

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «Торговый дом Кубань»

А.Т. Жваков



СОГЛАСОВАНО:

Директор МАОУ СОШ № 28

г. Новороссийск

Степанова А.С.



ПРИЛОЖЕНИЕ К МЕНЮ

Россия Краснодарский край

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ
К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ

ПЕРИОД: ЗИМА - ВЕСНА

2025 - ____ г.г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

меню разработано согласно

СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20

2025.

Россия Краснодарский край
ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 12 лет и старше

1 - я неделя

Сезон : ЗИМА - ВЕСНА 2025 - ____ г.г.

№ сб. р-р г.изд.	ДЕНЬ 1 - й Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг./сут.)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК ТТК
			белки Б	жиры Ж	угле- воды У	Энерг-ая ценность ккал	С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe	
ЗАВТРАК															
595/22	Наггетсы	100	11,91	5,70	17,64	169,50	0,62	0,07	0,10	12,43	15,3	158,7	73,16	1,66	71
381/22	Ризотто	180	4,01	4,87	30,03	180,00	2,13	0,05	0,04	30,07	174,8	8,68	17,93	1,73	36
501 /21	Сок фруктовый (персиковый)	200	1,00	0,00	23,40	97,60	1,20	0,00	0,00	0,00	30,40	36,00	1,80	0,80	104
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40	0,80	0,52	20,68	94,61	0,00	0,04	0,02	0,00	8,00	2,60	0,60	0,04	18
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	0,00	0,09	0,09	0,00	13,20	9,36	2,64	0,06	19
749 / 22	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	105
итого за завтрак		660	19,99	12,15	118,93	671,61	13,95	0,28	0,26	43	258	226	105,1	6,49	
Норма по СанПин 25%			22,50	23,00	95,75	680,00	17,50	0,35	0,40	225,00	300,0	300,0	75,00	4,50	
отклонение от нормы (+ / -) %			-2,79	-11,79	6,05	-0,31	-5,08	-5,29	-8,78	-20,28	-3,52	-6,14	10,04	11,05	
ОБЕД															
54-203/22	Горошек зелёный	100	2,83	0,17	5,83	36,83	4,00	0,08	0,03	30,00	18,3	53,33	18,33	0,62	5
93 / 21	Борщ из свежей капусты со сметаной	250	1,44	5,17	6,19	77,00	7,16	0,02	0,07	3,85	42,18	38,12	19,72	0,99	21
418/22	Омлет с сыром	215	14,56	28,06	4,61	329,21	0,61	0,12	0,07	473,00	410,5	413,6	49,14	3,53	52
53-193/22	Масло сливочное (порциями)	10	0,10	7,20	0,10	66,10	0,00	0,00	0,01	45,00	2,40	3,00	0,00	0,02	12
465 / 21	Кофейный напиток с молоком	195	6,17	4,89	27,44	177,65	1,04	0,06	0,25	26,46	216,2	175,6	36,60	0,91	98
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	70	1,40	0,91	36,09	158,18	0,00	0,08	0,03	0,00	14,00	4,55	0,98	0,08	18
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	0,00	0,09	0,09	0,00	13,20	9,36	2,64	0,06	19
итого за обед		880	28,38	47,05	97,64	927,87	12,81	0,45	0,54	578,3	716,8	697,5	127,4	6,20	
Норма по СанПин 35%			31,50	32,20	134,05	952,00	24,50	0,49	0,56	315,00	420,0	420,0	105,0	6,30	
отклонение от нормы (+ / -) %			-3,46	16,14	-9,51	-0,89	-16,70	-2,89	-1,29	29,3	24,73	23,13	7,47	-0,55	
ПОЛДНИК															
501 /21	Сок фруктовый (яблочный)	200	1,08	0,20	20,20	86,00	4,00	0,02	0,02	0,00	14,00	14,00	8,00	0,28	104
614/22	Котлеты рубленые из птицы с соусом молочным	120	10,03	4,02	15,14	136,85	0,74	0,06	0,10	21,70	170,1	117,3	4,85	0,97	72
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	0,00	0,08	0,08	0,00	9,90	7,02	1,98	0,04	19
итого за полдник		350	12,51	4,72	48,37	285,03	4,74	0,15	0,20	21,70	194,0	138,3	14,83	1,29	
Норма по СанПин 10%			9,00	9,20	38,30	272,00	7,00	0,14	0,16	90,00	120,0	120,0	30,00	1,80	
отклонение от нормы (+ / -) %			3,90	-4,88	2,63	0,48	-3,23	0,79	2,19	-7,59	6,17	1,53	-5,1	-2,81	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	48,37	59,20	216,57	1599,48	26,76	0,73	0,80	620,8	975	924	232,5	12,69
Норма по СанПин 60%	54,00	55,20	229,80	1632,00	42,00	0,84	0,96	540,00	720,0	720,0	180,0	10,80
отклонение от нормы (+ / -) %	-6,26	4,35	-3,45	-1,20	-21,78	-8,18	-10,07	9,0	21,2	16,99	17,51	10,50

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	40,89	51,77	146,01	1212,90	17,55	0,60	0,73	600,0	911	835,8	142,2	7,49
Норма по СанПин 45%	40,50	41,40	172,35	1224,00	31,50	0,63	0,72	405,00	540,0	540,0	135,0	8,10
отклонение от нормы (+ / -) %	0,44	11,27	-6,88	-0,41	-19,93	-2,11	0,90	21,67	30,90	24,65	2,41	-3,36

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	60,88	63,92	264,93	1884,50	31,49	0,88	0,99	642,5	1169	1062	247,4	13,98
Норма по СанПин 70%	63,00	64,40	268,10	1904,00	49,00	0,98	1,12	630,00	840,0	840,0	210,0	12,60
отклонение от нормы (+ / -) %	-2,35	-0,52	-0,83	-0,72	-25,01	-7,39	-7,88	1,39	27,38	18,51	12,46	7,69

ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 12 лет и старше

1 - я неделя

Сезон : ЗИМА - ВЕСНА 2025 - ____ г.г.

№ сб. р-р г.изд.	ДЕНЬ 2 - й Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг./сут.)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК ТТК
			белки Б	жиры Ж	угле- воды У	Энерг-ая ценность ккал	С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe	
ЗАВТРАК															
255/17	Печень по-строгановски	110	15,85	10,69	7,12	176,21	9,34	0,17	0,14	422,8	25,04	26,9	17,60	1,66	55
256 / 21	Макароны отварные и /овощи	150	5,55	4,95	26,65	169,35	0,00	0,06	0,03	31,50	12,00	45,00	7,50	1,05	49
157/21	консервирован. Отварные (сложны	35	0,70	0,09	3,59	18,28	0,67	0,01	0,01	0,42	12,83	12,3	3,93	0,11	49
459 / 21	Чай с лимоном	200	0,31	0,00	6,35	26,53	1,24	0,00	0,01	0,39	7,17	8,59	4,55	0,77	85
396/17	Блины со сметаной	80 / 10	5,82	5,69	23,03	150,11	0,33	0,02	0,08	16,00	65,33	8,35	1,13	0,06	80
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	45	0,90	0,58	21,47	95,67	0,00	0,05	0,02	0,00	9,00	2,93	0,68	0,05	18
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	0,00	0,08	0,08	0,00	9,90	7,02	1,98	0,04	19
итого за завтрак		660	30,52	22,49	101,24	698,33	11,57	0,38	0,36	471,1	141,3	111,0	37,4	3,74	
Норма по СанПин		25%	22,50	23,00	95,75	680,00	17,50	0,35	0,40	225,00	300,0	300,0	75,00	4,50	
отклонение от нормы (+ / -) %			8,92	-0,55	1,43	0,67	-8,47	2,14	-2,63	27,34	-13,23	-15,7	-12,54	-4,23	
ОБЕД															
53 / 21	Икра свекольная	100	1,50	3,60	8,50	72,00	7,40	0,02	0,01	0,00	28,0	41,00	21,00	1,21	10
114/21	Суп картофельный с крупой	250	2,78	3,53	12,30	92,03	5,5	0,0925	0,1	0,00	18,75	64,25	25,25	0,90	28
500 / 22	Говядина тушёная с капустой	200	12,68	17,00	17,17	272,43	7,50	0,10	0,17	82,10	138,4	21,2	4,09	2,37	59
501 / 21	Сок фруктовый (абрикосовый)	200	1,00	0,00	25,40	105,60	2,25	0,04	0,08	0,00	40,00	36,00	20,00	0,40	104
Пром.пр.	Кондитерские изделия (печенье)	30	2,06	5,04	22,73	144,49	0,00	0,05	0,00	4,50	13,05	0,00	0,90	0,10	15
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	70	1,40	0,91	36,09	158,18	0,00	0,08	0,03	0,00	14,00	4,55	0,98	0,08	18
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	0,00	0,09	0,09	0,00	13,20	9,36	2,64	0,06	19
749 / 22	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	105
итого за обед		990	23,68	31,14	149,36	974,63	32,65	0,50	0,49	86,6	281,4	187,3	83,9	7,30	
Норма по СанПин		35%	31,50	32,20	134,05	952,00	24,50	0,49	0,56	315,00	420,0	420,0	105,0	6,30	
отклонение от нормы (+ / -) %			-8,69	-1,15	4,00	0,83	11,64	0,82	-4,10	-25,38	-11,6	-19,4	-7,05	5,58	
ПОЛДНИК															
484/21	Кисель малиновый с яблоком	200	0,06	0,00	12,81	51,48	0,29	0,00	0,00	0,83	13,06	20,67	8,13	0,35	95
478/22	Биточки из печени и /соус	100	7,22	5,07	14,45	132,31	0,99	0,10	0,67	132,0	31,20	28,1	3,11	0,88	57
328/17	молочный	20	0,41	1,05	1,41	16,76	0,07	0,01	0,02	5,8	13,17	10,2	1,88	0,04	57
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	0,00	0,08	0,08	0,00	9,90	7,02	1,98	0,04	19
итого за полдник		350	9,09	6,61	41,70	262,72	1,35	0,18	0,76	138,64	67,3	66,0	15,10	1,30	
Норма по СанПин		10%	9,00	9,20	38,30	272,00	7,00	0,14	0,16	90,00	120,0	120,0	30,00	1,80	
отклонение от нормы			0,10	-2,81	0,89	-0,34	-8,07	2,89	37,25	5,40	-4,4	-4,5	-4,97	-2,77	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	54,21	53,63	250,60	1672,95	44,22	0,88	0,85	557,7	422,6	298,3	121,2	11,04	
Норма по СанПин	60%	54,00	55,20	229,80	1632,00	42,00	0,84	0,96	540,00	720,0	720,0	10,80	
отклонение от нормы (+ / -) %		0,23	-1,71	5,43	1,51	3,17	3,0	-6,72	1,96	-25	-35	-20	1,35

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	32,77	37,75	191,07	1237,35	34,00	0,68	1,25	225,2	348,7	253,3	99,0	8,61	
Норма по СанПин	45%	40,50	41,40	172,35	1224,00	31,50	0,63	0,72	405,00	540,0	540,0	135,0	
отклонение от нормы (+ / -) %		-8,59	-3,97	4,89	0,49	3,56	3,71	33,15	-19,97	-15,94	-23,9	-12,02	2,82

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	63,30	60,24	292,30	1935,68	45,57	1,06	1,61	696,3	490,0	364	136,3	12,34
Норма по СанПин	70%	63,00	64,40	268,10	1904,00	49,00	0,98	1,12	630,00	840,0	840,0	12,60
отклонение от нормы (+ / -) %		0,33	-4,52	6,32	1,16	-4,91	5,85	30,53	7,37	-29,17	-39,6	-14,2

ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ
ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 12 лет и старше **1 - я неделя** Сезон : ЗИМА - ВЕСНА 2025 - ____ г.г.

№ сб. р-р г.изд.	ДЕНЬ 3 - й Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг./сут.)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК ТТК
			белки Б	жиры Ж	угле- воды У	Энерг-ая ценность ккал	С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe	
ЗАВТРАК															
424/22	Запеканка из творога с какао	160	19,44	7,49	29,20	258,89	1,41	0,05	0,21	45,88	323,9	141,8	12,56	0,98	53
687 /22	и / соус абрикосовый	40	0,76	0,00	14,06	59,28	0,27	0,02	0,03	52,47	22,84	21,20	15,15	0,49	53
54-23гн/22	Кофейный напиток с молоком	200	6,50	5,10	15,70	134,20	1,04	0,06	0,25	26,49	217,7	184,0	42,00	0,88	99
53-19з/22	Масло сливочное (порциями)	10	0,10	7,20	0,10	66,10	0,00	0,00	0,01	45,00	2,40	3,00	0,00	0,02	12
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40	0,80	0,52	20,68	94,61	0,00	0,04	0,02	0,00	8,00	2,60	0,56	0,04	18
749 / 22	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	105
итого за завтрак		550	28,00	20,71	89,54	660,08	12,72	0,20	0,53	169,84	590,8	363,6	79,3	4,61	
Норма по СанПин 25%			22,50	23,00	95,75	680,00	17,50	0,35	0,40	225,00	300,0	300,0	75,00	4,50	
отклонение от нормы (+ / -) %			6,11	-2,49	-1,62	-0,73	-6,82	-10,45	8,02	-6,13	24,23	5,30	1,42	0,63	
ОБЕД															
149 /21	Овощи консервированные порциями (капуста квашеная)	100	1,71	5,00	8,24	84,82	19,81	0,02	0,03	0,00	52,2	34,0	16,01	0,67	4
113 /21	Суп картофельный с бобовыми	250	6,30	3,58	14,60	115,75	4,75	0,114	0,14	17,50	35,325	89,25	34,375	2,03	27
444/22	Рыба запечённая	120	20,82	12,11	14,17	251,79	0,52	0,12	0,15	35,11	28,2	112,6	25,03	1,84	76
312/17	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,53	164,67	4,18	0,17	0,13	0,00	44,4	103,9	33,30	0,80	46
54-1хн/22	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	0,02	0,00	0,00	15,00	49,10	4,30	2,10	0,09	92
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	70	1,40	0,91	36,09	158,18	0,00	0,08	0,03	0,00	14,00	4,55	0,98	0,08	18
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	0,00	0,09	0,09	0,00	13,20	9,36	2,64	0,06	19
итого за обед		960	36,28	28,02	134,81	939,11	29,28	0,59	0,56	67,61	236,4	357,9	114,4	5,56	
Норма по СанПин 35%			31,50	32,20	134,05	952,00	24,50	0,49	0,56	315,00	420,0	420,0	105,0	6,30	
отклонение от нормы (+ / -) %			5,31	-4,55	0,20	-0,47	6,83	7,09	-0,11	-27,49	-15,30	-5,18	3,14	-4,12	
ПОЛДНИК															
470 / 21	Кисломолочный напиток Кефир (м. д. ж. 2,5%)	200	5,80	5,00	8,00	101,00	1,40	0,08	0,02	40,10	240,8	180,6	28,10	0,20	103
152/17	Котлеты морковные с творогом	120	4,13	4,02	11,01	96,70	2,09	0,08	0,01	107,22	70,00	50,0	4,54	0,89	43
Пром.пр.	Хлеб пш. (батон)	30	1,16	0,57	11,09	54,10	0,00	0,03	0,03	0,00	4,70	14,50	3,90	0,04	17
итого за полдник		350	11,08	9,59	30,09	251,80	3,49	0,19	0,07	147,32	315,5	245,1	36,54	1,13	
Норма по СанПин 10%			9,00	9,20	38,30	272,00	7,00	0,14	0,16	90,00	120,0	120,0	30,00	1,80	
отклонение от нормы (+ / -) %			2,31	0,42	-2,14	-0,74	-5,01	3,64	-5,63	6,37	16,29	10,43	2,18	-3,72	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	64,27	48,72	224,35	1599,19	42,00	0,79	1,09	237,45	827,2	721,5	193,7	10,17
Норма по СанПин 60%	54,00	55,20	229,80	1632,00	42,00	0,84	0,96	540,00	720,0	720,0	180,0	10,80
отклонение от нормы (+ / -) %	11,42	-7,04	-1,42	-1,21	0,01	-3,36	7,90	-33,62	8,93	0,12	4,57	-3,49

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	47,36	37,61	164,90	1190,91	32,77	0,78	0,63	214,9	551,9	603,0	151,0	6,69
Норма по СанПин 45%	40,50	41,40	172,35	1224,00	31,50	0,63	0,72	405,00	540,0	540,0	135,0	8,10
отклонение от нормы (+ / -) %	7,62	-4,12	-1,94	-1,22	1,82	10,74	-5,74	-21,12	0,99	5,25	5,33	-7,84

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	75,35	58,31	254,44	1850,99	45,50	0,98	1,16	384,8	1143	967	230,2	11,30
Норма по СанПин 70%	63,00	64,40	268,10	1904,00	49,00	0,98	1,12	630,00	840,0	840,0	210,0	12,60
отклонение от нормы (+ / -) %	13,73	-6,62	-3,57	-1,95	-5,00	0,29	2,28	-27,25	25,23	10,55	6,75	-7,21

Россия Краснодарский край

ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 12 лет и старше

1 - я неделя

Сезон : ЗИМА - ВЕСНА 2025 - ____ г.г.

№ сб. р-р г.изд.	ДЕНЬ 4 - й Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг./сут.)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК ТТК
			белки Б	жиры Ж	угле- воды У	Энерг-ая ценность ккал	С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe	
ЗАВТРАК															
68 /22	Морковь по-корейски	100	1,10	6,19	5,20	80,86	2,56	0,04	0,05	596,00	19,18	44,26	28,68	0,58	8
499 /22	Говядина тушная	100	6,80	5,69	9,01	114,45	0,69	0,03	0,07	3,36	9,54	99,79	13,47	1,10	58
645/22	Картофель по- деревенски с сыром	180	5,34	13,05	28,38	252,26	1,75	0,11	0,01	17,31	200,0	13,8	4,63	0,96	47
827/22	Компот из яблок с лимоном	200	0,29	0,22	9,28	39,15	2,80	0,00	0,00	1,56	8,81	5,71	4,41	0,64	93
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40	0,80	0,52	20,68	94,61	0,00	0,04	0,02	0,00	8,00	2,60	0,60	0,04	18
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	0,00	0,08	0,08	0,00	9,90	7,02	1,98	0,04	19
итого за завтрак		650	15,73	26,15	85,58	643,50	7,81	0,29	0,22	618,2	255,4	173,1	53,77	3,36	
Норма по СанПин 25%			22,50	23,00	95,75	680,00	17,50	0,35	0,40	225,00	300,0	300,0	75,00	4,50	
отклонение от нормы (+ / -) %			-7,52	3,43	-2,66	-1,34	-13,85	-4,21	-11,00	43,69	-3,71	-10,6	-7,08	-6,34	
ОБЕД															
54-23/22	Огурец в нарезке	100	0,80	0,20	2,50	14,20	10,00	0,03	0,03	10,00	23,00	42,00	14,00	0,60	1
116 /21	Суп из овощей со сметаной	250	2,12	5,19	6,49	81,08	7,26	0,08	0,05	3,21	26,65	47,85	18,64	0,71	29
347/21	Котлеты школьные	100	15,30	11,00	13,30	213,00	0,00	0,14	0,14	30,00	50,0	126,0	21,00	2,07	69
303/17	Каша вязкая гречневая	180	5,50	6,01	21,03	160,17	0,00	0,13	0,08	0,00	10,13	13,1	14,34	0,91	34
Пром.пр.	Кондитерские изделия (вафли)	22,5	0,88	6,89	14,17	118,17	0,00	0,01	0,00	2,11	4,80	0,59	0,87	0,04	16
469 / 21	Молоко кипячёное	200	5,80	5,30	9,10	107,00	1,40	0,07	0,03	40,10	227,9	161,4	26,60	0,19	102
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	60	1,20	0,78	32,52	141,91	0,00	0,07	0,02	0,00	12,00	3,90	0,91	0,07	18
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	0,00	0,09	0,09	0,00	13,20	9,36	2,64	0,06	19
749 / 22	Плоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	105
итого за обед		1052,5	33,87	36,42	126,28	965,43	28,66	0,63	0,45	85,42	383,7	415,2	108,0	6,84	
Норма по СанПин 35%			31,50	32,20	134,05	952,00	24,50	0,49	0,56	315,00	420,0	420,0	105,0	6,30	
отклонение от нормы (+ / -) %			2,63	4,59	-2,03	0,49	5,94	10,15	-6,59	-25,51	-3,03	-0,4	1,00	3,01	
ПОЛДНИК															
470 / 21	Кисломолочный напиток Кефир (м. д. ж. 2,5%)	200	5,80	5,00	8,00	101,00	1,40	0,08	0,02	40,10	240,8	180,6	28,10	0,20	103
150/17	Зразы картофельные	120	1,73	3,98	15,97	106,64	3,66	0,12	0,10	22,86	26,27	28,00	3,18	0,64	45
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	0,60	0,39	16,26	70,96	0,00	0,03	0,01	0,00	6,00	1,95	0,45	0,03	18
итого за полдник		350	8,14	9,37	40,23	278,60	5,06	0,24	0,13	63,0	273,1	210,6	31,73	0,87	
Норма по СанПин 10%			9,00	9,20	38,30	272,00	7,00	0,14	0,16	90,00	120,0	120,0	30,00	1,80	
отклонение от нормы (+ / -) %			-0,96	0,19	0,50	0,24	-2,78	6,83	-1,59	-3,00	12,76	7,55	0,58	-5,17	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	49,60	62,57	211,85	1608,93	36,46	0,92	0,68	703,6	639,1	588,3	161,8	10,20
Норма по СанПин 60%	54,00	55,20	229,80	1632,00	42,00	0,84	0,96	540,00	720,0	720,0	180,0	10,80
отклонение от нормы (+ / -) %	-4,89	8,01	-4,69	-0,85	-7,91	5,94	-17,59	18,18	-6,74	-11,0	-6,08	-3,34

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	42,00	45,79	166,50	1244,03	33,72	0,87	0,59	148,4	656,8	625,7	139,7	7,71
Норма по СанПин 45%	40,50	41,40	172,35	1224,00	31,50	0,63	0,72	405,00	540,0	540,0	135,0	8,10
отклонение от нормы (+ / -) %	1,67	4,77	-1,53	0,74	3,16	16,98	-8,18	-28,51	9,73	7,14	1,58	-2,16

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	57,73	71,95	252,08	1887,53	41,52	1,16	0,81	766,6	912,2	798,8	193,5	11,07
Норма по СанПин 70%	63,00	64,40	268,10	1904,00	49,00	0,98	1,12	630,00	840,0	840,0	210,0	12,60
отклонение от нормы (+ / -) %	-5,85	8,20	-4,18	-0,61	-10,69	12,77	-19,18	15,18	6,02	-3,4	-5,50	-8,50

Россия Краснодарский край
ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ
 ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

№ сб. р-р г.изд.	ДЕНЬ 5 - й Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг./сут.)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК ТТК
			белки Б	жиры Ж	угле- воды У	Энерг-ая ценность ккал	С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe	
ЗАВТРАК															
149 /21	Овощи консервированные порциями (капуста квашеная)	100	1,71	5,00	8,24	84,82	19,81	0,02	0,03	0,00	52,2	34,0	16,01	0,67	4
466/22	Биточки рыбные	110	15,16	5,70	13,05	149,08	0,27	0,09	0,12	18,36	53,5	171,6	28,29	0,66	78
334/22	Рагу из овощей	180	3,00	4,02	28,98	164,09	9,99	0,04	0,09	47,35	27,82	14,42	16,99	0,33	39
501 /21	Сок фруктовый (яблочный)	200	1,00	0,20	20,20	86,00	4,00	0,02	0,02	0,00	14,00	14,00	8,00	0,28	104
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50	1,00	0,65	27,10	118,26	0,00	0,06	0,02	0,00	10,00	3,25	0,70	0,06	18
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	0,00	0,08	0,08	0,00	9,90	7,02	1,98	0,04	19
итого за завтрак		670	23,27	16,06	110,60	664,42	34,07	0,30	0,36	65,70	167,4	244,3	72,0	2,03	
Норма по СанПин		25%	22,50	23,00	95,75	680,00	17,50	0,35	0,40	225,00	300,0	300,0	75,00	4,50	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,85	-7,54	3,88	-0,57	23,67	-3,34	-2,75	-17,70	-11,05	-4,65	-1,01	-13,72	
ОБЕД															
22 / 21	Морковь с яблоком	100	0,97	4,82	8,20	78,29	7,25	0,06	0,04	100,36	20,73	33,22	23,15	1,04	7
278/22	Суп куриный	250	4,88	3,84	12,06	102,34	1,87	0,05	0,05	25,43	16,96	52,11	15,52	0,80	31
224/22	Запеканка из творога с какао	230	28,67	10,81	35,17	370,72	1,58	0,07	0,26	50,70	410,3	165,4	13,23	1,07	54
687 /22	и / соус абрикосовый	20	0,26	0,00	6,78	31,16	0,12	0,00	0,01	26,24	10,38	5,05	4,31	0,18	54
469 / 21	Молоко кипячёное	200	5,80	5,30	9,10	107,00	1,40	0,07	0,03	40,10	227,9	161,4	26,60	0,19	102
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50	1,00	0,65	27,10	118,26	0,00	0,06	0,02	0,00	10,00	3,25	0,70	0,06	18
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	0,00	0,09	0,09	0,00	13,20	9,36	2,64	0,06	19
749 / 22	Плоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	105
итого за обед		990	43,84	26,48	125,58	937,67	22,23	0,41	0,51	242,83	725,5	440,7	95,2	5,59	
Норма по СанПин		35%	31,50	32,20	134,05	952,00	24,50	0,49	0,56	315,00	420,0	420,0	105,0	6,30	
отклонение от нормы (+ / -) %			13,72	-6,21	-2,21	-0,53	-3,24	-5,43	-2,84	-8,02	25,46	1,7	-3,28	-3,92	
ПОЛДНИК															
827/22	Компот из яблок с лимоном	200	0,29	0,22	9,28	39,15	2,80	0,00	0,00	1,56	8,81	5,71	4,41	0,64	93
301 / 21	Рыба, запечённая с яйцом	110	14,67	6,42	6,40	142,05	1,04	0,08	0,06	37,84	37,72	129,5	22,20	1,00	77
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40	0,80	0,52	20,68	94,61	0,00	0,04	0,02	0,00	8,00	2,60	0,60	0,04	18
итого за полдник		350	15,76	7,16	36,36	275,80	3,84	0,13	0,08	39,40	54,5	137,8	27,21	1,69	
Норма по СанПин		10%	9,00	9,20	38,30	272,00	7,00	0,14	0,16	90,00	120,0	120,0	30,00	1,80	
отклонение от нормы (+ / -) %			7,52	-2,22	-0,51	0,14	-4,52	-0,79	-5,25	-5,62	-5,46	1,48	-0,93	-0,64	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	67,11	42,55	236,19	1602,09	56,30	0,72	0,87	308,53	893	685,0	167,1	7,63	
Норма по СанПин	60%	54,00	55,20	229,80	1632,00	42,00	0,84	0,96	540,00	720,0	720,0	180,0	10,80
отклонение от нормы (+ / -) %		14,57	-13,75	1,67	-1,10	20,42	-8,76	-5,59	-25,72	14,41	-2,9	-4,29	-17,63

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	59,61	33,64	161,95	1213,47	26,06	0,54	0,59	282,22	780	578,6	122,4	7,28	
Норма по СанПин	45%	40,50	41,40	172,35	1224,00	31,50	0,63	0,72	405,00	540,0	540,0	135,0	8,10
отклонение от нормы (+ / -) %		21,23	-8,43	-2,72	-0,39	-7,77	-6,21	-8,09	-13,64	20,00	3,21	-4,21	-4,56

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	82,87	49,71	272,55	1877,89	60,13	0,85	0,95	347,9	947	823	194,3	9,31	
Норма по СанПин	70%	63,00	64,40	268,10	1904,00	49,00	0,98	1,12	630,00	840,0	840	210,0	12,60
отклонение от нормы (+ / -) %		22,08	-15,97	1,16	-0,96	15,90	-9,55	-10,84	-31,34	8,96	-1,43	-5,23	-18,27

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 12 лет и старше

2 - я неделя

Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2025 - ____ г.г.

№ с.б. р-р г.изд.	ДЕНЬ 6 - й Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг./сут.)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК ТТК
			белки Б	жиры Ж	угле- воды У	Энерг-ая ценность ккал	С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe	
ЗАВТРАК															
268 / 21	Омлет натуральный и /овощи	135 / 5	12,28	17,63	3,00	219,81	0,42	0,06	0,38	257,54	103,8	201,5	16,62	2,18	51
157 / 21	консервированные отварные (сложны	60	1,70	0,10	3,50	22,10	2,40	0,00	0,02	18,00	11,00	32,00	11,00	0,37	51
460 / 21	Чай с молоком	200	4,60	3,30	13,20	100,50	0,86	0,03	0,2	20,40	167,9	131,4	25,90	1,56	88
54-13/22	Сыр твёрдых сортов в нарезке	30	7,00	8,80	0,00	107,50	0,22	0,01	0,09	78,00	184,0	110,0	11,00	0,30	13
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50	1,00	0,65	27,10	118,26	0,00	0,06	0,02	0,00	10,00	3,25	0,70	0,06	18
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	0,00	0,09	0,09	0,00	13,20	9,36	2,64	0,06	19
749 / 22	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	105
итого за завтрак		620	28,85	31,54	73,97	698,07	13,90	0,28	0,78	373,94	505,9	498,5	76,86	6,72	
Норма по СанПин 25%		22,50	23,00	95,75	680,00	17,50	0,35	0,40	225,00	300,0	300,0	75,00	4,50		
отклонение от нормы (+ / -) %			7,05	9,29	-5,69	0,66	-5,15	-5,05	23,96	16,55	17,16	16,54	0,62	12,34	
ОБЕД															
68 / 22	Морковь по-корейски	100	1,10	6,19	5,20	80,86	2,56	0,04	0,05	596,00	19,18	44,26	28,68	0,58	8
95 / 21	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	1,99	5,22	7,14	83,50	8,01	0,04	0,05	3,85	41,43	52,12	23,72	1,11	22
546/22	Тефтели из говядины с соусом	100	9,04	9,06	17,60	193,45	1,02	0,03	0,06	40,32	46,0	101,5	14,18	0,52	67
103/17	Каша вязкая (ячневая)	180	3,89	5,07	24,29	158,32	0,00	0,08	0,03	0,00	30,18	120,5	19,19	0,70	35
501 / 21	Сок фруктовый (персиковый)	200	1,00	0,00	23,40	97,60	1,20	0,00	0,00	0,00	30,40	36,00	1,80	0,80	104
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	70	1,40	0,91	36,09	158,18	0,00	0,08	0,03	0,00	14,00	4,55	0,98	0,08	18
Пром.пр.	Хлеб ржаной	50	2,33	0,83	21,72	103,63	0,00	0,10	0,10	0,00	16,50	11,70	3,30	0,07	19
итого за обед		950	20,75	27,27	135,44	875,53	12,79	0,36	0,32	640,17	197,7	370,6	91,8	3,86	
Норма по СанПин 35%		31,50	32,20	134,05	952,00	24,50	0,49	0,56	315,00	420,0	420,0	105,0	6,30		
отклонение от нормы (+ / -) %			-11,94	-5,36	0,36	-2,81	-16,72	-9,37	-15,02	36,13	-18,53	-4,12	-4,39	-13,55	
ПОЛДНИК															
783 / 22	Чай фруктовый	200	0,50	0,00	7,65	32,80	0,56	0,00	0,02	0,98	10,53	15,55	8,46	1,63	87
3 / 17	Бутерброд с сыром (сыр твердых с	15	3,50	4,40	0,00	53,80	0,11	0,01	0,05	39,00	90,8	75,00	5,51	0,15	14
	масло сливочное	5	0,05	3,60	0,05	33,05	0,00	0,00	0,01	22,50	1,20	1,50	0,00	0,01	14
	хлеб пшеничный)	20	0,40	0,26	10,84	47,30	0,00	0,02	0,01	0,00	4,00	1,30	0,28	0,02	14
Пром.пр.	Кондитерское изделие (печенье)	15	1,03	2,52	11,03	60,41	0,00	0,00	0,00	2,25	6,53	0,00	0,05	0,05	15
749 / 22	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	105
итого за полдник		355	5,88	11,18	39,37	274,37	10,67	0,06	0,09	64,73	129,1	104,4	23,29	4,06	
Норма по СанПин 10%		9,00	9,20	38,30	272,00	7,00	0,14	0,16	90,00	120,0	120,0	30,00	1,80		
отклонение от нормы (+ / -) %			-3,47	2,15	0,28	0,09	5,24	-5,93	-4,19	-2,81	0,76	-1,30	-2,24	12,55	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	49,60	58,81	209,42	1573,60	26,69	0,64	1,10	1014,1	703,6	869,1	168,7	10,58		
Норма по СанПин 60%	54,00	55,20	229,80	1632,00	42,00	0,84	0,96	540,00	720,0	720,0	180,0	10,80		
отклонение от нормы (+ / -) %	-4,89	3,92	-5,32	-2,15	-21,87	-14,42	8,94	52,68	-1,37	12,42	-3,77	-1,20		

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	26,63	38,45	174,81	1149,89	23,46	0,42	0,41	704,90	326,8	474,9	115,1	7,92		
Норма по СанПин 45%	40,50	41,40	172,35	1224,00	31,50	0,63	0,72	405,00	540,0	540,0	135,0	8,10		
отклонение от нормы (+ / -) %	-15,41	-3,21	0,64	-2,72	-11,48	-15,30	-19,21	33,32	-17,77	-5,42	-6,62	-1,00		

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	55,48	69,99	248,79	1847,97	37,36	0,70	1,20	1078,8	832,7	973	192,0	14,64		
Норма по СанПин 70%	63,00	64,40	268,10	1904,00	49,00	0,98	1,12	630,00	840,0	840,0	210,0	12,60		
отклонение от нормы (+ / -) %	-8,36	6,08	-5,04	-2,06	-16,63	-20,35	4,75	49,87	-0,61	11,12	-6,00	11,35		

Россия Краснодарский край

ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

для учащихся в общеобразовательном учреждении ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

№ сб. р-р г.изд.	ДЕНЬ 7 - й Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг./сут.)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК ТТК
			белки Б	жиры Ж	угле- воды У	Энерг-ая ценность ккал	С	В1	В2	А	кальций Ca	фосфор P	магний Mg	железо Fe	
ЗАВТРАК															
150/ 21	Икра кабачковая (Пром.производст	100	1,90	8,90	7,70	118,00	7,00	0,02	0,04	0,00	41,00	37,0	15,00	0,70	11
299 /21	Рыба тушёная в томате с овощами	120	17,13	12,02	7,06	204,90	3,41	0,14	0,13	390,00	33,60	170,4	42,00	1,44	75
312/17	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,53	164,67	4,18	0,17	0,13	0,00	44,4	103,9	33,30	0,80	46
791 /22	Кисель фруктовый (малиновый)	200	0,83	0,83	27,78	121,78	3,50	0,00	0,00	19,83	38,62	9,92	19,17	0,83	94
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40	0,80	0,52	20,68	94,61	0,00	0,04	0,02	0,00	8,00	2,60	0,56	0,04	18
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	0,00	0,08	0,08	0,00	9,90	7,02	1,98	0,04	19
итого за завтрак		670	25,74	28,52	100,77	766,13	18,09	0,44	0,39	409,83	175,5	330,9	112,0	3,85	
Норма по СанПин 25%			22,50	23,00	95,75	680,00	17,50	0,35	0,40	225,00	300,0	300,0	75,00	4,50	
отклонение от нормы (+ / -) %			3,60	6,00	1,31	3,17	0,84	6,50	-0,75	20,54	-10,38	2,57	12,34	-3,61	
ОБЕД															
52 / 22	Огурец с капустой	100	1,32	2,67	3,88	45,30	21,04	0,02	0,02	5,60	37,61	34,8	14,75	0,58	3
221 / 22	Солянка домашняя	250	8,11	9,91	6,01	120,32	3,70	0,05	0,08	32,81	121,5	51,71	8,05	1,71	25
488/22	Суфле из печени	120	16,11	11,29	10,03	206,12	4,50	0,25	0,60	482,80	106,1	181,0	26,32	3,10	56
205/17	Макароны с овощами	180	5,96	6,46	31,51	200,37	2,25	0,08	0,04	158,0	20,6	61,0	20,15	1,89	48
465 / 21	Кофейный напиток с молоком	195	6,17	4,89	27,44	177,65	1,04	0,06	0,25	26,46	216,2	175,6	36,60	0,91	98
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40	0,80	0,52	20,68	94,61	0,00	0,04	0,02	0,00	8,00	2,60	0,56	0,04	18
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	0,00	0,09	0,09	0,00	13,20	9,36	2,64	0,06	19
749 / 22	Плоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	105
итого за обед		1025	40,73	36,80	126,72	974,27	42,53	0,60	1,11	705,6	539,2	527,0	118,1	10,49	
Норма по СанПин 35%			31,50	32,20	134,05	952,00	24,50	0,49	0,56	315,00	420,0	420,0	105,0	6,30	
отклонение от нормы (+ / -) %			10,25	5,00	-1,91	0,82	25,75	8,07	34,06	43,40	9,93	8,92	4,36	23,28	
ПОЛДНИК															
0,00	Кисломолочный напиток - Кефир (м. д. ж. 2,5%)	200	5,80	5,00	8,00	101,00	1,40	0,08	0,02	40,10	240,8	180,6	28,10	0,20	103
149 / 17	Котлеты картофельные	110	3,10	8,75	14,00	147,10	0,22	0,10	0,04	38,5	59,2	13,6	25,56	1,65	44
327/17	с творогом и / соус молочный	20	0,65	1,09	2,91	24,15	0,10	0,01	0,03	6,69	22,04	16,71	2,61	0,04	44
Пром.пр.	Хлеб пш. (батон)	20	0,77	0,38	10,28	45,22	0,00	0,02	0,02	0,00	3,80	13,00	2,60	0,02	17
итого за полдник		350	10,31	15,22	35,20	317,46	1,73	0,21	0,11	85,29	325,8	223,9	58,87	1,91	
Норма по СанПин 10%			9,00	9,20	38,30	272,00	7,00	0,14	0,16	90,00	120,0	120,0	30,00	1,80	
отклонение от нормы (+ / -) %			1,46	6,54	-0,81	1,67	-7,53	4,76	-3,24	-0,52	17,15	8,66	9,62	0,62	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	66,47	65,32	227,50	1740,40	60,61	1,04	1,49	1115,5	714,7	857,9	230,1	14,34
Норма по СанПин 60%	54,00	55,20	229,80	1632,00	42,00	0,84	0,96	540,00	720,0	720,0	180,0	10,80
отклонение от нормы (+ / -) %	13,85	11,00	-0,60	3,99	26,59	14,57	33,31	63,94	-0,44	11,49	16,69	19,67

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	51,04	52,02	161,92	1291,73	44,25	0,81	1,21	790,9	865,0	750,9	176,9	12,40
Норма по СанПин 45%	40,50	41,40	172,35	1224,00	31,50	0,63	0,72	405,00	540,0	540,0	135,0	8,10
отклонение от нормы (+ / -) %	11,71	11,54	-2,72	2,49	18,22	12,84	30,82	42,88	27,09	17,58	13,98	23,90

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	76,78	80,54	262,69	2057,87	62,34	1,25	1,60	1200,7	1041	1082	288,9	16,25
Норма по СанПин 70%	63,00	64,40	268,10	1904,00	49,00	0,98	1,12	630,00	840,0	840,0	210,0	12,60
отклонение от нормы (+ / -) %	15,31	17,55	-1,41	5,66	19,06	19,34	30,07	63,42	16,71	20,15	26,32	20,30

№ сб. р-р г.изд.	ДЕНЬ 8 - й Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг./сут.)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК ТТК
			белки Б	жиры Ж	угле- воды У	Энерг-ая ценность ккал	С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe	
ЗАВТРАК															
182 / 17	Каша рисовая молочная жидкая	210	5,10	10,72	33,42	250,56	1,17	0,06	0,06	58,00	148,7	138,0	10,12	0,47	33
457 / 21	Чай с сахаром	200	0,40	0,00	6,60	28,20	0,08	0,00	0,02	0,60	8,90	14,40	7,60	1,44	86
Пром.пр.	Кондитерское изделие (вафли)	37,5	1,27	10,15	21,06	180,66	0,00	0,01	0,00	3,52	7,99	0,98	1,45	0,06	16
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50	1,00	0,65	27,10	118,26	0,00	0,06	0,02	0,00	10,00	3,25	0,70	0,06	18
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	0,00	0,08	0,08	0,00	9,90	7,02	1,98	0,04	19
749 / 22	Флоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	105
итого за завтрак		627,5	9,57	22,41	111,01	686,85	11,25	0,23	0,19	62,12	201,5	174,7	30,85	4,27	
Норма по СанПин 25%			22,50	23,00	95,75	680,00	17,50	0,35	0,40	225,00	300,0	300,0	75,00	4,50	
отклонение от нормы (+ / -) %			-14,36	-0,64	3,99	0,25	-8,93	-8,44	-13,13	-18,10	-8,21	-10,4	-14,72	-1,30	
ОБЕД															
53 / 21	Икра свекольная	100	1,50	3,60	8,50	72,00	7,40	0,02	0,01	0,00	28,0	41,00	21,00	1,21	10
121 / 21	Уха с крупой	250	7,10	5,16	13,01	126,92	5,19	0,09	0,08	29,07	19,19	50,09	23,80	0,95	30
259 / 17	Жаркое по-домашнему	200	12,15	23,18	30,02	381,24	10,97	0,13	0,14	31,90	23,1	170,4	41,87	1,55	61
501 / 21	Сок фруктовый (абрикосовый)	200	1,00	0,00	25,40	105,60	2,25	0,04	0,08	0,00	40,00	36,00	20,00	0,40	104
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	70	1,40	0,91	36,09	158,18	0,00	0,08	0,03	0,00	14,00	4,55	0,98	0,08	18
Пром.пр.	Хлеб ржаной	50	2,33	0,83	21,72	103,63	0,00	0,10	0,10	0,00	16,50	11,70	3,30	0,07	19
итого за обед		870	25,48	33,68	134,74	947,57	25,81	0,45	0,43	60,97	140,8	313,7	111,0	4,26	
Норма по СанПин 35%			31,50	32,20	134,05	952,00	24,50	0,49	0,56	315,00	420,0	420,0	105,0	6,30	
отклонение от нормы (+ / -) %			-6,69	1,60	0,18	-0,16	1,88	-2,75	-7,85	-28,23	-23,27	-8,86	1,99	-11,36	
ПОЛДНИК															
465 / 21	Кофейный напиток с молоком	195	5,84	4,68	13,94	120,95	1,04	0,06	0,24	26,44	214,3	167,2	31,20	0,58	101
193 / 17	Биточек рисовый с морковью	100	2,41	4,64	14,00	110,46	0,24	0,02	0,03	9,36	17,21	52,12	9,69	0,52	37
692/22	и соус шоколадный	25	0,91	0,83	5,10	31,53	0,05	0,00	0,03	2,74	26,46	24,78	7,28	0,26	37
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	0,00	0,08	0,08	0,00	9,90	7,02	1,98	0,04	19
итого за полдник		350	10,56	10,65	46,07	325,12	1,34	0,16	0,37	38,54	267,9	251,1	50,15	1,41	
Норма по СанПин 10%			9,00	9,20	38,30	272,00	7,00	0,14	0,16	90,00	120,0	120,0	30,00	1,80	
отклонение от нормы (+ / -) %			1,74	1,58	2,03	1,95	-8,09	1,56	13,30	-5,72	12,32	10,93	6,72	-2,18	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	35,06	56,09	245,75	1634,42	37,06	0,68	0,62	123,09	342,3	488,4	141,8	8,52
Норма по СанПин 60%	54,00	55,20	229,80	1632,00	42,00	0,84	0,96	540,00	720,0	720,0	180,0	10,80
отклонение от нормы (+ / -) %	-21,05	0,97	4,17	0,09	-7,05	-11,19	-20,98	-46,32	-31,48	-19,3	-12,73	-12,66

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	36,04	44,33	180,81	1272,68	27,15	0,61	0,81	99,51	408,6	564,9	161,1	5,66
Норма по СанПин 45%	40,50	41,40	172,35	1224,00	31,50	0,63	0,72	405,00	540,0	540,0	135,0	8,10
отклонение от нормы (+ / -) %	-4,95	3,18	2,21	1,79	-6,21	-1,19	5,45	-33,94	-10,95	2,07	8,70	-13,54

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	45,62	66,74	291,83	1959,54	38,40	0,85	1,00	161,62	610	740	192,0	9,93
Норма по СанПин 70%	63,00	64,40	268,10	1904,00	49,00	0,98	1,12	630,00	840,0	840,0	210,0	12,60
отклонение от нормы (+ / -) %	-19,31	2,54	6,19	2,04	-15,14	-9,63	-7,68	-52,04	-19,15	-8,37	-6,01	-14,84

Россия Краснодарский край

ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

№ сб. р-р г.изд.	ДЕНЬ 9 - й Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг./сут.)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК ТТК
			белки Б	жиры Ж	угле- воды У	Энерг-ая ценность ккал	С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe	
ЗАВТРАК															
555/22	Чиполлетти из говядины	120	12,04	15,18	12,52	240,91	1,82	0,03	0,03	5,51	17,2	184,94	22,68	1,93	68
321 / 17	Капуста тушёная	180	3,72	5,83	16,01	131,34	18,89	0,05	0,13	0,00	90,1	72,3	13,17	1,75	41
54-1хн/22	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	0,02	0,00	0,00	15,00	49,10	4,30	2,10	0,09	92
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50	1,00	0,65	27,10	118,26	0,00	0,06	0,02	0,00	10,00	3,25	0,70	0,06	18
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	0,00	0,08	0,08	0,00	9,90	7,02	1,98	0,04	19
итого за завтрак		580	18,66	22,16	88,46	633,68	20,73	0,20	0,25	20,51	176,3	271,8	40,6	3,87	
Норма по СанПин 25%			22,50	23,00	95,75	680,00	17,50	0,35	0,40	225,00	300,0	300,0	75,00	4,50	
отклонение от нормы (+ / -) %			-4,26	-0,92	-1,90	-1,70	4,62	-10,43	-9,31	-22,72	-10,31	-2,35	-11,46	-3,53	
ОБЕД															
150/ 21	Икра кабачковая (Пром.производст	100	1,90	8,90	7,70	118,00	7,00	0,02	0,04	0,00	41,00	37,0	15,00	0,70	11
98 /21	Свекольник со сметаной	250	2,47	5,50	10,51	101,60	7,91	0,06	0,06	3,21	40,65	63,85	28,64	1,46	23
291/17	Плов из птицы	200	14,54	7,65	35,41	274,37	1,37	0,14	0,09	25,04	40,5	24,6	24,04	1,92	70
469 / 21	Молоко кипячёное	200	5,80	5,30	9,10	107,00	1,40	0,07	0,03	40,10	227,9	161,4	26,60	0,19	102
396/17	Блины / и	85	6,05	5,35	24,30	151,97	0,45	0,03	0,18	24,23	63,7	77,7	22,93	0,43	81
687 /22	соус абрикосовый	30	0,38	0,00	10,18	37,74	0,19	0,00	0,02	39,35	15,57	7,57	6,47	0,75	81
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40	0,80	0,52	20,88	94,61	0,00	0,04	0,02	0,00	8,00	2,60	0,56	0,04	18
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	0,00	0,09	0,09	0,00	13,20	9,36	2,64	0,06	19
749 / 22	Флоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	105
итого за обед		1045	34,21	34,28	145,05	1015,19	28,32	0,47	0,54	131,93	466,4	395,0	135,9	7,74	
Норма по СанПин 35%			31,50	32,20	134,05	952,00	24,50	0,49	0,56	315,00	420,0	420,0	105,0	6,30	
отклонение от нормы (+ / -) %			3,01	2,26	2,87	2,32	5,45	-1,18	-1,09	-20,34	3,87	-2,1	10,29	8,03	
ПОЛДНИК															
857/22	Отвар шиповника	200	0,60	0,20	12,34	59,49	8,00	0,01	0,05	98,00	11,08	3,00	3,00	0,54	91
276/17	Рулет с макаронами и / соус сметанный с томатом	110 20	1,78 0,35	5,71 1,00	8,91 1,40	90,56 16,02	0,00 0,27	0,22 0,01	0,02 0,01	8,06 6,76	12,25 55,85	131,2 5,88	2,99 1,96	1,99 0,08	62 62
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	0,00	0,08	0,08	0,00	9,90	7,02	1,98	0,04	19
итого за полдник		360	4,13	7,41	35,68	228,25	8,27	0,31	0,15	112,82	89,1	147,1	9,93	2,65	
Норма по СанПин 10%			9,00	9,20	38,30	272,00	7,00	0,14	0,16	90,00	120,0	120,0	30,00	1,80	
отклонение от нормы (+ / -) %			-5,41	-1,95	-0,68	-1,61	1,81	11,90	-0,38	2,54	-2,58	2,25	-6,69	4,73	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	52,87	56,44	233,51	1648,87	49,05	0,68	0,79	152,44	642,7	666,9	176,5	11,61
Норма по СанПин 60%	54,00	55,20	229,80	1632,00	42,00	0,84	0,96	540,00	720,0	720,0	180,0	10,80
отклонение от нормы (+ / -) %	-1,25	1,35	0,97	0,62	10,07	-11,61	-10,41	-43,06	-6,44	-4,4	-1,17	4,50

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	38,34	41,69	180,74	1243,43	36,58	0,78	0,70	244,75	555,5	542,1	145,8	10,40
Норма по СанПин 45%	40,50	41,40	172,35	1224,00	31,50	0,63	0,72	405,00	540,0	540,0	135,0	8,10
отклонение от нормы (+ / -) %	-2,40	0,31	2,19	0,71	7,26	10,72	-1,47	-17,81	1,29	0,2	3,60	12,76

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	57,01	63,84	269,19	1877,12	57,32	0,98	0,95	265,26	731,8	814	186,4	14,26
Норма по СанПин 70%	63,00	64,40	268,10	1904,00	49,00	0,98	1,12	630,00	840,0	840,0	210,0	12,60
отклонение от нормы (+ / -) %	-6,66	-0,60	0,29	-0,99	11,88	0,29	-10,78	-40,53	-9,02	-2,17	-7,86	9,23

№ сб. р-р г.изд.	ДЕНЬ 10 - й Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг./сут.)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК ТТК
			белки Б	жиры Ж	угле- воды У	Энерг-ая ценность ккал	С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe	
ЗАВТРАК															
523/22	Бифштекс по-домашнему	100	10,71	15,31	9,22	232,64	0,55	0,21	0,13	17,61	28,46	152,1	24,60	0,62	63
303/17	Каша вязкая гречневая	180	5,50	6,01	21,03	160,17	0,00	0,13	0,08	0,00	10,13	13,1	14,34	0,91	34
469 / 21	Молоко кипячёное	200	5,80	5,30	9,10	107,00	1,40	0,07	0,03	40,10	227,9	161,4	26,60	0,19	102
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40	0,80	0,52	20,68	94,61	0,00	0,04	0,02	0,00	8,00	2,60	0,56	0,04	18
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	0,00	0,09	0,09	0,00	13,20	9,36	2,64	0,06	19
итого за завтрак		560	24,67	27,80	77,40	677,32	1,95	0,53	0,34	57,7	287,7	338,6	68,7	1,82	
Норма по СанПин		25%	22,50	23,00	95,75	680,00	17,50	0,35	0,40	225,00	300,0	300,0	75,00	4,50	
отклонение от нормы (+ / -) %			2,42	5,22	-4,79	-0,10	-22,22	13,00	-3,75	-18,59	-1,03	3,21	-2,09	-14,91	
ОБЕД															
54-31а/22	Капуста с	100	1,83	4,92	6,91	79,26	30,06	0,03	0,04	239,32	36,54	34,17	18,65	0,62	2
54-32а/22	морковью в нарезке														
100 / 21	Рассольник ленинградский	250	2,63	5,10	13,25	109,50	7,10	0,09	0,07	0,00	16,75	61,00	25,50	0,86	26
334/22	Рагу из овощей	180	3,01	5,69	20,04	145,29	9,16	0,08	0,07	325,35	10,16	63,31	30,60	1,61	38
466/22	Шницель рыбный	105	15,55	2,99	17,04	157,24	0,22	0,08	0,12	14,60	44,1	210,1	46,43	1,77	79
481/21	Кисель витаминный	195	1,10	0,20	44,35	183,37	10,00	0,02	0,05	98,00	21,7	16,7	7,00	0,65	96
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	70	1,40	0,91	36,09	158,18	0,00	0,08	0,03	0,00	14,00	4,55	0,98	0,08	18
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	0,00	0,09	0,09	0,00	13,20	9,36	2,64	0,06	19
749 / 22	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	105
итого за обед		1040	27,78	20,87	164,86	962,74	66,54	0,50	0,48	677,27	172,4	410,1	140,8	7,84	
Норма по СанПин		35%	31,50	32,20	134,05	952,00	24,50	0,49	0,56	315,00	420,0	420,0	105,0	6,30	
отклонение от нормы (+ / -) %			-4,14	-12,32	8,05	0,40	60,05	0,36	-4,93	40,25	-20,63	-0,82	11,93	8,54	
ПОЛДНИК															
783 /22	Чай фруктовый	200	0,50	0,00	7,65	32,80	0,56	0,00	0,02	0,98	10,53	15,55	8,46	1,63	87
525 /22	Голубцы с соусом	120	1,43	9,70	6,01	117,09	1,39	0,04	0,10	19,43	47,3	10,57	20,53	1,58	65
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	0,60	0,39	16,26	70,96	0,00	0,03	0,01	0,00	6,00	1,95	0,45	0,03	18
итого за полдник		350	2,53	10,09	29,92	220,85	1,94	0,07	0,12	20,41	63,9	28,1	29,44	3,24	
Норма по СанПин		10%	9,00	9,20	38,30	272,00	7,00	0,14	0,16	90,00	120,0	120,0	30,00	1,80	
отклонение от нормы (+ / -) %			-7,19	0,97	-2,19	-1,88	-7,22	-4,97	-2,31	-7,73	-4,68	-7,66	-0,19	8,02	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	52,45	48,66	242,26	1640,06	68,48	1,03	0,82	735,0	460,1	748,7	209,5	9,65	
Норма по СанПин	60%	54,00	55,20	229,80	1632,00	42,00	0,84	0,96	540,00	720,0	720,0	180,0	10,80
отклонение от нормы (+ / -) %		-1,72	-7,10	3,25	0,30	37,83	13,36	-8,68	21,66	-21,66	2,39	9,85	-6,36

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	30,31	30,96	194,78	1183,59	68,48	0,57	0,60	697,68	236,3	438,2	170,2	11,08	
Норма по СанПин	45%	40,50	41,40	172,35	1224,00	31,50	0,63	0,72	405,00	540,0	540,0	135,0	8,10
отклонение от нормы (+ / -) %		-11,33	-11,35	5,86	-1,49	52,83	-4,61	-7,24	32,52	-25,31	-8,48	11,75	16,56

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	54,98	58,76	272,19	1860,91	70,43	1,10	0,94	755,4	524	777	239,0	12,90	
Норма по СанПин	70%	63,00	64,40	268,10	1904,00	49,00	0,98	1,12	630,00	840,0	840,0	210,0	12,60
отклонение от нормы (+ / -) %		-8,91	-6,13	1,07	-1,58	30,61	8,39	-10,99	13,93	-26,33	-5,27	9,66	1,65

Россия Краснодарский край
ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

для учащихся в общеобразовательном учреждении ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ
ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 12 лет и старше меню завтраки 10-тидневка 1 - я неделя			Пищевые вещества г.			Энерг-ая ценность ккал	Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)			
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		С	В1	В2	А	кальций Ca	фосфор P	магний Mg	железо Fe
Итого за день по СанПиН 100% СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20			90	92,0	383	2720	70,0	1,4	1,6	900,0	1200	1200	300	18,0
12-18 л	ЗАВТРАКИ	25%	22,50	23,00	95,75	680,00	17,50	0,35	0,40	225,00	300,0	300,0	75,00	4,500
Среднее за 5 дней (фактически)			23,50	19,51	101,18	667,59	16,02	0,29	0,35	273,5	282,5	223,7	69,50	4,05
отклонение от нормы (+ / -) %			1,11	-3,79	1,42	-0,46	-2,11	-4,23	-3,43	5,39	-1,46	-6,36	-1,83	-2,52
12-18 л	ОБЕДЫ	35%	31,50	32,20	134,05	952,00	24,50	0,49	0,56	315,00	420,0	420,0	105,0	6,30
Среднее за 5 дней (фактически)			33,21	33,82	126,73	948,94	25,12	0,52	0,51	212,2	468,8	419,7	105,8	6,30
отклонение от нормы (+ / -) %			1,90	1,76	-1,91	-0,11	0,89	1,95	-2,99	-11,43	4,06	-0,02	0,26	0,00
12-18 л	ПОЛДНИКИ	10%	9,00	9,20	38,30	272,00	7,00	0,14	0,16	90,00	120,0	120,0	30,00	1,80
Среднее за 5 дней (фактически)			11,32	7,49	39,35	270,79	3,69	0,18	0,25	82,00	180,9	159,6	25,08	1,26
отклонение от нормы (+ / -) %			2,57	-1,86	0,27	-0,04	-4,72	2,67	5,40	-0,89	5,07	3,30	-1,64	-3,02
12-18 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ	60%	54,00	55,20	229,80	1632,00	42,00	0,84	0,96	540,00	720,0	720,0	180,0	10,80
Среднее за 5 дней (фактически)			56,71	53,33	227,91	1616,5	41,15	0,81	0,86	485,6	751,3	643,4	175,3	10,35
отклонение от нормы (+ / -) %			3,01	-2,03	-0,49	-0,57	-1,22	-2,28	-6,41	-6,04	2,61	-6,38	-1,58	-2,52
12-18 л	ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	45%	40,50	41,40	172,35	1224,00	31,50	0,63	0,72	405,00	540,0	540,0	135,0	8,10
Среднее за 5 дней (фактически)			44,53	41,31	166,09	1219,73	28,82	0,69	0,76	294,2	649,6	579,3	130,9	7,56
отклонение от нормы (+ / -) %			4,47	-0,10	-1,64	-0,16	-3,83	4,62	2,41	-12,32	9,14	3,27	-1,38	-3,02
12-18 л	ЗАВТРАКИ - ОБЕДЫ - ПОЛДНИКИ	70%	63,00	64,40	268,10	1904,00	49,00	0,98	1,12	630,00	840,0	840,0	210,0	12,60
Среднее за 5 дней (фактически)			68,03	60,82	267,26	1887,3	44,84	0,99	1,10	567,6	932,2	803	200	11,60
отклонение от нормы (+ / -) %			5,59	-3,89	-0,22	-0,61	-5,94	0,39	-1,02	-6,93	7,68	-3,09	-3,22	-5,54

2 - я неделя

12-18 л	ЗАВТРАКИ	25%	22,50	23,00	95,75	680,00	17,50	0,35	0,40	225,00	300,0	300,0	75,00	4,50
Среднее за 5 дней (фактически)			21,50	26,49	90,32	692,41	13,18	0,34	0,39	184,82	269,4	322,9	65,82	4,10
отклонение от нормы (+ / -) %			-1,11	3,79	-1,42	0,46	-6,17	-0,88	-0,59	-4,46	-2,55	1,91	-3,06	-2,20
12-18 л	ОБЕДЫ	35%	31,50	32,20	134,05	952,00	24,50	0,49	0,56	315,00	420,0	420,0	105,0	6,30
Среднее за 5 дней (фактически)			29,79	30,58	141,37	955,06	35,20	0,48	0,58	443,19	303,3	403,3	119,5	6,84
отклонение от нормы (+ / -) %			-1,90	-1,76	1,91	0,11	15,28	-0,97	1,03	14,24	-9,72	-1,39	4,84	2,99
12-18 л	ПОЛДНИКИ	10%	9,00	9,20	38,30	272,00	7,00	0,14	0,16	90,00	120,0	120,0	30,00	1,80
Среднее за 5 дней (фактически)			6,68	10,91	37,25	273,21	4,79	0,16	0,17	64,36	175,1	150,9	34,34	2,65
отклонение от нормы (+ / -) %			-2,57	1,86	-0,27	0,04	-3,16	1,46	0,64	-2,85	4,60	2,57	1,45	4,75
12-18 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ	60%	54,00	55,20	229,80	1632,00	42,00	0,84	0,96	540,00	720,0	720,0	180,0	10,80
Среднее за 5 дней (фактически)			51,29	57,07	231,69	1647,47	48,38	0,81	0,97	628,02	572,7	726,2	185,3	10,94
отклонение от нормы (+ / -) %			-3,01	2,03	0,49	0,57	9,11	-1,86	0,44	9,78	-12,28	0,51	1,78	0,79
12-18 л	ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	45%	40,50	41,40	172,35	1224,00	31,50	0,63	0,72	405,00	540,0	540,0	135,0	8,10
Среднее за 5 дней (фактически)			36,47	41,49	178,61	1228,3	39,99	0,64	0,75	507,55	478,4	554,2	153,8	9,49
отклонение от нормы (+ / -) %			-4,47	0,10	1,64	0,16	12,12	0,49	1,67	11,39	-5,13	1,18	6,28	7,74
12-18 л	ЗАВТРАКИ - ОБЕДЫ - ПОЛДНИКИ	70%	63,00	64,40	268,10	1904,00	49,00	0,98	1,12	630,00	840,0	840,0	210,0	12,60
Среднее за 5 дней (фактически)			57,97	67,98	268,94	1920,7	53,17	0,97	1,14	692,4	747,8	877,1	219,7	13,60
отклонение от нормы (+ / -) %			-5,59	3,89	0,22	0,61	5,96	-0,39	1,07	6,93	-7,68	3,09	3,22	5,54

Россия Краснодарский край

ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

для учащихся в общеобразовательном учреждении ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ
ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 12 лет и старше меню завтраки 10-тидневка			Пищевые вещества г.			Энерг-ая ценность ккал	Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)			
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe
Итого за день по СанПиН 100% СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20			90	92	383	2720	70	1,4	1,6	900	1200	1200	300	18
12-18 л	ЗАВТРАКИ	25%	22,50	23,00	95,75	680,00	17,50	0,35	0,40	225,00	300,0	300,0	75,00	4,50
Среднее за 10 дней (фактически)			22,50	23,00	95,75	680,00	14,60	0,31	0,37	229,15	276,0	273,3	67,66	4,08
отклонение от нормы (+ / -) %			0,00	0,00	0,00	0,00	-4,14	-2,56	-2,01	0,46	-2,00	-2,23	-2,45	-2,36

12-18 л ОБЕДЫ 35%			белки Б	жиры Ж	углеводы У	Энерг-ая ценность ккал	С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe
Итого за день по СанПиН 100% СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20			90	92	383	2720	70	1,4	1,6	900	1200	1200	300	18
Среднее за 10 дней (фактически)			31,50	32,20	134,05	952,00	24,50	0,49	0,56	315,00	420,0	420,0	105,0	6,30
отклонение от нормы (+ / -) %			0,00	0,00	0,00	0,00	8,09	0,49	-0,98	1,41	-2,83	-0,71	2,55	1,49

12-18 л ПОЛДНИКИ 10%			белки Б	жиры Ж	углеводы У	Энерг-ая ценность ккал	С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe
Итого за день по СанПиН 100% СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20			90	92	383	2720	70	1,4	1,6	900	1200	1200	300	18
Среднее за 10 дней (фактически)			9,00	9,20	38,30	272,00	7,00	0,14	0,16	90,00	120,0	120,0	30,00	1,80
отклонение от нормы (+ / -) %			0,00	0,00	0,00	0,00	-3,94	2,07	3,02	-1,87	4,83	2,94	-0,10	0,86

12-18 л ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ 60%			белки Б	жиры Ж	углеводы У	Энерг-ая ценность ккал	С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe
Итого за день по СанПиН 100% СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20			90	92	383	2720	70	1,4	1,6	900	1200	1200	300	18
Среднее за 10 дней (фактически)			54,00	55,20	229,80	1632,00	42,00	0,84	0,96	540,00	720,0	720,0	180,0	10,80
отклонение от нормы (+ / -) %			0,00	0,00	0,00	0,00	3,95	-2,07	-2,99	1,87	-4,83	-2,94	0,10	-0,87

12-18 л ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ 45%			белки Б	жиры Ж	углеводы У	Энерг-ая ценность ккал	С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe
Итого за день по СанПиН 100% СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20			90	92	383	2720	70	1,4	1,6	900	1200	1200	300	18
Среднее за 10 дней (фактически)			40,50	41,40	172,35	1224,00	31,50	0,63	0,72	405,00	540,0	540,0	135,0	8,10
отклонение от нормы (+ / -) %			0,00	0,00	0,00	0,00	4,15	2,56	2,04	-0,46	2,00	2,23	2,45	2,36

12-18 л завтрак-обед-полдник 70%			белки Б	жиры Ж	углеводы У	Энерг-ая ценность ккал	С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe
Итого за день по СанПиН 100% СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20			90	92	383	2720	70	1,4	1,6	900	1200	1200	300	18
Среднее за 10 дней (фактически)			63,00	64,40	268,10	1904,00	49,00	0,98	1,12	630,00	840,0	840,0	210,0	12,60
отклонение от нормы (+ / -) %			0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Ответственный за разработку меню инженер-технолог _____ /Ткаченко А.Н./

Литература:

- СКУРИХИН И.М., ТУТЕЛЬЯН В.А. ТАБЛИЦЫ ХИМИЧЕСКОГО СОСТАВА И КАЛОРИЙНОСТИ РОССИЙСКИХ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ: Справочник. - М.: Дели принт, 2008. - 276 с.
- 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.
- Сборник технических нормативов. ФГАУ НЦЗД Минздрава РОССИИ, ФГБУН ФИЦ Питания, биотехнологии и безопасности пищи, Отраслевой союз развития социального питания, НП СРО «АПСПОЗ» — М.: Издатель Научный центр здоровья детей, 2022. - 698 с. Под редакцией: профессора Академика РАН Г.Г. Онищенко В.А.Тутельяна
- 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.)
- Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий / сост.А.Я.Перевалов. Н.В.Тапешкина.-Изд-е 4-е доп.и испр.-Пермь, 2021.-410с.