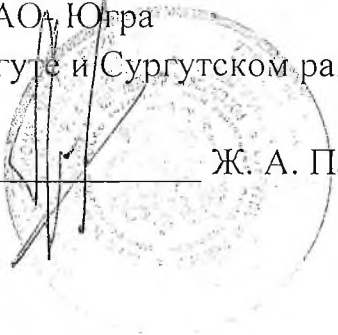


СОГЛАСОВАНО

Начальник ТОУ " Роспотребнадзора"  
по ХМАО, Югра  
в г.Сургуте и Сургутском районе

Ж. А. Пасынкова



СОГЛАСОВАНО

директор МБОУ  
Лянторская СОШ № 5

Л. Г. Емельва



**ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ  
ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ, ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 12-18 ЛЕТ  
В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ  
на 2017 год**

г. Лянтор столовые: МБОУ ЛСОШ  
№ 1,3,4,5,6, МАОУ ЛСОШ № 7,  
п. Фёдоровский: столовые СОШ № 1,2.5; НОШ №4  
МБОУ СОШ п. Нижнесортымский.

УТВЕРЖДАЮ

Председатель Сургутского Территориального  
Потребительского Общества

Е.А. Завьялова



**ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ЗАВТРАКОВ, ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ**

на 2017 год

для категории учащихся 12-18 лет.

г. Лянтор : столовые СОШ № 1,3,4,5,6,7

п. Фёдоровский: столовые СОШ № 1,2,5; НОШ №4

п. Нижнесортымский: столовая СОШ

**Понедельник( День)**

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004г.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г.	ЭЦ,ккал	В1, мг	С, мг	А, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
<b>завтрак</b>													
Каша молочная вязкая манная с маслом сливочным	табл.№4, №302	1/200/10	7,60	15,47	52,50	228,80	0,05	0,80	0,08	62,80	317,33	24,40	1,08
Яйцо отварное	№337	1/40	5,1	4,6	0,3	63	0,04	0	0,08	22	76,8	4,8	1
Сыр порционно	№97	1/35	8,87	8,87	11,32	140	0	0,25	0,13	30,8	175	12,25	0,47
Хлеб пшеничный		1/40	2,40	1,56	17,68	94,00	0,00	0,00	0,00	2,40	0,40	0,24	0,04
Хлеб ржаной		1/30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,00	0,30	10,50	47,40	14,10	1,17
Какао с молоком	№694	1/200	4,9	5	32,5	190	0,46	0	0,07	110,78	102,3	3,8	1
<b>Итого за приём</b>			<b>30,85</b>	<b>35,86</b>	<b>124,32</b>	<b>768</b>	<b>0,61</b>	<b>1,05</b>	<b>0,66</b>	<b>239,28</b>	<b>719,23</b>	<b>59,59</b>	<b>4,76</b>
<b>Обед</b>													
Салат из помидор с перцем болгар., с маслом	№ 22	1/100	1,90	5,30	3,50	86,00	0,06	16,30	0,07	65,30	140,80	2,40	0,08
Суп гороховый на м/б	№139	1/250	6,20	5,60	22,30	167,00	0,28	2,75	0,00	40,00	397,50	90,00	4,25
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	табл.№4, №297	1/200	11,6	10,4	56,8	372	0,2	0	0,01	16,8	163,8	112,2	3,8
Бифштекс рубленый	№ 448	1/100	20,60	37,30	0,00	420,00	0,10	0,00	0,00	14,00	150,00	24,00	1,20
Хлеб пшеничный		1/80	4,80	3,12	35,36	188,00	0,00	0,00	0,00	4,80	0,80	0,48	0,08
Хлеб ржаной		1/48	3,17	0,58	16,03	83,52	0,08	0,00	0,48	16,80	75,84	22,56	1,88
Компот из кураги	№ 638	1/200	1,20	0,00	39,60	158,00	0,01	0,65	0,20	7,40	34,00	2,60	0,00
<b>Итого за приём</b>			<b>49,47</b>	<b>62,30</b>	<b>173,59</b>	<b>1474,52</b>	<b>0,73</b>	<b>19,70</b>	<b>0,76</b>	<b>165,10</b>	<b>962,74</b>	<b>254,24</b>	<b>11,29</b>
<b>Полдник</b>													
Кисломолочный продукт	№ 698	1/230	6,44	7,36	13,80	132,25	0,07	1,38	0,05	294,40	211,60	32,20	0,23
Булочка "Гворожная"	№786	1/100	13,30	3,60	55,60	295,00	0,11	0,00	0,01	82,00	89,00	3,00	1,30
Фрукт(мандарин) свежий		1/150	1,20	0,30	11,25	57,00	0,09	14,10	0,02	0,13	8,00	11,00	0,10
<b>Итого за приём</b>			<b>20,94</b>	<b>11,26</b>	<b>80,65</b>	<b>484,25</b>	<b>0,27</b>	<b>15,48</b>	<b>0,08</b>	<b>376,53</b>	<b>308,60</b>	<b>46,20</b>	<b>1,63</b>
<b>Итого за день</b>			<b>101,26</b>	<b>109,42</b>	<b>378,56</b>	<b>2726,77</b>	<b>1,61</b>	<b>36,23</b>	<b>1,50</b>	<b>780,91</b>	<b>1990,57</b>	<b>360,03</b>	<b>17,68</b>

Наименование блюда	Сборник рецептов 2004г.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ,ккал	В1, мг	С, мг	А, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
<b>завтрак</b>													
Огурец свежий порционно		1/100	0,80	0,10	2,47	14,00	0,10	19,60	0,00	0,00	0,00	0,00	1,18
Каша пшеничная рассыпчатая	№297, таб.4	1/200	5,40	8,20	46,00	282,00	0,08	0,00	0,00	51,71	55,00	0,00	1,16
Курица отварная	№487	1/100	22,02	17,72	0	276,64	0,1	2,9	0	40,8	206,8	25,6	1,88
Хлеб пшеничный		1/40	2,40	1,56	17,68	94,00	0,00	0,00	0,00	2,40	0,40	0,24	0,04
Хлеб ржаной		1/30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,00	0,30	10,50	47,40	14,10	1,17
Чай с сахаром	№ 685	1/200	0,18	0,04	13,66	53,00	0,00	0,65	0,00	0,00	0,00	0,00	0,13
<b>Итого за приём</b>			<b>32,78</b>	<b>27,98</b>	<b>89,83</b>	<b>771,84</b>	<b>0,34</b>	<b>23,15</b>	<b>0,30</b>	<b>105,41</b>	<b>309,60</b>	<b>39,94</b>	<b>5,56</b>
<b>Обед</b>													
Салат картофельный с зелёным горошком с маслом	№ 52	1/100	1,40	5,40	9,90	95,00	0,08	10,00	0,00	19,00	52,00	15,00	0,65
Рассольник ленинградский со сметаной	№ 132	1/250/10	3,03	6,50	20,40	156,00	0,13	12,75	1,00	27,50	92,75	34,25	1,25
Рагу из овощей	№224	1/200	3,50	11,10	17,50	187,00	0,12	6,43	0,45	190,15	260,00	36,80	1,04
Сарделька отварная	№ 413	1/100	10,35	16,47	1,35	194,40	0,03	0,00	0,00	22,28	112,28	13,72	1,55
Хлеб пшеничный		1/80	4,80	3,12	35,36	188,00	0,00	0,00	0,00	4,80	0,80	0,48	0,08
Хлеб ржаной		1/48	3,17	0,58	16,03	83,52	0,08	0,00	0,48	16,80	75,84	22,56	1,88
Сок натуральный	№ 707	1/200	1	0	27,4	110	0,04	8	1,3	40	36	20	0,4
<b>Итого за приём</b>			<b>27,25</b>	<b>43,17</b>	<b>127,94</b>	<b>1013,92</b>	<b>0,48</b>	<b>37,18</b>	<b>3,23</b>	<b>320,53</b>	<b>629,67</b>	<b>142,81</b>	<b>6,85</b>
<b>Полдник</b>													
Молоко кипячёное	№697	1/200	5,60	6,80	9,90	123,00	0,08	2,00	0,04	364,00	181,80	26,40	0,20
Кондитерское изделие( пряник)		1/14	1,05	2,66	20,21	64,40	0,01	0,00	0,00	2,80	9,66	1,82	0,14
Фрукт(груша) свежий		1/150	0,90	0,00	16,20	86,00	0,11	16,29	0,02	0,13	8,00	11,00	0,57
<b>Итого за приём</b>			<b>7,55</b>	<b>9,46</b>	<b>46,31</b>	<b>273,40</b>	<b>0,20</b>	<b>18,29</b>	<b>0,06</b>	<b>366,93</b>	<b>199,46</b>	<b>39,22</b>	<b>0,91</b>
<b>Итого за день</b>			<b>67,58</b>	<b>80,61</b>	<b>264,08</b>	<b>2059,16</b>	<b>1,02</b>	<b>78,62</b>	<b>3,59</b>	<b>792,87</b>	<b>1138,73</b>	<b>221,97</b>	<b>13,32</b>

(Здень)

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004г.	Выход, г	Белки, г г.	Жиры, г г.	Углеводы, г.	ЭЦ,ккал	В1, мг	С, мг	А, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
<b>завтрак</b>													
Салат из свежих помидор с яблоками с маслом	№21	1/100	1,90	5,30	3,50	86,00	0,06	16,30	0,07	65,30	140,80	2,40	0,08
Капуста тушеная	№214	1/200	5	9,2	21,4	188	0,1	44,2	0,8	123	99	50,8	2
Тефтели мясные с соусом	№461-462,587	1/100/50	18,45	21,95	13,68	349	0,07	0	0	17,07	190,2	27,31	2,71
Хлеб пшеничный		1/40	2,40	1,56	17,68	94,00	0,00	0,00	0,00	2,40	0,40	0,24	0,04
Хлеб ржаной		1/30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,00	0,30	10,50	47,40	14,10	1,17
Кофейный напиток с молоком	№692	1/200	2,5	3,6	28,7	152	0,04	1,3	0,9	125,6	74,4	20	0,14
Фрукт(яблоко) свежий		1/150	0,60	0,60	14,70	70,50	0,04	9,10	0,01	6,00	23,80	8,50	1,36
<b>Итого за приём</b>			<b>32,83</b>	<b>42,57</b>	<b>109,68</b>	<b>991,7</b>	<b>0,373</b>	<b>70,9</b>	<b>2,08</b>	<b>349,87</b>	<b>576</b>	<b>123,35</b>	<b>7,5</b>
<b>Обед</b>													
Салат из свеклы с изюмом	№ 50	1/100	1,70	3,00	15,20	93,00	0,08	0,00	0,00	9,45	190,00	70,00	2,10
Щи из свежей капусты со сметаной	№ 124	1/250/10	2,30	4,60	10,30	109,00	0,03	16,03	1,00	41,80	41,00	21,05	0,53
Плов с курицей	№ 492	1/100/200	24,30	23,70	54,30	537,00	34,80	0,00	0,00	2,70	0,00	0,00	2,10
Хлеб пшеничный		1/80	4,80	3,12	35,36	188,00	0,00	0,00	0,00	4,80	0,80	0,48	0,08
Хлеб ржаной		1/48	3,17	0,58	16,03	83,52	0,08	0,00	0,48	16,80	75,84	22,56	1,88
Кисель из брусники	№640	1/200	0,00	0,00	32,20	134,00	0,00	1,00	0,00	13,60	12,60	1,40	0,16
<b>Итого за приём</b>			<b>36,27</b>	<b>35,00</b>	<b>163,39</b>	<b>1144,5</b>	<b>34,99</b>	<b>17,03</b>	<b>1,48</b>	<b>89,15</b>	<b>320,24</b>	<b>115,49</b>	<b>6,85</b>
<b>Полдник</b>													
Сок натуральный	№ 707	1/200	1	0	27,4	110	0,04	8	0,13	40	36	20	0,4
Кекс "Творожный"	№794	1/70	5,74	12,88	36,05	280,70	0,00	0,70	0,00	47,25	31,99	5,35	0,60
Творожный десерт в индивид. упаковке		1/100	4,20	4,50	21,40	118,70	0,00	0,00	0,00	182,00	141,90	15,80	0,00
<b>Итого за приём</b>			<b>10,94</b>	<b>17,38</b>	<b>84,85</b>	<b>509,40</b>	<b>0,04</b>	<b>8,70</b>	<b>0,13</b>	<b>269,25</b>	<b>209,89</b>	<b>41,15</b>	<b>1,00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>80,04</b>	<b>94,95</b>	<b>357,92</b>	<b>2645,62</b>	<b>35,40</b>	<b>96,63</b>	<b>3,69</b>	<b>708,27</b>	<b>1106,13</b>	<b>279,99</b>	<b>15,35</b>

Наименование блюда	Сборник рецептов 2004г.	Выход, г	Белки, г г.	Жиры, г г.	Углеводы, г.	ЭЦ,ккал	В1, мг	С, мг	А, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
<b>завтрак</b>													
Салат из свежих огурцов с маслом растительным	№16,17	1/100	0,6	7,1	3	170	0,08	7,7	0,03	19,45	46	14,3	0,4
Пюре картофельное	№520	1/200	4,20	9,00	29,20	218,00	0,08	7,69	0,05	173,87	196,00	35,80	0,37
Шницель рыбный натуральный	№391	1/100	17,4	11,8	1,8	188	49,3	28,9	191,3	1	0,09	0,1	10,7
Хлеб пшеничный		1/40	2,40	1,56	17,68	94,00	0,00	0,00	0,00	2,40	0,40	0,24	0,04
Хлеб ржаной		1/30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,00	0,30	10,50	47,40	14,10	1,17
Чай с лимоном, с сахаром	№684,686	1/200	0,3	0	15,2	60	5,6	1,04	0	14,4	17,2	9,2	1,6
<b>Итого за приём</b>			<b>26,88</b>	<b>29,82</b>	<b>76,90</b>	<b>782,20</b>	<b>55,12</b>	<b>45,33</b>	<b>191,68</b>	<b>221,62</b>	<b>307,09</b>	<b>73,74</b>	<b>14,28</b>
<b>Обед</b>													
Винегрет овощной с маслом растительным	№71	1/100	3,40	10,20	6,80	124,00	0,03	5,00	0,10	13,97	67,00	138,00	0,50
Суп из овощей на м/б со сметаной	№135	1/250/10	2,50	6,40	12,70	120,00	0,15	20,00	0,75	41,25	77,00	27,00	1,75
Макаронные изделия отварные	№332,516	1/200	7,00	8,20	47,00	294,00	0,07	0,00	0,13	48,67	78,27	16,00	0,45
Гуляш с мясом говядины	№437	1/100/50	23,17	4,17	6,67	220	0,07	0	0,07	19	172	18	2,3
Хлеб пшеничный		1/80	4,80	3,12	35,36	188,00	0,00	0,00	0,00	4,80	0,80	0,48	0,08
Хлеб ржаной		1/48	3,17	0,58	16,03	83,52	0,08	0,00	0,48	16,80	75,84	22,56	1,88
Компот из свежих фруктов	№ 631	1/200	0,20	0,00	35,80	142,00	0,01	1,60	0,00	6,27	3,83	3,13	0,83
<b>Итого за приём</b>			<b>44,24</b>	<b>32,67</b>	<b>160,36</b>	<b>1171,5</b>	<b>0,41</b>	<b>26,60</b>	<b>1,53</b>	<b>150,76</b>	<b>474,74</b>	<b>225,17</b>	<b>7,79</b>
<b>Полдник</b>													
Кисломолочный продукт	№ 698	1/250	7,00	8,00	15,00	143,75	0,08	1,50	0,05	320,00	230,00	35,00	0,25
Кондитерское изделие( вафли)		1/14	1,05	2,66	20,21	64,40	0,01	0,00	0,00	2,80	9,66	1,82	0,14
Фрукт(банан) свежий		1/150	0,45	0,00	12,90	57,00	0,06	15,00	0,18	12,00	42,00	63,00	0,90
<b>Итого за приём</b>			<b>8,50</b>	<b>10,66</b>	<b>48,11</b>	<b>265,15</b>	<b>0,15</b>	<b>16,50</b>	<b>0,23</b>	<b>334,80</b>	<b>281,66</b>	<b>99,82</b>	<b>1,29</b>
<b>Итого за день</b>			<b>79,62</b>	<b>73,15</b>	<b>285,37</b>	<b>2218,87</b>	<b>55,68</b>	<b>88,43</b>	<b>193,44</b>	<b>707,18</b>	<b>1063,49</b>	<b>398,73</b>	<b>23,36</b>

Пятница(Сдeнь)

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004г.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ,ккал	В1, мг	С, мг	А, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
<b>завтрак</b>													
Помидор свежий порционно		1/100	0,8	0,1	2,47	14	0,1	19,6	0	0	0	0	1,18
Рис припущенный с маслом сливочным	№512	1/200	4,8	8	49,4	392	3,22	0	0	3,23	182,7	39	0,68
Котлета мясная	№451	1/100	15,9	14,4	16	261	0,06	0	0	13,6	202	22	1,02
Хлеб пшеничный		1/40	2,40	1,56	17,68	94,00	0,00	0,00	0,00	2,40	0,40	0,24	0,04
Хлеб ржаной		1/30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,00	0,30	10,50	47,40	14,10	1,17
Чай с молоком	сб.рец.1994г.№630	1/200	1,6	1,6	17,3	87	0,071	0	0,06	149,98	172	33,3	0,2
Кисломолочный продукт	№ 698	1/230	6,44	7,36	13,80	132,25	0,07	1,38	0,05	294,40	211,60	32,20	0,23
<b>Итого за приём</b>			<b>33,92</b>	<b>33,38</b>	<b>126,67</b>	<b>1032,45</b>	<b>3,58</b>	<b>20,98</b>	<b>0,41</b>	<b>474,11</b>	<b>816,10</b>	<b>140,84</b>	<b>4,52</b>
<b>Обед</b>													
Салат из свежих овощей с маслом растительным	№ 23	1/100	3,1	12,6	3,2	67	0,06	16,3	1,1	42,3	51,8	22,6	1
Борщ на м/б со сметаной	№ 113	1/250/10	2,30	7,20	13,40	127,00	0,00	10,75	0,23	41,75	58,25	17,50	1,00
Жаркое по домашнему с мясом говядины	№ 436	1/275	20,03	14,70	32,40	375,00	0,30	6,25	0,08	45,20	600,00	100,50	3,50
Хлеб пшеничный		1/80	4,80	3,12	35,36	188,00	0,00	0,00	0,00	4,80	0,80	0,48	0,08
Хлеб ржаной		1/48	3,17	0,58	16,03	83,52	0,08	0,00	0,48	16,80	75,84	22,56	1,88
Сок натуральный	№ 707	1/200	1	0	27,4	110	0,04	8	0,13	40	36	20	0,4
<b>Итого за приём</b>			<b>34,40</b>	<b>38,20</b>	<b>127,79</b>	<b>950,52</b>	<b>0,48</b>	<b>41,30</b>	<b>2,02</b>	<b>190,85</b>	<b>822,69</b>	<b>183,64</b>	<b>7,86</b>
<b>Полдник</b>													
Молоко кипячёное	№697	1/200	5,60	6,80	9,90	123,00	0,08	2,00	0,04	364,00	181,80	26,40	0,20
Кондитерское изделие( печенье)		1/14	1,05	2,66	20,21	64,40	0,01	0,00	0,00	2,80	9,66	1,82	0,14
Фрукт(апельсин) свежий		1/150	1,20	0,30	11,25	57,00	0,09	14,10	0,02	0,13	8,00	11,00	0,10
<b>Итого за приём</b>			<b>7,85</b>	<b>9,76</b>	<b>41,36</b>	<b>244,40</b>	<b>0,18</b>	<b>16,10</b>	<b>0,06</b>	<b>366,93</b>	<b>199,46</b>	<b>39,22</b>	<b>0,44</b>
<b>Итого за день</b>			<b>76,17</b>	<b>81,34</b>	<b>295,82</b>	<b>2227,37</b>	<b>4,24</b>	<b>78,38</b>	<b>2,49</b>	<b>1031,89</b>	<b>1838,25</b>	<b>363,70</b>	<b>12,82</b>

наименование блюда	Сборник рецептов 2004г.	Выход, г	Белки, г г.	Жиры, г г.	Углеводы, г.	ЭЦ,ккал	В1, мг	С, мг	А, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
<b>завтрак</b>													
Икра морковная	№78	1/100	1,5	4	11	86	0,07	14,9	0,008	2,1	65,3	34,3	1,9
Макаронные изделия отварные с сыром	№332,333,516	1/200	10,8	12,34	42,6	334	0,06	0,18	0,14	139,46	189,4	23,2	1,52
Яйцо отварное	№337	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,04	0,00	0,08	22,00	76,80	4,80	1,00
Хлеб пшеничный		1/40	2,40	1,56	17,68	94,00	0,00	0,00	0,00	2,40	0,40	0,24	0,04
Хлеб ржаной		1/30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,00	0,30	10,50	47,40	14,10	1,17
Какао с молоком	№694	1/200	4,9	5	32,5	190	0,06	1,6	0,04	172,2	178,4	24,8	1
<b>Итого за приём</b>			<b>26,68</b>	<b>27,86</b>	<b>114,1</b>	<b>819,2</b>	<b>0,29</b>	<b>16,68</b>	<b>0,568</b>	<b>348,66</b>	<b>557,7</b>	<b>101,44</b>	<b>6,63</b>
<b>Обед</b>													
Салат витаминный 1 вариант	№ 39	1/100	2,60	4,90	3,50	70,00	41,92	19,60	39,10	1,00	1,00	0,03	19,00
Суп крестьянский со сметаной	№134	1/250/10	2,90	7,30	14,60	137,00	0,06	10,80	0,06	42,00	85,00	16,00	1,20
Картофель отварной	№518	1/200	4,00	5,60	32,40	200,00	0,20	26,40	0,00	24,00	108,00	44,00	1,23
Минтай тушёный в томатном соусе	№347	1/100/25	13,40	7,00	5,10	137,00	0,08	2,78	1,60	32,06	134,90	35,68	1,23
Хлеб пшеничный		1/80	4,80	3,12	35,36	188,00	0,00	0,00	0,00	4,80	0,80	0,48	0,08
Хлеб ржаной		1/48	3,17	0,58	16,03	83,52	0,08	0,00	0,48	16,80	75,84	22,56	1,88
Кисель из клюквы	№640	1/200	0,20	0,00	35,80	142,00	0,01	5,76	0,00	0,00	23,60	2,30	0,00
<b>Итого за приём</b>			<b>31,07</b>	<b>28,50</b>	<b>142,79</b>	<b>957,52</b>	<b>42,35</b>	<b>65,34</b>	<b>41,24</b>	<b>120,66</b>	<b>429,14</b>	<b>121,05</b>	<b>24,62</b>
<b>Полдник</b>													
Сок натуральный	№ 707	1/200	1	0	27,4	110	0,04	8	0,13	40	36	20	0,4
Булочка "Творожная"	№786	1/100	13,30	3,60	55,60	295,00	0,11	0,00	0,01	82,00	89,00	3,00	1,30
Фрукт (яблоко) свежий		1/150	0,60	0,60	14,70	70,50	0,04	9,10	0,01	6,00	23,80	8,50	1,36
<b>Итого за приём</b>			<b>14,90</b>	<b>4,20</b>	<b>97,70</b>	<b>475,50</b>	<b>0,19</b>	<b>17,10</b>	<b>0,15</b>	<b>128,00</b>	<b>148,80</b>	<b>31,50</b>	<b>3,06</b>
<b>Итого за день</b>			<b>72,65</b>	<b>60,56</b>	<b>354,59</b>	<b>2252,22</b>	<b>42,83</b>	<b>99,12</b>	<b>41,96</b>	<b>597,32</b>	<b>1135,64</b>	<b>253,99</b>	<b>34,31</b>

ик(7день)

Наименование блюда	Сборник рецептов 2004г.	Выход, г	Белки, г г.	Жиры, г г.	Углеводы, г	ЭЦ,ккал	В1, мг	С, мг	А, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
<b>завтрак</b>													
Каша молочная вязкая пшеничная с маслом сливо	табл№4,№302	1/200/10	6	16,4	33,2	238	0,13	2,1	0,6	160	298,7	129,87	0,5
Сыр порционно	№97	1/35	8,87	8,87	11,32	140	0	0,25	0,13	30,8	175	12,25	0,47
Яйцо отварное	№337	1/40	5,1	4,6	0,3	63	0,04	0	0,08	22	76,8	4,8	1
Хлеб пшеничный		1/40	2,40	1,56	17,68	94,00	0,00	0,00	0,00	2,40	0,40	0,24	0,04
Хлеб ржаной		1/30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,00	0,30	10,50	47,40	14,10	1,17
Кофейный напиток с молоком	№692	1/200	4,693	3,02	18,39	114,3	0,04	1,3	0,9	125,6	74,4	20	0,14
Фрукт (яблоко) свежий		1/150	0,60	0,60	14,70	70,50	0,04	9,10	0,01	6,00	23,80	8,50	1,36
<b>Итого за приём</b>			<b>29,64</b>	<b>35,41</b>	<b>105,61</b>	<b>772,00</b>	<b>0,31</b>	<b>12,75</b>	<b>2,02</b>	<b>357,30</b>	<b>696,50</b>	<b>189,76</b>	<b>4,68</b>
<b>Обед</b>													
Салат из редьки с овощами с маслом	№34	1/100	2,40	4,60	11,00	86,00	0,00	0,00	0,00	32,00	27,00	20,00	1,10
Уха с крупой	№181	1/250	1,40	0,30	0,30	10,00	0,00	0,00	0,00	107,60	42,40	19,08	0,00
Макаронные изделия отварные	№332,516	1/200	7,00	8,20	47,00	294,00	0,07	0,00	0,13	48,67	78,27	16,00	0,45
Биточек мясной	№451	1/100	15,9	14,4	16	261	0,06	0	0	13,6	202	22	1,02
Хлеб пшеничный		1/80	4,80	3,12	35,36	188,00	0,00	0,00	0,00	4,80	0,80	0,48	0,08
Хлеб ржаной		1/48	3,17	0,58	16,03	83,52	0,08	0,00	0,48	16,80	75,84	22,56	1,88
Сок натуральный	№ 707	1/200	1	0	27,4	110	0,04	8	0,13	40	36	20	0,4
<b>Итого за приём</b>			<b>35,67</b>	<b>31,20</b>	<b>153,09</b>	<b>1032,52</b>	<b>0,25</b>	<b>8,00</b>	<b>0,74</b>	<b>263,47</b>	<b>462,31</b>	<b>120,12</b>	<b>4,93</b>
<b>Полдник</b>													
Кисломолочный продукт	№698	1/250	7,00	8,00	15,00	143,75	0,08	1,50	0,05	320,00	230,00	35,00	0,25
Кондитерское изделие( пряник)		1/14	1,05	2,66	20,21	64,40	0,01	0,00	0,00	2,80	9,66	1,82	0,14
<b>Итого за приём</b>			<b>8,05</b>	<b>10,66</b>	<b>35,21</b>	<b>208,15</b>	<b>0,09</b>	<b>1,50</b>	<b>0,05</b>	<b>322,80</b>	<b>239,66</b>	<b>36,82</b>	<b>0,39</b>
<b>Итого за день</b>			<b>73,36</b>	<b>77,27</b>	<b>293,91</b>	<b>2012,67</b>	<b>0,65</b>	<b>22,25</b>	<b>2,81</b>	<b>943,57</b>	<b>1398,47</b>	<b>346,70</b>	<b>10,00</b>



**Вторник(8день)**

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004г.	Выход, г	Белки, г г.	Жиры, г г.	Углеводы, г.	ЭЦ,ккал	В1, мг	С, мг	А, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
<b>завтрак</b>													
Салат из свежих помидор	№19	1/100	0,9	7,1	3,9	21,3	0	15,6	1,8	22,5	22,5	12,3	0,4
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	табл№4,№297	1/200	11,6	10,4	56,8	372	0,2	0	0,01	16,8	163,8	112,2	3,8
Гуляш с мясом говядины	№437	1/100/50	23,17	4,17	6,67	220	0,07	0	0,07	19	172	18	2,3
Хлеб пшеничный		1/40	2,40	1,56	17,68	94,00	0,00	0,00	0,00	2,40	0,40	0,24	0,04
Хлеб ржаной		1/30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,00	0,30	10,50	47,40	14,10	1,17
Чай с сахаром	№ 685	1/200	0,18	0,04	13,66	53,00	0,00	0,65	0,00	0,00	0,00	0,00	0,13
<b>Итого за приём</b>			<b>40,23</b>	<b>23,63</b>	<b>108,73</b>	<b>812,5</b>	<b>0,33</b>	<b>16,25</b>	<b>2,18</b>	<b>71,2</b>	<b>406,1</b>	<b>156,84</b>	<b>7,84</b>
<b>Обед</b>													
Салат витаминный 2 вариант	№39	1/100	2,60	4,90	3,50	70,00	41,92	19,60	39,10	1,00	1,00	0,03	19,00
Суп из овощей на м/б со сметаной	№135	1/250/10	2,50	6,40	12,70	120,00	0,15	20,00	0,75	41,25	77,00	27,00	1,75
Пюре картофельное	№520	1/200	4,20	9,00	29,20	218,00	0,08	7,69	0,05	173,87	196,00	35,80	0,37
Котлета рыбная	№№388	1/100	13,00	8,80	15,20	196,00	0,07	0,50	0,06	25,90	123,90	22,60	0,70
Хлеб пшеничный		1/80	4,80	3,12	35,36	188,00	0,00	0,00	0,00	4,80	0,80	0,48	0,08
Хлеб ржаной		1/48	3,17	0,58	16,03	83,52	0,08	0,00	0,48	16,80	75,84	22,56	1,88
Напиток из шиповника	№705	1/200	0,40	0,00	23,60	94,00	0,01	9,70	0,00	0,00	34,00	2,60	1,01
<b>Итого за приём</b>			<b>30,67</b>	<b>32,80</b>	<b>135,59</b>	<b>969,52</b>	<b>42,31</b>	<b>57,49</b>	<b>40,44</b>	<b>263,62</b>	<b>508,54</b>	<b>111,07</b>	<b>24,79</b>
<b>Полдник</b>													
Молоко кипячёное	№ 697	1/200	5,60	6,80	9,90	123,00	0,08	2,00	0,04	364,00	181,80	26,40	0,20
Кондитерское изделие		1/14	1,05	2,66	20,21	64,40	0,01	0,00	0,00	2,80	9,66	1,82	0,14
Фрукт(мандарин) свежий		1/150	1,20	0,30	11,25	57,00	0,09	14,10	0,02	0,13	8,00	11,00	0,10
<b>Итого за приём</b>			<b>7,85</b>	<b>9,76</b>	<b>41,36</b>	<b>244,40</b>	<b>0,18</b>	<b>16,10</b>	<b>0,06</b>	<b>366,93</b>	<b>199,46</b>	<b>39,22</b>	<b>0,44</b>
<b>Итого за день</b>			<b>78,75</b>	<b>66,19</b>	<b>285,68</b>	<b>2026,42</b>	<b>42,82</b>	<b>89,84</b>	<b>42,68</b>	<b>701,75</b>	<b>1114,10</b>	<b>307,13</b>	<b>33,07</b>

## Среда(9день)

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004г.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ,ккал	В1, мг	С, мг	А, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
<b>завтрак</b>													
Капуста тушеная	№214	1/200	5	9,2	21,4	188	0,1	44,2	0,8	123	99	50,8	2
Сосиска отварная	№413	1/100	10,35	16,47	1,35	194,40	0,03	0,00	0,00	22,28	112,28	13,72	1,55
Хлеб пшеничный		1/40	2,40	1,56	17,68	94,00	0,00	0,00	0,00	2,40	0,40	0,24	0,04
Хлеб ржаной		1/30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,00	0,30	10,50	47,40	14,10	1,17
Какао с молоком	№694	1/200	4,9	5	32,5	190	0,06	1,6	0,04	172,2	178,4	24,8	1
Яйцо отварное	№337	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,04	0,00	0,08	22,00	76,80	4,80	1,00
<b>Итого за приём</b>			<b>29,73</b>	<b>37,19</b>	<b>83,25</b>	<b>781,6</b>	<b>0,29</b>	<b>45,8</b>	<b>1,22</b>	<b>352,38</b>	<b>514,28</b>	<b>108,46</b>	<b>6,76</b>
<b>Обед</b>													
Огурец свежий порционно		1/100	0,80	0,10	2,47	14,00	0,10	19,60	0,00	0,00	0,00	0,00	1,18
Суп картофельный с фасолью	№139	1/250	6,20	5,60	22,30	167,00	0,28	2,75	0,00	40,00	397,50	90,00	4,25
Рис припущенный	№512	1/200	4,8	8	49,4	392	3,22	0	0	3,23	182,7	39	0,68
Поджарка из мяса говядины	№424	1/100	25,40	13,30	4,50	240,00	0,10	7,40	0,00	23,80	285,80	38,10	4,00
Хлеб пшеничный		1/80	4,80	3,12	35,36	188,00	0,00	0,00	0,00	4,80	0,80	0,48	0,08
Хлеб ржаной		1/48	3,17	0,58	16,03	83,52	0,08	0,00	0,48	16,80	75,84	22,56	1,88
Сок натуральный	№707	1/200	1	0	27,4	110	0,04	8	0,13	40	36	20	0,4
<b>Итого за приём</b>			<b>46,17</b>	<b>30,70</b>	<b>157,46</b>	<b>1194,52</b>	<b>3,82</b>	<b>37,75</b>	<b>0,61</b>	<b>128,63</b>	<b>978,6</b>	<b>210,14</b>	<b>12,47</b>
<b>Полдник</b>													
Кисломолочный продукт	№698	1/230	6,44	7,36	13,80	132,25	0,07	1,38	0,05	294,40	211,60	32,20	0,23
Корж молочный	№806	1/50	3,20	5,67	32,26	192,00	0,06	0,03	0,00	13,34	31,99	5,35	0,60
<b>Итого за приём</b>			<b>9,64</b>	<b>13,03</b>	<b>46,06</b>	<b>324,25</b>	<b>0,13</b>	<b>1,41</b>	<b>0,05</b>	<b>307,74</b>	<b>243,59</b>	<b>37,55</b>	<b>0,83</b>
<b>Итого за день</b>			<b>85,54</b>	<b>80,92</b>	<b>286,77</b>	<b>2300,37</b>	<b>4,24</b>	<b>84,96</b>	<b>1,88</b>	<b>788,75</b>	<b>1736,51</b>	<b>356,15</b>	<b>20,06</b>

Наименование блюда	Сборник рецептов 2004г.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	В1, мг	С, мг	А, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
<b>завтрак</b>													
Огурец солёный порционно		1/50	0,06	0	1,2	41,5	0,01	4,25	0,02	10,65	14,9	5,2	0,35
Пюре картофельное	№520	1/200	4,20	9,00	29,20	218,00	0,08	7,69	0,05	173,87	196,00	35,80	0,37
Горбуша тушёная в томате с овощами	№374	1/100/50	21,67	13,67	9,33	248,33	0,11	9,20	0,91	30,00	14,97	25,71	0,91
Хлеб пшеничный		1/40	2,40	1,56	17,68	94,00	0,00	0,00	0,00	2,40	0,40	0,24	0,04
Хлеб ржаной		1/30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,00	0,30	10,50	47,40	14,10	1,17
Чай с лимоном, с сахаром	№684,686	1/200	0,3	0	15,2	60	5,6	1,04	0	14,4	17,2	9,2	1,6
<b>Итого за приём</b>			<b>30,61</b>	<b>24,59</b>	<b>82,63</b>	<b>714,03</b>	<b>5,86</b>	<b>22,18</b>	<b>1,28</b>	<b>241,82</b>	<b>290,87</b>	<b>90,25</b>	<b>4,44</b>
<b>Обед</b>													
Салат из свеклы с черносливом	№51	1/100	3,07	5,80	8,30	95,00	0,02	1,72	0,03	42,20	223,70	90,60	1,27
Суп с макаронными изделиями	№ 140	1/250	2,70	2,90	9,90	77,00	24,60	20,25	115,50	1,08	0,50	0,13	8,25
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	табл.№4, №297	1/200	11,6	10,4	56,8	372	0,13	8,25	1	24,6	115,5	20,25	1,08
Голубцы ленивые	№485	1/100	8,60	6,70	6,60	125,00	0,05	12,52	0,10	37,67	143,00	16,70	1,02
Хлеб пшеничный		1/80	4,80	3,12	35,36	188,00	0,00	0,00	0,00	4,80	0,80	0,48	0,08
Хлеб ржаной		1/48	3,17	0,58	16,03	83,52	0,08	0,00	0,48	16,80	75,84	22,56	1,88
Компот из свежих фруктов	№ 631	1/200	0,20	0,00	35,80	142,00	0,01	1,60	0,00	6,27	3,83	3,13	0,83
<b>Итого за приём</b>			<b>34,14</b>	<b>29,50</b>	<b>168,79</b>	<b>1082,52</b>	<b>24,89</b>	<b>44,34</b>	<b>117,11</b>	<b>133,42</b>	<b>563,17</b>	<b>153,85</b>	<b>14,41</b>
<b>Полдник</b>													
Сок натуральный	№707	1/200	1	0	27,4	110	0,04	8	0,13	40	36	20	0,4
Творожный десерт в индивид. упаковке		1/100	4,20	4,50	21,40	118,70	0,00	0,00	0,00	182,00	141,90	15,80	0,00
Фрукт (апельсин) свежий		1/100	0,30	0,00	8,60	38,00	0,04	40,00	0,05	34,00	23,00	13,00	0,30
<b>Итого за приём</b>			<b>5,50</b>	<b>4,50</b>	<b>57,40</b>	<b>266,70</b>	<b>0,08</b>	<b>48,00</b>	<b>0,18</b>	<b>256,00</b>	<b>200,90</b>	<b>48,80</b>	<b>0,70</b>
<b>Итого за день</b>			<b>70,25</b>	<b>58,59</b>	<b>308,82</b>	<b>2063,25</b>	<b>30,83</b>	<b>114,52</b>	<b>118,57</b>	<b>631,24</b>	<b>1054,94</b>	<b>292,90</b>	<b>19,55</b>

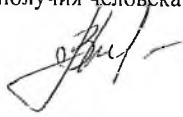
Наименование блюда	Сборник рецептов 2004г.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	В1, мг	С, мг	А, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
<b>завтрак</b>													
Салат "Полоньский" с зеленым горошком	№24	1/100	2,8	8,6	3,8	24	0,05	6,52	0,2	0,1	58,2	3,15	1,023
Пюре гороховое	сб.рец.2001г.№114-	1/200	18,80	6,44	42,08	234,48	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Биточек мясной	№451	1/100	15,9	14,4	16	261	0,06	0	0	13,6	202	22	1,73
Яйцо отварное	№337	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,04	0,00	0,08	22,00	76,80	4,80	1,00
Хлеб пшеничный		1/40	2,40	1,56	17,68	94,00	0,00	0,00	0,00	2,40	0,40	0,24	0,04
Хлеб ржаной		1/30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,00	0,30	10,50	47,40	14,10	1,17
Чай с молоком	сб.рец.1994г.№634	1/200	1,6	1,6	17,3	87	0,071	0	0,06	149,98	172	33,3	0,2
<b>Итого за приём</b>			<b>48,58</b>	<b>37,56</b>	<b>107,18</b>	<b>815,68</b>	<b>0,281</b>	<b>6,52</b>	<b>0,64</b>	<b>198,58</b>	<b>556,8</b>	<b>77,59</b>	<b>5,163</b>
<b>Обед</b>													
Салат из свежих огурцов с маслом растит.	№16	1/100	0,6	7,1	3	170	0,08	7,7	0,03	19,45	46	14,3	0,4
Рассольник ленинградский на м/б со сметаной	№132	1/250/10	3,03	6,50	20,40	156,00	0,13	12,75	1,00	27,50	92,75	34,25	1,25
Овощи припущенные	№524	1/200	3,00	7,60	19,80	164,00	0,16	4,00	0,00	130,08	163,20	53,60	2,24
Фрикаделька мясная	№470	1/100	15,50	11,00	8,70	193,00	0,07	0,50	0,03	20,70	248,10	28,10	3,70
Хлеб пшеничный		1/80	4,80	3,12	35,36	188,00	0,00	0,00	0,00	4,80	0,80	0,48	0,08
Хлеб ржаной		1/48	3,17	0,58	16,03	83,52	0,08	0,00	0,48	16,80	75,84	22,56	1,88
Компот из свежих фруктов	№631	1/200	0,20	0,00	35,80	142,00	0,02	3,60	0,00	20,00	12,00	10,00	0,40
<b>Итого за приём</b>			<b>30,30</b>	<b>35,90</b>	<b>139,09</b>	<b>1096,52</b>	<b>0,54</b>	<b>28,55</b>	<b>1,54</b>	<b>239,33</b>	<b>638,69</b>	<b>163,29</b>	<b>9,95</b>
<b>Полдник</b>													
Кисломолочный продукт	№698	1/250	7,00	8,00	15,00	143,75	0,08	1,50	0,05	320,00	230,00	35,00	0,25
Кондитерское изделие( печенье)		1/14	1,05	2,66	20,21	64,40	0,01	0,00	0,00	2,80	9,66	1,82	0,14
Фрукт (яблоко) свежий		1/150	0,60	0,60	14,70	70,50	0,04	9,10	0,01	6,00	23,80	8,50	1,36
<b>Итого за приём</b>			<b>8,65</b>	<b>11,26</b>	<b>49,91</b>	<b>278,65</b>	<b>0,13</b>	<b>10,60</b>	<b>0,06</b>	<b>328,80</b>	<b>263,46</b>	<b>45,32</b>	<b>1,75</b>
<b>Итого за день</b>			<b>87,53</b>	<b>84,72</b>	<b>296,18</b>	<b>2190,85</b>	<b>0,95</b>	<b>45,67</b>	<b>2,24</b>	<b>766,71</b>	<b>1458,95</b>	<b>286,20</b>	<b>16,86</b>

Наименование блюда	Сборник рецептов 2004г.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	В1, мг	С, мг	А, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
<b>завтрак</b>													
Винигрет овощной с маслом растительным	№71	1/100	3,40	10,20	6,80	124,00	0,03	5,00	0,10	13,97	67,00	138,00	0,50
Макаронные изделия отварные с маслом сливоч.	№332,516	1/200	7,00	8,20	47,00	294,00	0,07	0,00	0,13	48,67	78,27	16,00	0,45
Зразы рубленые с яйцом	№456	1/100	15	10	7,91	182	0,09	5,07	0,08	69,6	214,51	33,51	3,4
Хлеб пшеничный		1/40	2,40	1,56	17,68	94,00	0,00	0,00	0,00	2,40	0,40	0,24	0,04
Хлеб ржаной		1/30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,00	0,30	10,50	47,40	14,10	1,17
Кофейный напиток с молоком	№692	1/200	2,5	3,6	28,7	152	0,04	1,3	0,9	125,6	74,4	20	0,14
Фрукт(банан) свежий		1/150	0,45	0,00	12,90	57,00	0,06	15,00	0,18	12,00	42,00	63,00	0,90
<b>Итого за приём</b>			<b>32,73</b>	<b>33,92</b>	<b>131,01</b>	<b>955,2</b>	<b>0,35</b>	<b>26,37</b>	<b>1,69</b>	<b>282,74</b>	<b>523,98</b>	<b>284,85</b>	<b>6,6</b>
<b>Обед</b>													
Салат из белокачанной капусты с морковью с мас	№37	1/100	3,1	12,6	3,2	67	0,06	16,3	1,1	42,3	51,8	22,6	1,00
Борщ на м/б со сметаной	№ 113	1/250/10	2,30	7,20	13,40	127,00	0,00	10,75	0,23	41,75	58,25	17,50	1,00
Курица тушёная в соусе с овощами	№488	1/280	18,20	16,52	27,16	333,20	0,28	11,20	0,00	75,60	296,80	70,00	2,52
Хлеб пшеничный		1/80	4,80	3,12	35,36	188,00	0,00	0,00	0,00	4,80	0,80	0,48	0,08
Хлеб ржаной		1/48	3,17	0,58	16,03	83,52	0,08	0,00	0,48	16,80	75,84	22,56	1,88
Сок натуральный	№ 707	1/200	1	0	27,4	110	0,04	8	0,13	40	36	20	0,4
<b>Итого за приём</b>			<b>32,57</b>	<b>40,02</b>	<b>122,55</b>	<b>908,72</b>	<b>0,46</b>	<b>46,25</b>	<b>1,94</b>	<b>221,25</b>	<b>519,49</b>	<b>153,14</b>	<b>6,88</b>
<b>Полдник</b>													
Молоко кипячёное	№ 697	1/200	5,60	6,80	9,90	123,00	0,08	2,00	0,04	364,00	181,80	26,40	0,20
Ватрушка с творогом	№741	1/75	8,29	17,55	29,05	308,94	0,04	0,38	0,00	250,00	88,22	11,44	0,38
<b>Итого за приём</b>			<b>13,89</b>	<b>24,35</b>	<b>38,95</b>	<b>431,94</b>	<b>0,12</b>	<b>2,38</b>	<b>0,04</b>	<b>614,00</b>	<b>270,02</b>	<b>37,84</b>	<b>0,58</b>
<b>Итого за день</b>			<b>79,19</b>	<b>98,29</b>	<b>292,51</b>	<b>2295,86</b>	<b>0,93</b>	<b>75,00</b>	<b>3,67</b>	<b>1117,99</b>	<b>1313,49</b>	<b>475,83</b>	<b>14,06</b>

Показатели		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы,	ЭЦ,ккал	В1, мг	С, мг	А, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
			всего	всего	г.								
Факт			79,33	80,50	308,35	2251,62	18,44	75,80	34,88	797,37	1362,44	328,61	19,20
Норма			58,50	59,80	248,95	1763,45	0,91	45,50	0,59	780,00	1170,00	195,00	11,05

Основание: Сан Пин 2.4.5.2409-08, метод рекомендации № 01100/8604-07-34,0100/8605-07-34 от 24.08.2007. Утверждённые Руководителем ФСН в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека Г.Г. Онищенко

Технолог:



В. А. Лебедева

Меню раскладка примерных вариантов завтраков,обедов и полдников для категории учащихся с 12-18 лет на 2017 год

Наименование	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный из муки в/с	Мука пшенич ная в/с	Крупа, бобовые	Макарон ные изде лия	Карто фель	Овощи, зелень	Фрукты	Сухо- фрукты	Сок натураль ный	Мясо говядина	Цыпленок I катег.	Рыба свежая мороженая	Колбас ные изде лия
1день	78,00	120,00	61,80	159,60		63,75	104,00	150,00	20,00		132,00			
2день	78,00	120,00	2,70	85,00		223,47	258,18	150,00		200,00		100,00		100,00
3день	78,00	133,30	20,20	103,80		30,00	438,00	55,00	7,20	200,00	63,33	146,00		
4день	78,00	120,00	3,00		70,00	291,67	209,50	189,20			158,00		95,00	
5день	78,00	138,00		69,00		180,00	271,00	166,00		200,00	192,50			
6день	78,00	120,00	58,60	10,00	58,35	89,67	218,11	185,00		200,00			135,34	
7день	78,00	138,00		58,00	70,00	50,00	107,00	150,00		200,00	74,00		52,50	
8день	78,00	138,00	3,00	95,20		270,67	240,50	174,00	20,00		158,00		76,00	
9день	78,00	120,00	30,30	89,00		50,00	488,00			200,00	121,50			100,00
10день	78,00	120,00		101,20	10,00	320,67	151,00	139,20	12,00	200,00	65,00		88,00	
11день	78,00	147,00	2,16	101,00		106,30	301,15	203,00			150,00			
12день	78,00	136,00	25,00		70,00	121,00	310,55	150,00		200,00	72,00	120,00		
ИТОГО	936,00	1550,30	206,76	871,80	278,35	1797,20	3096,99	1711,40	59,20	1600,00	1186,33	366,00	446,84	200,00





Наименование продукта	суточн. норма	норма 11 лет и старше (65%)	факт меню	отклонение от нормы	пересчёт	продукт	отклонение с пересчётом
Хлеб ржаной	120	78	78,00	0,00			0,00
Хлеб пшеничный	200	130	129,19	-0,81	0,57	маннка	0,00
Мука пшеничная	20	13	17,23	4,23	0,81	хлеб пш.	3,42
Крупы	50	32,5	72,65	40,15			44,98
Макаронные изделия	20	13	23,20	10,20			10,20
Картофель	188	122,2	149,77	27,57			27,57
Овощи свежие	320	208	258,08	50,08			33,46
Фрукты свежие	185	120,25	142,62	22,37	8,07	с/ф	0,00
Фрукты сухие	20	13	4,93	-8,07	22,37	фрукты свежие	0,00
Соки плодовоовощн..	200	130	133,33	3,33			3,33
Мясо б/к г(говядина)	78	50,7	98,86	48,16	2,81+7,8+17,0	рыба+молоко+творог	14,31
Цыплята I категории	53	34,45	30,50	-3,95			0,00
Рыба-филе	77	50,05	37,24	-12,81	10,68	мясо говядины	0,00
Колбасные изделия	19,6	12,74	16,67	3,93			0,00
Молоко 3,2 % м.д.ж.	300	195	143,28	-51,72	7,8	мясо говядины	0,00
Кисломолоч пр-ы 3,2 %	180	117	120,00	3,00			3,00
Творог 9 %	60	39	21,92	-17,08	15,37	мясо говядины	0,00
Сыр	11,8	7,67	7,73	0,06			0,06
Сметана 15%	10	6,5	6,67	0,17			0,17
Масло сливочное	35	22,75	29,84	7,09			7,09
Масло растительное	18	11,7	22,00	10,30			10,30
Яйцо куриное диетиче	40	26	23,08	-2,92			0,42
Сахар	45	29,25	38,86	9,61	2,75	кондитерское изделие	0,00
Кондитерские изделия	15	9,75	7,00	-2,75	9,61	сахар	0,00
Чай	0,4	0,26	0,30	0,04			0,04
Какао	1,2	0,78	1,67	0,89			0,89
Дрожжи сухие	2	1,3	0,50	-0,80			-0,80
Соль	7	4,55	5,29	0,74			0,74

Основание СанПин № 2,4,5,2409-08. приложение №6,8

Технолог:



В. А. Лебедева