


СОГЛАСОВАНО:

Начальник территориального отдела Управления
Федеральной службы по надзору в сфере защиты
прав потребителей и благополучия человека
по Краснодарскому краю в Кушевском, Крыловском,
Павловском, Дебринградском районах


А. Н. Козлов
« »
2022 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ ООПН №21
И.Н. Яковченко
« »
2022 г.



ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ ПЕРСПЕКТИВНОЕ

МЕНЮ ПИТАНИЯ

ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5-9 КЛАССОВ

МБОУ ООПН №21 ИМ.И.Е. ЯКОВЧЕНКО

ПАВЛОВСКОГО РАЙОНА

(завтрак)

Лето – осень 2022-2023 год

Меню завтраков для обучающихся 5-9 классов
ДЕТО-ОСЕНЬ
Питомая питомец ЗАВТРАК

| 3 | День 1 (понедельник) | Питомые животные, г | | | Зернопечек на питомцев, кг/кал | Витаминиз. мг | | | | | Минеральные вещества, мг | | | | |
|-----------|--|---------------------|--------------|--------------|--------------------------------------|---------------|--------------|--------------|-------------|-------------------|--------------------------|----------------|----------------|--------------|--|
| | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Е | Кальций В (мг) | Фосфор (мг) | Магний (мг) | Железо (мг) | | |
| 3111 | Капша ягнцок молочной (рисовая) | 60,00 | 9,35 | 12,62 | 29,63 | 269,42 | 0,08 | 0,17 | 0,22 | 0,33 | 205,80 | 118,50 | 16,40 | 0,90 | |
| 688 | Чай с сахаром | 200,00 | 4,32 | 5,40 | 20,52 | 161,28 | 0,14 | 1,46 | 0,06 | 1,15 | 171,50 | 0,86 | 63,40 | 2,40 | |
| | Хлеб ржаной | 200,00 | 0,06 | 0,00 | 10,40 | 35,50 | 0,04 | 8,00 | 0,60 | 0,08 | 40,00 | 0,40 | 36,00 | 2,00 | |
| | Фрукты свежие | 30,00 | 2,13 | 2,62 | 20,62 | 117,45 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 18,75 | 65,63 | 8,40 | 1,40 | |
| | Итого | 120,00 | 0,50 | 0,50 | 12,80 | 57,70 | 0,04 | 5,00 | 0,00 | 0,33 | 25,00 | 18,30 | 14,16 | 0,50 | |
| | Норма по СанПиН | 610,00 | 16,36 | 21,14 | 93,97 | 641,35 | 0,33 | 14,63 | 0,88 | 1,89 | 461,05 | 203,69 | 138,56 | 7,20 | |
| | Горюшек консервированный | 22,50 | 23,00 | 95,75 | 678,25 | 0,35 | 17,50 | 0,23 | 3,00 | 300,00 | 450,00 | 75,00 | 4,25 | | |
| 374 | Раба тушеная с овощами | 25,00 | 0,77 | 0,00 | 1,62 | 9,60 | 0,00 | 5,00 | 0,75 | 0,05 | 17,00 | 15,50 | 5,25 | 0,18 | |
| 203 | Картофель отварной | 120,00 | 12,69 | 6,12 | 6,70 | 134,06 | 0,11 | 3,63 | 0,03 | 0,70 | 139,25 | 160,00 | 3,34 | 0,04 | |
| | Сок | 180,00 | 3,90 | 7,96 | 18,41 | 165,36 | 0,02 | 7,00 | 0,00 | 0,48 | 43,56 | 27,12 | 34,12 | 1,18 | |
| | Хлеб пшеничный | 200,00 | 2,50 | 3,60 | 28,70 | 152,00 | 0,06 | 2,23 | 0,00 | 0,12 | 114,25 | 174,80 | 24,08 | 0,64 | |
| | Хлеб ржаной | 50,00 | 3,89 | 1,52 | 25,23 | 132,75 | 0,09 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 18,75 | 110,45 | 4,52 | 1,41 | |
| | 30,00 | 2,13 | 2,62 | 20,62 | 117,45 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 18,75 | 65,63 | 8,40 | 1,40 | | |
| | Норма по СанПиН | 605,00 | 25,88 | 21,82 | 101,28 | 711,22 | 0,31 | 17,86 | 0,78 | 1,35 | 351,56 | 553,50 | 79,71 | 4,85 | |
| | Икра карповая | 22,50 | 23,00 | 95,75 | 678,25 | 0,35 | 17,50 | 0,23 | 3,00 | 300,00 | 450,00 | 75,00 | 4,25 | | |
| 462 | Терпек ягнцок с томатным соусом | 40,00 | 0,42 | 0,00 | 2,66 | 12,62 | 0,06 | 1,56 | 0,00 | 0,67 | 8,48 | 24,90 | 19,15 | 1,46 | |
| 302 | Капша ягнцок (гречневая) | 90,00 | 7,44 | 12,30 | 9,97 | 114,45 | 0,04 | 0,43 | 0,07 | 0,09 | 16,62 | 92,75 | 12,25 | 0,43 | |
| 692 | Корейский салатик на молоке | 150,00 | 6,45 | 9,75 | 40,12 | 194,22 | 0,17 | 0,00 | 0,05 | 0,12 | 0,75 | 2,65 | 9,20 | 0,02 | |
| | Хлеб пшеничный | 200,00 | 2,90 | 2,50 | 14,70 | 92,90 | 0,02 | 0,60 | 0,10 | 0,10 | 120,30 | 90,00 | 14,00 | 0,13 | |
| | Хлеб ржаной | 50,00 | 3,89 | 1,52 | 25,23 | 132,75 | 0,09 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 18,75 | 110,45 | 4,52 | 1,41 | |
| | 30,00 | 2,13 | 2,62 | 20,62 | 117,45 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 18,75 | 65,63 | 8,40 | 1,40 | | |
| | Итого | 560,00 | 23,23 | 28,69 | 113,30 | 664,39 | 0,41 | 2,59 | 0,22 | 0,98 | 183,65 | 386,38 | 67,52 | 4,85 | |
| | Норма по СанПиН | 22,50 | 23,00 | 95,75 | 678,25 | 0,35 | 17,50 | 0,23 | 3,00 | 300,00 | 450,00 | 75,00 | 4,25 | | |
| | Овощи по сезону (огурцы) | 80,00 | 0,85 | 0,00 | 5,31 | 25,25 | 0,06 | 1,56 | 0,00 | 0,67 | 16,56 | 4,90 | 9,15 | 0,93 | |
| Л 386/597 | Омлет с колбасой или сосисками | 200,00 | 20,97 | 40,45 | 3,62 | 202,07 | 0,20 | 0,28 | 0,83 | 10,37 | 126,94 | 326,17 | 26,67 | 3,70 | |
| 639 | Напиток из сухофруктов | 200,00 | 1,04 | 0,60 | 10,20 | 50,36 | 0,20 | 8,00 | 0,00 | 1,00 | 32,00 | 29,00 | 21,00 | 2,40 | |
| | Хлеб пшеничный | 30,00 | 3,89 | 1,52 | 25,23 | 132,75 | 0,09 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 18,75 | 110,45 | 4,52 | 1,41 | |
| | Хлеб ржаной | 30,00 | 2,13 | 2,62 | 20,62 | 117,45 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 18,75 | 65,63 | 8,40 | 1,40 | |
| * | Фрукты свежие | 120,00 | 0,50 | 0,50 | 12,80 | 57,70 | 0,04 | 5,00 | 0,00 | 0,33 | 25,00 | 18,30 | 14,16 | 0,50 | |
| | Итого | 680,00 | 29,38 | 45,69 | 77,78 | 585,58 | 0,62 | 14,84 | 0,83 | 12,37 | 238,40 | 554,45 | 83,90 | 10,34 | |
| | Норма по СанПиН | 22,50 | 23,00 | 95,75 | 678,25 | 0,35 | 17,50 | 0,23 | 3,00 | 300,00 | 450,00 | 75,00 | 4,25 | | |
| | Овощи по сезону (помидоры) | 70,00 | 0,74 | 0,00 | 4,65 | 22,09 | 0,02 | 2,73 | 0,00 | 0,07 | 14,84 | 20,88 | 9,74 | 0,40 | |
| 212 | Котлеты рубленные из птицы с соусом молочным | 100,00 | 9,50 | 12,64 | 9,72 | 190,68 | 0,07 | 0,51 | 0,81 | 2,30 | 78,20 | 78,52 | 16,16 | 8,97 | |
| 216 | Напиток кисло-молочный (кефир) | 180,00 | 3,15 | 9,60 | 27,75 | 181,50 | 0,02 | 30,90 | 0,00 | 0,40 | 29,10 | 22,60 | 10,19 | 3,20 | |
| | Хлеб пшеничный | 200,00 | 5,00 | 4,39 | 6,99 | 87,47 | 0,03 | 0,54 | 0,36 | 0,00 | 223,20 | 165,60 | 25,20 | 0,18 | |
| | Хлеб ржаной | 50,00 | 3,89 | 1,52 | 25,23 | 132,75 | 0,09 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 18,75 | 110,45 | 4,52 | 1,41 | |
| | 30,00 | 2,13 | 2,62 | 20,62 | 117,45 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 18,75 | 65,63 | 8,40 | 1,40 | | |
| | Итого | 630,00 | 24,41 | 30,77 | 94,97 | 731,94 | 0,26 | 34,68 | 1,17 | 2,77 | 382,84 | 463,68 | 74,21 | 13,72 | |
| | Норма по СанПиН | 70,00 | 72,50 | 23,00 | 95,75 | 678,25 | 0,35 | 17,50 | 0,23 | 3,00 | 300,00 | 450,00 | 75,00 | 4,25 | |
| | Овощи по сезону (помидоры) | 70,00 | 0,74 | 0,00 | 4,65 | 22,09 | 0,02 | 2,73 | 0,00 | 0,07 | 14,84 | 20,88 | 9,74 | 0,40 | |
| 269 | Гуаш | 100,00 | 11,82 | 5,52 | 3,40 | 22,09 | 0,02 | 4,08 | 0,12 | 0,53 | 140,42 | 20,28 | 2,01 | 1,19 | |

| 332 | | Машиноные изделия отгруженные с милием | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|----------------------------------|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|------------------|------|--------|--------|-------|------|
| Код | Наименование изделия | Дневная норма расхода | | | | | | | | | | | Итого по С/д/П/И | | | | | |
| | | Дневная норма расхода | Дневная норма расхода | Дневная норма расхода | Дневная норма расхода | Дневная норма расхода | Дневная норма расхода | Дневная норма расхода | Дневная норма расхода | Дневная норма расхода | Дневная норма расхода | Дневная норма расхода | | | | | | |
| 222 | Лудилит к творага | 200,00 | 16,48 | 13,92 | 33,48 | 325,12 | 0,10 | 0,42 | 0,83 | 0,00 | 170,72 | 224,08 | 29,82 | 1,18 | 112,28 | 371,61 | 61,69 | 5,30 |
| 311 | Какао молочная мякоть | 15,00 | 1,13 | 0,00 | 8,54 | 38,70 | 0,01 | 0,15 | 0,00 | 0,00 | 47,67 | 34,44 | 5,11 | 0,03 | 1,13 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| 685 | Чай с сахаром | 200,00 | 5,96 | 5,73 | 25,72 | 177,99 | 0,01 | 0,17 | 0,03 | 0,00 | 18,82 | 19,91 | 4,43 | 0,06 | 200,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | Хлеб пшеничный | 50,00 | 3,89 | 1,52 | 25,23 | 132,75 | 0,09 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 152,20 | 124,50 | 21,34 | 0,47 | 50,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | Хлеб ржаной | 30,00 | 2,13 | 2,62 | 20,62 | 117,45 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 18,75 | 110,45 | 4,52 | 1,41 | 30,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | Кондитерское изделие | 37,50 | 1,46 | 1,98 | 10,78 | 87,10 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 0,28 | 5,78 | 18,00 | 4,00 | 0,40 | 37,50 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | Итого по С/д/П/И | 637,50 | 20,62 | 22,97 | 94,34 | 752,61 | 0,27 | 7,46 | 0,27 | 1,18 | 112,28 | 371,61 | 61,69 | 5,30 | 637,50 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | Дневная норма расхода | 22,50 | 21,00 | 95,75 | 678,25 | 0,35 | 17,50 | 0,23 | 3,00 | 300,00 | 450,00 | 75,00 | 4,25 | | | | | |
| 222 | Лудилит к творага | 200,00 | 16,48 | 13,92 | 33,48 | 325,12 | 0,10 | 0,42 | 0,83 | 0,00 | 170,72 | 224,08 | 29,82 | 1,18 | 112,28 | 371,61 | 61,69 | 5,30 |
| 311 | Какао молочная мякоть | 15,00 | 1,13 | 0,00 | 8,54 | 38,70 | 0,01 | 0,15 | 0,00 | 0,00 | 47,67 | 34,44 | 5,11 | 0,03 | 1,13 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| 685 | Чай с сахаром | 200,00 | 5,96 | 5,73 | 25,72 | 177,99 | 0,01 | 0,17 | 0,03 | 0,00 | 18,82 | 19,91 | 4,43 | 0,06 | 200,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | Хлеб пшеничный | 50,00 | 3,89 | 1,52 | 25,23 | 132,75 | 0,09 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 152,20 | 124,50 | 21,34 | 0,47 | 50,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | Хлеб ржаной | 30,00 | 2,13 | 2,62 | 20,62 | 117,45 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 18,75 | 110,45 | 4,52 | 1,41 | 30,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | Кондитерское изделие | 37,50 | 1,46 | 1,98 | 10,78 | 87,10 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 0,28 | 5,78 | 18,00 | 4,00 | 0,40 | 37,50 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | Итого по С/д/П/И | 695,00 | 29,65 | 23,79 | 123,99 | 827,61 | 0,29 | 7,31 | 0,86 | 0,00 | 426,91 | 579,01 | 73,62 | 4,55 | 695,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | Дневная норма расхода | 22,50 | 21,00 | 95,75 | 678,25 | 0,35 | 17,50 | 0,23 | 3,00 | 300,00 | 450,00 | 75,00 | 4,25 | | | | | |
| 297 | Кукуруза консервированная | 40,00 | 0,85 | 0,00 | 3,40 | 25,25 | 0,06 | 1,56 | 0,00 | 0,67 | 16,96 | 4,90 | 9,15 | 0,93 | 40,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| 203 | Каша вареная ячменная | 180,00 | 6,86 | 10,24 | 4,05 | 133,80 | 0,02 | 0,51 | 0,39 | 2,41 | 24,21 | 53,55 | 7,21 | 0,57 | 180,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| 379 | Кисломолочный напиток (кефир) | 200,00 | 5,80 | 5,00 | 8,00 | 194,22 | 0,08 | 0,59 | 0,09 | 2,65 | 89,93 | 90,30 | 18,58 | 0,32 | 200,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | Хлеб пшеничный | 30,00 | 2,13 | 2,62 | 20,62 | 117,45 | 0,03 | 0,04 | 0,36 | 0,00 | 223,20 | 165,60 | 25,20 | 0,18 | 30,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| 368 | Фрукты свежие | 50,00 | 3,89 | 1,52 | 25,23 | 132,75 | 0,09 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 18,75 | 110,45 | 4,52 | 1,41 | 50,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | Итого по С/д/П/И | 720,00 | 26,48 | 24,02 | 103,61 | 763,37 | 0,35 | 8,20 | 0,84 | 6,06 | 416,80 | 508,73 | 87,22 | 5,31 | 720,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | Дневная норма расхода | 22,50 | 21,00 | 95,75 | 678,25 | 0,35 | 17,50 | 0,23 | 3,00 | 300,00 | 450,00 | 75,00 | 4,25 | | | | | |
| | Итого за день по С/д/П/И | 90,00 | 92,00 | 383,00 | 2713,00 | 1,40 | 70,00 | 0,90 | 12,00 | 1200,00 | 1800,00 | 300,00 | 17,00 | | | | | |
| | Итого за 25 % | 22,50 | 24,00 | 96,25 | 678,25 | 0,35 | 17,50 | 0,23 | 3,00 | 300,00 | 450,00 | 75,00 | 4,25 | | | | | |
| | Фактические затраты (Ф.Ф.Д.И.В.) | 21,73 | 24,08 | 96,32 | 679,45 | 0,40 | 19,67 | 0,25 | 3,53 | 297,32 | 446,20 | 74,22 | 4,18 | | | | | |