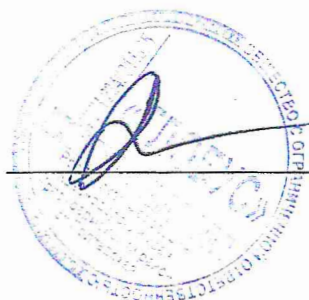


"УТВЕРЖДАЮ"
Директор ООО "Глобус"

Согласовано:

Директор МБОУ Черная Об.
Свиридова Н.А.



Л.П.Браташенко

Россия Краснодарский край

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

ПЕРИОД: ОСЕНЬ

С 1.10
2022 - ___ г.г.

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

меню разработано согласно

СанПин 2.3 /2.4. 3590 - 20

2022 г.

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон: О С Е Н Ъ 2022 - ___ г.г.

1-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 1 -я День 1 -й	ЗАВТРАК							
	Каша жидкая молочная из манной крупы	200	12,045	12,359	38,459	313,247	23	ТТК
	Печенье топленое молоко	25	3,89	6,5	7,934	103,196	11	Пром.пр.
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,800	72	54-2ГН/22
	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,170	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,13	0,24	8,37	40,160	10	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	47,000	79	ТТК
итого за завтрак		575	19,25	19,709	83,30	587,573	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			19,25	19,75	83,75	587,50	-0,073	
неделя 1 -я День 1 -й	ОБЕД							
	огурец свежий в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,500	1	54-2з/22
	Борщ с картофелем со свежей капусты	200	4,79	4,96	10,1	88,452	12	ТТК
	Макароны отварные с овощами	150	4,7	6,100	26,5	180,800	27	54-2г/22
	Печень по-строгановски	100	9,078	10,974	24,395	232,658	52	255/11
	Какао с молоком (витаминизированный)	200	5,785	4,645	22,689	155,701	67	ТТК
	Хлеб пшеничный	50	2,634	0,35	20,4	95,286	9	Пром.пр.
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,695	0,36	12,56	60,260	10	Пром.пр.	
итого за обед		790	29,18	27,489	118,14	821,657	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			26,95	27,65	117,25	822,50	0,843	
неделя 1 -я День 1 -й	ПОЛДНИК							
	Чай с сахаром	180	0,04	0	4,612	18,608	73	ТТК
	Сыр порциями (Костромской)	10	2,34	2,94	0	35,867	8	54-1з/22
	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,170	9	Пром.пр.
Фрукты свежие (банан)	110	1,98	4,329	18,913	122,533	80	ТТК	
итого за полдник		330	5,94	7,479	35,77	234,178	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			7,70	7,90	33,50	235,00	0,8220	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			48,43	47,20	201,45	1409,23	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			46,20	47,40	201,00	1410,00	0,77	

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК			35,12	34,97	153,91	1055,84	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			34,65	35,55	150,75	1057,50	1,66	

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник			54,37	54,68	237,21	1643,408	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			53,90	55,30	234,50	1645,00	1,592	

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон: ОСЕНЬ 2022 - ___ г.г.

1-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			
ЗАВТРАК								
неделя 1 -я День 2 -й	Помидор свежий в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,800	2	54-3з/22
	Плов с говядиной	190	14,464	18,875	38,5429	389,9026	47	265/11
	Компот из смеси сухофруктов	190	0,3	0	12,613	51,503	62	ТТК
	Хлеб пшеничный	40	2,107	0,28	16,32	76,228	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,695	0,36	12,56	60,260	10	Пром.пр.
итого за завтрак		510	19,27	19,615	82,34	590,694	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			19,25	19,75	83,75	587,50	-3,194	
ОБЕД								
неделя 1 -я День 2 -й	Икра морковная	60	1,2	4,2	6	68,000	6	54-12з/22
	Суп с макаронами	200	1,91	3,062	28,64	145,354	20	ТТК
	Омлет с птицей	160	10,86	11,001	19,411	220,093	41	ТТК
	Кофейный напиток с молоком	200	6,44	5,11	23,304	205,200	69	ТТК
	Хлеб пшеничный	50	2,634	0,35	20,4	95,286	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,13	0,24	8,37	40,160	10	Пром.пр.
Фрукты свежие (яблоко)	110	0,44	0,44	10,78	49,350	79	ТТК	
итого за обед		800	24,61	24,403	116,91	823,443	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			26,95	27,65	117,25	822,50	-0,94320	
ПОЛДНИК								
неделя 1 -я День 2 -й	Кефир (м. д. ж. 2,5%)	180	5,22	4,5	7,2	90,180	78	386/11
	Биточек рисовый с морковью	80 / 20	1,72	2,73	14,105	87,870	37	193 /11
	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,170	9	Пром.пр.
итого за полдник		310	8,52	7,440	33,55	235,220	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			7,70	7,90	33,50	235,00	-0,22	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			43,88	44,02	199,24	1414,14	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			46,20	47,40	201,00	1410,00	-4,14	

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК			33,13	31,84	150,45	1058,66	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			34,65	35,55	150,75	1057,50	-1,16	

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник			52,40	51,46	232,79	1649,357	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			53,90	55,30	234,50	1645,00	-4,357	

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон: О С Е Н Ь 2022 - ___ 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			
ЗАВТРАК								
неделя 1 -я День 3 -й	огурец свежий в нарезке	65	0,517	0,1083	1,625	9,208	1	54-2з/22
	Тефтели рыбные (минтай)	90 / 20	11,3445	10,359	10,272	179,697	56	239/11
	картофельное пюре / / овощи припущенные	120 / 30	2,48	7,34	27,400	185,580	32	128-136 /11
	Напиток (из груши дички)	200	1	0	15,81	67,240	61	389/11
	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,170	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,13	0,24	8,37	40,160	10	Пром.пр.
	итого за завтрак	575	19,02	19,797	82,92	585,595	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			19,25	19,75	83,75	587,50	1,905	
ОБЕД								
неделя 1 -я День 3 -й	Икра секольная	60	1,3	4,2	6,8	71,400	6	54-15з/22
	Суп из овощей	200	6,212	5,601	8,157	107,885	16	ТТК
	Мясо тушёное	100	11,46	10,51	9,487	178,377	51	256 /11
	каша вязкая (ячневая)	150	2,3	6,163	28,3	175,007	25	303 /11
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,800	81,000	63	54-1хн/22
	Хлеб пшеничный	50	2,634	0,35	20,4	95,286	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,695	0,36	12,56	60,260	10	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	110	0,44	0,44	10,78	51,700	79	ТТК
итого за обед	900	26,54	27,624	116,28	820,915	отклонение (+ / -)		
Норма по СанПин			26,95	27,65	117,25	822,50	1,5850	
ПОЛДНИК								
неделя 1 -я День 3 -й	Чай фруктовый	200	0,153	0,133	3,252	14,817	76	ТТК
	Бутерброд с рыбными кулинарными изделиями	85 / 20	7,65	8,74	20,894	192,836	57	ТТК
	Печенье топленое молоко	10	1,67	2,07	0,75	28,310	11	Пром.пр.
итого за полдник	315	9,47	10,943	24,90	235,963	отклонение (+ / -)		
Норма по СанПин			7,70	7,90	33,50	235,00	-0,963	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	45,56	47,42	199,20	1406,51	отклонение (+ / -)		
Норма по СанПин	46,20	47,40	201,00	1410,00	3,49		

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	36,01	38,57	141,18	1056,88	отклонение (+ / -)		
Норма по СанПин	34,65	35,55	150,75	1057,50	0,62		

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	55,04	58,36	224,10	1642,473	отклонение (+ / -)		
Норма по СанПин	53,90	55,30	234,50	1645,00	2,527		

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ

Возрастная категория: с 7 до 11 лет Сезон: О С Е Н Ъ 2022 - __ г.г.

1-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			
ЗАВТРАК								
неделя 1 -я День 4 -й	запеканка из творога с молоком сгущённым	135 / 15	16,937	11,62	48,120	363,128	39	223 /11
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,800	72	54-2ГН/22
	Масло порциями	10	0,08	7,25	0,13	66,090	7	14/11
	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,170	9	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	150	0,62	0,62	15,19	70,500	79	ТТК
итого за завтрак		390	19,42	19,700	82,18	583,688	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			19,25	19,75	83,75	587,50	3,812	

ОБЕД								
неделя 1 -я День 4 -й	огурец свежий в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,500	1	54-2з/22
	Суп картофельный с горохом	200	2,01	4,6	22,59	139,800	17	ТТК
	Мясо духовое	195	10,018	11,355	37,511	292,312	49	258/11
	Какао с молоком (витаминизированный)	200	5,785	4,645	22,689	155,701	67	ТТК
	Сыр порциями (Костромской)	20	4,667	5,867	0	71,471	8	54-2з/22г.
	Хлеб пшеничный	50	2,634	0,35	20,4	95,286	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,695	0,36	12,56	60,260	10	Пром.пр.
итого за обед		755	27,31	27,277	117,250	823,330	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			26,95	27,65	117,25	822,50	-0,8298	
ПОЛДНИК								
неделя 1 -я День 4 -й	Чай без сахара	180	0,04	0	0,04	0,320	77	ТТК
	запеканка из творога и моркови с молоком сгущённым	130 / 20	7,68	7,79	33,052	233,038	38	224 /11
итого за полдник		330	7,72	7,790	33,09	233,358	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			7,70	7,90	33,50	235,00	1,642	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			46,73	46,98	199,43	1407,02	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			46,20	47,40	201,00	1410,00	2,98	

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК			35,03	35,07	150,34	1056,69	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			34,65	35,55	150,75	1057,50	0,81	

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник			54,45	54,77	232,52	1640,38	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			53,90	55,30	234,50	1645,00	4,624	

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

Возрастная категория: с 7 до 11 лет Сезон: О С Е Н Ъ 2022 - ____ 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 День 5 -й	ЗАВТРАК							
	Квашеная капуста	60	1,025	3,003	5,075	51,420	4	47 /11
	Биточки (особые) мясные	90	10,195	9,0346	9,493	160,0504	44	269/11
	Картофель и овощи тушёные в соусе	160	4,612	7,28	24,315	181,2480	30	ТТК
	Кисель из яблок	190	0,66	0,01	24,293	99,902	65	ТТК
	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,170	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,13	0,24	8,37	40,160	10	Пром.пр.
итого за завтрак		550	19,20	19,778	83,79	589,950	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			19,25	19,75	83,75	587,50	-2,450	
неделя 1 -я День 5 -й	ОБЕД							
	Помидор свежий в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,800	2	54-3з/22
	Суп с клёцками	200	2,85	3,67	15,00	104,600	18	ТТК
	Рыба припущенная в молоке (минтай)	90	10,1	6,34	8,57	131,740	59	228/11
	запеканка из творога и картофеля с соусом сметанным	145 /30	6,375	15,979	32,319	298,587	31	ТТК
	Сок фруктовый (персиковый)	200	1,6	0,2	18,2	81,000	61	пром пр.
	Хлеб пшеничный	50	2,634	0,35	20,4	95,286	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,695	0,36	12,56	60,260	10	Пром.пр.
Фрукты свежие (апельсин)	105	0,82	0,15	8,554	38,882	81	ТТК	
итого за обед		910	26,77	27,153	117,90	823,155	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			26,95	27,65	117,25	822,50	-0,655	
неделя 1 -я День 5 -й	ПОЛДНИК							
	чай с лимоном	200	0,14	0	5,726	23,464	74	ТТК
	Бутерброд с мясными кулинарными изделиями	80 / 20	7,575	7,881	27,897	212,817	45	5 - 269/11
итого за полдник		300	7,715	7,881	33,62	236,3	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			7,70	7,90	33,50	235,00	-1,281	
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			45,98	46,93	201,69	1413,11	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			46,20	47,40	201,00	1410,00	-3,11	
ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК			34,49	35,03	151,53	1059,44	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			34,65	35,55	150,75	1057,50	-1,94	
ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник			53,69	54,81	235,31	1649,39	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			53,90	55,30	234,50	1645,00	-4,386	

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон: ОСЕНЬ 2022 - ___ 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			
ЗАВТРАК								
неделя 2 -я День 6 -й	Помидор свежий в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,800	2	54-3з/22
	Омлет с птицей	150	10,106	11,632	19,200	221,913	40	ТТК
	Кофейный напиток с молоком	200	6,5	5,1	12,957	123,728	70	ТТК
	Хлеб пшеничный	40	2,107	0,28	16,32	76,2280	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,13	0,24	8,37	40,1600	10	Пром.пр.
	Фрукты свежие (банан)	105	1,132	4,13	17,29	110,876	80	ТТК
итого за завтрак		575	21,68	21,484	76,44	585,705	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			19,25	19,75	83,75	587,50	1,795	
ОБЕД								
неделя 2 -я День 6 -й	огурец свежий в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,500	1	54-2з/22
	Рассольник ленинградский	200	1,61	4,071	25,58	145,399	15	ТТК
	Рагу из овощей	150	6,95	12,558	27,682	251,5500	29	143/11
	Котлета мясная	90	12,891	10,131	13,963	198,5950	46	268/11
	Напиток (из груша дичка)	200	1	0	15,81	67,240	61	389/11
	Хлеб пшеничный	50	2,634	0,35	20,4	95,286	9	Пром.пр.
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,695	0,36	12,56	60,2600	10	Пром.пр.	
итого за обед		780	27,28	27,570	117,50	826,830	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			26,95	27,65	117,25	822,50	-4,330	
ПОЛДНИК								
	Кофейный напиток с молоком	200	3,275	2,59	7,015	80,970	71	ТТК
	Макароны запечённые с яйцом	135 / 15	4,4792	5,06	22,328	152,760	36	ТТК
итого за полдник		350	7,75	7,649	29,34	233,730	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			7,70	7,90	33,50	235,00	1,270	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			48,96	49,05	193,93	1412,54	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			46,20	47,40	201,00	1410,00	-2,53	
ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК			35,03	35,22	146,84	1060,56	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			34,65	35,55	150,75	1057,50	-3,06	
ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник			56,71	56,70	223,28	1646,26	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			53,90	55,30	234,50	1645,00	-1,265	

Россия Краснодарский край

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон : О С Е Н Ь 2022 - ____ г.г.

2-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я День 7 -й	ЗАВТРАК							
	огурец свежий в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,500	1	54-2з/22
	Макароны отварные с овощами	150	3,17	6,990	38,855	231,010	28	205 /11
	Суфле из печени	70 / 20	12,57	11,9	9,363	194,832	53	ТТК
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,3	0	12,613	51,503	62	349/11
	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,1700	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,13	0,24	8,37	40,1600	10	Пром.пр.
итого за завтрак		550	19,25	19,440	82,94	583,175	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			19,25	19,75	83,75	587,50	4,325	
неделя 2 -я День 7 -й	ОБЕД							
	Квашеная капуста	60	1,025	3,003	5,075	51,420	4	47 /11
	Суп с крупой (пшеничной)	200	6,725	9,892	15,037	173,346	22	ТТК
	Рыба запечённая под молочным соусом	200	12,848	13,571	28,857	288,965	60	233 /11
	Сок фруктовый (абрикосовый)	200	1	0	25,4	105,600	61	389/11
	Хлеб пшеничный	50	2,634	0,35	20,4	95,286	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,695	0,36	12,56	60,260	10	Пром.пр.
Фрукты свежие (яблоко)	105	0,42	0,42	10,29	49,350	78	ТТК	
итого за обед		845	26,35	27,596	117,62	824,227	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			26,95	27,65	117,25	822,50	-1,727	
неделя 2 -я День 7 -й	ПОЛДНИК							
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,3	0	11,697	47,988	64	ТТК
	Оладьи из печени	90 / 10	9,81	8,85	6,78	146,010	54	468 / 04
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,13	0,24	8,37	40,160	10	Пром.пр.	
итого за полдник		300	11,24	9,090	26,85	234,158	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			7,70	7,90	33,50	235,00	0,842	
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			45,60	47,04	200,56	1407,40	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			46,20	47,40	201,00	1410,00	2,60	
ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК			37,59	36,69	144,47	1058,39	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			34,65	35,55	150,75	1057,50	-0,88	
ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник			56,84	56,13	227,41	1641,56	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			53,90	55,30	234,50	1645,00	3,440	

Россия Краснодарский край

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон: О С Е Н Ъ 2022 - ____ 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			
неделя 2 -я День 8 -й	ЗАВТРАК							
	Помидор свежий в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,800	2	54-3з/22
	Шницель рыбный натуральный (минтай)	90 / 20	11,76	10,989	13,963	201,7999	55	235/11
	картофель пюре / Капуста	120 / 30	2,48	7,34	27,400	185,580	33	128-139 /11
	Тушёная (комбинация сложного гарнира)		0,61	1,1	2,37	21,820		
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	16,92	71,680	61	389/11
	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,1700	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,13	0,24	8,37	40,1600	10	Пром.пр.
итого за завтрак		570	19,26	19,979	83,56	591,010	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			19,25	19,75	83,75	587,50	-3,510	
2 -я День 8 -й	ОБЕД							
	огурец свежий в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,500	1	54-2з/22
	Борщ с картофелем	200	2,962	4,91	10,8	99,2380	13	ТТК
	Плов с говядиной	180	17,164	21,274	29,864	376,8480	48	265/11
	Кисель из яблок	200	0,56	0,01	32,392	131,898	66	ТТК
	Хлеб пшеничный	50	2,634	0,35	20,4	95,286	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,695	0,36	12,56	60,260	10	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	105	0,42	0,42	10,29	49,350	79	ТТК
итого за обед		825	25,94	27,424	117,81	821,380	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			26,95	27,65	117,25	822,50	1,120	
неделя 2 -я День 8 -й	ПОЛДНИК							
	чай с лимоном	200	0,14	0	5,726	23,4640	74	Т Т К
	Зразы картофельные	90 / 20	5,678	7,22	17,27	156,7708	34	150/11
	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,1700	9	Пром.пр.
итого за полдник		340	7,40	7,430	35,24	237,405	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			7,70	7,90	33,50	235,00	-2,40480	
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			45,20	47,40	201,37	1412,39	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			46,20	47,40	201,00	1410,00	-2,39	
ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК			33,33	34,85	153,04	1058,78	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			34,65	35,55	150,75	1057,50	-1,28	
ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник			52,59	54,83	236,60	1649,79	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			53,90	55,30	234,50	1645,00	-4,795	

Россия Краснодарский край

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон: О С Е Н Ь 2022 - ____ г.г.

2-я неделя

6,881 4,032 33,7824 195,8208

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
ЗАВТРАК								
неделя 2 -я	Каша жидкая молочная (рисовая)	200	5,734	3,36	28,152	163,184	24	182/11
	масло порциями	10	0,08	7,25	0,13	66,090	7	14 /11
День	Сыр порциями (костромской)	15	3,5	4,4	0	53,800	8	54-2з /22г
	Какао с молоком (витаминизированный)	200	5,95	4,75	12,707	128,000	68	ТТК
9-й	Хлеб пшеничный	48	2,53	0,34	19,59	91,540	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,13	0,24	8,37	40,160	10	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	47,000	79	ТТК
итого за завтрак		593	19,32	20,740	78,75	589,774	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			19,25	19,75	83,75	587,50	-2,274	
ОБЕД								
неделя 2 -я	Горошек зелёный (консервированный)	60	1,7	0,1	3,5	22,10	3	54-20з/22
	Печенье топленое молоко	35	4,446	7,1	9,1	118,084	11	Пром.пр.
День	Суп с лапшой	200	1,91	1,062	19,64	95,758	21	ТТК
	Котлета рубленая из птицы	90	10,16	2,80	9,78	104,960	42	294/11
9-й	запеканка из творога и картофеля с соусом сметанным	145 / 30	6,375	15,979	32,319	298,587	31	ТТК
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,800	81,000	63	54-1хн/22
	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,170	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,13	0,24	8,37	40,160	10	Пром.пр.
итого за обед		810	27,80	27,491	114,75	817,819	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			26,95	27,65	117,25	822,50	4,681	
ПОЛДНИК								
неделя 2 -я	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	16,92	71,680	61	389/11
	Голубцы ленивые	75 / 15	6,42	7,12	8,3	122,960	43	Т Т К
9-й	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,13	0,24	8,37	40,160	10	Пром.пр.
итого за полдник		310	8,55	7,360	33,59	234,800	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			7,70	7,90	33,50	235,00	0,200	
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			47,13	48,23	193,50	1407,59	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			46,20	47,40	201,00	1410,00	2,41	
ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК			36,35	34,85	148,34	1052,62	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			34,65	35,55	150,75	1057,50	4,88	
ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник			55,68	55,59	227,09	1642,39	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			53,90	55,30	234,50	1645,00	2,607	

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: О С Е Н Ь 2022 - ____ 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			
ЗАВТРАК								
неделя 2 -я День 10 -й	огурец свежий в нарезке	70	0,5834	0,1167	1,75	9,9167	1	54-2з/22
	Жаркое по - дормашнему	180	15,98	19,655	40,646	403,3994	50	259/11
	чай с лимоном	200	0,172	0	9,336	38,032	75	ТТК
	Хлеб пшеничный	40	2,107	0,28	16,32	76,228	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,695	0,36	12,56	60,260	10	Пром.пр.
итого за завтрак		520	20,54	20,412	80,61	587,836	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			19,25	19,75	83,75	587,50	-0,33610	
ОБЕД								
неделя 2 -я День 10 -й	Помидор свежий в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,800	2	54-3з/22
	Щи из свежей. капусты с картофелем	200	4,6	5,4	3,600	81,400	14	ТТК
	Биточек рыбный (минтай)	80 / 20	10,1	13,2	9,12	195,680	58	234/11
	каша вязкая (пшённая)	150	1,67	2,4	32,2	154,220	26	303/11
	Кофейный напиток с молоком	200	6,44	5,11	23,304	205,200	69	ТТК
	Хлеб пшеничный	32	1,686	0,224	13,056	60,9840	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,695	0,36	12,56	60,260	10	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоки)	110	0,44	0,44	10,78	51,700	79	ТТК
итого за обед		882	27,33	27,234	106,92	822,244	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			26,95	27,65	117,25	822,50	0,256	
ПОЛДНИК								
неделя 2 -я День 10 -й	Чай фруктовый	200	0,153	0,133	3,252	14,817	76	ТТК
	Запеканка овощная	120 / 30	5,925	7,842	17,161	162,920	35	165/11
	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,170	9	Пром.пр.
итого за полдник		380	7,66	8,185	32,65	234,907	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			7,70	7,90	33,50	235,00	0,093	
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			47,87	47,65	187,53	1410,08	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			46,20	47,40	201,00	1410,00	-0,08	
ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК			34,99	35,42	139,57	1057,15	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			34,65	35,55	150,75	1057,50	0,35	
ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник			55,53	55,83	220,18	1644,99	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			53,90	55,30	234,50	1645,00	0,013	

2 - я неделя

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: О С Е Н Ь 2022 - ____ г.г.

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки 10-тидневка 2 - я неделя	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от норм в % (+ / -)
	белки Б	жиры Ж	углеводы У		