИЕ К ПЯТНАДЦАТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
 ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ ЛАГЕРЕ ДНЕВНОГО ПРИБЫВАНИЯ ЗАВТРАКОВ - ОБЕД
 ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ
 Возрастная категория: 7 - 11 лет 1-я неделя Сезон: ЛЕТО 2023 - __ г.г.

№ сб. р-р г.изд.	ДЕНЬ 5 - и Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг./сут.)				Минеральные вещества (мг)			
			белки	жиры	угле- воды	Энерг-ая ценность	С	В1	В2	А	кальций	фосфор	магний	жел
			Б	Ж	У	ккал					Са	Р	Mg	F
	ЗАВТРАК													
120/17	Суп молочный с макаронами	200	14,369	14,626	28,412	305,75	0,66	0,07	0,06	26,4	130	110	21,3	0,
376/17	чай с сахаром	200	0,2	0	9,243	37,69	0,04	0	0,01	0,3	4,5	7,2	3,8	0,7
Пром.пр.	Кондитерка (печенье)	15	0,606	3,171	6,371	53,44	0,00	0,015	0,008	1,50	4,35	0,00	0,30	0,0
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	1,155	0,413	16,26	73,38	0	0,037	0,012	0,000	6	20	4,2	0,0
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	1,695	0,45	12,56	61,07	0	0,08	0,08	0,000	9,9	70,2	1,98	0,01
82 /21	Фрукты свежие	110	0,44	0,44	10,78	51,70	11,00	0,03	0,02	0,00	17,60	12,10	9,90	2,42
Итого за завтрак		585	18,465	19,1	83,626	583,02	11,70	0,23	0,19	28,17	172,4	219,5	41,5	3,71
Норма по СанПин		25%	19,25	19,75	83,75	587,50	15,00	0,30	0,35	175,0	275,0	275,0	62,5	3,00
отклонение от нормы (+ / -) %			-1,02	-0,82	-0,04	-0,19	-5,51	-5,67	-11,43	-20,98	-9,33	-5,05	-8,41	5,88
	ОБЕД													
54-213/22	Перец болгарский в нарезке	60	0,83	0,08	2,93	15,38	12,0	0,05	0,05	150,00	4,8	9,75	4,2	0,3
ТТК/104/17	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	8,334	7,302	13,428	154,80	7,21	0,09	0,10	103,60	20,16	113,67	27,89	0,69
235/17	Шницель рыбный (минтай)	90	10,317	13,256	16,608	227,03	1,934	0,161	0,11	21,52	51,747	197,6	46,601	0,67
312/17	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,5	164,67	21,80	0,05	0,13	0,00	44,40	104	33,3	1,20
495/21	Компот из сухофруктов	200	0,40	0,00	20,10	80,77	2,02	0,01	0,00	0,00	16,14	15,36	11,52	0,56
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50	1,925	0,688	27,1	122,29	0	0,06	0,02	0,00	10	32,5	7	0,05
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	1,695	0,45	12,56	61,07	0	0,08	0,08	0,000	9,9	70,2	1,98	0,0132
Итого за обед		810	27,176	27,531	117,22	826,00	44,96	0,60	0,50	275,12	157,1	543,1	132,5	3,48
Норма по СанПин		35%	26,95	27,65	117,25	822,50	21,00	0,42	0,49	245,0	385,0	385,0	87,5	4,20
отклонение от нормы (+ / -) %			0,29	-0,15	-0,01	0,15	39,94	6,87	0,46	4,30	-20,71	14,37	18,00	-5,97

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	45,64	46,63	200,85	1409,02	56,66	0,73	0,69	303,29	330	762,6	174,0	7,19
Норма по СанПин 60%	46,20	47,40	201,0	1410,00	36,00	0,72	0,84	420,0	660,0	660,0	150,0	7,20
отклонение от нормы (+ / -) %	-0,73	-0,97	-0,05	-0,04	34,43	1,21	-10,96	-16,67	-30,04	9,33	9,59	-0,10

Возрастная категория: 7 - 11 лет меню завтраки 15-тидневка 1 - я неделя			Пищевые вещества г.			Энерг-ая ценность	Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)			
			белки	жиры	углеводы		С	В1	В2	А	кальций	фосфор	магний	железо
			Б	Ж	У						Са	Р	Mg	Fe
Итого за день по СанПиН СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20		100%	77	79,0	335	2350	60	1,2	1,4	700	1100	1100	250	12
11 л	ЗАВТРАКИ	25%	19,25	19,75	83,75	587,50	15,00	0,30	0,35	175,0	275,0	275,0	62,5	3,00
Среднее за 5 дней (фактически)			19,25	19,75	83,75	587,50	12,32	0,27	0,47	183,0	400,29	292,26	56,69	3,98
отклонение от нормы (+ / -) %			0,00	0,00	0,00	0,00	-4,46	-2,73	8,31	1,14	11,39	1,57	-2,32	8,17

1 л	ОБЕДЫ	35%	26,95	27,65	117,25	822,50	21,00	0,42	0,49	245,0	385,0	385,0	87,5	4,20
Среднее за 5 дней (фактически)			26,95	27,65	117,25	822,50	23,16	0,47	0,40	249,0	263,5	383,1	98,98	3,22
отклонение от нормы (+ / -) %			0,00	0,00	0,00	0,00	3,60	3,81	-6,44	0,57	-11,05	-0,17	4,59	-8,20

1	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ	60%	46,20	47,40	201,00	1410,00	36,00	0,72	0,84	420,0	660,0	660,0	150,0	7,20
Среднее за 5 дней (фактически)			46,20	47,40	201,00	1410,0	35,48	0,73	0,87	432,0	663,8	675,4	155,7	7,20
отклонение от нормы (+ / -) %			0,00	0,00	0,00	0,00	-0,86	1,08	1,87	1,71	0,34	1,40	2,27	-0,03

**ПРИЛОЖЕНИЕ К ПЯТНАДЦАТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД
ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ ЛАГЕРЕ ДНЕВНОГО ПРИБЫВАНИЯ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ**

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 7 - 11 лет

2-я неделя

Сезон: ЛЕТО 2023 - ____ г.г.

№ сб. р-р г.изд.	ДЕНЬ 6 - й	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг./сут.)				Минеральные вещества (мг)				
			белки Б	жиры Ж	угле- воды У	Энерг-ая ценность ккал	С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe	
	ЗАВТРАК														
291/17	Плов из птицы	170	14,166	13,83	17,315	250,39	1,6	0,064	0,06	121,27	215,702	182,93	13,983	0,85	54
54-46г/22	чай с яблоком и сахаром	200	0,23	0,05	7,5	31,60	1,16	0,00	0,01	0,70	6,15	8,30	4,76	0,93	67
Пром.пр.	Кондитерка (печенье)	20	0,807	4,227	8,493	71,25	0,00	0,02	0,009	2,00	5,80	0,00	0,40	0,04	11
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50	1,925	0,688	27,1	122,29	0	0,06	0,02	0,00	10	32,5	7	0,05	9
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	1,695	0,45	12,56	61,07	0	0,08	0,08	0,000	9,9	70,2	1,98	0,0132	10
82 /21	Фрукты свежие	110	0,44	0,44	10,78	51,70	11,00	0,03	0,02	0,00	17,60	12,10	9,90	2,42	75
итого за завтрак		580	19,263	19,69	83,75	588,31	13,76	0,25	0,20	123,97	265,2	306,0	38,02	4,31	
Норма по СанПин		25%	19,25	19,75	83,75	587,50	15,00	0,30	0,35	175,0	275,0	275,0	62,5	3,00	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,02	-0,08	0	0,03	-2,07	-3,83	-10,79	-7,29	-0,90	2,82	-9,79	10,88	
	ОБЕД														
54-29/22	Огурец в нарезке	60	0,53	0,08	1,50	8,48	6,00	0,02	0,02	6,00	13,50	25,50	8,25	0,40	1
ТТК/113/17	Суп с лапшой домашней	200	2,05	4,43	26,33	152,21	0,4	0,04	0,04	10,0	22,8	30,8	8,54	0,5	24
333/21	Голубцы ленивые	150/50	18,96	22,00	28,70	390,40	1,796	0,09	0,12	35,1	167,61	161,56	43,23	1,052	44
389/17	Сок яблочный	200	1,00	0,20	20,20	86,00	4	0,02	0,02	0,000	14	14	8	0,28	74
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50	1,93	0,69	27,10	122,29	0	0,06	0,02	0,00	10	32,5	7	0,05	9
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	1,70	0,45	12,56	61,07	0	0,08	0,08	0,000	9,9	70,2	1,98	0,0132	10
итого за обед		740	26,16	27,84	116,39	820,46	12,20	0,31	0,300	51,06	237,8	334,6	77,0	2,295	
Норма по СанПин		35%	26,95	27,65	117,25	822,50	21,00	0,42	0,49	245,0	385,0	385,0	87,5	4,20	
отклонение от нормы (+ / -) %			-1,03	0,24	-0,26	-0,09	-14,67	-8,92	-13,57	-27,71	-13,38	-4,59	-4,20	-15,87	
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			45,42	47,53	200,13	1408,76	25,96	0,57	0,50	175,03	503,0	640,6	115,0	6,60	
Норма по СанПин			46,20	47,40	201,00	1410,00	36,00	0,72	0,84	420,0	660,0	660,0	150,0	7,20	
отклонение от нормы (+ / -) %			-1,01	0,16	-0,26	-0,05	-16,74	-12,75	-24,36	-35,00	-14,28	-1,76	-13,99	-5,00	

№ сб. р-р г.изд.	ДЕНЬ 7 - й	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг./сут.)				Минеральные вещества (мг)				
			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 с молоком сгущённым	170/ 10	14,8	15,819	49,6	400,16	0,82	0,07	0,3	54,120	297	28,550	13,21	0,75	63
15/17	Сыр порциями	15	3,5	4,4	0,0	53,80	0,11	0,01	0,05	39,00	132	75	5,30	0,2	7
376/17	Чай с сахаром	200	0,2	0	9,2	37,69	0,04	0	0,01	0,3	4,5	7,2	3,8	0,71	66
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	20	0,8	0,275	10,84	48,92	0	0,025	0,008	0,000	4	13	2,8	0,02	9
82 /21	Фрукты свежие	110	0,4	0,44	10,8	51,70	11,00	0,03	0,02	0,00	17,60	12,10	9,90	2,42	75
итого за завтрак		525	19,8	20,93	80,5	592,26	11,97	0,14	0,39	93,39	455,1	135,9	35,01	4,10	
Норма по СанПин		25%	19,3	19,75	83,8	587,50	15,00	0,30	0,35	175,0	275,0	275,0	62,5	3,00	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,65	1,5	-0,98	0,20	-5,06	-13,75	2,71	-11,66	16,38	-12,65	-11,00	9,17	
	ОБЕД														
213/22	Перец болгарский в нарезке	60	0,83	0,08	2,93	15,38	12,00	0,05	0,05	150,00	4,80	9,75	4,20	0,30	3
102/17	Суп картофельный с бобовыми (го)	200	4,392	4,22	13,2	108,40	4,66	0,18	0,22	0,00	34,10	70,50	28,55	1,00	20
312/17	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,5	164,67	21,80	0,05	0,13	0,00	44,40	104	33,3	1,20	40
232/17	Рыба запечённая в сметанном соусе	100/30	13,95	16,12	14,62	259,36	11,45	0,11	0,16	63,54	379,42	118,61	12,43	1,03	59
355/17	Кисель из сухофруктов	200	0,407	0,02	27,589	112,16	0,19	0,00	0,00	0,05	25,528	21,08	5,85	1,2	73
ом.пр.	Хлеб пшеничный	40	1,54	0,55	21,68	97,83	0	0,048	0,016	0,00	8	23,75	5,1	0,04	9
ом.пр.	Хлеб ржаной	30	1,695	0,45	12,56	61,07	0	0,08	0,08	0,000	9,9	70,2	1,98	0,0132	10
итого за обед		840	26,489	27,19	117,07	818,87	50,10	0,52	0,66	213,59	506,15	417,89	91,41	4,78	
Норма по СанПин		35%	26,95	27,65	117,25	822,50	21,00	0,42	0,49	245,0	385,0	385,0	87,5	4,20	
отклонение от нормы (+ / -) %			-0,60	-0,58	-0,05	-0,15	48,51	8,21	12,25	-4,49	11,01	2,99	1,56	4,86	
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			46,24	48,13	197,54	1411,13	62,07	0,65	1,05	306,98	961,3	553,7	126,4	8,88	
Норма по СанПин			46,20	47,40	201,00	1410,00	36,00	0,72	0,84	420,0	660,0	660,0	150,0	7,20	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,05	0,92	-1,03	0,05	43,45	-5,54	14,96	-16,15	27,39	-9,66	-9,43	14,03	

**ПРИЛОЖЕНИЕ К ПЯТНАДЦАТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ ЛАГЕРЕ ДНЕВНОГО ПРИБЫВАНИЯ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ**

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 7 - 11 лет

2-я неделя

Сезон: ЛЕТО 2023 - ____ г.г.

№ сб. р-р г.изд.	ДЕНЬ 8 - и		Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг./сут.)				Минеральные вещества (мг.)				
	Наименование блюда			белки Б	жиры Ж	угле- воды У	Энергетическая ценность ккал	С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe	
ЗАВТРАК																
350/21	Ёжики с мясом		150/40	8,47	10,70	31,69	252,89	0,77	0,18	0,13	33,03	263,8	13,95	12,95	0,64	4
15/17	Сыр порциями		10	2,334	2,94	0,00	35,87	0,07	0,007	0,03	26,00	88	50	3,53	0,13	7
ТТК/502/21	Какао с молоком и витаминами		200	6,045	4,88	15,47	129,15	1,05	0,06	0,25	26,52	214,23	173,72	35,42	0,77	7
Пром.пр.	Хлеб пшеничный		30	1,155	0,41	16,26	73,38	0	0,037	0,012	0,000	6	20	4,2	0,03	9
Пром.пр.	Хлеб ржаной		20	1,13	0,30	8,37	40,71	0,00	0,05	0,05	0,00	6,60	46,80	1,32	0,01	10
82/21	Фрукты свежие		110	0,44	0,44	10,78	51,70	11,00	0,03	0,02	0,00	17,60	12,10	9,90	2,42	7
итого за завтрак			560	19,574	19,67	82,57	583,70	12,88	0,37	0,49	85,551	596,2	316,6	67,3	3,994	
Норма по СанПин 25%				19,25	19,75	83,75	587,50	15,00	0,30	0,35	175,0	275,0	275,0	62,5	3,00	
отклонение от нормы (+ / -) %				0,42	-0,10	-0,35	-0,16	-3,53	5,42	10,07	-12,78	29,20	3,78	1,92	8,28	
ОБЕД																
54-3з/22	Помидор в нарезке		60	0,70	0,10	2,30	12,80	15,00	0,04	0,02	79,80	8,40	15,60	12,00	0,50	2
ГТК/88/17	Щи из свежей капусты с картофелем		200	4,6	5,4	13,6	121,40	1,26	0,05	0,05	0,00	39,40	218,40	17,70	0,70	15
255/17	Печень по строгановски		110	12,56	16,939	11,622	250,18	6,17	0,22	0,32	467,3	200,3	28,88	21,5	0,2	51
203-133/17	Макароны отварные / и кукуруза		90/60	3,27	3,47	18,3	117,40	0,00	0,03	0,04	17,10	7,29	22,50	4,89	0,50	36
	отварная (консервированная)			1,2	0,2	6,1	31,30	1,15	0,01	0,02	0,72	22,00	21,00	6,80	0,20	0
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	74
Пром.пр.	Хлеб пшеничный		50	1,925	0,688	27,1	122,29	0	0,06	0,02	0,00	10	32,5	7	0,05	9
Пром.пр.	Хлеб ржаной		30	1,695	0,45	12,56	61,07	0	0,08	0,08	0,000	9,9	70,2	1,98	0,0132	10
итого за обед			800	26,95	27,25	117	822,04	25,83	0,53	0,63	564,9	337,3	445,1	91,9	2,56	
Норма по СанПин 35%				26,95	27,65	117,3	822,50	21,00	0,42	0,49	245,0	385,0	385,0	87,5	4,20	
отклонение от нормы (+ / -) %				0	-0,51	-0,08	-0,02	8,05	9,50	10,00	45,70	-4,34	5,46	1,75	-13,64	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			46,52	46,92	199,55	1405,74	38,71	0,90	1,12	650,47	933,5	761,6	159,2	6,56
Норма по СанПин 60%			46,20	47,40	201,00	1410,00	36,00	0,72	0,84	420,0	660,0	660,0	150,0	7,20
отклонение от нормы (+/-) %			0,42	-0,61	-0,43	-0,18	4,52	14,92	20,07	32,92	24,87	9,24	3,67	-5,36

№ сб. р-р г.изд.	ДЕНЬ 9 - й	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг./сут.)				Минеральные вещества (мг)				
	Наименование блюда		белки Б	жиры Ж	угле- воды У	Энерг-ая ценность ккал	С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe	
	ЗАВТРАК														
229/21	Каша "Дружба"	200	4,633	6	22,747	160,66	0,288	0,086	0,086	38,439	126,83	136,59	29,854	0,43	30
209/17	Яйца варёные	40	5,08	4,6	0,28	62,84	0,00	0,03	0,18	100,00	22,00	76,80	4,80	0,10	64
465/21	Кофейный напиток с молоком	200	5,864	5,168	15,434	131,80	1,04	0,06	0,24	26,51	218,8	189,6	45,60	1,40	69
ром. гр.	Хлеб пшеничный	50	1,925	0,688	27,1	122,29	0	0,06	0,02	0,00	10	32,5	7	0,05	9
ром. гр.	Хлеб ржаной	30	1,695	0,45	12,56	61,07	0	0,08	0,08	0,000	9,9	70,2	1,98	0,1132	10
82/21	Фрукты свежие	110	0,44	0,44	10,78	51,70	11,00	0,03	0,02	0,00	17,60	12,10	9,90	2,42	75
итого за завтрак		630	19,637	17,35	88,9	590,37	12,33	0,35	0,626	164,9	405,2	517,8	99,13	4,413	
Норма по СанПин		25%	19,25	19,75	83,75	587,50	15,00	0,30	0,35	175,0	275,0	275,0	62,5	3,00	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,5	-3,04	1,54	0,12	-4,45	3,83	19,71	-1,44	11,83	22,07	14,65	11,78	
	ОБЕД														
2з/22	Огурец в нарезке	60	0,53	0,08	1,50	8,48	6,00	0,02	0,02	6,00	13,50	25,50	8,25	0,40	1
6/17	Рассольник ленинградский	200	1,614	4,072	19,58	117,19	6,70	0,07	0,07	0,00	23,30	45,40	19,30	0,70	17
17/17	Биточек из говядины	90	18,232	10,679	13,123	226,37	0,21	0,06	0,02	10,84	53,09	13,83	12,01	0,70	46
3/17	Рагу овощное	180	3,03	11,84	24,74	217,64	0,21	0,12	0,10	78,86	63,7	77,1	17,87	0,13	37
22	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	22,84	91,89	2,02	0,01	0,00	0,00	20,14	19,20	14,40	0,7	71
пр.	Хлеб пшеничный	50	1,925	0,688	27,1	122,29	0	0,06	0,02	0,00	10	32,5	7	0,05	9
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	10
итого за обед		800	26,956	27,65	117,3	824,57	15,14	0,39	0,28	95,70	190,33	260,37	80,15	2,69	
Норма по СанПин		35%	26,95	27,65	117,3	822,50	21,00	0,42	0,49	245,0	385,0	385,0	87,5	4,20	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,01	0,01	0	0,09	-9,76	-2,42	-15,00	-21,33	-17,70	-11,33	-2,94	-12,59	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			46,59	45,00	206,16	1414,93	27,47	0,74	0,91	260,6	595,5	778,2	179,3	7,10
Норма по СанПин 60%			46,20	47,40	201,00	1410,00	36,00	0,72	0,84	420,0	660,0	660,0	150,0	7,20
отклонение от нормы (+/-) %			0,51	-3,04	1,54	0,21	-14,22	1,42	4,71	-22,76	-5,87	10,74	11,72	-0,82

ПРИЛОЖЕНИЕ К ПЯТНАДЦАТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ ЛАГЕРЕ ДНЕВНОГО ПРИБЫВАНИЯ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ
ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 7 - 11 лет

2-я неделя

Сезон: ЛЕТО 2023 - ____ г.г.

№ сб. р-р г. изд.	ДЕНЬ 10 -й Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг./сут.)				Минеральные вещества (мг)			
			белки Б	жиры Ж	угле- воды У	Энерг-ая ценность ккал	С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe
	ЗАВТРАК													
ТТК/2021г.	Омлет с птицей	180	14,3	15,735	29,9	308,15	3,03	0,03	0,03	460,2	17,60	37,45	23,00	0,68
376/17	Чай с сахаром	200	0,2	0	9,2	37,69	0,04	0	0,01	0,3	4,5	7,2	3,8	0,71
Пром.пр.	Кондитерка (печенье)	20	0,8	4,227	8,5	71,25	0,00	0,02	0,009	2,00	5,80	0,00	0,40	0,04
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	1,2	0,413	16,3	73,38	0	0,037	0,012	0,000	6	20	4,2	0,03
Пром.пр.	Хлеб ржаной	20	1,1	0,3	8,4	40,71	0,00	0,05	0,05	0,00	6,60	46,80	1,32	0,01
82 /21	Фрукты свежие	110	0,4	0,44	10,8	51,70	11,00	0,03	0,02	0,00	17,60	12,10	9,90	2,42
	итого за завтрак	560	18,0	21,12	83,1	582,87	14,06	0,17	0,13	462,45	58,1	123,6	42,6	3,89
	Норма по СанПин 25%		19,3	19,75	83,8	587,50	15,00	0,30	0,35	175,0	275,0	275,0	62,5	3,00
	отклонение от нормы (+ / -) %		-1,59	1,73	-0,21	-0,20	-1,57	-11,08	-15,64	41,06	-19,74	-13,77	-7,95	7,42
	ОБЕД													
54-3з/22	Помидор в нарезке	60	0,70	0,10	2,30	12,80	15,00	0,04	0,02	79,80	8,40	15,60	12,00	0,50
ТТК/98/21	Свекольник	200	1,778	4,727	19,493	127,63	5,10	0,05	0,05	97,25	26,84	47,48	20,47	0,6
237/17	Зразы рубленые	100	17,18	7,25	6,5	147,80	0,00	0,19	0,16	64,00	86,00	151,0	15,10	0,73
ТТК/142/17	Картофель и овощи тушёные в соусе	180	3,92	15,1	27,2	257,38	2,40	0,19	0,20	30,20	39,10	107,00	37,80	0,14
501 / 21	Сок персиковый	200	1	0	23,4	97,60	1,2	0,004	0,004	0,000	30,4	36	0,8	1,80
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50	1,925	0,688	27,1	122,29	0	0,06	0,02	0,00	10	32,5	7	0,05
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	1,695	0,45	12,56	61,07	0	0,08	0,08	0,000	9,9	70,2	1,98	0,0132
	итого за обед	820	28,198	28,315	118,55	826,57	23,70	0,61	0,530	271,25	210,6	459,8	95,1	3,79
	Норма по СанПин 35%		26,95	27,65	117,25	822,50	21,00	0,42	0,49	245,0	385,0	385,0	87,5	4,20
	отклонение от нормы (+ / -) %		1,62	0,84	0,39	0,17	4,50	16,17	2,86	3,75	-15,85	6,80	3,06	-3,39

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	46,22	49,43	201,61	1409,44	37,76	0,78	0,66	733,70	268,8	583,3	137,8	7,68
Норма по СанПин 60%	46,20	47,40	201,0	1410,00	36,00	0,72	0,84	420,0	660,0	660,0	150,0	7,20
отклонение от нормы (+ / -) %	0,03	2,57	0,18	-0,02	2,93	5,08	-12,79	44,81	-35,57	-6,97	-4,89	4,08

Возрастная категория: 7 - 11 лет меню завтраки 15-тидневка 2 - я неделя		Пищевые вещества г.			Энерг-ая ценность ккал	Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)			
		белки Б	жиры Ж	угле- воды У		С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe
	Итого за день по СанПиН	77	79,0	335	2350	60	1,2	1,4	700	1100	1100	250	12
	СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20												
21 л	ЗАВТРАКИ	25%	19,25	19,75	83,75	587,50	15,00	0,30	0,35	175,0	275,0	275,0	62,5
	Среднее за 5 дней (фактически)		19,25	19,75	83,75	587,50	13,00	0,25	0,37	186,06	356,0	280,0	56,0
	отклонение от нормы (+ / -) %		0,00	0,00	0,00	0,00	-3,33	-3,88	1,21	1,58	7,36	0,45	-1,43

1 л	ОБЕДЫ	35%	26,95	27,65	117,25	822,50	21,00	0,42	0,49	245,0	385,0	385,0	87,5
	Среднее за 5 дней (фактически)		26,95	27,65	117,25	822,50	25,39	0,47	0,48	239,30	296,44	383,53	87,0
	отклонение от нормы (+ / -) %		0,00	0,00	0,00	0,00	7,32	4,51	-0,07	-0,81	-8,05	-0,13	-0,05

л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ	60%	46,20	47,40	201,0	1410,00	36,00	0,72	0,84	420,0	660,0	660,0	150,0
	Среднее за 5 дней (фактически)		46,20	47,40	201,00	1410,00	38,39	0,73	0,85	425,4	652,4	663,5	150,0
	отклонение от нормы (+ / -) %		0,00	0,00	0,00	0,00	3,99	0,63	0,52	0,77	-0,69	0,02	-0,05

ПРИЛОЖЕНИЕ К ПЯТНАДЦАТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД
ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ ЛАГЕРЕ ДНЕВНОГО ПРИБЫВАНИЯ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ
ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 7 - 11 лет

3-я неделя

Сезон: ЛЕТО 2023 - ____ г.г.

№ сб. р-р г.изд.	ДЕНЬ 11 - й	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг./сут.)				Минеральные вещества (мг)			
			белки Б	жиры Ж	угле- воды У	Энерг-ая ценность ккал	С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe
	ЗАВТРАК													
ТК1254/17	Печень оригинальная	90	12,08	4,2	10,53	138,19	1,288	0,086	0,173	193,05	136,88	68,975	12,334	0,43
208/17	Макароны, запеченные с яйцом	150	1,24	5,54	26,64	166,26	0,00	0,03	0,18	100,00	22,00	76,80	4,80	0,10
ГК1502/21	Какао с молоком и витаминами	200	6,045	4,882	15,469	129,15	1,05	0,06	0,25	26,52	214,23	173,72	35,42	0,77
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40	1,54	0,55	21,68	97,83	0	0,048	0,016	0,00	8	23,75	5,1	0,04
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	1,695	0,45	12,56	61,07	0	0,08	0,08	0,000	9,9	70,2	1,98	0,0132
итого за завтрак		510	22,6	15,62	86,88	592,50	2,33	0,31	0,699	319,6	391,0	413,4	59,63	1,348
Норма по СанПин 25%			19,25	19,75	83,75	587,50	15,00	0,30	0,35	175,0	275,0	275,0	62,5	3,00
отклонение от нормы (+ / -) %			4,35	-5,23	0,93	0,21	-21,11	0,50	24,93	20,65	10,55	12,59	-1,15	-13,77
	ОБЕД													
54-23/22	Огурец в нарезке	60	0,53	0,08	1,50	8,48	6,00	0,02	0,02	6,00	13,50	25,50	8,25	0,40
ТК1108/17	Суп картофельный с клецками	200	2,846	3,374	15,984	105,69	1,997	0,06	0,06	111,0	25,837	52,1	15,06	0,61
289/17	Рагу с птицей	200	17,57	21,9	26,4	372,98	10,01	0,08	0,10	15,80	41,50	120,00	43,50	0,82
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
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	55	2,118	0,757	29,81	134,52	0	0,07	0,02	0,00	11	35,75	7,7	0,055
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	1,695	0,45	12,56	61,07	0	0,08	0,08	0,000	9,9	70,2	1,98	0,0132
82 /21	Фрукты свежие	110	0,44	0,44	10,78	51,70	11,00	0,03	0,02	0,00	17,60	12,10	9,90	2,42
итого за обед		855	26,194	27,2	117,2	820,43	33,01	0,36	0,32	132,81	133,34	329,65	94,39	4,60
Норма по СанПин 35%			26,95	27,65	117,3	822,50	21,00	0,42	0,49	245,0	385,0	385,0	87,5	4,20
отклонение от нормы (+ / -) %			-0,98	-0,57	0	-0,09	20,01	-4,83	-12,00	-16,03	-22,88	-5,03	2,76	3,33
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			48,79	42,82	204,11	1412,93	35,34	0,67	1,02	452,4	524,3	743,1	154,0	5,95
Норма по СанПин 60%			46,20	47,40	201,00	1410,00	36,00	0,72	0,84	420,0	660,0	660,0	150,0	7,20
отклонение от нормы (+ / -) %			3,37	-5,80	0,93	0,12	-1,10	-4,33	12,93	4,63	-12,33	7,55	1,61	-10,44

№ сб. р-р г.изд.	ДЕНЬ 12 - й	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг./сут.)				Минеральные вещества (мг)			
			белки Б	жиры Ж	угле- воды У	Энерг-ая ценность ккал	С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe
	ЗАВТРАК													
121/17	Суп молочный с крупой (пшено)	200	10,11	9,90	29,78	248,63	0,32	0,03	0,03	242,7	217,60	37,45	23,00	0,48
205/17	Яйца варёные	40	5,1	4,6	0,3	62,84	0,00	0,03	0,18	100,00	22,00	76,80	4,80	0,10
378/17	Чай с сахаром	200	0,2	0	9,2	37,69	0,04	0	0,01	0,3	4,5	7,2	3,8	0,71
Пром.пр.	Кондитерка (печенье)	20	0,8	4,227	8,493	71,25	0,00	0,02	0,01	2,00	5,80	0,00	0,40	0,04
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50	1,9	0,688	27,1	122,29	0	0,06	0,02	0,00	10	32,5	7	0,05
Пром.пр.	Хлеб ржаной	20	1,1	0,3	8,4	40,71	0,00	0,05	0,05	0,00	6,60	46,80	1,32	0,01
итого за завтрак		530	19,3	19,71	83,3	583,41	0,36	0,19	0,30	344,93	266,5	200,8	40,3	1,39
Норма по СанПин 25%			19,3	19,75	83,8	587,50	15,00	0,30	0,35	175,0	275,0	275,0	62,5	3,00
отклонение от нормы (+ / -) %			0,01	-0,05	-0,14	-0,17	-24,40	-9,17	-3,64	24,28	-0,77	-6,75	-8,87	-13,41
	ОБЕД													
133/22	Помидор в нарезке	60	0,70	0,10	2,30	12,80	15,00	0,04	0,02	79,80	8,40	15,60	12,00	0,50
184/17	Борщ с фасолью и картофелем	200	2,846	4,092	8,33	81,53	4,36	0,08	0,09	0,00	43,34	79,60	27,56	0,80
112/17	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,5	164,67	21,80	0,05	0,13	0,00	44,40	104	33,3	1,20
33/17	Тефтели рыбные	100	14,911	16,057	4,118	220,63	0,24	0,19	0,20	30,20	108,93	107,00	30,76	1,40
55/17	Кисель из сухофруктов	200	0,407	0,02	27,589	112,16	0,19	0,00	0,00	0,05	25,528	21,08	5,85	1,2
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50	1,925	0,688	27,1	122,29	0	0,06	0,02	0,00	10	32,5	7	0,05
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	1,695	0,45	12,56	61,07	0	0,08	0,08	0,000	9,9	70,2	1,98	0,0132
212/17	Фрукты свежие	110	0,44	0,44	10,78	51,70	11,00	0,03	0,02	0,00	17,60	12,10	9,90	2,42
итого за обед		930	26,604	27,607	117,28	826,86	52,59	0,52	0,563	110,05	268,1	442,1	128,4	7,58
Норма по СанПин 35%			26,95	27,65	117,25	822,50	21,00	0,42	0,49	245,0	385,0	385,0	87,5	4,20
отклонение от нормы (+ / -) %			0,45	-0,05	0,01	0,19	52,66	8,67	5,21	-19,28	-10,63	5,19	16,34	28,19
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			45,86	47,32	200,55	1410,26	52,95	0,71	0,86	454,98	534,6	642,8	168,7	8,97
Норма по СанПин 60%			46,20	47,40	201,0	1410,00	36,00	0,72	0,84	420,0	660,0	660,0	150,0	7,20
отклонение от нормы (+ / -) %			-0,44	-0,10	-0,14	0,01	28,25	-0,50	1,57	5,00	-11,40	-1,56	7,47	14,78

ПРИЛОЖЕНИЕ К ПЯТНАДЦАТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ ЛАГЕРЕ ДНЕВНОГО ПРИБЫВАНИЯ

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 7 - 11 лет

3-я неделя

Сезон: ЛЕТО 2023 - ____ г.г.

п/п	ДЕНЬ 13 - й	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг./сут.)				Минеральные вещества (мг)				
			белки Б	жиры Ж	угле- воды У	Энерг-ая ценность ккал	С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe	
ЗАВТРАК															
3-17	Запеканка из творога с молоком сгущённым	160 / 10	14,7	15,79	48,7	370,81	0,78	0,06	0,28	51,12	195,09	26,93	3,07	0,71	6
14-17	масло порциями	10	0,1	7,25	0,1	66,09	0	0,0001	0,0001	4,00	0,24	0,3	0	0,002	8
37-17	чай с сахаром	200	0,2	0	9,2	37,69	0,04	0	0,01	0,3	4,5	7,2	3,8	0,71	6
30-17	Хлеб пшеничный	25	1,0	0,344	13,6	61,15	0	0,03	0,01	0,000	5	16,667	3,5	0,025	9
32-17	Фрукты свежие (яблоки)	110	0,4	0,44	10,8	51,70	11,00	0,03	0,02	0,00	17,60	12,10	9,90	2,42	7
итого за завтрак		515	16,4	23,82	82,4	587,43	11,81	0,12	0,32	55,39	222,5	63,2	20,3	3,86	
Норма по СанПин		25%	19,3	19,75	83,8	587,50	15,00	0,30	0,35	175,0	275,0	275,0	62,5	3,00	
отклонение от нормы (+ / -) %			-3,67	5,16	-0,41	0,00	-5,32	-14,74	-2,14	-17,09	-4,78	-19,75	-16,89	7,20	
ОБЕД															
3-23/22	Огурец в нарезке	60	0,53	0,08	1,50	8,48	6,00	0,02	0,02	6,00	13,50	25,50	8,25	0,40	
17/99/17	Суп из овощей	200	1,6	3,62	16,06	103,22	3,10	0,11	0,06	0,00	18,20	36,20	14,60	0,56	
259/17	Жаркое по домашнему	200	19,68	22,564	29,268	398,87	2,18	0,20	0,13	0,00	444,00	104	13,3	1,20	
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	
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	60	2,31	0,82	32,52	146,75	0	0,0720	0,024	0,00	12	40	8,4	0,06	
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	1,695	0,45	12,56	61,07	0	0,08	0,08	0,000	9,9	70,2	1,98	0,0132	
итого за обед		750	26,81	27,529	117,31	823,98	13,53	0,53	0,397	6,00	537,6	311,9	66,5	2,64	
Норма по СанПин		35%	26,95	27,65	117,25	822,50	21,00	0,42	0,49	245,0	385,0	385,0	87,5	4,20	
отклонение от нормы (+ / -) %			-0,18	-0,15	0,02	0,06	-12,45	8,92	-6,64	-34,14	13,87	-6,65	-8,39	-13,02	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД				43,23	51,35	199,68	1411,42	25,34	0,65	0,72	61,39	760,1	375,1	86,8	6,50
Норма по СанПин				60%	46,20	47,40	201,0	1410,00	36,00	0,72	0,84	420,0	660,0	150,0	7,20
отклонение от нормы (+ / -) %					-0,39	5,00	-0,39	0,06	-17,77	-5,83	-8,78	-51,23	9,10	-25,90	-5,82

№ сб. р-р г.изд.	ДЕНЬ 14 - й	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг./сут.)				Минеральные вещества (мг)			
	Наименование блюда		белки Б	жиры Ж	угле- воды У	Энерг-ая ценность ккал	С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe
	ЗАВТРАК													
121/17	Суп молочный с крупой (гречка)	200	9,447	5,988	22,063	179,93	0,168	0,115	0,167	213,68	326,479	202,94	53,615	0,65
Пром.пр.	Кондитерка (печенье)	15	0,606	3,171	6,371	53,44	0,00	0,015	0,008	1,50	4,35	0,00	0,30	0,03
376/17	Чай с сахаром	200	0,2	0	9,243	37,69	0,04	0	0,01	0,3	4,5	7,2	3,8	0,71
401/17	Оладьи	70	7,82	10,08	29,51	240,07	0,00	0,09	0,02	0,00	100,00	32,50	7,00	0,06
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	1,155	0,413	16,26	73,38	0	0,037	0,012	0,000	6	20	4,2	0,03
итого за завтрак		515	19,227	19,66	83,45	584,51	0,20	0,26	0,217	215,5	441,4	262,6	68,92	1,477
Норма по СанПин		25%	19,25	19,75	83,75	587,50	15,00	0,30	0,35	175,0	275,0	275,0	62,5	3,00
отклонение от нормы (+ / -) %			-0,03	-0,12	-0,09	-0,13	-24,66	-3,58	-9,50	5,78	15,12	-1,12	2,57	-12,70
	ОБЕД													
145 /21	Овощи консервированный (порциями (капуста квашеная))	60	1,03	3,00	5,08	51,42	11,89	0,01	0,02	0,00	31,35	20,37	9,61	0,40
106/17	Суп картоф. с рыбными фрикадель	200	1,756	2,224	12,312	76,29	0,89	0,10	0,10	0,00	19,34	56,88	23,48	0,58
265/17	Плов с говядиной	185	19,25	20,69	21,214	344,07	0,94	0,18	0,13	141,65	279,8	215,6	24,50	1,01
54-1хн/22	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	22,84	91,89	2,02	0,01	0,00	0,00	20,14	19,20	14,40	0,7
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	60	2,31	0,82	32,52	146,75	0	0,0720	0,024	0,00	12	40	8,4	0,06
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	1,695	0,45	12,56	61,07	0	0,08	0,08	0,000	9,9	70,2	1,98	0,013
82 /21	Фрукты свежие	110	0,44	0,44	10,78	51,70	11,00	0,03	0,02	0,00	17,60	12,10	9,90	2,42
итого за обед		845	26,976	27,63	117,3	823,18	26,73	0,48	0,37	141,65	390,11	434,31	92,37	5,43
Норма по СанПин		35%	26,95	27,65	117,3	822,50	21,00	0,42	0,49	245,0	385,0	385,0	87,5	4,20
отклонение от нормы (+ / -) %			0,03	-0,03	0,02	0,03	9,55	4,67	-8,56	-14,76	0,46	4,48	1,98	10,6

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД				46,20	47,28	200,75	1407,69	26,94	0,73	0,59	357,1	831,5	696,9	161,3	6,96
Норма по СанПин				60%	46,20	47,40	201,00	1410,00	36,00	0,72	0,84	420,0	660,0	150,0	7,20
отклонение от нормы (+ / -) %					0,00	-0,15	-0,08	-0,10	-15,11	1,08	-18,06	-8,99	15,59	3,36	-1,24

ПРИЛОЖЕНИЕ К ПЯТНАДЦАТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД

ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ ЛАГЕРЕ ДНЕВНОГО ПРИБЫВАНИЯ

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 7 - 11 лет

3-я неделя

Сезон: ЛЕТО 2023 - ____ г.г.

ДЕНЬ 15 - и	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг./сут.)				Минеральные вещества (мг)				
		белки Б	жиры Ж	угле- воды У	Энерг-ая ценность ккал	С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe	
Наименование блюда														
ЗАВТРАК														
Молоко жидкая молочная (овсяная)	200	10,1	6,366	31,8	225,97	0,23	0,03	0,03	523,6	18,03	36,53	22,39	0,41	31
Кефирный напиток с молоком	200	5,9	5,168	15,4	131,80	1,04	0,06	0,24	26,51	218,8	189,6	45,60	1,40	69
Масло порциями	10	0,1	7,25	0,1	66,09	0	0,0001	0,0001	4,00	0,24	0,3	0	0,002	8
Хлеб пшеничный	30	1,2	0,413	16,3	73,38	0	0,037	0,012	0,000	6	20	4,2	0,03	9
Хлеб ржаной	20	1,1	0,3	8,4	40,71	0,00	0,05	0,05	0,00	6,60	46,80	1,32	0,01	10
Фрукты свежие (яблоки)	110	0,44	0,44	10,78	51,70	11,00	0,03	0,02	0,00	17,60	12,10	9,90	2,42	75
Итого за завтрак	570	18,75	19,94	82,78	589,66	12,27	0,21	0,35	554,07	267,3	305,3	83,4	4,27	
Норма по СанПин	25%	19,25	19,75	83,75	587,50	15,00	0,30	0,35	175,0	275,0	275,0	62,5	3,00	
Отклонение от нормы (+ / -) %		-0,65	0,24	-0,29	0,09	-4,56	-7,74	0,15	54,15	-0,70	2,76	8,36	10,61	
ОБЕД														
Орехи в нарезке	60	0,53	0,08	1,50	8,48	6,00	0,02	0,02	6,00	13,50	25,50	8,25	0,40	1
Вареное картофельное пюре с салутой и картофелем	200	1,44	3,94	15,53	103,34	5,16	0,05	0,05	97,25	29,84	48,83	22,07	0,75	13
Выпечка особые	90	17,78	15,07	17,99	259,41	0,22	0,10	0,10	0,00	182,81	136,96	13,3	0,86	47
Салат из овощей с кабачками	180	3,42	7,74	16,83	153,00	2,40	0,19	0,20	30,20	139,10	107,00	37,80	0,14	38
Сок яблочный	200	1	0,2	20,2	86,00	4	0,02	0,02	0,000	14	14	8	0,28	74
Хлеб пшеничный	60	2,31	0,82	32,52	146,75	0	0,0720	0,024	0,00	12	40	8,4	0,06	9
Хлеб ржаной	30	1,695	0,45	12,56	61,07	0	0,08	0,08	0,000	9,9	70,2	1,98	0,0132	10
Итого за обед	820	28,17	28,295	117,13	818,05	17,78	0,53	0,493	133,45	401,1	442,5	99,8	2,50	
Норма по СанПин	35%	26,95	27,65	117,25	822,50	21,00	0,42	0,49	245,0	385,0	385,0	87,5	4,20	
Отклонение от нормы (+ / -) %		1,58	0,82	-0,04	-0,19	-5,37	9,50	0,21	-15,94	1,47	5,23	4,92	-14,16	
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД		46,92	48,23	199,91	1407,70	30,04	0,74	0,85	687,52	668,4	747,8	183,2	6,77	
Норма по СанПин	60%	46,20	47,40	201,0	1410,00	36,00	0,72	0,84	420,0	660,0	660,0	150,0	7,20	
Отклонение от нормы (+ / -) %		0,93	1,05	-0,32	-0,10	-9,93	1,76	0,36	38,22	0,77	7,98	13,28	-3,55	

Возрастная категория: 7 - 11 лет			Пищевые вещества г.			Энерг-ая ценность ккал	Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)			
Меню завтраки 15-тидневка 3 - я неделя			белки Б	жиры Ж	углеводы У		С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe
Итого за день по СанПиН 100%			77	79,0	335	2350	60	1,2	1,4	700	1100	1100	250	12
СанПиН 2.3 / 2.4. 3590 - 20														
7-11 л	ЗАВТРАКИ	25%	19,25	19,75	83,75	587,50	15,00	0,30	0,35	175,0	275,0	275,0	62,5	3,00
Среднее за 5 дней (фактически)			19,25	19,75	83,75	587,50	5,39	0,22	0,38	297,88	317,74	249,07	54,51	2,47
отклонение от нормы (+ / -) %			0,00	0,00	0,00	0,00	-16,01	-6,95	1,96	17,55	3,89	-2,36	-3,20	-4,41
7-11 л	ОБЕДЫ	35%	26,95	27,65	117,25	822,50	21,00	0,42	0,49	245,0	385,0	385,0	87,5	4,20
Среднее за 5 дней (фактически)			26,95	27,65	117,25	822,50	28,73	0,48	0,43	104,79	346,06	392,08	96,3	4,56
отклонение от нормы (+ / -) %			0,00	0,00	0,00	0,00	12,88	5,38	-4,35	-20,03	-3,54	0,64	3,52	3,00
7-11 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ	60%	46,20	47,40	201,0	1410,00	36,00	0,72	0,84	420,0	660,0	660,0	150,0	7,20
Среднее за 5 дней (фактически)			46,20	47,40	201,00	1410,00	34,12	0,70	0,81	402,67	663,80	641,16	150,8	7,03
отклонение от нормы (+ / -) %			0,00	0,00	0,00	0,00	-3,13	-1,56	-2,39	-2,48	0,35	-1,71	0,32	-1,41

1 - 2 - 3 - я неделя														
7-11 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ	60%	46,20	47,40	201,0	1410,00	36,00	0,72	0,84	420,0	660,0	660,0	150,0	7,20
Среднее за 15 дней (фактически)			46,20	47,40	201,00	1410,00	36,00	0,72	0,84	420,00	660,00	660,00	150,0	7,20
отклонение от нормы (+ / -) %			0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	-0,02

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 рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могольного и В.А. Тутельяна. - М.: Дели плюс, 2017. - 544 с.
- 3 Единый сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий / сост. А.Я. Перевалов. Н.В. Тапешкина. - Изд-е 4-е доп. и испр. - Пермь, 2021. - 410 с.
- 4 Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей образовательных организаций 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.)

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

ООО «ГЛОБУС»

В настоящем шнуре документов прошито,
прошито, засвидетельствована верность копий
документов и скреплено печатью

с _____ по _____ листов.

Директор

И.П. БРАТАШЕНКО

