

«Согласовано»

Директор МАОУ СОШ № 28

А.С. Степанова



«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ООО «Торговый дом Кубань»



А.Л.Жваков

Россия Краснодарский край

**ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ
для учащихся в общеобразовательном учреждении**

ПЕРИОД: ЗИМА - ВЕСНА

2023 - ____ г.г.

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

меню разработано согласно

СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20

2023 г.

Россия Краснодарский край

ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

для учащихся в общеобразовательном учреждении ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 7 - 11 лет **1-я неделя** Сезон: зима - весна 2023 - __ 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															
236 / 21	Каша рисовая молочная жидкая	205	5,16	6,52	32,180	208,00	1,34	0,06	0,14	39,80	128,2	13,98	29,6	0,136	
54-1з / 22г	сыр твёрдых сортов в нарезке	20	4,67	5,87	0	71,67	0,14	0,007	0,06	52,00	176	100	7,34	0,2	
54-2п / 22г	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,80	0,04	0	0,01	0,3	4,5	7,2	3,8	0,73	
Пром.пр.	Кондитерские изделия (Печенье)	25	1,88	3,35	16,60	97,40	0,00	0,025	0,017	2,50	7,25	0,00	0,50	0,053	
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	35	1,35	0,48	18,97	85,60	0	0,043	0,014	0,00	7	22,75	4,9	0,0385	
Пром.пр.	Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71	0,00	0,05	0,05	0,00	6,60	46,80	1,32	0,01	
82 / 21	Фрукты свежие (апельсин)	105	0,95	0,21	12,82	56,97	14	0,042	0,0315	0	35,7	17,85	1,365	0,315	
итого за завтрак		610	15,33	16,73	95,44	587,2	15,52	0,2	0,3225	94,57	365,3	208,6	48,83	1,4808	
Норма по СанПин 25%			19,25	19,75	83,75	587,50	15,00	0,30	0,35	175,0	275,0	275,0	62,5	3,00	
отклонение от нормы (+ / -) %			-5,09	-3,83	3,49	-0,01	0,86	-6,08	-1,96	-11,49	8,20	-6,04	-5,47	-12,66	
ОБЕД															
70 / 17	Овощи натуральные солёные (огур)	60	0,48	0,06	1,02	6,60	2,1	0,06	0,06	0	13,8	14,4	8,4	0,36	
113 / 21	Суп картофельный с бобовыми	200	5,04	2,860	11,68	92,60	3,8	0,13	0,12	14,00	28,26	71,4	27,5	1,622	
373 / 21	Котлеты "Нежные"	90	7,81	11,16	19,28	208,32	0,75	0,05	0,11	31,63	120,5	204,0	33,30	1,20	
143 / 17	Рагу из овощей	150	2,757	9,705	29,703	231,19	17,87	0,09	0,07	65,7	53,09	25,29	2,323	0,66	
501 / 21	Сок фруктовый (персиковый)	200	1	0	23,4	97,60	1,2	0,004	0,004	0,000	30,4	36	0,8	1,80	
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50	1,93	0,69	27,1	122,29	0	0,0600	0,020	0,00	10	32,5	7	0,055	
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	1,70	0,45	12,56	61,07	0	0,08	0,08	0,000	9,9	70,2	1,98	0,0132	
итого за обед		780	20,71	24,92	124,74	819,67	25,723	0,478	0,5	111,344	265,92	453,77	81,303	5,7102	
Норма по СанПин 35%			26,95	27,65	117,25	822,50	21,00	0,42	0,49	245,0	385	385	87,5	4,20	
отклонение от нормы (+ / -) %			-8,10	-3,45	2,24	-0,12	7,87	4,83	-1,86	-19,1	-10,8	6,25	-2,48	12,59	
ПОЛДНИК															
465 / 21	Кофейный напиток с молоком	200	5,20	4,75	17,88	135,25	1,04	0,06	0,25	26,45	215,5	172,8	34,8	0,809	
117	Бутерброд с сыром	10 / 30	3,866	3,222	12,604	48,012	0,13	0,0019	0,12	26,00	78,90	88,7	12,76	0,0309	
82 / 21	Фрукты свежие (банан)	140	0,48	0,480	11,76	56,40	14	0,056	0,07	0,00	20,52	39,2	51,24	0,84	
итого за полдник		380	9,55	8,450	42,24	239,66	15,173	0,12	0,44	52,454	314,92	300,7	98,8	1,68	
Норма по СанПин 10%			7,70	7,90	33,50	235,00	6,00	0,12	0,14	70,0	110,0	110,0	25,0	1,20	
отклонение от нормы (+ / -) %			2,40	0,70	2,61	0,20	15,29	-0,18	21,43	-2,51	18,6	17,3	29,5	4,00	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	36,04	41,65	220,18	1407	41,24	0,71	0,79	205,91	631,2	662,4	130,1	7,2
Норма по СанПин 60%	46,20	47,40	201,00	1410,00	36,00	0,72	0,84	420,0	660,0	660,0	150,0	7,20
отклонение от нормы (+ / -) %	-13,19	-7,28	5,73	-0,14	8,73	-1,25	-3,82	-30,6	-2,62	0,21	-7,95	-0,07

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	30,26	33,37	166,98	1059	40,90	0,60	0,90	163,80	580,8	754,5	180,1	7,4
Норма по СанПин 45%	34,65	35,55	150,75	1057,50	27,00	0,54	0,63	315,0	495,0	495,0	112,5	5,40
отклонение от нормы (+ / -) %	-5,70	-2,76	4,84	0,08	23,16	4,66	19,57	-21,60	7,80	23,59	27,04	16,58

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	45,59	50,10	262,42	1646	56,4	0,82	1,23	258,37	946,1	963	228,9	8,9
Норма по СанПин 70%	53,90	55,30	234,50	1645,00	42,00	0,84	0,98	490,0	770,0	770,0	175,0	8,40
отклонение от нормы (+ / -) %	-10,79	-6,58	8,34	0,06	24,02	-1,43	17,61	-33,09	16,01	17,55	21,57	3,92

Россия Краснодарский край

ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД

для учащихся в общеобразовательном учреждении ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 7 - 11 лет **1-я неделя** Сезон: зима - весна 2023 - __ 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															
223 / 17	Запеканка из творога / и джем	135 / 25	23,39	7,87	33,02	320,64	0,775	0,063	0,28	51,117	195,09	26,932	3,0692	1,014	
460/21	Чай с молоком	200	3,1	2,2	10,95	75,70	0,58	0,02	0,014	13,7	112,7	88,8	17,90	1,165	
14 / 17	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,09	0	0,0001	0,0001	4,00	0,24	0,3	0	0,002	
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	1,16	0,41	16,26	73,38	0	0,04	0,01	0,000	6	20	4,2	0,03	
338 / 17	Плоды свежие (яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	10	0,03	0,02	0,000	16	11	9	2,2	
итого за завтрак		520	28,21	18,215	72,12	592,21	11,36	0,2	0,32	68,77	330,03	147,03	34,17	4,41	
Норма по СанПин		25%	19,25	19,75	83,75	587,50	15,00	0,30	0,35	175,0	275,0	275,0	62,5	3,00	
отклонение от нормы (+ / -) %			11,63	-1,94	-3,47	0,20	-6,08	-12,24	-1,85	-15,18	5,00	-11,63	-11,33	11,76	
ОБЕД															
150 / 21	Икра кабачковая (пром. производст	60	1,14	5,34	4,62	70,80	4,2	0,012	0,023	0	24,6	22,2	9	0,4	
98 / 21	Свекольник	200	1,78	4,73	19,49	127,63	5,5983	0,05	0,046	97,25	26,839	47,476	20,466	0,96	
359/21	Печень, тушёная в соусе сметанно	100	16,60	13,55	23,56	282,38	2,50	0,090	0,100	531,80	29	34,7	16	0,735	
392 / 21	Картофель отварной / и овощи отварн	75/75	3,2	3	13,50	94,0	12,3	0,12	0,13	14,0	28	81	4,2	1,12	
54-1хн/22	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,00	19,80	81,00	0,02	0	0	15,00	50	4,3	2,1	0,09	
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50	1,93	0,69	27,1	122,29	0	0,0600	0,020	0,00	10	32,5	7	0,055	
Пром.пр.	Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71	0,00	0,05	0,05	0,00	6,60	46,80	1,32	0,01	
итого за обед		780	26,27	27,602	116,45	818,8	24,6	0,4	0,4	658,0	174,5	269,0	60,1	3,4	
Норма по СанПин		35%	26,95	27,65	117,25	822,50	21,00	0,42	0,49	245,0	385,0	385,0	87,5	4,20	
отклонение от нормы (+ / -) %			-0,88	-0,06	-0,24	-0,16	6,03	-3,17	-8,64	59,01	-19,1	-10,5	-11,0	-6,93	
ПОЛДНИК															
54-46н/22	Чай с яблоком и сахаром	200	0,348	0,048	7,726	32,83	1,16	0	0	0,7	6,2	8,3	4,8	1	78
276 / 17	Рулет с макаронами и / соус сметанный с томатом	98 / 20	7,114	7,184	16,992	162,08	0,284	0,045	0,094	17,310	48,595	15,578	15,79	0,6	51
Пром.пр.	Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71	0	0,0500	0,050	0,00	6,6	46,8	1,32	0,01	21
итого за полдник		338	8,59	7,532	33,09	235,620	1,444	0,10	0,144	18,010	61,4	70,68	21,91	1,509	
Норма по СанПин		10%	7,70	7,90	33,50	235,00	6,00	0,12	0,14	70,0	110,0	110,0	25,0	1,20	
отклонение от нормы			1,16	-0,47	-0,12	0,03	-7,59	-2,08	0,29	-7,43	-4,42	-3,57	-1,24	2,57	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	54,48	45,82	188,57	1411,02	35,97	0,54	0,69	726,82	504,57	416,01	94,25	7,78	
Норма по СанПин	60%	46,20	47,40	201,00	1410,00	36,00	0,72	0,84	420,0	660,0	660,0	150,0	7,20
отклонение от нормы (+ / -) %		10,75	-2,00	-3,71	0,04	-0,04	-15,4	-10,49	43,83	-14,1	-22,2	-22,3	4,83

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	34,87	35,13	149,54	1054,43	26,06	0,48	0,51	676,06	235,93	339,65	82,00	4,88	
Норма по СанПин	45%	34,65	35,55	150,75	1057,50	27,00	0,54	0,63	315,0	495,0	495,0	112,5	5,40
отклонение от нормы (+ / -) %		0,28	-0,53	-0,36	-0,13	-1,56	-5,25	-8,36	51,58	-23,6	-14,1	-12,2	-4,35

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	63,07	53,35	221,66	1646,64	37,42	0,63	0,84	744,8	566,0	486,7	116,2	9,29	
Норма по СанПин	70%	53,90	55,30	234,50	1645,00	42,00	0,84	0,98	490,0	770,0	770,0	175,0	8,40
отклонение от нормы (+ / -) %		11,91	-2,47	-3,83	0,07	-7,64	-17,5	-10,21	36,40	-18,5	-25,8	-23,5	7,40

Россия Краснодарский край
ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

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

Возрастная категория: 7 - 11 лет **1-я неделя** Сезон: зима - весна 2023 - __ 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															
54-203/22	Горошек зелёный (консервированн	60	1,7	0,1	3,5	22,10	2,4	0,05	0,02	18,00	11	32	11	0,4	
239/17	Тефтели рыбные	90 / 20	11,16	13,42	5,38	186,92	0,70	0,07	0,08	5,39	137,6	16,78	3,75	0,80	
312 / 17	Пюре картофельное	155	3,169	4,96	21,098	141,83	18	0,02	0,110	0,000	37	8,7	28	1	
501 / 21	Сок фруктовый (абрикосовый)	200	1	0	25,4	105,60	2,25	0,044	0,08	0,000	40	36	20	0,4	
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	35	1,35	0,48	18,97	85,60	0	0,043	0,014	0,00	7	22,75	4,9	0,0385	
Пром.пр.	Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71	0,00	0,05	0,05	0,00	6,60	46,80	1,32	0,01	
итого за завтрак		580	19,51	19,259	82,72	582,75	23,35	0,3	0,35	23,39	239	163,03	69,0	2,65	
Норма по СанПин		25%	19,25	19,75	83,75	587,50	15,00	0,30	0,35	175,0	275,0	275,0	62,5	3,00	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,34	-0,62	-0,31	-0,20	13,92	-1,75	0,29	-21,66	-3,25	-10,18	2,59	-2,94	
ОБЕД															
53 / 21	Икра секольная	60	0,9	2,16	5,1	43,200	4,44	0,012	0,01	0	16,8	24,6	12,6	0,726	
93 / 21	Борщ из свежей капусты	200	1,04	3,5	4,8	54,800	5,72	0,018	0,02	0,00	30	28	15,4	0,782	
54-2м /22	Гуляш из говядины	50 / 50	14,592	14,439	3,038	201,288	1,232	0,035	0,1	23,10	12,647	144,14	20,451	1,15	
303 / 17	Каша вязкая (ячневая)	150	2,3	5,163	33,539	166,185	0,00	0,12	0,26	69,310	97,63	64,9	5,4	0,1491	
465 / 21	Кофейный напиток с молоком	200	5,20	4,75	17,88	135,25	1,04	0,06	0,25	26,45	215,5	172,8	34,8	0,809	
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50	1,93	0,69	27,1	122,29	0	0,0600	0,020	0,00	10	32,5	7	0,055	
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	1,70	0,45	12,56	61,07	0	0,08	0,08	0,000	9,9	70,2	1,98	0,0132	
82/ 21	Фрукты свежие (банан)	100	0,34	0,34	8,4	40,290	10	0,04	0,05	0,000	18	28	36,6	0,6	
итого за обед		890	28,00	31,488	112,41	824,375	22,43	0,43	0,79	118,86	410,5	566,1	134,2	4,28	
Норма по СанПин		35%	26,95	27,65	117,25	822,50	21,00	0,42	0,49	245,0	385,0	385,0	87,5	4,20	
отклонение от нормы (+ / -) %			1,36	4,86	-1,44	0,08	2,39	0,42	21,43	-18,02	2,32	16,38	18,69	0,70	
ПОЛДНИК															
21	Кефир (м. д. ж. 2,5%)	200	5,8	5	8	101	1,4	0,08	0,023	40,1	240,8	180,6	28,1	0,2	
152 / 17	Котлеты морковные с творогом и /	100/25	2,02	2,33	16,77	91,85	7,01	0,08	0,14	102,79	71,88	92,50	3,19	1,10	
337/17	/ соус яблочный														
Пром.пр.	Хлеб пш. (батон)	20	0,77	0,38	10,28	45,22	0	0,022	0,022	0,00	3,8	13	2,6	0,024	
итого за полдник		345	8,59	7,707	35,053	238,074	8,414	0,18	0,180	142,89	316,48	286,10	33,89	1,32	
Норма по СанПин		10%	7,70	7,90	33,50	235,00	6,00	0,12	0,14	70,0	110,0	110,0	25,0	1,20	
отклонение от нормы (+ / -) %			1,15	-0,24	0,46	0,13	4,02	5,33	2,86	10,41	18,77	16,01	3,56	1,03	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	47,50	50,75	195,13	1407,13	45,79	0,70	1,14	142,25	649,7	728,2	203,2	6,93
Норма по СанПин	60%	46,20	47,40	201,00	1410,00	36,00	0,72	0,84	420,0	660,0	660,0	7,20
отклонение от нормы (+ / -) %		1,69	4,24	-1,75	-0,12	16,31	-1,33	21,71	-39,68	-0,94	6,20	-2,24

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	36,58	39,20	147,47	1062,45	30,85	0,61	0,97	261,7	727,0	851,2	168,1	5,61
Норма по СанПин	45%	34,65	35,55	150,75	1057,50	27,00	0,54	0,63	315,0	495,0	495,0	5,40
отклонение от нормы (+ / -) %		2,51	4,61	-0,98	0,21	6,41	5,75	24,29	-7,61	21,09	32,39	1,74

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	56,09	58,45	230,18	1645,2	54,20	0,9	1,3	285,1	966	1014	237,1	8,26
Норма по СанПин	70%	53,90	55,30	234,50	1645,00	42,00	0,84	0,98	490,0	770,0	770,0	8,40
отклонение от нормы (+ / -) %		2,85	3,99	-1,29	0,01	20,33	4,00	24,57	-29,27	17,83	22,21	-1,20

3

Россия Краснодарский край
ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 7 - 11 лет **1-я неделя** Сезон: зима - весна 2023 - ___ 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															
149 / 21	Овощи консервированный порциями (капуста квашеная)	60	1,03	3,00	5,08	51,42	11,89	0,01	0,0162	0	31,35	20,37	9,61	0,4	
265 / 17	Плов	200	10,08	17,869	30,094	321,52	0,44	0,077	0,02	294,40	23,419	20,442	4,8141	1,04	
494 / 21	Компот из плодов или ягод сушёны	200	0,3	0,01	17,50	72,00	2,1	0	0	0	16,36	10,7	4,3	0,062	
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40	1,54	0,55	21,68	97,83	0	0,043	0,014	0,00	7	22,75	4,9	0,0385	
Пром.пр.	Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71	0,00	0,04	0,04	0,00	6,60	46,80	1,32	0,01	
итого за завтрак		520	14,08	21,73	82,72	583,48	14,43	0,17	0,09	294,40	84,73	121,1	24,94	1,549	
Норма по СанПин		25%	19,25	19,75	83,75	587,50	15,00	0,30	0,35	175,0	275,0	275,0	62,5	3,00	
отклонение от нормы (+ / -) %			-6,72	2,51	-0,31	-0,17	-0,95	-10,83	-18,56	17,06	-17,30	-13,99	-15,02	-12,09	
ОБЕД															
54 / 21	Икра морковная	60	0,84	2,28	3,9	39,60	1,3125	0,03	0,04	79,26	16,35	32,25	21,75	0,4	
тк/115 / 21	Суп картофельный с клёцками	200	2,62	2,79	13,65	90,430	3,76	0,06	0,06	111,0	28,81	52,1	15,06	0,61	
341 / 21	Котлеты "Пермские"	90	15,14	13,195	11,680	226,04	0	0,126	0,150	42,30	45	153	20,7	2,4	
127 / 17	Картофель в молоке	150	3,27	5,78	23,000	148,62	8,51	0,14	0,15	33,0	62,7	92,7	2,6	0,33	
501 / 21	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0,2	20,2	86,00	4	0,02	0,02	0,000	14	14	8	0,28	
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50	1,93	0,69	27,1	122,29	0	0,0600	0,020	0,00	10	32,5	7	0,055	
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	1,70	0,45	12,56	61,07	0	0,08	0,08	0,000	9,9	70,2	1,98	0,0132	
338 / 17	Плоды свежие (яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	53,28	12	0,0360	0,024	0,00	19,2	13,2	10,80	2,64	
итого за обед		900	26,97	25,863	123,850	827,33	29,58	0,55	0,54	265,57	206,0	460,0	87,89	6,728	
Норма по СанПин		35%	26,95	27,65	117,25	822,50	21,00	0,42	0,49	245,0	385,0	385,0	87,5	4,20	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,03	-2,26	1,97	0,21	14,30	11,00	3,86	2,94	-16,28	6,81	0,16	21,07	
ПОЛДНИК															
54-Згн/22	Чай с лимоном и сахаром	200	0,4	0	6,75	28,60	1,18	0	0,02	0,53	9,2	12,1	6,4	1,1	
21	Рыба запечённая с яйцом	90	0,63	2,961	7,65	102,77	0,81	0,063	0,100	29,610	29,52	124,83	17,37	0,78	
Пром.пр.	Кондитерские изд. (Печенье)	15	0,86	2,47	8,16	58,26	0,00	0,015	0,010	1,50	4,35	0,00	0,30	0,032	
Пром.пр.	Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71	0,00	0,05	0,05	0,00	6,60	46,80	1,32	0,01	
итого за полдник		325	3,02	5,728	30,93	230,35	1,990	0,13	0,180	31,640	49,67	183,7	25,39	1,920	
Норма по СанПин		10%	7,70	7,90	33,50	235,00	6,00	0,12	0,14	70,0	110,0	110,0	25,0	1,20	
отклонение от нормы (+ / -) %			-6,08	-2,75	-0,77	-0,20	-6,68	0,67	2,86	-5,48	-5,48	6,70	0,16	6,00	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	41,05	47,60	206,57	1410,81	44,01	0,72	0,63	560,0	290,7	581,0	112,8	8,28	
Норма по СанПин	60%	46,20	47,40	201,00	1410,00	36,00	0,72	0,84	420,0	660,0	660,0	150,0	7,20
отклонение от нормы (+ / -) %		-6,69	0,25	1,66	0,03	13,35	0,17	-14,70	20,00	-33,57	-7,18	-14,87	8,98

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	29,99	31,59	154,78	1057,67	31,57	0,68	0,72	297,2	255,6	643,7	113,3	8,65	
Норма по СанПин	45%	34,65	35,55	150,75	1057,50	27,00	0,54	0,63	315,0	495,0	495,0	112,5	5,40
отклонение от нормы (+ / -) %		-6,06	-5,01	1,20	0,01	7,62	11,67	6,71	-2,54	-21,76	13,52	0,31	27,07

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	44,06	53,32	237,51	1641,15	46,00	0,85	0,81	591,6	340,4	764,7	138,2	10,20	
Норма по СанПин	70%	53,90	55,30	234,50	1645,00	42,00	0,84	0,98	490,0	770,0	770,0	175,0	8,40
отклонение от нормы (+ / -) %		-12,78	-2,50	0,90	-0,16	6,67	0,83	-11,84	14,52	-39,06	-0,48	-14,71	14,98

44

Россия Краснодарский край
ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
 для учащихся в общеобразовательном учреждении ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ
 ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 7 - 11 лет **1-я неделя** Сезон : зима - весна 2023 - __ г.г.

№ 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															
70/17	Овощи натуральные солёные (огур)	60	0,48	0,06	1,02	6,60	2,67	0,008	0,02	0,780	21,15	24,75	12,75	0,8	
235/17	Шницель рыбный натуральный	90	9,45	10,06	6,18	145,04	1,93	0,07	0,11	21,51	250,2	19,68	4,64	0,60	
181/21	Картофель запечённый в сметанно	180	6,58	12,01	26,66	216,01	3,6	0,12	0,165	54,00	78	10,2	2,76	0,852	
ТТК/485/21	Кисель из сока плодового или ягодн	200	0,727	0,11	32,68	134,63	2,14	0,01	0,010	0,045	22,773	21,657	7,27	2,1	
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	20	0,77	0,275	10,84	48,92	0	0,025	0,008	0,000	4	13	2,8	0,02	
Пром.пр.	Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71	0,00	0,04	0,04	0,00	6,60	46,80	1,32	0,01	
итого за завтрак		570	19,13	22,82	85,75	591,91	10,34	0,27	0,35	76,33	382,7	136,1	31,5	4,38	
Норма по СанПин		25%	19,25	19,75	83,75	587,50	15,00	0,30	0,35	175,0	275,0	275,0	62,5	3,00	
отклонение от нормы (+ / -) %			-0,16	3,88	0,60	0,19	-7,76	-2,25	0,21	-14,10	9,79	-12,63	-12,38	11,51	
ОБЕД															
54-213/22	Кукуруза сахарная	60	1,2	0,2	6,1	31,30	1,15	0,01	0,02	0,72	22	21	6,8	0,2	
126/21	Суп с крупой и фрикадельками	200	6,8	7,06	7,90	122,20	0,4	0,026	0,06	6,40	13,4	72	15,2	0,922	
204/17	Макароны отварные с сыром	150	6,341	8,809	17,55	136,85	0,06	0,048	0,07	51,519	183,82	13,203	1,2878	0,8	
286/21	Сырники из творога запечённые	120	8,96	6,36	21,48	218,40	0,24	0,06	0,07	49,20	174	24,96	2,52	0,78	
502/21	Какао с молоком и витаминами	200	6,27	5,02	18,31	142,51	1,046	0,062	0,25	26,53	215,39	17,932	39,015	0,966	
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	1,16	0,41	16,28	73,38	0	0,037	0,012	0,000	6	20	4,2	0,03	
Пром.пр.	Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71	0,00	0,05	0,05	0,00	6,60	46,80	1,32	0,01	
82/21	Фрукты свежие (апельсин)	105	0,95	0,21	12,82	56,97	14	0,042	0,0315	0	35,7	17,85	1,365	0,315	
итого за обед		885	32,80	28,37	108,80	822,32	16,90	0,34	0,57	134,37	656,9	233,7	71,7	4,02	
Норма по СанПин		35%	26,95	27,65	117,25	822,50	21,00	0,42	0,49	245,0	385,0	385,0	87,5	4,20	
отклонение от нормы (+ / -) %			7,60	0,92	-2,52	-0,01	-6,84	-7,08	5,39	-15,80	24,72	-13,75	-6,32	-1,49	
ПОЛДНИК															
470/21	Кефир (м. д. ж. 2,5%)	200	5,8	5	8	101	1,4	0,08	0,023	40,1	240,8	180,6	28,1	0,2	
150/17	Зразы картофельные и / /соус молочный	90 / 20	2,186	4,808	7,342	81,38	0,4	0,09	0,120	68,000	25,8	22,8	15,8	0,84	
Пр.	Хлеб пшеничный	20	0,77	0,275	10,84	48,92	0	0,025	0,008	0,000	4	13	2,8	0,02	
итого за полдник		330	8,756	10,083	26,18	231,3	1,800	0,20	0,151	108,10	270,60	216,40	46,70	1,060	
Норма по СанПин		10%	7,70	7,90	33,50	235,00	6,00	0,12	0,14	70,0	110,0	110,0	25,0	1,20	
отклонение от нормы (+ / -) %			1,37	2,76	-2,18	-0,16	-7,00	6,25	0,79	5,44	14,60	9,67	8,68	-1,17	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	51,93	51,19	194,55	1414,23	27,24	0,61	0,92	210,71	1040	369,8	103,2	8,40	
Норма по СанПин	60%	46,20	47,40	201,00	1410,00	36,00	0,72	0,84	420,0	660,0	660,0	7,20	
отклонение от нормы (+ / -) %		7,44	4,80	-1,93	0,18	-14,60	-9,33	5,60	-29,90	34,51	-26,38	-18,70	10,02

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	41,56	38,46	134,98	1053,62	18,70	0,53	0,72	242,47	927,52	450,15	118,4	5,08	
Норма по СанПин	45%	34,65	35,55	150,75	1057,50	27,00	0,54	0,63	315,0	495,0	495,0	5,40	
отклонение от нормы (+ / -) %		8,97	3,68	-4,71	-0,17	-13,84	-0,83	6,17	-10,36	39,32	-4,08	2,36	-2,65

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	60,69	61,27	220,73	1645,53	29,04	0,80	1,07	318,81	1310,20	586	149,9	9,46	
Норма по СанПин	70%	53,90	55,30	234,50	1645,00	42,00	0,84	0,98	490,0	770,0	770,0	8,40	
отклонение от нормы (+ / -) %		8,81	7,56	-4,11	0,02	-21,60	-3,08	6,39	-24,46	49,11	-16,71	-10,02	8,86

Россия Краснодарский край
ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
 ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ
 ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 7 - 11 лет **1-я неделя** Сезон: зима - весна 2023 - __ г.г.

Возрастная категория: 7 - 11 лет меню завтраки 10-тидневка 1 - я неделя			Пищевые вещества г.			Энерг-ая ценность ккал	Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)			
			белки	жиры	углеводы		С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe
			Б	Ж	У									
Итого за день по СанПиН 100%			77	79,0	335	2350	60	1,2	1,4	700	1100	1100	250	12
12-18 л	ЗАВТРАКИ	25%	19,25	19,75	83,75	587,50	15,00	0,30	0,35	175,00	275,0	275,0	62,50	3,00
Среднее за 5 дней (фактически)			19,25	19,75	83,75	587,50	15,00	0,22	0,29	111,5	280,38	155,16	41,69	2,89
отклонение от нормы (+ / -) %			0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	-6,63	-4,37	-9,07	0,49	-10,89	-8,32	-0,88

Возрастная категория: 7 - 11 лет меню обеда 10-тидневка 1 - я неделя			Пищевые вещества г.			Энерг-ая ценность ккал	Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)			
			белки	жиры	углеводы		С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe
			Б	Ж	У									
Итого за день по СанПиН 100%			77	79,0	335	2350	60	1,2	1,4	700	1100	1100	250	12
12-18 л	ОБЕДЫ	35%	26,95	27,65	117,25	822,50	21,00	0,42	0,49	245,00	385,0	385,0	87,50	4,20
Среднее за 5 дней (фактически)			26,95	27,65	117,25	822,50	23,85	0,43	0,55	257,6	342,8	396,3	87,04	4,82
отклонение от нормы (+ / -) %			0,00	0,00	0,00	0,00	4,75	1,20	4,03	1,81	-3,84	1,03	-0,18	5,19

Возрастная категория: 7 - 11 лет меню -полдники 10-тидневка 1 - я неделя			Пищевые вещества г.			Энерг-ая ценность ккал	Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)			
			белки	жиры	углеводы		С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe
			Б	Ж	У									
Итого за день по СанПиН 100%			77	79,0	335	2350	60	1,2	1,4	700	1100	1100	250	12
12-18 л	ПОЛДНИКИ	10%	7,70	7,90	33,50	235,00	6,00	0,12	0,14	70,00	110,0	110,0	25,00	1,20
Среднее за 5 дней (фактически)			7,70	7,90	33,50	235,00	5,76	0,14	0,22	70,62	202,6	211,5	45,34	1,50
отклонение от нормы (+ / -) %			0,00	0,00	0,00	0,00	-0,39	2,00	5,64	0,09	8,42	9,23	8,14	2,49

Возрастная категория: 7 - 11 лет меню завтраки - обеды 10-тидневка 1 - я неделя			Пищевые вещества г.			Энерг-ая ценность ккал	Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)			
			белки	жиры	углеводы		С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe
			Б	Ж	У									
Итого за день по СанПиН 100%			77	79,0	335	2350	60	1,2	1,4	700	1100	1100	250	12
12-18 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ	60%	46,20	47,40	201,00	1410,00	36,00	0,72	0,84	420,00	660,0	660,0	150,0	7,20
Среднее за 5 дней (фактически)			46,20	47,40	201,00	1410,0	38,85	0,65	0,84	369,1	623,1	551,5	128,7	7,72
отклонение от нормы (+ / -) %			0,00	0,00	0,00	0,00	4,75	-5,43	-0,34	-7,27	-3,35	-9,87	-8,51	4,30

Возрастная категория: 7 - 11 лет меню обеды-полдники 10-тидневка 1 - я неделя			Пищевые вещества г.			Энерг-ая ценность ккал	Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)			
			белки	жиры	углеводы		С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe
			Б	Ж	У									
Итого за день по СанПиН 100%			77	79,0	335	2350	60	1,2	1,4	700	1100	1100	250	12
12-18 л	ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	45%	34,65	35,55	150,75	1057,50	27,00	0,54	0,63	315,00	495,0	495,0	112,5	5,40
Среднее за 5 дней (фактически)			34,65	35,55	150,75	1057,50	29,61	0,58	0,77	328,3	545,4	607,8	132,4	6,32
отклонение от нормы (+ / -) %			0,00	0,00	0,00	0,00	4,36	3,20	9,68	1,89	4,58	10,26	7,95	7,68

Возрастная категория: 7 - 11 лет меню завтраки - обеды-полдники 10-тидневка 1 - я неделя			Пищевые вещества г.			Энерг-ая ценность ккал	Витамины (мг./сут.)				Минерал. в-ва (мг)			
			белки	жиры	углеводы		С	В1	В2	А	кальций Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe
			Б	Ж	У									
Итого за день по СанПиН 100%			77	79,0	335	2350	60	1,2	1,4	700	1100	1100	250	12
12-18 л	ЗАВТРАКИ - ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	70%	53,90	55,30	234,50	1645,00	42,00	0,84	0,98	490,00	770,0	770,0	175,0	8,40
Среднее за 5 дней (фактически)			53,90	55,30	234,50	1645,0	44,61	0,80	1,05	439,7	825,8	763	174	9,22
отклонение от нормы (+ / -) %			0,00	0,00	0,00	0,00	4,36	-3,43	5,30	-7,18	5,07	-0,64	-0,37	6,79

Россия Краснодарский край
ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

для УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 7 - 11 лет **2-я неделя** Сезон: зима - весна 2023 - __ г.г.

№ сб. 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															
54-203/22	Горошек зелёный (консервированн	60	1,7	0,1	3,5	22,10	2,4	0,05	0,02	18,00	11	32	11	0,4	
210 / 17 329/21	(сложный гарнир) Омлет натура / Бигус	120 / 80	3,079 7,2	10,672 5,32	12,961 2,08	160,21 85,20	0,18 6,2	0,061 0,032	0,260 0,07	157,50 0,000	182,16 33,6	17,961 82,8	1,3656 15,6	0,2 1,3	
54-237/22	Кофейный напиток с молоком	200	5,644	5,028	15,334	129,32	1,04	0,06	0,25	26,490	217,7	184	42	1,16	
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	35	1,35	0,48	18,97	85,60	0	0,0480	0,016	0,00	8	26	5,6	0,040	
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	1,70	0,45	12,56	61,07	0	0,08	0,08	0,000	9,9	70,2	1,98	0,0132	
338 / 17	Плоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	47,00	10	0,03	0,02	0,000	16	11	9	2,2	
итого за завтрак		625	21,07	22,451	75,21	590,503	19,82	0,36	0,72	201,99	478,4	424,0	86,55	5,31	
Норма по СанПин		25%	19,25	19,75	83,75	587,50	15,00	0,30	0,35	175,0	275,0	275,0	62,5	3,00	
отклонение от нормы (+ / -) %			2,36	3,42	-2,55	0,13	8,03	5,08	26,14	3,86	18,49	13,54	9,62	19,28	
ОБЕД															
149 / 21	Овощи консервированный порциями (капуста квашеная)	60	1,03	3,00	5,08	51,42	11,89	0,01	0,0162	0	31,35	20,37	9,61	0,4	
ТК/129 / 21	Суп с макаронными изделиями и ка	200	2,32	3,32	16,536	99,30	3,04	0,054	0,11	1,7	12,8	37,4	13,6	0,65	
234/17	Биточки рыбные	90	16,58	15,33	11,80	251,49	0,27	0,08	0,12	31,25	164,9	48,40	3,90	0,32	
177 / 21	Рагу из овощей	150	2,85	6,45	14,025	127,50	7,2	0,09	0,1	27	82,8	10,98	36,9	0,936	
501 / 21	Сок фруктовый (абрикосовый)	200	1	0	25,4	105,60	2,25	0,044	0,08	0,000	40	36	20	0,4	
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50	1,93	0,69	27,1	122,29	0	0,0600	0,020	0,00	10	32,5	7	0,055	
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	1,70	0,45	12,56	61,07	0	0,08	0,08	0,000	9,9	70,2	1,98	0,0132	
итого за обед		780	27,40	29,240	112,50	818,671	24,65	0,41	0,526	59,95	351,8	255,8	93,0	2,774	
Норма по СанПин		35%	26,95	27,65	117,25	822,50	21,00	0,42	0,49	245,0	385,0	385,0	87,5	4,20	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,58	2,01	-1,42	-0,16	6,08	-0,50	2,59	-26,44	-3,02	-11,74	2,20	-11,88	
ПОЛДНИК															
494 / 21	Компот из плодов или ягод сушёных	200	0,3	0,01	14,76	61,11	2,1	0	0	0	16,36	10,7	4,3	0,062	
21	Котлеты из овощей	105	4,32	7,43	10,09	124,46	1,82	0,098	0,1	18,2	40,6	75,6	28	0,896	
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	20	0,77	0,275	10,84	48,92	0	0,03	0,01	0,000	4	13	2,8	0,02	
итого за полдник		325	5,39	7,71	35,68	234,48	3,9	0,1	0,11	18,20	61,0	99,3	35,10	0,98	
Норма по СанПин		10%	7,70	7,90	33,50	235,00	6,00	0,12	0,14	70,0	110,0	110,0	25,0	1,20	
отклонение от нормы (+ / -) %			-3,01	-0,24	0,65	-0,02	-3,47	0,67	-2,14	-7,40	-4,46	-0,97	4,04	-1,85	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	48,46	51,69	187,70	1409,17	44,47	0,78	1,24	261,94	830,1	679,8	179,5	8,09	
Норма по СанПин	60%	46,20	47,40	201,00	1410,00	36,00	0,72	0,84	420,0	660,0	660,0	7,20	
отклонение от нормы (+ / -) %		2,94	5,43	-3,97	-0,04	14,11	4,58	28,73	-22,58	15,47	1,80	11,82	7,40

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	32,78	36,95	148,18	1053,15	28,6	0,54	0,64	78,15	412,7	355,1	128,1	3,75	
Норма по СанПин	45%	34,65	35,55	150,75	1057,50	27,00	0,54	0,63	315,0	495,0	495,0	5,40	
отклонение от нормы (+ / -) %		-2,42	1,78	-0,77	-0,18	2,62	0,17	0,44	-33,84	-7,48	-12,71	6,24	-13,73

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	53,85	59,41	223,38	1643,66	48,4	0,90	1,35	280,14	891,1	779	214,6	9,07	
Норма по СанПин	70%	53,90	55,30	234,50	1645,00	42,00	0,84	0,98	490,0	770,0	770,0	8,40	
отклонение от нормы (+ / -) %		-0,07	5,20	-3,32	-0,06	10,64	5,25	26,59	-29,98	11,01	0,83	15,86	5,55

4

Россия Краснодарский край
ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

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

Возрастная категория: 7 - 11 лет **2-я неделя** Сезон: зима - весна 2023 - ___ г.г.

№ 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 Са	фосфор Р	магний Mg	железо Fe	
ЗАВТРАК															
54-15а/22	Икра свекольная	60	1,3	4,2	6,8	71,40	4,13	0,02	0,01	20,75	22,10	32,70	16,60	0,93	
259/17	Жаркое по - дормашнему	200	15,405	10,805	25,935	275,76	1,1587	0,134	0,16	35,823	129,79	18,566	4,297	0,8	
495 / 21	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	20,10	80,77	2,016	0	0	12,0	16,1	15,36	2,1	0,076	
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40	1,54	0,55	21,68	97,83	0	0,0480	0,016	0,00	8	26	5,6	0,040	
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	1,70	0,45	12,56	61,07	0,00	0,05	0,05	0,00	6,60	46,80	1,32	0,01	
итого за завтрак		530	20,52	16,105	87,10	586,83	7,30	0,25	0,24	68,57	182,6	139,4	29,92	1,85	
Норма по СанПин		25%	19,25	19,75	83,75	587,50	15,00	0,30	0,35	175,0	275,0	275,0	62,5	3,00	
отклонение от нормы (+ / -) %			1,64	-4,61	1,00	-0,03	-12,83	-4,42	-8,14	-15,20	-8,40	-12,32	-13,03	-9,54	
ОБЕД															
54-233/22	Маринад овощной с томатом	60	0,75	5,325	5,85	74,63	2,295	0,023	0,02	442,81	13,725	27,6	16,88	0,4	
103 / 21	Щи из свежей капусты	200	1,04	3,54	2,76	47,200	7,98	0,02	0,02	0,000	27,6	22,4	11	0,47	
291 / 17	Плов из птицы	190	16,32	9,884	37,994	297,81	1,869	0,171	0,080	139,21	118,76	20,416	9,2171	0,7	
460/21	Чай с молоком	200	3,1	2,2	10,95	75,70	0,58	0,02	0,014	13,7	112,7	88,8	17,90	1,165	
Пром.пр.	Кондитерские изделия (Печенье)	30	2,25	3,53	22,32	130,09	0	0,03	0,02	3,00	8,7	0,00	0,6	0,063	
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40	1,54	0,55	21,68	97,87	0	0,0480	0,016	0,00	8	26	5,6	0,040	
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	1,70	0,45	12,56	61,07	0	0,08	0,08	0,000	9,9	70,2	1,98	0,0132	
82/ 21	Фрукты свежие (банан)	100	0,34	0,34	8,4	40,290	10	0,040	0,05	0,000	18	28	36,6	0,6	
итого за обед		850	27,04	25,82	122,51	824,66	22,72	0,43	0,30	598,67	317,39	283,42	99,77	3,45	
Норма по СанПин		35%	26,95	27,65	117,25	822,50	21,00	0,42	0,49	245,0	385,0	385,0	87,5	4,20	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,11	-2,31	1,57	0,09	2,87	1,00	-13,57	50,52	-6,15	-9,23	4,91	-6,24	
ПОЛДНИК															
470 / 21	Кефир (м. д. ж. 2,5%)	200	5,8	5	8	101	1,4	0,08	0,023	40,1	240,8	180,6	28,1	0,2	
149 / 17	Котлеты картофельные	100/20	1,12	2,42	16,35	91,62	1,538	0,076	0,141	24,48	96,005	128,16	24,99	0,934	
327/17	с творогом и / соус молочный														
Г пр.	Хлеб пш. (батон)	20	0,77	0,38	10,28	45,22	0	0,022	0,022	0,00	3,8	13	2,6	0,024	
итого за полдник		340	7,69	7,795	34,63	237,84	2,938	0,18	0,186	64,583	340,6	321,8	55,7	1,158	
Норма по СанПин		10%	7,70	7,90	33,50	235,00	6,00	0,12	0,14	70,0	110,0	110,0	25,0	1,20	
отклонение от нормы (+ / -) %			-0,01	-0,13	0,34	0,12	-5,10	4,83	3,29	-0,77	20,96	19,25	12,28	-0,35	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	47,55	41,93	209,61	1411,48	30,03	0,68	0,54	667,24	500,0	422,8	129,7	5,31
Норма по СанПин	46,20	47,40	201,00	1410,00	36,00	0,72	0,84	420,0	660,0	660,0	150,0	7,20
отклонение от нормы (+ / -) %	1,75	-6,93	2,57	0,06	-9,95	-3,42	-21,71	35,32	-14,55	-21,56	-8,12	-15,78

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	34,73	33,62	157,14	1062,49	26,66	0,61	0,49	663,25	658,0	605,2	155,5	4,61
Норма по СанПин	34,65	35,55	150,75	1057,50	27,00	0,54	0,63	315,0	495,0	495,0	112,5	5,40
отклонение от нормы (+ / -) %	0,10	-2,45	1,91	0,21	-2,23	5,83	-10,29	49,75	14,82	10,02	17,18	-6,59

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	55,24	49,72	244,24	1649,32	32,97	0,86	0,72	731,83	840,6	745	185,4	6,46
Норма по СанПин	53,90	55,30	234,50	1645,00	42,00	0,84	0,98	490,0	770,0	770,0	175,0	8,40
отклонение от нормы (+ / -) %	1,74	-7,06	2,91	0,18	-15,06	1,42	-18,43	34,55	6,42	-2,31	4,15	-16,13

Россия Краснодарский край

ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

для УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 7 - 11 лет **2-я неделя** Сезон: зима - весна 2023 - ___ г.г.

№ 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															
230/21	Каша манная молочная жидкая	205	6,22	5,6	35,240	209,0	0,767	0,079	0,079	33,031	163,81	13,9469	2,2946	0,4	
14/17	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,09	0	0,0001	0,0001	4,00	0,24	0,3	0	0,002	
462/21	Какао с молоком	200	6,20	4,98	15,54	130,88	0,523	0,031	0,130	13,28	108,85	9,53	23,107	0,681	
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	35	1,35	0,48	18,97	85,60	0	0,0400	0,010	0,00	7	23	4,9	0,035	
Пром.пр.	Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71	0,00	0,05	0,05	0,00	6,60	46,80	1,32	0,01	
82/21	Фрукты свежие (апельсин)	105	0,82	0,16	12,821	55,946	14,01	0,04	0,03	0,00	35,7	17,9	1,37	0,32	
итого за завтрак		575	15,80	18,769	91,07	588,23	15,30	0,24	0,30	50,311	322,2	111,5	33,0	1,447	
Норма по СанПин		25%	19,25	19,75	83,75	587,50	15,00	0,30	0,35	175,0	275,0	62,5	3,00		
отклонение от нормы (+/-) %			-4,48	-1,24	2,19	0,03	0,50	-4,99	-3,64	-17,81	4,29	-14,87	-11,80	-12,94	
ОБЕД															
70/17	Овощ натур. Солён. (помидор)	60	0,67	0,06	2,1	11,63	6,3	0,01	0,02	0	6	21	9	0,5	
54-25с/23	Суп гороховый	200	4,08	2,22	14,56	94,58	4,01	0,14	0,05	121	26,68	76,36	27,66	1,41	
288/21	Тефтели. Белип	105	15,19	5,74	10,01	152,60	0,7	0,077	0,08	52,5	121,8	203,4	31,5	0,826	
321/17	Капуста тушёная / и	80 / 70	1,947	16,16	4,93	172,93	7,345	0,022	0,03	0,000	44,364	32,145	6,509	0,655	
303/17	Каша вязкая (пшеничная)		1,87	1,98	11,46	71,12	0	0,04	0,02	0,000	7,3	4,711	10,08	0,79	
ТК/485/21	Кисель из сока плодового или ягод	200	0,727	0,11	32,68	134,63	2,12	0,01	0,01	0,08	13,843	15,689	4,91	1,65	
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50	1,93	0,69	27,1	122,29	0	0,0600	0,020	0,00	10	32,5	7	0,055	
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	1,70	0,45	12,56	61,07	0	0,08	0,08	0,000	9,9	70,2	1,98	0,0132	
итого за обед		795	28,10	27,41	115,39	820,86	20,47	0,44	0,31	173,59	239,9	456,0	98,6	5,90	
Норма по СанПин		35%	26,95	27,65	117,25	822,50	21,00	0,42	0,49	245,0	385,0	385,0	87,5	4,20	
отклонение от нормы (+/-) %			1,50	-0,30	-0,55	-0,07	-0,88	1,58	-12,86	-10,20	-13,19	6,46	4,46	14,16	
ПОЛДНИК															
501/21	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0,2	20,2	86,00	4	0,02	0,02	0,000	14	14	8	0,28	
347/21	Котлета школьная и /соус молочный	80 / 20	5,18	6,90	6,21	108,27	0,446	0,048	0,106	6,773	69,187	14,525	4,108	0,52	
пр.	Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71	0,00	0,05	0,05	0,00	6,60	46,80	1,32	0,01	
итого за полдник		320	7,31	7,40	34,78	234,98	4,45	0,12	0,18	6,77	89,79	75,3	13,43	0,81	
Норма по СанПин		10%	7,70	7,90	33,50	235,00	6,00	0,12	0,14	70,0	110,0	110,0	25,0	1,20	
отклонение от нормы (+/-) %			-0,51	-0,63	0,38	0,00	-2,59	0,00	2,71	-9,03	-1,84	-3,15	-4,63	-3,26	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	43,90	46,18	206,47	1409,09	35,77	0,68	0,61	223,90	562,1	567,5	131,6	7,35	
Норма по СанПин	60%	46,20	47,40	201,00	1410,00	36,00	0,72	0,84	420,0	660,0	660,0	150,0	7,20
отклонение от нормы (+/-) %		-2,99	-1,54	1,63	-0,04	-0,38	-3,41	-16,49	-28,01	-8,90	-8,41	-7,35	1,22

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	35,41	34,81	150,18	1055,84	24,92	0,56	0,49	180,36	329,7	531,3	112,1	6,71	
Норма по СанПин	45%	34,65	35,55	150,75	1057,50	27,00	0,54	0,63	315,0	495,0	495,0	112,5	5,40
отклонение от нормы (+/-) %		0,99	-0,93	-0,17	-0,07	-3,47	1,58	-10,14	-19,23	-15,03	3,30	-0,17	10,90

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	51,21	53,58	241,25	1644,07	40,22	0,80	0,79	230,67	651,9	643	145,1	8,15	
Норма по СанПин	70%	53,90	55,30	234,50	1645,00	42,00	0,84	0,98	490,0	770,0	770,0	175,0	8,40
отклонение от нормы (+/-) %		-3,50	-2,17	2,01	-0,04	-2,97	-3,41	-13,78	-37,05	-10,74	-11,56	-11,98	-2,04

ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

для учащихся в общеобразовательном учреждении ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 7 - 11 лет **2-я неделя** Сезон: зима - весна 2023 - __ г.г.

№ 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															
150 / 21	Икра кабачковая (пром. производст	60	1,14	5,34	4,62	70,80	4,2	0,012	0,023	0,000	24,6	22,2	9	0,4	
256 / 21	Макаронные изделия отварные	110 / 40	4,07	3,603	21,67	144,71	0	0,044	0,02	13,529	8,463	30,222	5,294	0,5	
136/ 17	и / Овощи припущенные		0,56	1,051	2,75	22,72	0,875	0,02	0,025	9,550	10,82	20,43	1,45	0,27	
255 / 17	Печень по-строгановски	100	10,57	11,32	14,84	178,11	5,61	0,10	0,05	119,00	45,2	79,10	4,58	0,20	
54-3гн/22	чай с лимоном и сахаром	200	0,4	0	6,75	28,60	1,16	0	0,01	0,38	6,9	8,5	4,6	0,77	
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	42	1,61	0,57	22,76	102,72	0	0,0510	0,017	0,00	8,4	27,2	5,9	0,045	
Пром.пр.	Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71	0,00	0,05	0,05	0,00	6,60	46,80	1,32	0,01	
итого за завтрак		572	19,48	22,187	81,77	588,363	11,85	0,28	0,190	142,5	110,9	234,5	32,14	2,194	
Норма по СанПин		25%	19,25	19,75	83,75	587,50	15,00	0,30	0,35	175,0	275,0	275,0	62,5	3,00	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,30	3,08	-0,59	0,04	-5,26	-1,92	-11,43	-4,65	-14,91	-3,69	-12,14	-6,72	
ОБЕД															
54-21з / 22	Кукуруза сахарная	60	1,2	0,2	6,1	31,30	1,15	0,01	0,02	0,72	22	21	6,8	0,2	
116/21	Суп из овощей	200	1,6	3,62	5,06	59,200	5,8	0,06	0,06	0,00	18,2	36,2	14,6	0,564	
271/17	Котлеты домашние	90	7,07	8,39	22,52	173,81	0,207	0,058	0,02	10,84	53,09	13,826	2,014	0,7	
276/21	Омлет с отварным картофелем	180	12,42	15,48	12,78	241,20	8,10	0,14	0,04	223,20	104,4	221,4	30,6	0,243	
54-1хч/22	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,00	19,80	81,00	0,02	0	0	15,00	50	4,3	2,1	0,09	
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50	1,93	0,69	27,1	122,29	0	0,0600	0,020	0,00	10	32,5	7	0,055	
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	1,70	0,45	12,56	61,07	0	0,08	0,08	0,000	9,9	70,2	1,98	0,0132	
338 / 17	Плоды свежие (яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	53,28	12	0,036	0,024	0,000	19,2	13,2	10,8	2,64	
итого за обед		930	26,89	29,303	117,68	823,16	27,28	0,45	0,26	249,76	286,29	412,63	75,89	4,51	
Норма по СанПин		35%	26,95	27,65	117,25	822,50	21,00	0,42	0,49	245,0	385,0	385,0	87,5	4,20	
отклонение от нормы (+ / -) %			-0,08	2,09	0,13	0,03	10,46	2,33	-16,14	0,68	-8,97	2,51	-4,64	2,54	
ПОЛДНИК															
470 / 21	Кефир (м. д. ж. 2,5%)	200	5,8	5	8	101	1,4	0,08	0,023	40,1	240,8	180,6	28,1	0,2	
193/ 17	Биточек рисовый с морковью / /и соус молочный	100 / 20	1,75	2,032	17,22	94,17	0,31	0,03	0,03	16,62	19,12	6,221	2,18	0,54	
Пром.пр.	Хлеб пш. (батон)	17	0,66	0,33	8,74	40,57	0	0,02	0,02	0,00	3,2	11	2,2	0,02	
итого за полдник		337	8,21	7,362	33,96	235,74	1,710	0,13	0,073	58,72	263,1	197,8	32,48	0,76	
Норма по СанПин		10%	7,70	7,90	33,50	235,00	6,00	0,12	0,14	70,0	110,0	110,0	25,0	1,20	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,66	-0,68	0,14	0,03	-7,15	0,83	-4,79	-1,90	13,92	7,98	2,99	-3,67	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	46,37	51,49	199,45	1411,52	39,12	0,73	0,45	392,2	397,2	647,1	108,0	6,70
Норма по СанПин	46,20	47,40	201,00	1410,00	36,00	0,72	0,84	420,0	660,0	660,0	150,0	7,20
отклонение от нормы (+ / -) %	0,21	5,18	-0,46	0,06	5,20	0,42	-27,57	-3,97	-23,89	-1,17	-16,78	-4,18

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	35,10	36,67	161,64	1058,89	28,99	0,58	0,34	306,48	549,4	610,4	108,4	5,27
Норма по СанПин	34,65	35,55	150,75	1057,50	27,00	0,54	0,63	315,0	495,0	495,0	112,5	5,40
отклонение от нормы (+ / -) %	0,58	1,41	0,27	0,06	3,31	3,17	-20,93	-1,22	4,95	10,50	-1,65	-1,12

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	54,58	58,85	233,41	1647,3	40,83	0,9	0,5	448,9	660,4	844,9	140,5	7,46
Норма по СанПин	53,90	55,30	234,50	1645,00	42,00	0,84	0,98	490,0	770,0	770,0	175,0	8,40
отклонение от нормы (+ / -) %	0,88	4,50	-0,33	0,10	-1,95	1,25	-32,36	-5,87	-9,97	6,81	-13,79	-7,84

Россия Краснодарский край

ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

для учащихся в общеобразовательном учреждении ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 7 - 11 лет **2-я неделя** Сезон: зима - весна 2023 - __ г.г.

№ 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															
54-12з/22	Икра морковная	60	1,2	4,2	6,0	67,95	3,225	0,03	0,03	560,18	17,40	37,95	23,25	0,70	
289/ 17	Рагу из птицы	200	14,14	13,85	21,93	266,62	2,89	0,14	0,28	23,44	25,78	19,82	9,44	0,74	
501/ 21	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0,2	20,2	86,00	4	0,02	0,02	0,000	14	14	8	0,28	
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50	1,93	0,69	27,1	122,29	0	0,0600	0,020	0,00	10	32,5	7	0,055	
Пром.пр.	Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71	0,00	0,05	0,05	0,00	6,60	46,80	1,32	0,01	
итого за завтрак		530	19,39	19,24	83,61	583,58	10,12	0,30	0,40	583,62	73,8	151,1	49,0	1,78	
Норма по СанПин		25%	19,25	19,75	83,75	587,50	15,00	0,30	0,35	175,0	275,0	275,0	62,5	3,00	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,18	-0,65	-0,04	-0,17	-8,14	-0,08	3,71	58,37	-18,29	-11,27	-5,40	-10,14	
ОБЕД															
4зч/21	Маринад овощной со свеклой	60	0,576	5,436	4,68	69,96	3,06	0,018	0,034	15,12	14,7	15,24	15,24	1,242	
95 / 21	Борщ с капустой и картофелем	200	1,48	3,54	5,560	60,00	6,40	0,03	0,06	0,00	29,40	39,20	18,60	0,88	
308/21	Котлета рыбная любительская	100	10,157	6,344	21,299	193,47	0,00	0,06	0,06	64,00	86,00	151,0	15,10	0,73	
303/17	Каша вязкая (пшённая)	150	4,183	5,01	23,942	157,50	0	0,008	0,062	103,32	17,1	16,8	7,21	0,147	
465 / 21	Кофейный напиток с молоком	200	5,20	4,75	17,88	135,25	1,04	0,06	0,25	26,45	215,5	172,8	34,8	0,809	
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	44	1,69	0,61	23,848	107,62	0	0,0500	0,020	0,00	8,8	28,6	6,16	0,05	
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	1,70	0,45	12,56	61,07	0	0,08	0,08	0,000	9,9	70,2	1,98	0,0132	
82/ 21	Фрукты свежие (банан)	100	0,34	0,34	8,4	40,290	10,00	0,04	0,05	0,00	18,00	28,00	36,6	0,60	
итого за обед		884	25,33	26,47	118,17	825,16	20,50	0,35	0,616	208,89	399,4	521,8	135,7	4,47	
Норма по СанПин		35%	26,95	27,65	117,25	822,50	21,00	0,42	0,49	245,0	385,0	385,0	87,5	4,20	
отклонение от нормы (+ / -) %			-2,11	-1,49	0,27	0,11	-0,83	-5,83	9,00	-5,16	1,31	12,44	19,28	2,28	
ПОЛДНИК															
54-20ч/22	Чай с яблоком и апельсином	200	0,48	0,1	8,17	34,90	2,86	0,00	0,01	1,11	8,8	10,2	5,65	0,90	
ТТК/357/21	Оладьи из печени по -кунцевски и /соус сметанный	80 /20	8,29	8,84	11,91	156,35	1,056	0,198	0,060	215,954	38,76	143,7	2,430	0,58	
Пр.	Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71	0,00	0,05	0,05	0,00	6,60	46,80	1,32	0,01	
итого за полдник		320	9,91	9,23	28,45	231,97	3,91	0,25	0,12	217,1	54,18	200,7	9,40	1,49	
Норма по СанПин		10%	7,70	7,90	33,50	235,00	6,00	0,12	0,14	70,0	110,0	110,0	25,0	1,20	
отклонение от нормы (+ / -) %			2,87	1,68	-1,51	-0,13	-3,48	10,67	-1,43	21,01	-5,07	8,24	-6,24	2,41	

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	44,72	45,71	201,77	1408,74	30,62	0,65	1,02	792,52	473,2	672,9	184,7	6,26
Норма по СанПин	60%	46,20	47,40	201,00	1410,00	36,00	0,72	0,84	420,0	660,0	660,0	7,20
отклонение от нормы (+ / -) %		-1,92	-2,14	0,23	-0,05	-8,98	-5,92	12,71	53,22	-16,98	1,17	-7,86

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	35,24	35,70	146,61	1057,13	24,41	0,60	0,74	426,0	453,6	722,5	145,1	5,96
Норма по СанПин	45%	34,65	35,55	150,75	1057,50	27,00	0,54	0,63	315,0	495,0	495,0	5,40
отклонение от нормы (+ / -) %		0,76	0,19	-1,24	-0,02	-4,31	4,83	7,57	15,85	-3,77	20,68	4,68

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	54,63	54,94	230,22	1640,70	34,53	0,90	1,14	1009,6	527,4	874	194,1	7,75
Норма по СанПин	70%	53,90	55,30	234,50	1645,00	42,00	0,84	0,98	490,0	770,0	770,0	8,40
отклонение от нормы (+ / -) %		0,95	-0,46	-1,28	-0,18	-12,45	4,75	11,29	74,23	-22,06	9,42	-5,45

Россия Краснодарский край
ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
 для учащихся в общеобразовательном учреждении ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ
 ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 7 - 11 лет **2 - я неделя** Сезон: зима - весна 2023 - ___ г.г.

Возрастная категория: 7 - 11 лет меню завтраки 10-тидневка 2 - 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%			77	79,0	335	2350	60	1,2	1,4	700	1100	1100	250	12
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20														
7-11 л	ЗАВТРАКИ	25%	19,25	19,75	83,75	587,50	15,00	0,30	0,35	175,00	275,0	275,0	62,50	3,00
Среднее за 5 дней (фактически)			19,25	19,75	83,75	587,50	12,88	0,28	0,37	209,39	233,6	212,1	46,12	2,52
отклонение от нормы (+ / -) %			0,00	0,00	0,00	0,00	-3,54	-1,27	1,33	4,91	-3,77	-5,72	-6,55	-4,01

Возрастная категория: 7 - 11 лет меню обеды 10-тидневка 2 - 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%			77	79,0	335	2350	60	1,2	1,4	700	1100	1100	250	12
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20														
7-11 л	ОБЕДЫ	35%	26,95	27,65	117,25	822,50	21,00	0,42	0,49	245,00	385,0	385,0	87,50	4,20
Среднее за 5 дней (фактически)			26,95	27,65	117,25	822,50	23,12	0,42	0,40	258,17	318,95	385,95	100,6	4,22
отклонение от нормы (+ / -) %			0,00	0,00	0,00	0,00	3,54	-0,28	-6,20	1,88	-6,00	0,09	5,24	0,17

Возрастная категория: 7 - 11 лет меню -полдники 10-тидневка 2 - 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%			77	79,0	335	2350	60	1,2	1,4	700	1100	1100	250	12
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20														
7-11 л	ПОЛДНИКИ	10%	7,70	7,90	33,50	235,00	6,00	0,12	0,14	70,00	110,0	110,0	25,00	1,20
Среднее за 5 дней (фактически)			7,70	7,90	33,50	235,00	3,39	0,16	0,13	72,67	161,7	179,0	29,22	1,04
отклонение от нормы (+ / -) %			0,00	0,00	0,00	0,00	-4,36	3,4	-0,47	0,38	4,70	6,27	1,69	-1,34

Возрастная категория: 7 - 11 лет меню завтраки - обеды 10-тидневка 2 - 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%			77	79,0	335	2350	60	1,2	1,4	700	1100	1100	250	12
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20														
7-11 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ	60%	46,20	47,40	201,00	1410,00	36,00	0,72	0,84	420,00	660,0	660,0	150,0	7,20
Среднее за 5 дней (фактически)			46,20	47,40	201,00	1410,00	36,00	0,70	0,77	467,56	552,5	598,0	146,7	6,74
отклонение от нормы (+ / -) %			0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	-1,55	-4,87	6,79	-9,77	-5,63	-1,31	-3,84

Возрастная категория: 7 - 11 лет меню обеды-полдники 10-тидневка 2 - 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%			77	79,0	335	2350	60	1,2	1,4	700	1100	1100	250	12
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20														
7-11 л	ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	45%	34,65	35,55	150,75	1057,50	27,00	0,54	0,63	315,00	495,0	495,0	112,5	5,40
Среднее за 5 дней (фактически)			34,65	35,55	150,75	1057,5	26,51	0,58	0,54	330,84	480,7	564,9	129,8	5,26
отклонение от нормы (+ / -) %			0,00	0,00	0,00	0,00	-0,82	3,1	-6,67	2,26	-1,30	6,36	6,93	-1,17

Возрастная категория: 7 - 11 лет меню завтраки - обеды-полдники 10-тидневка 2 - 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%			77	79,0	335	2350	60	1,2	1,4	700	1100	1100	250	12
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20														
7-11 л	ЗАВТРАКИ - ОБЕДЫ И ПОЛДНИК	70%	53,90	55,30	234,50	1645,00	42,00	0,84	0,98	490,00	770,0	770,0	175,0	8,40
Среднее за 5 дней (фактически)			53,90	55,30	234,50	1645,0	39,39	0,86	0,91	540,2	714,25	777,00	175,94	7,78
отклонение от нормы (+ / -) %			0,00	0,00	0,00	0,00	-4,36	1,9	-5,34	7,18	-5,07	0,64	0,38	-5,19

12

Россия Краснодарский край

ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
 ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 7 - 11 лет 1 - 2-я неделя Сезон: зима - весна 2023 - ___ г.г.

Возрастная категория: 7 - 11 лет 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 Ca	фосфор P	магний Mg	железо Fe
Итого за день по СанПиН 100%			77	79,0	335	2350	60	1,2	1,4	700	1100	1100	250	12
7-11 л	ЗАВТРАКИ	25%	19,25	19,75	83,75	587,50	15,00	0,30	0,35	175,00	275,0	275,0	62,50	3,00
Среднее за 10 дней (фактически)			19,25	19,75	83,75	587,50	13,94	0,25	0,33	160,44	257,0	183,6	43,91	2,71
отклонение от нормы (+ / -) %			0,00	0,00	0,00	0,00	-1,77	-3,95	-1,52	-2,08	-1,64	-8,31	-7,44	-2,45

Возрастная категория: 7 - 11 лет меню обеды 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 Ca	фосфор P	магний Mg	железо Fe
Итого за день по СанПиН 100%			77	79,0	335	2350	60	1,2	1,4	700	1100	1100	250	12
7-11 л	ОБЕДЫ	35%	26,95	27,65	117,25	822,50	21,00	0,42	0,49	245,00	385,0	385,0	87,50	4,20
Среднее за 10 дней (фактически)			26,95	27,65	117,25	822,50	23,49	0,43	0,47	257,90	330,9	391,1	93,82	4,52
отклонение от нормы (+ / -) %			0,00	0,00	0,00	0,00	4,15	0,46	-1,08	1,84	-4,92	0,56	2,53	2,68

Возрастная категория: 7 - 11 лет меню -полдники 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 Ca	фосфор P	магний Mg	железо Fe
Итого за день по СанПиН 100%			77	79,0	335	2350	60	1,2	1,4	700	1100	1100	250	12
7-11 л	ПОЛДНИКИ	10%	7,70	7,90	33,50	235,00	6,00	0,12	0,14	70,00	110,0	110,0	25,00	1,20
Среднее за 10 дней (фактически)			7,70	7,90	33,50	235,00	4,57	0,15	0,18	71,64	182,2	195,3	37,28	1,27
отклонение от нормы (+ / -) %			0,00	0,00	0,00	0,00	-2,38	2,70	2,59	0,23	6,56	7,75	4,91	0,57

Возрастная категория: 7 - 11 лет меню завтраки - обеды 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 Ca	фосфор P	магний Mg	железо Fe
Итого за день по СанПиН 100%			77	79,0	335	2350	60	1,2	1,4	700	1100	1100	250	12
7-11 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ	60%	46,20	47,40	201,00	1410,00	36,00	0,72	0,84	420,00	660,0	660,0	150,0	7,20
Среднее за 10 дней (фактически)			46,20	47,40	201,00	1410,00	37,43	0,68	0,80	418,35	587,8	574,7	137,7	7,23
отклонение от нормы (+ / -) %			0,00	0,00	0,00	0,00	2,38	-3,49	-2,60	-0,24	-6,56	-7,75	-4,91	0,23

Возрастная категория: 7 - 11 лет меню обеды-полдники 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 Ca	фосфор P	магний Mg	железо Fe
Итого за день по СанПиН 100%			77	79,0	335	2350	60	1,2	1,4	700	1100	1100	250	12
7-11 л	ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	45%	34,65	35,55	150,75	1057,50	27,00	0,54	0,63	315,00	495,0	495,0	112,5	5,40
Среднее за 10 дней (фактически)			34,65	35,55	150,75	1057,50	28,06	0,58	0,65	329,55	513,0	586,4	131,1	5,79
отклонение от нормы (+ / -) %			0,00	0,00	0,00	0,00	1,77	3,16	1,50	2,08	1,64	8,31	7,44	3,25

Возрастная категория: 7 - 11 лет единое меню завтраки - обеды - полдники 10-тидневка ОСЕНЬ 2022 - ___ г.г.			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%			77	79,0	335	2350	60	1,2	1,4	700	1100	1100	250	12
7-11 л	завтрак-обед-полдник	70%	53,90	55,30	234,50	1645,00	42,00	0,84	0,98	490,00	770,0	770,0	175,0	8,40
Среднее за 10 дней (фактически)			53,90	55,30	234,50	1645,00	42,00	0,83	0,98	490,0	770,0	770,0	175,0	8,50
отклонение от нормы (+ / -) %			0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	-0,79	-0,02	-0,001	0,001	0,00	0,00	0,80