



СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ



## ОСНОВНОЕ МЕНЮ

*2-х недельное для обучающихся 1-4 классов (возрастная категория: 7-11 лет)  
Оказание услуг по организации горячего питания обучающихся, получающих начальное общее образование, получающих основное общее и среднее общее образование, для школ Симферопольского района на 2023-2024 учебный год*

- \* Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций, Сборник технических нормативов, под редакцией члена-корреспондента Российской Академии Наук В. Р. Кучмы, Москва 2016 г.
- \* Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях, Сборник технических нормативов, издательство Москва "Дели плюс" 2017 г (2011 г), рекомендовано НИИ питания РАМН, руководители разработки сборника М.П. (ГОУ ВПО ПГТУ), Тутельян В.А.(ГУУ НИИ питания РАМН)
- \* Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции для питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, разработанная ГОУ высшего профессионального образования Московский государственный университет прикладной биотехнологии (МГУПБ) И.О. ректора Е.И. Литов, Московский фонд содействия санитарно-эпидемиологическому благополучию населения Первый заместитель исполнительного директора В.И. Тобис, ГУ НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков НИЦ здоровья детей РАМН Директор В.Р. Кучма, 2006 г
- \* Семидневные меню для основных вариантов стандартных диет оптимизированного состава, применяемых в лечебно-профилактических учреждениях здравоохранения и учреждениях (отделениях) социального обслуживания граждан пожилого возраста и инвалидов. прак. руководство (нормативный документ) / Сост. Б.С.Каганов, А.С. Шарафетдинов, Э.Н.Преображенская и др. - М.:2010. - 496с.
- \* СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и МР 2.4.0179-20
- \* Картоотека блюд диетического (лечебного и профилактического питания) оптимизированного состава для детей, Департамента здравоохранения г. Москвы / Сост. д.м.н., профессор Шарафетдинов Х.Х., д.м.н., профессор Конь И.Я., д.м.н. и др. - М.:2011
- \* Семидневные меню для основных вариантов стандартных диет с использованием блюд оптимизированного состава, применяемых в лечебном питании в медицинских организациях Российской Федерации (практическое руководство для врачей-диетологов, медицинских сестер диетических, специалистов по организации питания в стационарных учреждениях социального обслуживания граждан пожилого возраста и инвалидов, специалистов общественного питания) Тутельян В. А., Гаптаров М.М.Г., 2014г. - с. 459
- \* Картоотека блюд лечебного и рационального питания в учреждениях системы здравоохранения. / Практическое руководство для врачей-диетологов, диетсестер, специалистов общественного питания и заведующих производством. Том 1, 2, М. А. Самсонов, 1995/96 г.
- \* Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. / Сборник технических нормативов ФГАУ НИЦД Минздрава России, ФГБУН ФИЦ Питания, Биотехнологии и безопасности пищи, Общественной организации развития социального питания, НП СРО «АПСОЗ» —М.: Издатель Научный центр здоровья детей / Сост. Г.Г. Онищенко, В.А.Тутельян, Д.Б. Никитюк, В.В. Чернигов и др - М.:2022. — 698 с.

**Завтрак 7-11 лет ГОРЯЧЕЕ ПИТАНИЕ**

День 1

№, рецептура	Наименование блюда	Пищевая ценность			Энергетическая ценность, ккал	Вит. С, мг	Вит. В1, мг	Вит. В2, мг	Вит. А, мкг	Вит. Д, мкг	Сж, мг	Р, мг	Мдг, мг	Fe, мг	К, мг	I, мг	Ca, мг	F, мг
		белки, г	жиры, г	углеводы, г														
7170/2011	ОВОЩИ СВЕЖИЕ / СОЛЕНЫЕ	0,28	0,04	0,76	4,40	0,01	1,60	4,00	0,00	9,20	16,80	5,60	0,36	56,40	1,20	0,12	5,80	
226/2016	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	8,18	5,95	36,70	233,81	0,07	0,11	0,06	43,74	0,14	114,04	100,89	12,67	1,03	74,37	120,78	0,03	12,04
18/2016	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1,52	0,16	9,84	47	0,00	0,040	0,01	0,00	4,60	16,80	6,60	0,38	25,80	0,00	0,00	0,38	
19/2016	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1,32	0,24	6,68	34,80	0,00	0,04	0,02	0,00	6,60	11,40	0,90	0,90	0,64	1,10	4,80	0,00	0,00
484/2016	СОК ФРУКТОВЫЙ (ип)	1	0,2	20,2	92	4,00	0,02	0,02	0,00	14,00	14,00	8,00	2,80	240,00	2,00	0,00	0,00	
403/2016	ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,352	0,352	8,624	41,36	10,47	0,03	0,03	4,83	19,45	16,33	11,48	2,56	268,82	1,76	0,28	77,44	
<b>Итого завтрак:</b>		<b>12,7</b>	<b>6,9</b>	<b>82,8</b>	<b>453,4</b>	<b>18,5</b>	<b>0,2</b>	<b>1,7</b>	<b>52,6</b>	<b>0,1</b>	<b>167,9</b>	<b>203,6</b>	<b>55,8</b>	<b>8,0</b>	<b>714,2</b>	<b>1,5</b>	<b>101,5</b>	

День 2

№, рецептура	Наименование блюда	Пищевая ценность			Энергетическая ценность, ккал	Вит. С, мг	Вит. В1, мг	Вит. В2, мг	Вит. А, мкг	Вит. Д, мкг	Сж, мг	Р, мг	Мдг, мг	Fe, мг	К, мг	I, мг	Ca, мг	F, мг
		белки, г	жиры, г	углеводы, г														
363/2022	КАША РИСОВАЯ С ЯБЛОКОМ (МОЛОЧНАЯ)	4,79	6,47	33,55	213,26	4,08	0,08	1,17	48,39	0,10	130,61	143,12	29,18	1,01	285,19	40,66	5,98	39,11
13/2016	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5% ж.	0,08	7,25	0,13	66,10	0,00	0,00	0,01	45,00	0,13	2,40	3,00	0,05	0,02	3,00	0,00	0,10	0,28
18/2016	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	0,06	0,02	0,00	6,90	25,20	9,90	0,57	38,70	0,00	0,00	0,00	0,57
12.20/2010	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (промышленного производства) 1 шт	1,13	1,47	11,16	62,10	0,00	0,01	0,01	1,65	0,00	4,35	13,50	3,00	0,32	16,50	0,00	0,00	0,00
11.17/2010	НАПИТОК ИЗ ПШЕНИЧКА	0,68	0,28	12,65	68,77	200,00	0,01	0,06	163,40	0,00	12,09	3,40	3,40	0,61	10,09	0,00	0,00	0,00
<b>Итого завтрак:</b>		<b>8,96</b>	<b>15,71</b>	<b>72,25</b>	<b>480,73</b>	<b>204,08</b>	<b>0,16</b>	<b>1,27</b>	<b>258,44</b>	<b>0,23</b>	<b>156,25</b>	<b>188,22</b>	<b>45,53</b>	<b>2,53</b>	<b>353,48</b>	<b>40,66</b>	<b>6,08</b>	<b>39,96</b>

День 3

№, рецептура	Наименование блюда	Пищевая ценность			Энергетическая ценность, ккал	Вит. С, мг	Вит. В1, мг	Вит. В2, мг	Вит. А, мкг	Вит. Д, мкг	Сж, мг	Р, мг	Мдг, мг	Fe, мг	К, мг	I, мг	Ca, мг	F, мг
		белки, г	жиры, г	углеводы, г														
7170/2011	ОВОЩИ СВЕЖИЕ / СОЛЕНЫЕ	0,18	0,03	0,48	3,00	1,22	0,01	1,00	2,50	0,00	4,25	10,50	3,50	0,13	35,25	0,75	0,08	4,25
299/63/2016	ТЕЖИВЫЙ МЯСНЫЕ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ 60/80	10,4	14,25	10,6	212,27	2,20	0,069	0,10	36,68	0,01	19,35	104,30	19,57	1,18	196,90	3,68	1,32	33,77
354/2016	ПРОЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	3,25	4,34	22,05	140,69	23,95	0,14	0,13	29,05	1,07	76,43	97,13	33,01	1,23	667,50	68,44	0,84	43,12
18/2016	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	0,04	0,01	0,00	4,60	16,80	6,60	0,38	25,80	0,00	0,00	0,00	0,38
19/2016	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1,32	0,24	6,68	34,80	0,00	0,04	0,02	0,00	6,60	38,80	11,40	0,90	48,80	0,64	1,10	4,80	
420/2016	ЧАЙ С САХАРОМ	0,036	0,004	9,98	39,9	0,07	0,00	0,01	0,43	0,00	3,77	6,65	3,08	0,60	24,18	0,00	0,02	70,40
<b>Итого завтрак:</b>		<b>16,71</b>	<b>19,02</b>	<b>59,63</b>	<b>477,66</b>	<b>29,44</b>	<b>0,30</b>	<b>1,26</b>	<b>68,65</b>	<b>1,08</b>	<b>115,00</b>	<b>274,18</b>	<b>77,16</b>	<b>4,42</b>	<b>998,43</b>	<b>73,52</b>	<b>3,35</b>	<b>156,72</b>

День 4

№, рецептура	Наименование блюда	Пищевая ценность			Энергетическая ценность, ккал	Вит. С, мг	Вит. В1, мг	Вит. В2, мг	Вит. А, мкг	Вит. Д, мкг	Сж, мг	Р, мг	Мдг, мг	Fe, мг	К, мг	I, мг	Ca, мг	F, мг
		белки, г	жиры, г	углеводы, г														
222/2011	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (БЕЗ САХАРА)	16,09	11,38	17,83	240,85	0,93	0,10	0,28	84,33	1,50	148,80	210,50	25,95	1,09	209,73	8,71	26,08	30,79
685/2022	СТУШЕННОЕ МОЛОКО	2,07	2,55	16,43	96,90	0,30	0,02	0,11	14,10	0,02	95,10	65,70	10,20	0,06	109,50	2,10	0,90	10,50
458/2016	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	5,60	5,00	22,00	156,00	1,40	0,06	0,34	44,00	0,10	240,00	190,00	28,00	0,20	292,00	18,00	4,00	40,00
18/2016	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,04	0,32	19,68	94	0,00	0,08	0,02	0,00	9,20	33,60	13,20	0,76	51,60	0,00	0,00	0,00	0,76
19/2016	ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,64	0,48	13,36	69,6	0,00	0,08	0,04	0,00	13,20	77,60	22,80	1,80	97,60	1,28	2,20	9,60	
403/2016	ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,35	0,35	8,62	41,36	10,47	0,03	0,03	4,83	0,00	19,45	16,33	11,48	2,56	268,82	1,76	0,28	77,44
<b>Итого завтрак:</b>		<b>29,80</b>	<b>20,08</b>	<b>97,92</b>	<b>698,71</b>	<b>13,10</b>	<b>0,37</b>	<b>0,81</b>	<b>147,26</b>	<b>1,62</b>	<b>525,75</b>	<b>593,53</b>	<b>111,63</b>	<b>6,47</b>	<b>1029,25</b>	<b>31,85</b>	<b>33,46</b>	<b>169,09</b>

День 5

№, рецептура	Наименование блюда	Пищевая ценность			Энергетическая ценность, ккал	Вит. С, мг	Вит. В1, мг	Вит. В2, мг	Вит. А, мкг	Вит. Д, мкг	Сж, мг	Р, мг	Мдг, мг	Fe, мг	К, мг	I, мг	Ca, мг	F, мг
		белки, г	жиры, г	углеводы, г														
266/2016	КАША ИЗ ОВЯНЫХ ХЛОББОВ ТЕРКУЛЕС* МОЛОЧНАЯ	7,91	12,49	35,83	288,57	11,76	0,16	0,19	40,00	6,08	159,36	192,67	53,88	1,25	249,07	34,85	2,04	33,97
ПП	ОЛАДЫ С ПОВИДЛОМ 70/10	5,81	9,36	30,83	191,08	0,56	0,23	0,13	14,20	0,07	61,50	84,18	13,79	3,26	133,40	35,07	3,96	18,20
418/2016	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	4,84	3,70	15,60	117,02	1,30	0,07	0,16	22,00	6,03	144,94	136,40	33,52	0,50	341,74	9,00	7,13	20,00
18/2016	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	0,06	0,02	0,00	6,90	25,20	9,90	0,57	38,70	0,00	0,00	0,00	0,57
<b>Итого завтрак:</b>		<b>20,84</b>	<b>25,79</b>	<b>97,02</b>	<b>667,17</b>	<b>13,62</b>	<b>0,53</b>	<b>0,49</b>	<b>76,20</b>	<b>12,18</b>	<b>372,70</b>	<b>438,45</b>	<b>111,10</b>	<b>5,58</b>	<b>762,91</b>	<b>78,92</b>	<b>13,13</b>	<b>72,74</b>

№, рецептура	Наименование блюда	Пищевая ценность		Энергетическая ценность, ккал	Вит. С, мг	Вит. В1, мг	Вит. В2, мг	Вит. А, мкг	Вит. D, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мкг	F, мг
		белки, г	жиры, г														
29/2016	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ	0,66	0,12	3,36	1,44	0,01	0,02	0,60	0,00	12,60	12,30	3,90	0,11	40,80	0,00	0,15	5,40
471/133/2022	ФИНБОЛЫ С СОУСОМ СМЕТАН С ТОМАТОМ 100/50	16,63	6,23	18,16	3,30	0,203	0,17	59,07	0,55	65,47	233,64	58,73	1,69	134,66	16,70	569,06	
303/2011	КАША РИСОВАЯ ВЯЖЛАЯ	2,56	4,17	26,57	0,00	0,03	0,02	22,50	0,07	4,13	49,79	16,12	0,33	33,69	0,45	4,91	16,24
18/2016	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1,52	0,16	9,84	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	5,60	16,80	6,60	0,38	25,80	0,00	0,00	0,38
19/2016	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1,98	0,36	10,02	0,00	0,06	0,03	0,00	0,00	9,90	58,20	17,10	1,35	73,20	0,96	1,65	7,20
484/2016	СОК ФРУКТОВЫЙ (см)	1,00	0,20	20,20	4,00	0,02	0,02	0,00	0,00	14,00	14,00	8,00	2,80	240,00	2,00	0,00	0,00
<b>Итого завтрак:</b>		<b>24,35</b>	<b>11,24</b>	<b>88,15</b>	<b>8,74</b>	<b>0,36</b>	<b>0,26</b>	<b>82,17</b>	<b>0,62</b>	<b>110,70</b>	<b>384,73</b>	<b>110,45</b>	<b>6,65</b>	<b>684,49</b>	<b>138,07</b>	<b>23,41</b>	<b>598,28</b>
<b>День 7</b>																	
№, рецептура	Наименование блюда	Пищевая ценность		Энергетическая ценность, ккал	Вит. С, мг	Вит. В1, мг	Вит. В2, мг	Вит. А, мкг	Вит. D, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мкг	F, мг
		белки, г	жиры, г														
198/2016	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С КУРАТОЙ	6,69	7,69	34,37	1,76	0,16	0,19	103,59	0,11	152,64	173,65	48,35	1,23	389,80	50,86	3,07	33,95
13/2016	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5% Ж.	0,08	7,25	0,13	0,00	0,001	0,01	45,00	0,13	2,40	3,00	0,05	0,02	3,00	0,00	0,10	0,28
16/2016	СЫР ТВОРОЖНЫЙ ПОЛУТВЕРДЫХ СОРТОВ	2,32	2,95	0	0,07	0,006	0,03	28,80	0,10	88,00	50,00	3,50	0,10	8,80	0,00	0,00	0,00
18/2016	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1,52	0,16	9,84	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	4,60	16,80	6,60	0,38	25,80	0,00	0,00	0,38
423/2016	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 1867/10/4	0,036	0,004	10,1	1,67	0,00	0,01	0,43	0,00	14,20	6,65	3,56	0,63	24,18	0,00	0,02	70,40
403/2016	ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,35	0,35	8,62	10,47	0,03	0,03	4,83	0,00	19,45	16,33	11,48	2,56	268,82	1,76	0,28	77,44
<b>Итого завтрак:</b>		<b>11,00</b>	<b>18,41</b>	<b>63,06</b>	<b>13,97</b>	<b>0,24</b>	<b>0,28</b>	<b>182,65</b>	<b>0,34</b>	<b>281,28</b>	<b>266,43</b>	<b>73,54</b>	<b>4,92</b>	<b>720,40</b>	<b>52,62</b>	<b>3,47</b>	<b>182,45</b>
<b>День 8</b>																	
№, рецептура	Наименование блюда	Пищевая ценность		Энергетическая ценность, ккал	Вит. С, мг	Вит. В1, мг	Вит. В2, мг	Вит. А, мкг	Вит. D, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мкг	F, мг
		белки, г	жиры, г														
22/2016	ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	0,93	0,06	1,95	2,34	0,02	0,01	22,80	0,00	6,00	18,90	5,70	0,39	31,80	0,00	0,39	0,00
332/2016	ОМЛЕТ ЗАПЕЧЕННЫЙ	12,49	12,99	2,39	0,47	0,08	0,45	252,72	2,02	94,38	206,15	15,92	2,30	179,31	33,24	28,37	56,77
19/2016	БЛЫНСЫ С ФРУКТОВОЙ НАЛИЧКОЙ	5,16	7,23	23,63	0,00	0,07	0,04	15,60	0,13	11,18	38,85	5,84	0,55	46,57	25,66	3,71	10,16
18/2016	ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,64	0,48	13,36	69,60	0,08	0,04	0,00	0,00	13,20	22,80	1,80	0,76	97,60	1,28	2,20	9,60
420/2016	ЧАЙ С САХАРОМ	3,04	0,32	19,68	94,00	0,08	0,02	0,00	0,00	9,20	33,60	13,20	0,76	51,60	0,00	0,00	0,76
403/2016	ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,04	0,00	9,98	39,90	0,07	0,00	0,43	0,00	3,77	6,65	3,08	0,60	24,18	0,00	0,02	70,40
<b>Итого завтрак:</b>		<b>24,30</b>	<b>21,08</b>	<b>70,99</b>	<b>534,43</b>	<b>2,88</b>	<b>0,56</b>	<b>291,55</b>	<b>2,15</b>	<b>137,73</b>	<b>381,74</b>	<b>66,54</b>	<b>6,40</b>	<b>431,06</b>	<b>60,18</b>	<b>34,69</b>	<b>147,69</b>
<b>День 9</b>																	
№, рецептура	Наименование блюда	Пищевая ценность		Энергетическая ценность, ккал	Вит. С, мг	Вит. В1, мг	Вит. В2, мг	Вит. А, мкг	Вит. D, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мкг	F, мг
		белки, г	жиры, г														
692/2022	СЫРЕНКИ ТВОРОЖНЫЕ	20,02	15,64	12,77	275,98	0,50	0,29	65,40	1,50	168,72	239,84	25,72	0,67	141,68	10,01	32,07	37,28
421 (1 вар) /2016	СОУС ШОКОЛАДНЫЙ	0,85	0,59	10,54	51,32	0,11	0,02	1,95	0,00	13,70	24,03	11,82	0,59	50,43	0,77	0,17	7,83
18/2016	ЧАЙ С МОЛОКОМ И С САХАРОМ	1,16	1,00	11,90	61,50	0,59	0,02	9,15	3,01	126,60	41,77	8,68	0,64	76,06	3,60	0,80	78,00
352/2011	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,04	0,32	19,68	94,00	0,08	0,02	0,00	0,00	9,20	33,60	13,20	0,76	51,60	0,00	0,00	0,76
403/2016	ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,35	0,35	8,62	41,36	10,47	0,03	4,83	0,00	19,45	16,33	11,48	2,56	268,82	1,76	0,28	77,44
<b>Итого завтрак:</b>		<b>25,426</b>	<b>17,90</b>	<b>63,52</b>	<b>524,16</b>	<b>11,67</b>	<b>0,42</b>	<b>81,33</b>	<b>4,51</b>	<b>337,66</b>	<b>355,56</b>	<b>70,90</b>	<b>5,22</b>	<b>588,59</b>	<b>16,14</b>	<b>33,32</b>	<b>201,31</b>
<b>День 10</b>																	
№, рецептура	Наименование блюда	Пищевая ценность		Энергетическая ценность, ккал	Вит. С, мг	Вит. В1, мг	Вит. В2, мг	Вит. А, мкг	Вит. D, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мкг	F, мг
		белки, г	жиры, г														
37/58/59/2016/71	НАРЕЗКА ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ/ОВОЩИ СОЛЕННЫЕ	0,46	0,06	1,59	9,15	0,03	0,62	45,30	0,00	6,75	12,60	6,15	0,35	89,10	1,20	0,05	6,60
579/2022	СОУС "АЛЬФРЕДО" (МЯСО ПТИЦЫ В СОУСЕ)	15,59	7,07	7,31	156,06	3,06	0,08	60,90	0,86	143,36	185,84	57,89	0,96	287,78	50,36	13,29	85,64
354/2016	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	3,25	4,34	22,05	140,69	25,95	0,14	29,05	1,07	76,43	97,13	33,01	1,23	667,50	68,44	0,84	43,12
352/2011	КАСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СВЕЖИХ	0,11	0,12	25,09	119,20	1,83	0,01	1,50	0,00	11,46	9,46	3,64	0,57	85,20	0,60	0,09	2,40
19/2016	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1,32	0,24	6,68	34,80	0,04	0,02	0,00	0,00	6,60	38,80	11,40	0,90	48,80	0,64	1,10	4,80
18/2016	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	2,28	0,24	14,76	70,50	0,06	0,02	0,00	0,00	6,90	23,20	9,90	0,57	38,70	0,00	0,00	0,57
<b>Итого завтрак:</b>		<b>23,01</b>	<b>12,07</b>	<b>77,48</b>	<b>530,40</b>	<b>66,09</b>	<b>0,35</b>	<b>136,75</b>	<b>1,93</b>	<b>251,50</b>	<b>369,03</b>	<b>121,99</b>	<b>4,58</b>	<b>1217,08</b>	<b>121,24</b>	<b>15,36</b>	<b>143,13</b>
524	ВСЕГО за 10 дней:	197,05	168,23	772,83	5389,90	382,13	3,08	1377,57	24,79	2456,56	3455,47	844,58	54,81	7499,88	739,59	167,80	1812,82
524	СРЕДНЕЕ ЗА ДЕНЬ:	19,71	16,82	77,28	538,99	38,21	0,31	137,76	2,48	245,66	345,55	84,46	5,48	749,99	73,96	16,78	181,28

**ВЕДОМОСТЬ КОНТРОЛЯ ЗА РАЦИОНОМ ПИТАНИЯ**  
с \_\_\_\_\_ по \_\_\_\_\_

Меню: Горячее питание (ЗАВТРАК)  
Режим питания: 1 раз  
Возрастная категория: 7-11 лет 20-25%

№ п/п	Наименование группы пищевой продукции	примерная норма(25% среднесуточной потребности в пищевых веществах и энергии)(потребности в продуктах в граммах г (нетто)с оглас о приложении 12	Средняя норма 22,5%	на 10 дней норма	Количество пищевой продукции в нетто по дням в граммах на одного человека										Итого за 10 дней в граммах	В СРЕДНЕМ за 10 дней	Итого за 10 дней в %		
					1 день	2 день	З день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день					
1	Хлеб ржаной	16-20	18,00	180,00	20,00	0,00	20,00	35,00	0,00	0,00	0,00	0,00	40,00	0,00	0,00	20,00	135,00	13,50	75
2	Хлеб пшеничный	30-37,5	33,75	337,50	20,00	30,00	20,00	44,00	30,00	45,00	20,00	40,00	40,00	35,00	30,00	30,00	314,00	31,40	93
3	Мука пшеничная	3-3,75	3,38	33,75	0,00	0,00	6,90	0,00	0,00	3,75	0,00	0,00	0,00	0,00	4,00	0,00	14,65	1,47	43
4	Крупы, бобовые	9-11,25	10,13	101,25	0,00	25,00	8,10	8,00	28,32	32,19	27,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	128,91	12,89	127
5	Макаронные изделия	3-3,75	3,38	33,75	52,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	52,00	5,20	154
6	Картофель	37,4-46,75	42,08	420,75	0,00	0,00	128,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	128,30	0,00	256,60	25,66	61
7	Овощи (свежие, замороженные, консервированные), включая соленые и квашеные (не более 10% от общего количества овощей^ в т.ч. томат-пюре, зелень, г	56,7-70	63,35	633,50	40,00	0,00	47,00	0,00	0,00	0,00	41,00	0,00	30,50	0,00	0,00	52,00	210,50	21,05	33
8	Фрукты свежие	37-46,25	41,62	416,20	100,00	27,75	0,00	100,00	0,00	0,00	0,00	104,00	0,00	0,00	100,00	30,00	461,75	46,18	111
9	Сухофрукты	3-3,75	3,38	33,75	0,00	20,00	0,00	0,00	0,00	0,00	10,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	30,50	3,05	90
10	Соки	40-50	45,00	450,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	400,00	40,00	89
11	Мясо 1-й категории	14-17,5	15,75	157,50	0,00	0,00	39,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	39,60	3,96	25
12	Субпродукты (печень)	6-7,5	6,75	67,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0
13	Птица	7-8,75	7,88	78,75	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0
14	Рыба (филе)	11,6-14,5	13,05	130,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0
15	Молоко	60-75	67,50	675,00	0,00	100,00	0,00	0,00	0,00	0,00	80,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	80,00	8,00	61
16	Кисломолочная продукция	30-37,5	33,75	337,50	0,00	100,00	22,50	75,00	200,80	0,00	0,00	103,00	36,00	48,50	101,50	687,30	68,73	102	
17	Творог (5% - 9% м.д.ж.)	10-12,5	11,25	112,50	0,00	0,00	0,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	200,00	20,00	59
18	Сыр	2-2,5	2,25	22,50	0,00	0,00	0,00	75,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	150,00	15,00	133
19	Сметана	2-2,5	2,25	22,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	12,50	0,00	0,00	0,00	0,00	20,50	2,05	91
20	Масло сливочное	6-7,5	6,75	67,50	3,00	15,00	5,20	4,00	3,68	6,00	2,40	14,00	2,40	0,00	0,00	0,00	16,50	1,65	73
21	Масло растительное	3-3,75	3,38	33,75	0,00	0,00	7,20	0,00	1,50	1,50	0,00	0,00	1,80	0,00	0,00	8,50	61,78	6,18	92
22	Яйцо, шт.	0,2-0,25	0,23	2,25	0,00	0,00	0,00	0,20	0,00	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	12,70	1,27	38
23	Сахар	6-7,5	6,75	67,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0
24	Кондитерские изделия	2-2,5	2,25	22,50	0,00	10,50	10,20	0,00	15,52	0,00	16,00	10,00	10,00	19,90	10,00	92,12	92,12	9,21	98
25	Чай	0,2-0,25	0,23	2,25	0,00	0,00	0,70	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	25,00	2,50	111
26	Какао-порошок	0,2-0,25	0,23	2,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,70	0,70	0,70	0,70	0,00	0,00	2,80	0,28	124
27	Кофейный напиток	0,4-0,5	0,45	4,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,50	0,25	109
28	Дрожжи хлебопекарные	0,04-0,05	0,045	0,45	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	0,50	111
29	Крахмал	0,6-0,75	0,675	6,75	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0
30	Соль йодированная	0,6-0,75	0,675	6,75	0,67	0,67	0,67	0,68	0,67	0,67	0,67	0,67	0,67	0,67	0,67	8,00	8,00	0,80	119
31	Специи	0,4-0,5	0,450	4,50	1,40	0,00	0,00	0,00	0,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	2,10	0,21	47