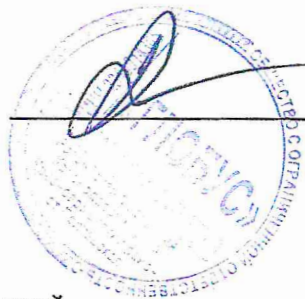


составлено:
Директор ООО "Глобус"
Светлана Юрьевна



"УТВЕРЖДАЮ"
Директор ООО "Глобус"



Л.П.Браташенко

Россия Краснодарский край

**ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ**

ПЕРИОД: ОСЕНЬ -

с 1.10.
2022 - ___ г.г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ

Возрастная категория: с 12 лет и старше

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 Сборнику рецептур
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
ЗАВТРАК								
неделя 1 -я День 1 -й	Каша жидкая молочная из манной крупы	240	12,945	14,561	40,858	346,261	23	ТТК
	Печенье топленое молоко	37	4,75	7,62	3,3	100,780	11	Пром.пр.
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,800	73	54-2ГН/22
	Хлеб пшеничный	40	2,107	0,28	16,32	76,228	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,26	0,48	16,74	80,320	10	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	105	0,42	0,42	10,29	49,350	80	ТТК
итого за завтрак		662	22,68	23,361	94,01	679,739	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			22,50	23,00	95,75	680,00	0,261	
ОБЕД								
неделя 1 -я День 1 -й	огурец свежий в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,500	1	54-2з/22г.
	Борщ с картофелем со свежей капусты	250	5,9656	6,199	13,552	109,591	12	ТТК
	Макароны отварные с овощами	200	6,3	8,100	35,3	241,100	27	54-2г/22
	Печень по- строгановски	120	10,045	11,015	17,549	209,512	53	255/11
	Какао с молоком (витаминизированный)	200	5,997	4,804	27,058	175,456	68	ТТК
	Хлеб пшеничный	70	3,688	0,49	26,56	125,402	9	Пром.пр.
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,26	0,48	16,74	80,320	10	Пром.пр.	
итого за обед		940	34,76	31,188	138,26	949,881	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			31,50	32,20	134,05	952,00	2,119	
ПОЛДНИК								
неделя 1 -я День 1 -й	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,800	73	54-2ГН/22
	Сыр порциями (Костромской)	15	3,5	4,4	0	53,800	8	54-1з/22
	Хлеб пшеничный	25	1,49	0,2	11,992	55,728	9	Пром.пр.
	Фрукты свежие (банан)	120	2,16	4,730	20,64	133,770	81	ТТК
итого за полдник		360	7,35	9,330	39,13	270,098	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			9,00	9,20	38,30	272,00	1,902	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	57,44	54,55	232,27	1629,62	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин	54,00	55,20	229,80	1632,00	2,38	

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	42,11	40,52	177,39	1219,98	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин	40,50	41,40	172,35	1224,00	4,02	

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	64,79	63,88	271,40	1899,718	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин	63,00	64,40	268,10	1904,00	4,282	

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ

Возрастная категория: с 12 лет и старше Сезон : ОСЕНЬ 2022 - ___ г.г.

1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептур
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
ЗАВТРАК								
неделя 1 -я День	Помидор свежий в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,800	2	54-3з/22г.
	Плов с говядиной	220	15,991	23,851	39,66	437,2630	48	265/11
2 -й	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0	18,342	74,9680	63	ТТК
	Хлеб пшеничный	50	2,63	0,35	20,4	95,270	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,695	0,36	12,56	60,260	10	Пром.пр.
итого за завтрак		560	21,42	24,661	93,26	680,561	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			22,50	23,00	95,75	680,00	-0,561	
ОБЕД								
неделя 1 -я День	Икра морковная	60	1,2	4,2	6	68,000	5	54-12з/22
	Суп с макаронами	250	2,811	3,951	28,186	159,55	20	ТТК
2 -й	Омлет с птицей	190	12,98	16,831	15,222	264,267	42	ТТК
	Кофейный напиток с молоком	200	6,575	5,22	27,181	182,004	70	ТТК
	Хлеб пшеничный	70	3,688	0,49	26,56	125,402	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,83	0,6	20,93	100,440	10	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	110	0,44	0,44	10,78	51,700	80	ТТК
итого за обед		930	30,52	31,732	134,86	951,360	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			31,50	32,20	134,05	952,00	0,640	
ПОЛДНИК								
неделя 1 -я День	Кефир (м. д. ж. 2,5%)	180	5,22	4,5	7,2	90,180	78	386/11
	Биточек рисовый с морковью	90 / 30	1,22	4,136	11,94	89,864	35	193 /11
2 -й	Хлеб пшеничный	50	2,63	0,35	20,4	95,270	9	Пром.пр.
итого за полдник		350	9,07	8,986	39,54	275,314	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			9,00	9,20	38,30	272,00	-3,31	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			51,94	56,39	228,12	1631,92	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			54,00	55,20	229,80	1632,00	0,08	

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК			39,59	40,72	174,40	1226,67	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			40,50	41,40	172,35	1224,00	-2,67	

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник			61,01	65,38	267,66	1907,235	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			63,00	64,40	268,10	1904,00	-3,235	

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ

Возрастная категория: с 12 лет и старше

Сезон : ОСЕНЬ 2022 - ___ г.г.

1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептур
			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/22г.
	Тефтели рыбные (минтай)	110 / 10	12,662	11,856	11,47	203,233	57	239/11
	картофельное пюре / / овощи припущенные (капуста белокочанная)	110 / 70	2,273	6,72	23,110	162,012	38	128-136 /11
	Напиток (из груши дички)	200	1	0	15,81	67,240	62	389/11
	Хлеб пшеничный	50	2,63	0,35	20,4	95,270	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,695	0,36	12,56	60,260	10	Пром.пр.
	итого за завтрак	645	22,92	23,034	94,87	678,103	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			22,50	23,00	95,75	680,00	1,897	
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	250	7,765	7,013	10,197	134,965	16	ТТК
	Мясо тушёное	100	11,46	11,951	9,487	191,347	52	256 /11
	каша вязкая (ячневая)	180	3,9633	7,654	35,24	225,699	25	303 /11
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,800	81,000	64	54-1хн/22
	Хлеб пшеничный	60	3,16	0,42	24,48	114,340	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,26	0,48	16,74	80,320	10	Пром.пр.
Фрукты свежие (яблоко)	110	0,44	0,44	10,78	51,700	80	ТТК	
итого за обед	1000	30,85	32,158	133,52	950,771	отклонение (+ / -)		
Норма по СанПин			31,50	32,20	134,05	952,00	1,229	
ПОЛДНИК								
неделя 1 -я День 3 -й	Чай фруктовый	200	0,153	0,133	3,435	15,549	76	ТТК
	Бутерброд с рыбными кулинарными изделиями	100 / 40	8,275	9,086	25,951	218,678	58	ТТК
	Печенье топленое молоко	15	1,75	3,416	1,124	42,240	11	Пром.пр.
итого за полдник	355	10,18	12,635	30,51	276,467	отклонение (+ / -)		
Норма по СанПин			9,00	9,20	38,30	272,00	-4,467	
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			53,77	55,19	228,39	1628,87	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			54,00	55,20	229,80	1632,00	3,126	
ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК			41,03	44,79	164,03	1227,24	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			40,50	41,40	172,35	1224,00	-3,24	
ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник			63,94	67,83	258,90	1905,341	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			63,00	64,40	268,10	1904,00	-1,341	

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ

Возрастная категория: с 12 лет и старше 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 Сборнику рецептур
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
ЗАВТРАК								
неделя 1 -я День 4 -й	запеканка из творога с молоком сгущённым	200	20,191	15,021	61,786	463,097	37	223 /11
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,800	73	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)	135	0,54	0,54	13,23	63,450	80	ТТК
итого за завтрак		575	22,59	23,021	93,89	676,607	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			22,50	23,00	95,75	680,00	3,393	
ОБЕД								
неделя 1 -я День 4 -й	огурец свежий в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,500	1	54-2з/22г.
	Суп картофельный с горохом	250	2,213	5,075	23,037	146,675	17	ТТК
	Мясо духовое	195	10,018	11,355	37,511	292,312	50	258/11
	Какао с молоком (витаминизированный)	200	5,997	4,804	27,058	175,456	68	ТТК
	Сыр порциями (Костромской)	30	7	8,8	0	107,500	8	15/11
	Хлеб пшеничный	70	3,688	0,49	26,56	125,402	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,83	0,6	20,93	100,440	10	Пром.пр.
итого за обед		855	32,25	31,224	136,596	956,285	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			31,50	32,20	134,05	952,00	-4,285	
ПОЛДНИК								
неделя 1 -я День 4 -й	чай без сахара	200	0,08	0	0,08	0,640	77	ТТК
	запеканка из творога и моркови с молоком сгущённым	180	8,959	9,03	38,254	270,122	36	224 /11
	итого за полдник		380	9,04	9,030	38,33	270,762	отклонение (+ / -)
Норма по СанПин			9,00	9,20	38,30	272,00	1,238	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			54,84	54,25	230,48	1632,89	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			54,00	55,20	229,80	1632,00	-0,89	

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК			41,29	40,25	174,93	1227,05	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			40,50	41,40	172,35	1224,00	-3,05	

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник			63,88	63,28	268,82	1903,65	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			63,00	64,40	268,10	1904,00	0,346	

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ

Возрастная категория: с 12 лет и старше Сезон : ОСЕНЬ - 2022 - ___ г.г.

1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептур
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1 -я День 5 -й	ЗАВТРАК							
	Квашеная капуста	60	1,025	3,003	5,075	51,425	4	47 /11
	Биточки (особые) мясные	100	11,33	9,65	9,50	170,166	45	269 /11
	Картофель и овощи тушёные в соусе	180	4,814	7,415	24,410	183,631	30	142/11
	Кисель из яблок	200	0,702	0,002	32,732	133,753	66	ТТК
	Хлеб пшеничный	45	2,37	0,315	18,36	85,755	8	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,695	0,36	12,56	60,260	10	Пром.пр.
итого за завтрак		615	21,93	20,745	102,64	684,990	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			22,50	23,00	95,75	680,00	-4,990	
неделя 1 -я День 5 -й	ОБЕД							
	Помидор свежий в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,800	2	54-3з/22г.
	Суп с клёцками	250	3,562	6,114	18,75	144,277	18	ТТК
	Рыба припущенная в молоке (минтай)	100	11,94	12,921	9,02	200,141	60	228/11
	запеканка из творога и картофеля с соусом сметанным	180	7,822	11,299	36,741	279,943	31	ТТК
	Сок фруктовый (персиковый)	200	1,6	0,2	18,2	81,000	62	389/11
	Хлеб пшеничный	60	3,16	0,42	24,48	114,3400	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,26	0,48	16,74	80,320	10	Пром.пр.
Фрукты свежие (апельсин)	105	0,82	0,15	8,554	38,882	81	ТТК	
итого за обед		995	31,86	31,688	134,79	951,703	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			31,50	32,20	134,05	952,00	0,297	
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	100 / 50	8,95	9,192	31,342	243,8950	46	5 - 269/11
итого за полдник		350	9,09	9,192	37,07	267,359	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			9,00	9,20	38,30	272,00	4,641	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			53,80	52,43	237,43	1636,69	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			54,00	55,20	229,80	1632,00	-4,69	

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК			40,95	40,88	171,86	1219,06	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			40,50	41,40	172,35	1224,00	4,938	

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник			62,89	61,63	274,49	1904,05	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			63,00	64,40	268,10	1904,00	-0,052	

Россия Краснодарский край

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ

Возрастная категория: с 12 лет и старше

Сезон : ОСЕНЬ - 2022 - ___ г.г.

2-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептур
			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/22г.
	Омлет с птицей / овощи припущенные (морковь)	160 / 20	11,96 0,611	12,907 1,04	19,825 3,82	243,315 27,084	40 41	ТТК 136/11
	Кофейный напиток с молоком	200	6,5	5,1	12,957	123,728	71	ТТК
	Хлеб пшеничный	50	2,63	0,35	20,4	95,2700	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,695	0,36	12,56	60,2600	10	Пром.пр.
	Фрукты свежие (банан)	110	1,18	4,32	18,114	116,056	81	ТТК
	итого за завтрак	630	25,28	24,177	89,98	678,513	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			22,50	23,00	95,75	680,00	1,487	
ОБЕД								
неделя 2 -я День 6 -й	огурец свежий в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,500	1	54-2з/22г.
	Рассольник ленинградский	250	2,013	5,087	31,097	178,223	15	ТТК
	Рагу из овощей	180	8,136	14,61	30,565	286,2940	29	143/11
	Котлета мясная	100	14,25	11,662	14,801	221,1620	47	268/11
	Напиток (из груша дичка)	200	1	0	15,81	67,240	62	389/11
	Хлеб пшеничный	60	3,16	0,42	24,48	114,3400	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,26	0,48	16,74	80,3200	10	Пром.пр.
итого за обед	890	31,32	32,359	134,99	956,079	отклонение (+ / -)		
Норма по СанПин			31,50	32,20	134,05	952,00	-4,079	
ПОЛДНИК								
	Кофейный напиток с молоком	200	3,275	2,59	7,015	80,970	72	ТТК
	Макарроны запечённые с яйцом	155 / 25	5,245	6,36	27,895	189,818	34	206/11
	итого за полдник	380	8,52	8,952	34,91	270,788	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			9,00	9,20	38,30	272,00	1,212	
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			56,60	56,54	224,97	1634,59	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			54,00	55,20	229,80	1632,00	-2,59	
ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК			39,84	41,31	169,90	1226,87	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			40,50	41,40	172,35	1224,00	-2,87	
ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник			65,12	65,49	259,88	1905,38	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			63,00	64,40	268,10	1904,00	-1,380	

Россия Краснодарский край

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ

Возрастная категория: с 12 лет и старше Сезон : ОСЕНЬ - 2022 - ___ г.г.

2-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептур
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
ЗАВТРАК								
неделя 2 -я День 7 -й	огурец свежий в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,500	1	54-2з/22г.
	Макароны отварные с овощами	180	5,19	8,844	39,196	257,140	28	205 /11
	Суфле из печени	110	11,163	12,169	15,034	214,311	54	Т ТК
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0	15,293	62,772	65	Т ТК
	Хлеб пшеничный	40	2,107	0,28	16,32	76,2280	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,695	0,36	12,56	60,2600	10	Пром.пр.
итого за завтрак		620	21,06	21,753	99,90	679,211	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			22,50	23,00	95,75	680,00	0,789	
ОБЕД								
неделя 2 -я День 7 -й	Квашеная капуста	60	1,025	3,003	5,075	51,425	4	47 /11
	Суп с крупой (пшеничной)	250	8,406	11,365	18,796	211,093	22	115/11
	Рыба запечённая под молочным соусом	210	14,971	18,537	22,821	318,002	61	233 /11
	Сок фруктовый (абрикосовый)	200	1	0	25,4	105,600	62	389/11
	Хлеб пшеничный	60	3,16	0,42	24,48	114,3400	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,83	0,6	20,93	100,440	10	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	105	0,42	0,42	10,29	49,350	80	ТТК
итого за обед		935	31,81	34,345	127,79	950,250	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			31,50	32,20	134,05	952,00	1,750	
ПОЛДНИК								
неделя 2 -я День 7 -й	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0	15,293	62,772	65	Т ТК
	Оладьи из печени	110 / 10	10,01	8,91	8,012	152,278	55	468 / 04
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,695	0,36	12,56	60,260	10	Пром.пр.
итого за полдник		350	12,11	9,270	35,87	275,310	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			9,00	9,20	38,30	272,00	-3,310	
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			52,87	56,10	227,70	1629,46	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			54,00	55,20	229,80	1632,00	2,54	
ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК			43,92	43,62	163,66	1225,56	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			40,50	41,40	172,35	1224,00	-1,56	
ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник			64,97	65,37	263,56	1904,77	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			63,00	64,40	268,10	1904,00	-0,771	

Россия Краснодарский край

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ

Возрастная категория: с 12 лет и старше

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 Сборнику рецептур
			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/22г.
	Шницель рыбный натуральный (минтай)	100 / 20	12,28	12,21	14,675	217,698	56	235/11
	картофельное пюре / / овощи припущенные (капуста белокочанная)	110 / 70	2,273	6,72	23,110	162,012	39	128-136 /11
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	16,92	71,680	62	389/11
	Хлеб пшеничный	40	2,107	0,28	16,32	76,2280	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,695	0,36	12,56	60,2600	10	Пром.пр.
итого за завтрак		630	22,19	23,310	95,58	680,782	отклонение (+ / -)	
		Норма по СанПин	22,50	23,00	95,75	680,00	-0,782	
неделя 2 -я День 8 -й	ОБЕД							
	огурец свежий в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,500	1	54-2з/22г.
	Борщ с картофелем	250	3,703	6,138	11,5	116,0540	13	ТТК
	Плов с говядиной	190	18,12	22,456	31,13	399,1040	49	265/11
	Кисель из яблок	200	0,91	0,01	41,772	170,818	67	ТТК
	Хлеб пшеничный	70	3,688	0,49	26,56	125,402	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,26	0,48	16,74	80,320	10	Пром.пр.
Фрукты свежие (яблоко)	105	0,42	0,42	10,29	49,350	80	ТТК	
итого за обед		915	29,60	30,094	139,49	949,548	отклонение (+ / -)	
		Норма по СанПин	31,50	32,20	134,05	952,00	2,452	
неделя 2 -я День 8 -й	ПОЛДНИК							
	чай с лимоном	200	0,14	0	5,726	23,464	74	ТТК
	Зразы картофельные	90 / 20	6,678	8,22	17,27	169,771	32	150 /11
Хлеб пшеничный	40	2,107	0,28	16,32	76,2280	9	Пром.пр.	
итого за полдник		350	8,92	8,500	39,32	269,463	отклонение (+ / -)	
		Норма по СанПин	9,00	9,20	38,30	272,00	2,537	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	51,79	53,40	235,07	1630,33	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин	54,00	55,20	229,80	1632,00	1,67	

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	38,53	38,59	178,81	1219,01	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин	40,50	41,40	172,35	1224,00	4,99	

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	60,72	61,90	274,39	1899,79	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин	63,00	64,40	268,10	1904,00	4,207	

Россия Краснодарский край

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: с 12 лет и старше Сезон : ОСЕНЬ - 2022 - ___ г.г.

2-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептур
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
ЗАВТРАК								
неделя 2 -я День 9-й	Каша жидкая молочная (рисовая)	240	6,881	4,032	33,782	198,940	24	182/11
	масло порциями	10	0,08	7,25	0,13	66,090	7	14 /11
	Сыр порциями (костромской)	20	4,667	5,876	0	71,471	8	54-2з/22
	Какао с молоком (витаминизированный)	200	6,06	4,82	12,757	118,648	69	ТТК
	Хлеб пшеничный	50	2,63	0,35	20,4	95,270	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,26	0,48	16,74	80,320	10	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	105	0,42	0,42	10,29	49,350	80	ТТК
итого за завтрак		665	23,00	23,228	94,10	680,089	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			22,50	23,00	95,75	680,00	-0,089	
ОБЕД								
неделя 2 -я День 9-й	Горошек зелёный (консервированный)	60	1,7	0,1	3,5	22,10	3	54-20з/22
	Печенье топлёное молоко	52	5,375	7,861	9,535	130,389	11	Пром.пр.
	Суп с лапшой	250	2,388	1,627	24,55	122,395	21	ТТК
	Котлета рубленая из птицы	100	9,28	10,32	11,98	177,920	43	294/11
	запеканка из творога и картофеля с соусом сметанным	180	7,822	11,299	36,741	279,943	31	ТТК
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,800	81,000	64	54-1хн/22
	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 обед		912	30,87	31,847	134,99	950,235	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			31,50	32,20	134,05	952,00	1,765	
ПОЛДНИК								
неделя 2 -я День 9-й	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	16,92	71,680	62	389/11
	Голубцы ленивые	100 / 30	7,813	9,06	13,383	166,724	44	Т Т К
	Хлеб пшеничный	20	1,052	0,14	8,16	38,108	9	Пром.пр.
итого за полдник		350	9,87	9,200	38,46	276,512	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			9,00	9,20	38,30	272,00	-4,512	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			53,87	55,08	229,09	1630,32	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			54,00	55,20	229,80	1632,00	1,68	

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК			40,73	41,05	173,45	1226,75	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			40,50	41,40	172,35	1224,00	-2,75	

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник			63,73	64,28	267,55	1906,84	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			63,00	64,40	268,10	1904,00	-2,836	

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

для учащихя в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: с 12 лет и старше

Сезон : ОСЕНЬ - 2022 - ___ г.г.

2-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептов
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
ЗАВТРАК								
неделя 2 -я День 10 -й	огурец свежий в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,500	1	54-2з/22г.
	Жаркое по - дормашнему	210	15,113	21,995	45,219	439,283	51	259/11
	чай с лимоном	200	0,3	0	6,7	27,900	75	54-3гн/22
	Хлеб пшеничный	70	3,688	0,49	26,56	125,402	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,26	0,48	16,74	80,320	10	Пром.пр.
итого за завтрак		580	21,86	23,065	96,72	681,405	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			22,50	23,00	95,75	680,00	-1,405	
ОБЕД								
неделя 2 -я День 10 -й	Помидор свежий в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,800	2	54-3з/22г.
	Щи из свежей. капусты с картофелем	250	4,951	5,75	4,151	88,158	14	ТТК
	Биточек рыбный (минтай)	110	11,13475	14,521	10,601	217,632	59	234/11
	каша вязкая (пшёная)	180	1,805	4,988	35,94	195,872	26	303/11
	Кофейный напиток с молоком	200	6,575	5,22	27,181	182,004	70	ТТК
	Хлеб пшеничный	70	3,688	0,49	26,56	125,402	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,26	0,48	16,74	80,320	10	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоки)	110	0,44	0,44	10,78	51,700	80	ТТК
итого за обед		1020	31,55	31,989	134,25	953,888	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			31,50	32,20	134,05	952,00	-1,888	
ПОЛДНИК								
неделя 2 -я День 10 -й	Чай фруктовый	200	0,153	0,133	3,435	15,549	76	ТТК
	Запеканка овощная	140 / 40	7,49	10,212	23,201	214,270	33	165 /11
	Хлеб пшеничный	20	1,052	0,14	8,16	38,108	9	Пром.пр.
итого за полдник		400	8,70	10,485	34,80	267,927	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			9,00	9,20	38,30	272,00	4,073	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	53,41	55,05	230,97	1635,29	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин	54,00	55,20	229,80	1632,00	-3,29	

ВСЕГО: за ОБЕД и ПОЛДНИК	40,25	42,47	169,05	1221,82	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин	40,50	41,40	172,35	1224,00	2,18	

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	62,11	65,54	265,77	1903,22	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин	63,00	64,40	268,10	1904,00	0,780	

2 - я неделя

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

для учащихя в общеобразовательном учреждении

Сезон : ОСЕНЬ 2022 - ___ г.г.

Возрастная категория: 12 лет и старше меню завтраки 10-тидневка	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Отклонение от норм	в %
	белки	жиры	углеводы			