

Составлено

"УТВЕРЖДАЮ"  
Директор ООО "Глобус"

Директор МБОУСОШ № 14

Л. П. Браташенко



Л.П.Браташенко

Россия Краснодарский край

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

ПЕРИОД: ЗИМА - ВЕСНА

2023 - \_\_ г.г.

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

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 ценность	№ рецептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р-р / год. изд.	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У				
<b>ЗАВТРАК</b>									
неделя	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	54-13 / 22г	
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,800	74	54-2гн/22	
1 -я	Кондитерские изделия ( Печенье )	25	1,88	2,95	16,60	96,40	22	Пром.пр.	
	Хлеб пшеничный	35	1,35	0,48	18,97	85,60	20	Пром.пр.	
День	Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71	21	Пром.пр.	
	1 -й	Фрукты свежие ( апельсин )	105	0,95	0,21	12,82	56,97	94	82 / 21
итого за завтрак		610	15,33	16,323	95,44	586,150	отклонение (+ / -)		
			Норма по СанПин 25%			19,25	19,75	83,75	587,50
			отклонение от нормы + / - %			-5,09	-4,34	3,49	-0,06
								1,35 ккал	
<b>ОБЕД</b>									
неделя	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	11,58	92,60	27	113 / 21	
	1 -я	Котлеты "Нежные"	90	7,81	11,16	19,28	208,32	63	373 / 21
День	Рагу из овощей	150	2,757	9,705	29,703	231,19	40	143 / 17	
	1 -й	Сок фруктовый (персиковый)	200	1	0	23,4	97,60	91	501 / 21
1 -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.	
итого за обед		780	20,71	24,923	124,74	619,666	отклонение (+ / -)		
			Норма по СанПин 35%			26,95	27,65	117,25	822,50
			отклонение от нормы + / - %			-8,10	-3,45	2,24	-0,12
								2,83 ккал	
<b>ПОЛДНИК</b>									
неделя	1 -я	Кофейный напиток с молоком	200	5,20	4,75	17,88	135,25	88	465 / 21
	День	1 -й	Бутерброд с сыром	10 / 30	3,866	3,222	12,604	48,012	18
1 -й		Фрукты свежие (банан)	140	0,48	0,480	11,76	56,400		82 / 21
итого за полдник		380	9,55	8,450	42,24	239,66	отклонение (+ / -)		
			Норма по СанПин 10%			7,70	7,90	33,50	235,00
			отклонение от нормы + / - %			2,40	0,70	2,61	0,20
								-4,66 ккал	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			36,04	41,25	220,18	1405,82	отклонение (+ / -)		
			Норма по СанПин 60%			46,20	47,40	201,00	1410,00
			отклонение от нормы (+ / -) %			-13,19	-7,79	5,73	-0,18
								4,18 ккал	

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК			30,26	33,37	166,98	1059,33	отклонение (+ / -)		
			Норма по СанПин 45%			34,65	35,55	150,75	1057,50
			отклонение от нормы (+ / -) %			-5,70	-2,76	4,84	0,08
								-1,83 ккал	

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник			45,59	49,70	262,42	1645,480	отклонение (+ / -)		
			Норма по СанПин 70%			53,90	55,30	234,50	1645,00
			отклонение от нормы (+ / -) %			-10,79	-7,09	8,34	0,02
								-0,48 ккал	

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	26,20	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	16,26	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>19,635</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	0,06		
<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	16,60	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	-0,06	-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	54-46гн/22
	Рулет с макаронами и / соус сметанный с томатом	98 / 20	8,154	7,184	16,992	167,37	51	276 /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>			55,71	47,24	190,12	1407,76	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		60%	46,20	47,40	201,00	1410,00	2,24 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			12,35	-0,21	-3,25	-0,10		

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>			35,76	35,19	149,32	1058,49	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		45%	34,65	35,55	150,75	1057,50	-0,99 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			1,44	-0,46	-0,43	0,04		

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>			65,20	54,82	222,99	1647,443	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		70%	53,90	55,30	234,50	1645,00	-2,44 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			14,67	-0,61	-3,44	0,10		

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	№ ре- цептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р/ год. изд.	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У				
неделя 1 -я  3 -й	<b>ЗАВТРАК</b>								
	Салат из моркови с зелёным горошком		60	1,213	3,068	5,12	53,31	10	25 / 21
	Тефтели рыбные		90 / 20	9,36	6,78	5,38	149,42	64	239/17
	(сложный гарнир) Пюре картофельное и / Пюре из овощей по-московски		150 / 25	3,171 0,372	4,219 1,094	19,730 2,248	130,15 20,71	48	398 / 21 384/21
	Сок фруктовый (абрикосовый)		200	1	0	25,4	105,60	91	501 / 21
	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.
<b>итого за завтрак</b>		<b>600</b>	<b>17,60</b>	<b>15,942</b>	<b>85,22</b>	<b>585,497</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>		
Норма по СанПин		25%	19,25	19,75	83,75	587,50	2,00 ккал		
отклонение от нормы (+ / -) %			-2,15	-4,82	0,44	-0,09			
неделя 1 -я День 3 -й	<b>ОБЕД</b>								
	Икра секольная		60	0,9	2,16	5,1	43,200	4	53 / 21
	Борщ из свежей капусты		200	1,04	3,5	4,8	54,800	23	93 / 21
	Гуляш из говядины		50 / 50	14,592	14,439	3,038	201,288	52	54-2м /22
	Каша вязкая (ячневая)		150	2,3	5,163	33,539	166,185	35	303 /17
	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.
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>28,00</b>	<b>31,488</b>	<b>112,41</b>	<b>824,375</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>		
Норма по СанПин		35%	26,95	27,65	117,25	822,50	-1,88 ккал		
отклонение от нормы (+ / -) %			1,36	4,86	-1,44	0,08			
неделя 1 -я День 3 -й	<b>ПОЛДНИК</b>								
	Кисломолочный напиток (Кефир (м.д.ж. 2,5%))		200	5,8	5	8	101	90	470 / 21
	Котлеты морковные с творогом и / соус яблочный		100 / 25	2,02	2,33	15,07	89,30	70	152 / 17 337/17
	Хлеб пш. (батон)		20	0,77	0,38	10,28	45,22		Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>345</b>	<b>8,59</b>	<b>7,707</b>	<b>33,35</b>	<b>235,523</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>		
Норма по СанПин		10%	7,70	7,90	33,50	235,00	-0,52 ккал		
отклонение от нормы (+ / -) %			1,16	-0,24	-0,04	0,02			

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>			45,59	47,43	197,63	1409,87	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		60%	46,20	47,40	201,00	1410,00	0,13 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			-0,79	0,04	-1,01	-0,01		

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>			36,58	39,20	145,77	1059,90	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		45%	34,65	35,55	150,75	1057,50	-2,40 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			2,51	4,61	-1,49	0,10		

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>			54,18	55,14	230,98	1645,395	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		70%	53,90	55,30	234,50	1645,00	-0,40 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,36	-0,21	-1,05	0,02		

10 - ИДНЕВНОЕ 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 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			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 1-я День	Салат овощной с яблоками	60	0,69	0,11	4,32	21,06	12	56 / 17
	Плов	200	10,66	22,869	32,494	378,43	53	265 / 17
	Компот из плодов или ягод сушёных	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.
итого за завтрак		515	14,13	23,771	78,91	586,910	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 1-я День	Морковь отварная дольками	60	0,83	1,95	4,13	37,58	7	54-273/22
	Суп картофельный с клецками	200	2,62	2,79	13,65	90,430	31	ТТК/115 / 21
	Котлеты "Пермские"	90	14,4	13,95	10,800	227,700	55	341 / 21
	Картофель в молоке	150	3,27	5,76	23,000	148,62	43	127 / 17
4-й	Сок фруктовый (яблочный)	200	1,1	0,2	20,2	86,00	91	601/ 21
	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.
	Плоды свежие (яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	53,28	92	338 / 17
итого за обед		900	26,22	26,288	123,195	826,967	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 1-я День	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9	75	54-3гн/22
	Рыба запечённая с яйцом	90	0,83	2,61	7,65	91,80	67	301 / 21
4-й	Кондитерские изделия (Печенье)	15	1,01	2,47	10,16	69,60	22	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71	21	Пром.пр.
итого за полдник		325	3,07	5,377	32,88	230,011	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		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			40,34	50,06	202,11	1413,88	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		

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК			29,28	31,67	156,08	1056,98	отклонение (+/-)	
Норма по СанПин			45%	34,65	35,55	1057,50	0,52 ккал	
отклонение от нормы (+/-) %			-6,97	-4,92	1,59	-0,02		

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник			43,41	55,44	234,99	1643,89	отклонение (+/-)	
Норма по СанПин			70%	53,90	55,30	1645,00	1,11 ккал	
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 ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>неделя</b>	<b>ЗАВТРАК</b>							
1 -я	Свекла отварная дольками	60	0,9	0,075	5,175	25,20	8	54-283/22
<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		25%	19,25	19,75	83,75	587,50	-2,50 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,66	4,21	0,52	0,11		
<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	126 / 21
5 -й	Макароны 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	82 / 21
<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		35%	26,95	27,65	117,25	822,50	-0,18 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			8,58	0,38	-2,33	0,01		
<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		10%	7,70	7,90	33,50	235,00	4,88 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,15	3,14	-2,19	-0,21		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>	53,31	51,03	194,96	1412,68	<b>отклонение (+ / -)</b>
Норма по СанПин 60%	46,20	47,40	201,00	1410,00	-2,68 ккал
отклонение от нормы (+ / -) %	9,24	4,59	-1,80	0,11	

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>	41,37	38,33	135,61	1052,80	<b>отклонение (+ / -)</b>
Норма по СанПин 45%	34,65	35,55	150,75	1057,50	4,70 ккал
отклонение от нормы (+ / -) %	8,73	3,52	-4,52	-0,20	

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	61,13	61,41	221,11	1642,80	<b>отклонение (+ / -)</b>
Норма по СанПин 70%	53,90	55,30	234,50	1645,00	2,20 ккал
отклонение от нормы (+ / -) %	9,39	7,73	-4,00	-0,09	

Россия Краснодарский край  
10-тидневное менюготавливаемых 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			77	79,0	335	2350	белки	0,00
							жиры	0,00
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ	25%	19,25	19,75	83,75	587,50	углеводы	0,00
Среднее за 5 дней (фактически)			19,25	19,75	83,75	587,50	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 обеды 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			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 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			
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20			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 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			
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20			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 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			
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20			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 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			
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20			77	79,0	335	2350	белки	0,00
							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)			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р/ год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я День 6 -й	<b>ЗАВТРАК</b>							
	Горошек зелёный (консервированный)	60	1,7	0,1	3,5	22,10	2	64-203/22
	( сложный гарнир ) Омлет натуральный и / Бигус	120 / 80	3,979	7,532	15,161	143,49	50	210 / 17 329/21
	Кофейный напиток с молоком	200	5,644	5,028	15,334	129,324	89	64-23н/22
	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.
	Плоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	47,00	92	338 / 17
итого за завтрак		630	22,16	19,380	80,12	586,010	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин		25%	19,25	19,75	83,75	587,50	1,49 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			3,78	-0,47	-1,09	-0,06		
неделя 2 -я День 6 -й	<b>ОБЕД</b>							
	Салат из квашеной капусты	60	1,03	3,00	5,08	51,42	13	47 / 17
	Суп с макаронными изделиями и картофелем	200	2,32	3,32	16,536	99,30	32	ТТХ/129 / 21
	Биточки рыбные	90	13,68	13,63	15,80	225,09	66	234/17
	Рагу из овощей с кашей	180	5,13	6,633	19,62	158,40	39	180 / 21
	Сок фруктовый (абрикосовый)	200	1	0	25,4	105,60	91	501 / 21
	Хлеб пшеничный	50	1,93	0,69	27,1	122,29	20	Пром.пр.
Хлеб ржаной	30	1,70	0,45	12,56	61,07	21	Пром.пр.	
итого за обед		810	26,78	27,723	122,09	823,178	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин		35%	26,95	27,65	117,25	822,50	-0,68 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			-0,22	0,09	1,44	0,03		
	<b>ПОЛДНИК</b>							
	Компот из плодов или ягод сушёных	200	0,3	0,01	14,76	61,11	83	494 / 21
	Котлеты из овощей	105	3,70	7,38	11,26	121,36	42	187 / 21
	Хлеб пшеничный	20	0,77	0,275	10,84	48,915	20	Пром.пр.
итого за полдник		325	4,77	7,665	36,85	231,385	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин		10%	7,70	7,90	33,50	235,00	3,615	
отклонение от нормы (+ / -) %			-3,80	-0,30	1,00	-0,15		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>		48,94	47,10	202,21	1409,19	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин		60%	46,20	47,40	201,00	0,81 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			3,55	-0,38	0,36	-0,03	

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>		31,55	36,39	158,94	1054,56	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин		45%	34,65	35,55	1057,50	2,94 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			-4,03	-0,21	2,45	-0,12	

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>		53,71	54,77	239,06	1640,57	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин		70%	53,90	55,30	1645,00	4,43 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			-0,25	-0,67	1,36	-0,19	



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 )			Энергети- ческая ценность	№ ре- цептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
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.
итого за завтрак		520	19,58	19,775	82,36	587,023	отклонение (+/-)	
Норма по СанПин		25%	19,25	19,75	83,75	587,50	0,48 ккал	
отклонение от нормы (+/-) %			0,56	0,03	-0,41	-0,02		
<b>ОБЕД</b>								
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
итого за обед		850	28,11	23,591	124,25	821,356	отклонение (+/-)	
Норма по СанПин		35%	26,95	27,65	117,25	822,50	1,14 ккал	
отклонение от нормы (+/-) %			1,50	-5,14	2,09	-0,05		
<b>ПОЛДНИК</b>								
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 / / соус молочный	100 / 20	1,12	2,42	16,35	91,62	71	149 / 17 327/17
День 7-й	Хлеб пш. (батон )	20	0,77	0,38	10,28	45,22	19	Пром.пр.
итого за полдник		340	7,69	7,795	34,63	237,835	отклонение (+/-)	
Норма по СанПин		10%	7,70	7,90	33,50	235,00	-2,84 ккал	
отклонение от нормы (+/-) %			-0,01	-0,13	0,34	0,12		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			47,79	43,37	206,62	1408,38	отклонение (+/-)	
Норма по СанПин			60%	46,20	47,40	1410,00	1,62 ккал	
отклонение от нормы (+/-) %			-2,06	-5,11	1,68	-0,07		

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК			35,80	31,39	158,88	1059,19	отклонение (+/-)	
Норма по СанПин			45%	34,65	35,55	1057,50	-1,69 ккал	
отклонение от нормы (+/-) %			1,49	-5,27	2,43	0,07		

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник			55,48	51,16	241,25	1646,21	отклонение (+/-)	
Норма по СанПин			70%	53,90	55,30	1645,00	-1,21 ккал	
отклонение от нормы (+/-) %			2,05	-5,24	2,01	0,05		

## 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 2 -я День 8 -й	<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша манная молочная жидкая	205	7,736	6,265	39,983	247,26	34	230/21
	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,1	16	14 / 17
	Какао с молоком и витаминами	200	3,35	2,65	11,63	83,77	87	502 /21
	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.
	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,761	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 (+ / -) %			-6,01	-3,27	3,06	0,06		
2 -я День 8 -й	<b>ОБЕД</b>							
	Салат из свеклы отварной	60	0,825	2,7	4,575	45,60	15	54-133/22
	Суп гороховый	200	4,08	2,22	14,56	94,5800	28	54-25с/22
	Тефтели. Белип	105	15,19	13,74	10,01	224,46	68	288/21
	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
	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 2 -я День 8 -й	<b>ПОЛДНИК</b>							
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0,2	20,2	86,00	91	501 /21
	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	-0,63	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 УЧРЕЖДЕНИЕ

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	№ рецептуры Тех.Карты	№ по Сб.р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>неделя</b>	<b>ЗАВТРАК</b>							
2-я	Икра кабачковая (пром. производства)	60	1,14	5,34	4,62	70,80	3	150 / 21
День	(сложный гарнир) Макароны изделия отварные и / Овощи припущенные	110 / 40	3,971	3,603	24,124	144,71	48	256 / 21
			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-Эн/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		
<b>неделя</b>	<b>ОБЕД</b>							
2-я	Икра морковная	60	0,84	2,28	3,9	39,60	6	54 / 21
	Суп из овощей	200	1,6	3,62	5,06	59,200	29	116/21
День	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	54-1хн/22
9-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.
	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		
<b>неделя</b>	<b>ПОЛДНИК</b>							
2-я	Кисломолочный напиток (Кефир (м.д.ж. 2,5%))	200	5,8	5	8	101	90	470 / 21
День	Биточек рисовый с морковью /и соус молочный	100 / 20	1,75	2,032	17,22	94,17	37	193/ 17
9-й	Хлеб пш. (батон)	17	0,66	0,33	6,74	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	-0,88	0,14	0,03		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>			<b>41,90</b>	<b>55,56</b>	<b>189,56</b>	<b>1412,83</b>	<b>отклонение (+/-)</b>	
			Норма по СанПин 60%	46,20	47,40	201,00	-2,83 ккал	
			отклонение от нормы (+/-) %	-5,59	10,33	-3,42	0,12	

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>			<b>31,74</b>	<b>39,75</b>	<b>142,44</b>	<b>1057,97</b>	<b>отклонение (+/-)</b>	
			Норма по СанПин 45%	34,65	35,55	150,75	-0,47 ккал	
			отклонение от нормы (+/-) %	-3,79	5,31	-2,48	0,02	

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>			<b>50,11</b>	<b>62,92</b>	<b>223,52</b>	<b>1648,57</b>	<b>отклонение (+/-)</b>	
			Норма по СанПин 70%	53,90	55,30	234,50	-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	№ рецептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 2 -я День 10 -й	Икра свекольная	60	1,3	4,2	6,8	71,4	5	54-153/22
	Рагу из птицы	200	15,91	13,85	19,93	268,62	62	289/17
	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.
	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 2 -я День 10 -й	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	95 / 21
	Суфле из рыбы и творога	100	14	5,4	3,8	121,000	69	306/21
	Каша вязкая (пшеничная)	150	1,67	8,521	38,2	236,17	36	303/17
	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.
	Хлеб ржаной	30	1,70	0,45	12,56	61,07	21	Пром.пр.
<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 2 -я День 10 -й	Чай с яблоком и апельсином	200	0,38	0,1	1,72	8,80	79	ТТК/54-20гн/22
	Оладьи из печени по -кунцевски и /соус сметанный	80 /20	9,01	8,89	17,19	185,55	60	ТТК/357 / 21
	Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71	21	Пром.пр.
<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 (+ / -) %			3,66	1,74	-1,86	0,00		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>		49,71	46,78	196,02	1408,89	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		60%	46,20	47,40	201,00	1,01 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			4,56	-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	
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	
отклонение от нормы (+ / -) %			8,22	0,95	-3,35	-0,04	

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

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				
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	25%	19,25	19,75	83,75	587,50	углеводы	0,00	
Среднее за 5 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 2 - 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
								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 (+ / -)			%	0,000	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				
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 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				
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 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				
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 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				
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 - 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 (+ / -)			%	0,000	0,000	0,000	0,000	ккал	0,00

1-я - 2-я неделя

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон: ЗИМА-ВЕСНА 2023

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	белки	0,00
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ	25%	19,25	19,75	83,75	587,50	жиры	0,00
Среднее за 10 дней (фактически)			19,25	19,75	83,75	587,50	углеводы	0,00
отклонение от нормы (+/-) %			0,000	0,000	0,000	0,000	энерг-я ценность ккал	0,00

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню обеды 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	белки	0,00
7 - 11 л	ОБЕДЫ	35%	26,95	27,65	117,25	822,50	жиры	0,00
Среднее за 10 дней (фактически)			26,95	27,65	117,25	822,50	углеводы	0,00
отклонение от нормы (+/-) %			0,000	0,000	0,000	0,000	энерг-я ценность ккал	0,00

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню -полдники 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	белки	0,00
7 - 11 л	ПОЛДНИКИ	10%	7,70	7,90	33,50	235,00	жиры	0,00
Среднее за 10 дней (фактически)			7,70	7,90	33,50	235,00	углеводы	0,00
отклонение от нормы (+/-) %			0,000	0,000	0,000	0,000	энерг-я ценность ккал	0,00

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки - обеды 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	белки	0,00
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ	60%	46,20	47,40	201,00	1410,00	жиры	0,00
Среднее за 10 дней (фактически)			46,20	47,40	201,00	1410,00	углеводы	0,00
отклонение от нормы (+/-) %			0,000	0,000	0,000	0,000	энерг-я ценность ккал	0,00

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню обеды-полдники 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	белки	0,00
7 - 11 л	ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	45%	34,65	35,55	150,75	1057,50	жиры	0,00
Среднее за 10 дней (фактически)			34,65	35,55	150,75	1057,50	углеводы	0,00
отклонение от нормы (+/-) %			0,000	0,000	0,000	0,000	энерг-я ценность 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 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	белки	0,00
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ	70%	53,90	55,30	234,50	1645,00	жиры	0,00
Среднее за 10 дней (фактически)			53,90	55,30	234,50	1645,00	углеводы	0,00
отклонение от нормы (+/-) %			0,000	0,000	0,000	0,000	энерг-я ценность ккал	0,00

Ответственный за разработку меню инженер-технолог



/Ткаченко А.Н./

Литература:

- 1 СКУРИХИН И.М., ТУТЕЛЬЯН В.А. ТАБЛИЦЫ ХИМИЧЕСКОГО СОСТАВА И КАЛОРИЙНОСТИ  
РОССИЙСКИХ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ: Справочник. - М.: Дели принт, 2003. - 276 с.
- 2 СБОРНИК ТЕХНИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ - Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех  
образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могольного и В.А. Тутельяна. - М.: Дели плюс, 2017. - 544 с.
- 3 Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей  
образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет)  
ФБУН "НИИ" Роспотребнадзора И.И.Новикова разработчик (протокол №3 от 19.05.2022 г.)
- 4 Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий  
/ сост. А.Я. Первалов. Н.В. Тапешкина. - Изд-е 4-е доп. и испр. - Пермь, 2021. - 410 с.