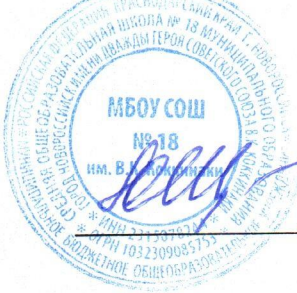


18

Утверждаю

Директор МБОУ СОШ №18  
им. В.К. Коккешкеки



*А.И. Шербина*

"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 -

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: с 7 до 11 лет Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2023 - \_\_\_ г.г.

**1-я неделя**

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя  1 -я  День 1 -й	<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша рисовая молочная жидкая	205	5,16	6,52	32,180	208,00	236 / 21	
	сыр твёрдых сортов в нарезке	20	4,67	5,87	0	71,67	54-1з /22г	
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,80	54-2гн/22	
	Кондитерские изделия ( Печенье )	25	1,88	3,35	16,60	97,40	Пром.пр.	
	Хлеб пшеничный	35	1,35	0,48	18,97	85,60	Пром.пр.	
	Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71	Пром.пр.	
Фрукты свежие ( апельсин )	105	0,95	0,21	12,82	56,97	82 / 21		
<b>итого за завтрак</b>		<b>610</b>	<b>15,33</b>	<b>16,728</b>	<b>95,44</b>	<b>587,150</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин 25%			<b>19,25</b>	<b>19,75</b>	<b>83,75</b>	<b>587,50</b>	<b>0,35 ккал</b>	
отклонение от нормы + / - %			-5,09	-3,83	3,49	-0,01		
неделя  1 -я  День 1 -й	<b>ОБЕД</b>							
	Овощи натуральные солёные (огурец)	60	0,48	0,06	1,02	6,60	70 / 17	
	Суп картофельный с бобовыми	200	5,04	2,860	11,68	92,60	113 / 21	
	Котлеты "Нежные"	90	7,81	11,16	19,28	208,32	373 / 21	
	Рагу из овощей	150	2,757	9,705	29,703	231,19	143 / 17	
	Сок фруктовый (персиковый)	200	1	0	23,4	97,60	501 / 21	
	Хлеб пшеничный	50	1,93	0,69	27,1	122,29	Пром.пр.	
Хлеб ржаной	30	1,70	0,45	12,56	61,07	Пром.пр.		
<b>итого за обед</b>		<b>780</b>	<b>20,71</b>	<b>24,923</b>	<b>124,74</b>	<b>819,668</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин 35%			<b>26,95</b>	<b>27,65</b>	<b>117,25</b>	<b>822,50</b>	<b>2,83 ккал</b>	
отклонение от нормы + / - %			-8,10	-3,45	2,24	-0,12		
неделя 1 -я День 1 -й	<b>ПОЛДНИК</b>							
	Кофейный напиток с молоком	200	5,20	4,75	17,88	135,25	465 / 21	
	Бутерброд с сыром	10 / 30	3,866	3,222	12,604	48,01	ТТК /3/17	
Фрукты свежие (банан)	140	0,48	0,480	11,76	56,40	82 / 21		
<b>итого за полдник</b>		<b>380</b>	<b>9,55</b>	<b>8,450</b>	<b>42,24</b>	<b>239,66</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин 10%			<b>7,70</b>	<b>7,90</b>	<b>33,50</b>	<b>235,00</b>	<b>-4,66 ккал</b>	
отклонение от нормы + / - %			2,40	0,70	2,61	0,20		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>			<b>36,04</b>	<b>41,65</b>	<b>220,18</b>	<b>1406,82</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>
Норма по СанПин 60%			<b>46,20</b>	<b>47,40</b>	<b>201,00</b>	<b>1410,00</b>	<b>3,18 ккал</b>
отклонение от нормы (+ / -) %			-13,19	-7,28	5,73	-0,14	

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>			<b>30,26</b>	<b>33,37</b>	<b>166,98</b>	<b>1059,33</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>
Норма по СанПин 45%			<b>34,65</b>	<b>35,55</b>	<b>150,75</b>	<b>1057,50</b>	<b>-1,83 ккал</b>
отклонение от нормы (+ / -) %			-5,70	-2,76	4,84	0,08	

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>			<b>45,59</b>	<b>50,10</b>	<b>262,42</b>	<b>1646,480</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>
Норма по СанПин 70%			<b>53,90</b>	<b>55,30</b>	<b>234,50</b>	<b>1645,00</b>	<b>-1,480 ккал</b>
отклонение от нормы (+ / -) %			-10,79	-6,58	8,34	0,06	

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ

Возрастная категория: с 7 до 11 лет Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2023 - \_\_\_ г.г.

1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 1-я День 2-й	Запеканка из творога / и джем	135 / 25	23,39	7,87	33,02	320,64		223 / 17
	Чай с молоком	200	3,1	2,2	10,95	75,70		460/21
	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,09		14 / 17
	Хлеб пшеничный	30	1,16	0,41	16,26	73,38		Пром.пр.
	Плоды свежие (яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	56,40		338 / 17
<b>итого за завтрак</b>		<b>520</b>	<b>28,21</b>	<b>18,215</b>	<b>72,12</b>	<b>592,209</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		<b>25%</b>	<b>19,25</b>	<b>19,75</b>	<b>83,75</b>	<b>587,50</b>	<b>-4,71 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			11,63	-1,94	-3,47	0,20		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 1-я День 2-й	Икра кабачковая (пром. производства)	60	1,14	5,34	4,62	70,80		150 / 21
	Свекольник	200	1,78	4,73	19,49	127,63		98 / 21
	Печень, тушёная в соусе сметанном	100	16,60	13,55	23,56	282,38		359/21
	Картофель отварной / и овощи отварные	75/75	3,2	3	13,50	94,0		392 / 21
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,00	19,80	81,00		54-1хн/22
	Хлеб пшеничный	50	1,93	0,69	27,1	122,29		Пром.пр.
Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71		Пром.пр.	
<b>итого за обед</b>		<b>780</b>	<b>26,27</b>	<b>27,602</b>	<b>116,45</b>	<b>818,810</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		<b>35%</b>	<b>26,95</b>	<b>27,65</b>	<b>117,25</b>	<b>822,50</b>	<b>3,69 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			-0,88	-0,06	-0,24	-0,16		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 1-я День 2-й	Чай с яблоком и сахаром	200	0,348	0,048	7,726	32,83		54-46гн/22
	Рулет с макаронами и / соус сметанный с томатом	98 / 20	7,114	7,184	16,992	162,08		276 / 17
	Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71		Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>338</b>	<b>8,59</b>	<b>7,532</b>	<b>33,09</b>	<b>235,620</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		<b>10%</b>	<b>7,70</b>	<b>7,90</b>	<b>33,50</b>	<b>235,00</b>	<b>-0,62 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			1,16	-0,47	-0,12	0,03		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>		<b>54,48</b>	<b>45,82</b>	<b>188,57</b>	<b>1411,02</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		<b>60%</b>	<b>46,20</b>	<b>47,40</b>	<b>201,00</b>	<b>-1,02 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			10,753	-2,004	-3,711	0,043	

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>		<b>34,87</b>	<b>35,13</b>	<b>149,54</b>	<b>1054,43</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		<b>45%</b>	<b>34,65</b>	<b>35,55</b>	<b>150,75</b>	<b>3,07 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,28	-0,53	-0,36	-0,13	

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>		<b>63,07</b>	<b>53,35</b>	<b>221,66</b>	<b>1646,639</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		<b>70%</b>	<b>53,90</b>	<b>55,30</b>	<b>234,50</b>	<b>-1,639 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			11,91	-2,47	-3,83	0,07	

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
 ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: с 7 до 11 лет Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2023 - \_\_\_ г.г.

**1-я неделя**

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 1 -я	Горошек зелёный (консервированный)	60	1,7	0,1	3,5	22,10		54-20з/22
	Тефтели рыбные	90 / 20	11,16	13,42	5,38	186,92		239/17
	Пюре картофельное	155	3,169	4,96	21,098	141,83		312 / 17
3 -й	Сок фруктовый (абрикосовый)	200	1	0	25,4	105,60		501 / 21
	Хлеб пшеничный	35	1,35	0,48	18,97	85,60		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71		Пром.пр.
<b>итого за завтрак</b>		<b>580</b>	<b>19,51</b>	<b>19,259</b>	<b>82,72</b>	<b>582,753</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		<b>25%</b>	<b>19,25</b>	<b>19,75</b>	<b>83,75</b>	<b>587,50</b>	<b>4,747 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,335	-0,621	-0,308	-0,202		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 1 -я	Икра секольная	60	0,9	2,16	5,1	43,20		53 / 21
	Борщ из свежей капусты	200	1,04	3,5	4,8	54,80		93 / 21
День 3 -й	Гуляш из говядины	50 / 50	14,592	14,439	3,038	201,29		54-2м /22
	Каша вязкая (ячневая)	150	2,3	5,163	33,539	166,19		303 /17
3 -й	Кофейный напиток с молоком	200	5,20	4,75	17,88	135,25		465 / 21
	Хлеб пшеничный	50	1,93	0,69	27,1	122,29		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1,70	0,45	12,56	61,07		Пром.пр.
	Фрукты свежие (банан)	100	0,34	0,34	8,4	40,29		82/ 21
<b>итого за обед</b>		<b>890</b>	<b>28,00</b>	<b>31,488</b>	<b>112,41</b>	<b>824,375</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		<b>35%</b>	<b>26,95</b>	<b>27,65</b>	<b>117,25</b>	<b>822,50</b>	<b>-1,88 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			1,36	4,86	-1,44	0,08		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 1 -я	Кисломолочный напиток (Кефир (м.д.ж. 2,5%))	200	5,8	5	8	101		470 / 21
	Котлеты морковные с творогом и /	100 / 25	2,02	2,33	16,77	91,85		152 / 17
День 3 -й	/ соус яблочный							337/17
	Хлеб пш. (батон)	20	0,77	0,38	10,28	45,22		Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>345</b>	<b>8,59</b>	<b>7,707</b>	<b>35,05</b>	<b>238,074</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		<b>10%</b>	<b>7,70</b>	<b>7,90</b>	<b>33,50</b>	<b>235,00</b>	<b>-3,074 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			1,15	-0,24	0,46	0,13		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>			<b>47,50</b>	<b>50,75</b>	<b>195,13</b>	<b>1407,13</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин			<b>60%</b>	<b>46,20</b>	<b>47,40</b>	<b>201,00</b>	<b>2,87 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			1,69	4,24	-1,75	-0,12		

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>			<b>36,58</b>	<b>39,20</b>	<b>147,47</b>	<b>1062,45</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин			<b>45%</b>	<b>34,65</b>	<b>35,55</b>	<b>1057,50</b>	<b>-4,95 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			2,51	4,61	-0,98	0,21		

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>			<b>56,09</b>	<b>58,45</b>	<b>230,18</b>	<b>1645,202</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин			<b>70%</b>	<b>53,90</b>	<b>55,30</b>	<b>234,50</b>	<b>-0,202 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			2,85	3,99	-1,29	0,01		

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
 для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: с 7 до 11 лет Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2023 - \_\_\_ г.г.

**1-я неделя**

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У				
неделя 1 -я День 4 -й	<b>ЗАВТРАК</b>								
		Овощи консервированный порциями (капуста квашеная)	60	1,03	3,00	5,08	51,42		149 / 21
		Плов	200	10,08	17,869	30,094	321,52		265 / 17
		Компот из плодов или ягод сушёных	200	0,3	0,01	17,50	72,00		494 / 21
		Хлеб пшеничный	40	1,54	0,55	21,68	97,83		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71		Пром.пр.	
<b>итого за завтрак</b>		<b>520</b>	<b>14,08</b>	<b>21,732</b>	<b>82,72</b>	<b>583,479</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>		
Норма по СанПин		<b>25%</b>	<b>19,25</b>	<b>19,75</b>	<b>83,75</b>	<b>587,50</b>	<b>4,021 ккал</b>		
отклонение от нормы (+ / -) %			-6,72	2,51	-0,31	-0,17			
неделя 1 -я День 4 -й	<b>ОБЕД</b>								
		Икра морковная	60	0,84	2,28	3,9	39,60		54 / 21
		Суп картофельный с клёцками	200	2,62	2,79	13,65	90,430		ТТК/115 / 21
		Котлеты "Пермские"	90	15,14	13,195	11,680	226,04		341 / 21
		Картофель в молоке	150	3,27	5,78	23,000	148,62		127 / 17
		Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0,2	20,2	86,00		501 / 21
		Хлеб пшеничный	50	1,93	0,69	27,1	122,29		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1,70	0,45	12,56	61,07		Пром.пр.	
	Плоды свежие (яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	53,28		338 / 17	
<b>итого за обед</b>		<b>900</b>	<b>26,97</b>	<b>25,863</b>	<b>123,850</b>	<b>827,327</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>		
Норма по СанПин		<b>35%</b>	<b>26,95</b>	<b>27,65</b>	<b>117,25</b>	<b>822,50</b>	<b>-4,83 ккал</b>		
отклонение от нормы (+ / -) %			0,03	-2,26	1,97	0,21			
неделя 1 -я День 4 -й	<b>ПОЛДНИК</b>								
		Чай с лимоном и сахаром	200	0,4	0	6,75	28,60		54-3гн/22
		Рыба запечённая с яйцом	90	0,63	2,961	7,65	102,77		301 / 21
		Кондитерские изделия (Печенье)	15	0,86	2,47	8,16	58,26		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71		Пром.пр.	
<b>итого за полдник</b>		<b>325</b>	<b>3,02</b>	<b>5,728</b>	<b>30,93</b>	<b>230,345</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>		
Норма по СанПин		<b>10%</b>	<b>7,70</b>	<b>7,90</b>	<b>33,50</b>	<b>235,00</b>	<b>4,65 ккал</b>		
отклонение от нормы (+ / -) %			-6,08	-2,75	-0,77	-0,20			

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>			<b>41,05</b>	<b>47,60</b>	<b>206,57</b>	<b>1410,81</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин			<b>60%</b>	<b>46,20</b>	<b>47,40</b>	<b>201,00</b>	<b>-0,81 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			-6,69	0,25	1,66	0,03		

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>			<b>29,99</b>	<b>31,59</b>	<b>154,78</b>	<b>1057,67</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин			<b>45%</b>	<b>34,65</b>	<b>35,55</b>	<b>150,75</b>	<b>-0,17 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			-6,06	-5,01	1,20	0,01		

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>			<b>44,06</b>	<b>53,32</b>	<b>237,51</b>	<b>1641,15</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин			<b>70%</b>	<b>53,90</b>	<b>55,30</b>	<b>234,50</b>	<b>3,849 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			-12,78	-2,50	0,90	-0,16		

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
 для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: с 7 до 11 лет Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2023 - \_\_ г.г.

1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>неделя</b>	<b>ЗАВТРАК</b>							
1-я	Овощи натуральные солёные (огурец)	60	0,48	0,06	1,02	6,60		70 / 17
<b>День</b>	Шницель рыбный натуральный	90	9,45	10,06	6,18	145,04		235 / 17
5-й	Картофель запечённый в сметанном соусе	180	6,58	12,01	26,66	216,01		181 / 21
	Кисель из сока плодового или ягодного	200	0,727	0,11	32,68	134,63		ТТК/485/21
	Хлеб пшеничный	20	0,77	0,275	10,84	48,92		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71		Пром.пр.
<b>итого за завтрак</b>		<b>570</b>	<b>19,13</b>	<b>22,816</b>	<b>85,75</b>	<b>591,91</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		<b>25%</b>	<b>19,25</b>	<b>19,75</b>	<b>83,75</b>	<b>587,50</b>	<b>-4,41 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			-0,16	3,88	0,60	0,19		
<b>неделя</b>	<b>ОБЕД</b>							
1-я	Кукуруза сахарная	60	1,2	0,2	6,1	31,30		54-213/22
<b>День</b>	Суп с крупой и фрикадельками	200	6,8	7,06	7,90	122,20		126 / 21
5-й	Макаронные изделия отварные с сыром	150	6,341	8,809	17,55	136,85		204 / 17
	Сырники из творога запечённые	120	8,96	6,36	21,48	218,40		286 / 21
	Какао с молоком и витаминами	200	6,27	5,02	18,31	142,51		502 / 21
	Хлеб пшеничный	30	1,16	0,41	16,26	73,38		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71		Пром.пр.
	Фрукты свежие (апельсин)	105	0,95	0,21	12,82	56,97		82 / 21
<b>итого за обед</b>		<b>885</b>	<b>32,80</b>	<b>28,374</b>	<b>108,80</b>	<b>822,320</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		<b>35%</b>	<b>26,95</b>	<b>27,65</b>	<b>117,25</b>	<b>822,50</b>	<b>0,18 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			7,60	0,92	-2,52	-0,01		
<b>неделя</b>	<b>ПОЛДНИК</b>							
1-я	Кисломолочный напиток (Кефир (м.д.ж. 2,5%))	200	5,8	5	8	101,00		470 / 21
<b>День</b>	Зразы картофельные и / соус молочный	90 / 20	2,186	4,808	7,342	81,38		150 / 17
5-й	Хлеб пшеничный	20	0,77	0,275	10,84	48,92		Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>330</b>	<b>8,756</b>	<b>10,083</b>	<b>26,18</b>	<b>231,3</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		<b>10%</b>	<b>7,70</b>	<b>7,90</b>	<b>33,50</b>	<b>235,00</b>	<b>3,70 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			1,37	2,76	-2,18	-0,16		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>			<b>51,93</b>	<b>51,19</b>	<b>194,55</b>	<b>1414,23</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин			<b>46,20</b>	<b>47,40</b>	<b>201,00</b>	<b>1410,00</b>	<b>-4,23 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			7,44	4,80	-1,93	0,18		

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>			<b>41,56</b>	<b>38,46</b>	<b>134,98</b>	<b>1053,62</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин			<b>34,65</b>	<b>35,55</b>	<b>150,75</b>	<b>1057,50</b>	<b>3,88 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			8,97	3,68	-4,71	-0,17		

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>			<b>60,69</b>	<b>61,27</b>	<b>220,73</b>	<b>1645,53</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин			<b>53,90</b>	<b>55,30</b>	<b>234,50</b>	<b>1645,00</b>	<b>-0,53 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			8,81	7,56	-4,11	0,02		

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: с 7 до 11 лет Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2023 - \_\_ г.г.

1-я неделя

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки 10-тидневка 1 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+/-)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20			77	79,0	335	2350	0,00	0,00
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ	25%	19,25	19,75	83,75	587,50	углеводы	0,00
Среднее за 5 дней (фактически)			19,25	19,75	83,75	587,50	энерг-я ценность	
отклонение от нормы (+/-) %			0,00	0,00	0,00	0,00	ккал	0,00

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню обеды 10-тидневка 1 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+/-)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20			77	79,0	335	2350	0,00	0,00
7 - 11 л	ОБЕДЫ	35%	26,95	27,65	117,25	822,50	углеводы	0,00
Среднее за 5 дней (фактически)			26,95	27,65	117,25	822,50	энерг-я ценность	
отклонение от нормы (+/-) %			0,00	0,00	0,00	0,00	ккал	0,00

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню -полдники 10-тидневка 1 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+/-)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20			77	79,0	335	2350	0,00	0,00
7 - 11 л	ПОЛДНИКИ	10%	7,70	7,90	33,50	235,00	углеводы	0,00
Среднее за 5 дней (фактически)			7,70	7,90	33,50	235,00	энерг-я ценность	
отклонение от нормы (+/-) %			0,00	0,00	0,00	0,00	ккал	0,00

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки - обеды 10-тидневка 1 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+/-)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20			77	79,0	335	2350	0,00	0,00
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ	60%	46,20	47,40	201,00	1410,00	углеводы	0,00
Среднее за 5 дней (фактически)			46,20	47,40	201,00	1410,00	энерг-я ценность	
отклонение от нормы (+/-) %			0,00	0,00	0,00	0,00	ккал	0,00

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню обеды-полдники 10-тидневка 1 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+/-)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20			77	79,0	335	2350	0,00	0,00
7 - 11 л	ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	45%	34,65	35,55	150,75	1057,50	углеводы	0,00
Среднее за 5 дней (фактически)			34,65	35,55	150,75	1057,50	энерг-я ценность	
отклонение от нормы (+/-) %			0,00	0,00	0,00	0,00	ккал	0,00

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки - обеды-полдники 10-тидневка 1 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+/-)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20			77	79,0	335	2350	0,00	0,00
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ - ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	70%	53,90	55,30	234,50	1645,00	углеводы	0,00
Среднее за 5 дней (фактически)			53,90	55,30	234,50	1645,00	энерг-я ценность	
отклонение от нормы (+/-) %			0,00	0,00	0,00	0,00	ккал	0,00

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
 ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: с 7 до 11 лет Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2023 - \_\_ г.г.

2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я День 6 -й	<b>ЗАВТРАК</b>							
	Горошек зелёный (консервированный)	60	1,7	0,1	3,5	22,10		54-203/22
	(сложный гарнир) Омлет натуральный и / Бигус	120 / 80	3,079	10,672	12,961	160,21		210 / 17 329/21
	Кофейный напиток с молоком	200	5,644	5,028	15,334	129,32		54-23гн/22
	Хлеб пшеничный	35	1,35	0,48	18,97	85,60		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1,70	0,45	12,56	61,07		Пром.пр.
	Плоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	47,00		338 / 17
	<b>итого за завтрак</b>		<b>625</b>	<b>21,07</b>	<b>22,451</b>	<b>75,21</b>	<b>590,503</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>
Норма по СанПин		<b>25%</b>	<b>19,25</b>	<b>19,75</b>	<b>83,75</b>	<b>587,50</b>	<b>-3,00 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			2,36	3,42	-2,55	0,13		
неделя 2 -я День 6 -й	<b>ОБЕД</b>							
	Овощи консервированный порциями (капуста квашеная)	60	1,03	3,00	5,08	51,42		149 / 21
	Суп с макаронными изделиями и картофелем	200	2,32	3,32	16,536	99,30		ТТК/129 / 21
	Биточки рыбные	90	16,58	15,33	11,80	251,49		234/17
	Рагу из овощей	150	2,85	6,45	14,025	127,50		177 / 21
	Сок фруктовый (абрикосовый)	200	1	0	25,4	105,60		501 / 21
	Хлеб пшеничный	50	1,93	0,69	27,1	122,29		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1,70	0,45	12,56	61,07		Пром.пр.
<b>итого за обед</b>		<b>780</b>	<b>27,40</b>	<b>29,240</b>	<b>112,50</b>	<b>818,671</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		<b>35%</b>	<b>26,95</b>	<b>27,65</b>	<b>117,25</b>	<b>822,50</b>	<b>3,83 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,58	2,01	-1,42	-0,16		
	<b>ПОЛДНИК</b>							
	Компот из плодов или ягод сушёных	200	0,3	0,01	14,76	61,11		494 / 21
	Котлеты из овощей	105	4,32	7,43	10,09	124,46		187 / 21
	Хлеб пшеничный	20	0,77	0,275	10,84	48,92		Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>325</b>	<b>5,39</b>	<b>7,714</b>	<b>35,68</b>	<b>234,483</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		<b>10%</b>	<b>7,70</b>	<b>7,90</b>	<b>33,50</b>	<b>235,00</b>	<b>0,52</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			-3,01	-0,24	0,65	-0,02		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>			<b>48,46</b>	<b>51,69</b>	<b>187,70</b>	<b>1409,17</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин			<b>60%</b>	<b>46,20</b>	<b>47,40</b>	<b>201,00</b>	<b>1410,00</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			2,94	5,43	-3,97	-0,04		

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>			<b>32,78</b>	<b>36,95</b>	<b>148,18</b>	<b>1053,15</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин			<b>45%</b>	<b>34,65</b>	<b>35,55</b>	<b>150,75</b>	<b>1057,50</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			-2,42	1,78	-0,77	-0,18		

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>			<b>53,85</b>	<b>59,41</b>	<b>223,38</b>	<b>1643,66</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин			<b>70%</b>	<b>53,90</b>	<b>55,30</b>	<b>234,50</b>	<b>1645,00</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			-0,07	5,20	-3,32	-0,06	<b>1,34 ккал</b>	



Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
 для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: с 7 до 11 лет Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2023 - \_\_\_ г.г.

2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 2 -я	Икра свекольная	60	1,3	4,2	6,8	71,40		54-153/22
	Жаркое по - дормашнему	200	15,405	10,805	25,935	275,76		259/17
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	20,10	80,77		495 / 21
День 7 -й	Хлеб пшеничный	40	1,54	0,55	21,68	97,83		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1,70	0,45	12,56	61,07		Пром.пр.
<b>итого за завтрак</b>		<b>530</b>	<b>20,52</b>	<b>16,105</b>	<b>87,10</b>	<b>586,825</b>	<b>отклонение (+ / - )</b>	
		<b>Норма по СанПин 25%</b>	<b>19,25</b>	<b>19,75</b>	<b>83,75</b>	<b>587,50</b>	<b>0,67 ккал</b>	
<b>отклонение от нормы (+ / - ) %</b>			1,64	-4,61	1,00	-0,03		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 2 -я	Маринад овощной с томатом	60	0,75	5,325	5,85	74,63		54-233/22
	Щи из свежей капусты	200	1,04	3,54	2,76	47,200		103 / 21
День 7 -й	Плов из птицы	190	16,32	9,884	37,994	297,81		291 / 17
	Чай с молоком	200	3,1	2,2	10,95	75,70		460/21
	Кондитерские изделия ( Печенье )	30	2,25	3,53	22,32	130,09		Пром.пр.
	Хлеб пшеничный	40	1,54	0,55	21,68	97,87		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1,70	0,45	12,56	61,07		Пром.пр.
	Фрукты свежие (банан)	100	0,34	0,34	8,4	40,290		82/21
<b>итого за обед</b>		<b>850</b>	<b>27,04</b>	<b>25,823</b>	<b>122,51</b>	<b>824,656</b>	<b>отклонение (+ / - )</b>	
		<b>Норма по СанПин 35%</b>	<b>26,95</b>	<b>27,65</b>	<b>117,25</b>	<b>822,50</b>	<b>-2,16 ккал</b>	
<b>отклонение от нормы (+ / - ) %</b>			0,11	-2,31	1,57	0,09		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 2 -я	Кисломолочный напиток (Кефир (м.д.ж. 2,5% ))	200	5,8	5	8	101		470 / 21
	Котлеты картофельные с творогом и / / соус молочный	100 / 20	1,12	2,42	16,35	91,62		149 / 17 327/17
День 7 -й	Хлеб пш. (батон )	20	0,77	0,38	10,28	45,22		Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>340</b>	<b>7,69</b>	<b>7,795</b>	<b>34,63</b>	<b>237,835</b>	<b>отклонение (+ / - )</b>	
		<b>Норма по СанПин 10%</b>	<b>7,70</b>	<b>7,90</b>	<b>33,50</b>	<b>235,00</b>	<b>-2,84 ккал</b>	
<b>отклонение от нормы (+ / - ) %</b>			-0,01	-0,13	0,34	0,12		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>	<b>47,55</b>	<b>41,93</b>	<b>209,61</b>	<b>1411,48</b>	<b>отклонение (+ / - )</b>	
<b>Норма по СанПин 60%</b>	<b>46,20</b>	<b>47,40</b>	<b>201,00</b>	<b>1410,00</b>	<b>-1,48 ккал</b>	
<b>отклонение от нормы (+ / - ) %</b>	1,75	-6,93	2,57	0,06		

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>	<b>34,73</b>	<b>33,62</b>	<b>157,14</b>	<b>1062,49</b>	<b>отклонение (+ / - )</b>	
<b>Норма по СанПин 45%</b>	<b>34,65</b>	<b>35,55</b>	<b>150,75</b>	<b>1057,50</b>	<b>-4,99 ккал</b>	
<b>отклонение от нормы (+ / - ) %</b>	0,10	-2,45	1,91	0,21		

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	<b>55,24</b>	<b>49,72</b>	<b>244,24</b>	<b>1649,32</b>	<b>отклонение (+ / - )</b>	
<b>Норма по СанПин 70%</b>	<b>53,90</b>	<b>55,30</b>	<b>234,50</b>	<b>1645,00</b>	<b>-4,32 ккал</b>	
<b>отклонение от нормы (+ / - ) %</b>	1,74	-7,06	2,91	0,18		

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: с 7 до 11 лет Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2023 - \_\_\_ г.г.

2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я День 8 -й	<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша манная молочная жидкая	205	6,22	5,6	35,240	209,0		230/21
	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,09		14 / 17
	Какао с молоком	200	6,20	4,98	15,54	130,88		462 /21
	Хлеб пшеничный	35	1,35	0,48	18,97	85,60		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71		Пром.пр.
	Фрукты свежие (апельсин)	105	0,82	0,16	12,821	55,946		82 / 21
<b>итого за завтрак</b>		<b>575</b>	<b>15,80</b>	<b>18,769</b>	<b>91,07</b>	<b>588,233</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		<b>25%</b>	<b>19,25</b>	<b>19,75</b>	<b>83,75</b>	<b>587,50</b>	<b>-0,73 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			-4,48	-1,24	2,19	0,03		
2 -я День 8 -й	<b>ОБЕД</b>							
	Овощи натуральные солёные (помидор)	60	0,67	0,06	2,1	11,63		70/ 17
	Суп гороховый	200	4,08	2,22	14,56	94,58		54-25с/22
	Тефтели. Белип	105	15,19	5,74	10,01	152,60		288/21
	Капуста тушёная / и	80 / 70	1,947	16,16	4,93	172,93		321 /17
	Каша вязкая (пшеничная)		1,87	1,98	11,46	71,12		303/17
	Кисель из сока плодового или ягодного	200	0,727	0,11	32,68	134,63		ТТК/485/21
	Хлеб пшеничный	50	1,93	0,69	27,1	122,29		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1,70	0,45	12,56	61,07		Пром.пр.
<b>итого за обед</b>		<b>795</b>	<b>28,10</b>	<b>27,41</b>	<b>115,39</b>	<b>820,86</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		<b>35%</b>	<b>26,95</b>	<b>27,65</b>	<b>117,25</b>	<b>822,50</b>	<b>1,64 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			1,50	-0,30	-0,55	-0,07		
неделя 2 -я День 8 -й	<b>ПОЛДНИК</b>							
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0,2	20,2	86,00		501 /21
	Котлета школьная и /соус молочный	80 / 20	5,18	6,90	6,21	108,27		347/21
	Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71		Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>320</b>	<b>7,31</b>	<b>7,402</b>	<b>34,78</b>	<b>234,978</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		<b>10%</b>	<b>7,70</b>	<b>7,90</b>	<b>33,50</b>	<b>235,00</b>	<b>0,02 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			-0,51	-0,63	0,38	0,00		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>			<b>43,90</b>	<b>46,18</b>	<b>206,47</b>	<b>1409,09</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин			<b>60%</b>	<b>46,20</b>	<b>47,40</b>	<b>201,00</b>	<b>0,91 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			-2,99	-1,54	1,63	-0,04		

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>			<b>35,41</b>	<b>34,81</b>	<b>150,18</b>	<b>1055,84</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин			<b>45%</b>	<b>34,65</b>	<b>35,55</b>	<b>1057,50</b>	<b>1,66 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,99	-0,93	-0,17	-0,07		

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>			<b>51,21</b>	<b>53,58</b>	<b>241,25</b>	<b>1644,07</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин			<b>70%</b>	<b>53,90</b>	<b>55,30</b>	<b>234,50</b>	<b>1645,00 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			-3,50	-2,17	2,01	-0,04		

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2023 - \_\_\_ г.г.

## 2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>неделя</b>	<b>ЗАВТРАК</b>							
2 -я	Икра кабачковая (пром. производства)	60	1,14	5,34	4,62	70,80		150 / 21
<b>День</b>	(сложный гарнир) Макароны изделия	110 / 40	4,07	3,603	21,67	144,71		256 / 21
	отварные и / Овощи припущенные		0,56	1,051	2,75	22,72		136 / 17
9-й	Печень по-строгановски	100	10,57	11,32	14,84	178,11		255 / 17
	чай с лимоном и сахаром	200	0,4	0	6,75	28,60		54-3гн/22
	Хлеб пшеничный	42	1,61	0,57	22,76	102,72		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71		Пром.пр.
<b>итого за завтрак</b>		<b>572</b>	<b>19,48</b>	<b>22,187</b>	<b>81,77</b>	<b>588,363</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин 25%			<b>19,25</b>	<b>19,75</b>	<b>83,75</b>	<b>587,50</b>	<b>-0,86 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,30	3,08	-0,59	0,04		
<b>неделя</b>	<b>ОБЕД</b>							
2 -я	Кукуруза сахарная	60	1,2	0,2	6,1	31,30		54-21з/22
	Суп из овощей	200	1,6	3,62	5,06	59,200		116/21
<b>День</b>	Котлеты домашние	90	7,07	8,39	22,52	173,81		271 / 17
	Омлет с отварным картофелем	180	12,42	15,48	12,78	241,20		276/21
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,00	19,80	81,00		54-1хн/22
9-й	Хлеб пшеничный	50	1,93	0,69	27,1	122,29		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1,70	0,45	12,56	61,07		Пром.пр.
	Плоды свежие (яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	53,28		338 / 17
<b>итого за обед</b>		<b>930</b>	<b>26,89</b>	<b>29,303</b>	<b>117,68</b>	<b>823,155</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин 35%			<b>26,95</b>	<b>27,65</b>	<b>117,25</b>	<b>822,50</b>	<b>-0,65 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			-0,08	2,09	0,13	0,03		
<b>неделя</b>	<b>ПОЛДНИК</b>							
2 -я	Кисломолочный напиток (Кефир (м.д.ж. 2,5% ))	200	5,8	5	8	101		470 / 21
<b>День</b>	Биточек рисовый с морковью /и соус молочный	100 / 20	1,75	2,032	17,22	94,17		193/ 17
	Хлеб пш. (батон )	17	0,66	0,33	8,74	40,57		Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>337</b>	<b>8,21</b>	<b>7,362</b>	<b>33,96</b>	<b>235,738</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин 10%			<b>7,70</b>	<b>7,90</b>	<b>33,50</b>	<b>235,00</b>	<b>-0,74 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,66	-0,68	0,14	0,03		
<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>			<b>46,37</b>	<b>51,49</b>	<b>199,45</b>	<b>1411,52</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин 60%			<b>46,20</b>	<b>47,40</b>	<b>201,00</b>	<b>1410,00</b>	<b>-1,52 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,21	5,18	-0,46	0,06		
<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>			<b>35,10</b>	<b>36,67</b>	<b>151,64</b>	<b>1058,89</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин 45%			<b>34,65</b>	<b>35,55</b>	<b>150,75</b>	<b>1057,50</b>	<b>-1,39 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,58	1,41	0,27	0,06		
<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>			<b>54,58</b>	<b>58,85</b>	<b>233,41</b>	<b>1647,26</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин 70%			<b>53,90</b>	<b>55,30</b>	<b>234,50</b>	<b>1645,00</b>	<b>-2,26 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,88	4,50	-0,33	0,10		

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: с 7 до 11 лет Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2023 - \_\_ г.г.

## 2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 2 -я День 10 -й	Икра морковная	60	1,2	4,2	6,0	67,95		54-123/22
	Рагу из птицы	200	14,14	13,85	21,93	266,62		289/17
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0,2	20,2	86,00		501/ 21
	Хлеб пшеничный	50	1,93	0,69	27,1	122,29		Пром.р.
	Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71		Пром.р.
<b>итого за завтрак</b>		<b>530</b>	<b>19,39</b>	<b>19,238</b>	<b>83,61</b>	<b>583,576</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		<b>25%</b>	<b>19,25</b>	<b>19,75</b>	<b>83,75</b>	<b>587,50</b>	<b>3,92 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,18	-0,65	-0,04	-0,17		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 2 -я День 10 -й	Маринад овощной со свеклой	60	0,576	5,436	4,68	69,96		434/21
	Борщ с капустой и картофелем	200	1,48	3,54	5,560	60,00		95 / 21
	Котлета рыбная любительская	100	10,157	6,344	21,299	193,47		308/21
	Каша вязкая (пшённая)	150	4,183	5,01	23,942	157,50		303/17
	Кофейный напиток с молоком	200	5,20	4,75	17,88	135,25		465 / 21
	Хлеб пшеничный	44	1,69	0,61	23,848	107,62		Пром.р.
	Хлеб ржаной	30	1,70	0,45	12,56	61,07		Пром.р.
	Фрукты свежие (банан)	100	0,34	0,34	8,4	40,290		82/ 21
<b>итого за обед</b>		<b>884</b>	<b>25,33</b>	<b>26,473</b>	<b>118,17</b>	<b>825,161</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		<b>35%</b>	<b>26,95</b>	<b>27,65</b>	<b>117,25</b>	<b>822,50</b>	<b>-2,66 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			-2,11	-1,49	0,27	0,11		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 2 -я День 10 -й	Чай с яблоком и апельсином	200	0,48	0,1	8,17	34,90		ТТК/54-20гн/22
	Оладьи из печени по -кунцевски и /соус сметанный	80 /20	8,29	8,84	11,91	156,35		ТТК/357 / 21
	Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71		Пром.р.
<b>итого за полдник</b>		<b>320</b>	<b>9,91</b>	<b>9,227</b>	<b>28,45</b>	<b>231,966</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		<b>10%</b>	<b>7,70</b>	<b>7,90</b>	<b>33,50</b>	<b>235,00</b>	<b>3,03 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			2,87	1,68	-1,51	-0,13		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>		<b>44,72</b>	<b>45,71</b>	<b>201,77</b>	<b>1408,74</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		<b>60%</b>	<b>46,20</b>	<b>47,40</b>	<b>201,00</b>	<b>1,26 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			-1,92	-2,14	0,23	-0,05	

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>		<b>35,24</b>	<b>35,70</b>	<b>146,61</b>	<b>1057,13</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		<b>45%</b>	<b>34,65</b>	<b>35,55</b>	<b>1057,50</b>	<b>0,37 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,76	0,19	-1,24	-0,02	

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>		<b>54,63</b>	<b>54,94</b>	<b>230,22</b>	<b>1640,70</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		<b>70%</b>	<b>53,90</b>	<b>55,30</b>	<b>1645,00</b>	<b>4,30 ккал</b>	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,95	-0,46	-1,28	-0,18	

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
 ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: с 7 до 11 лет Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2023 - \_\_ г.г.

2 - я неделя

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки 10-тидневка 2 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+/-)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20			77	79,0	335	2350	белки	0,00
							жиры	0,00
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ	25%	19,25	19,75	83,75	587,50	углеводы	0,00
Среднее за 5 дней (фактически)			19,25	19,75	83,75	587,50	энерг-я ценность	
отклонение от нормы (+/-) %			0,00	0,00	0,00	0,00	ккал	0,00

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню обеды 10-тидневка 2 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+/-)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20			77	79,0	335	2350	белки	0,00
							жиры	0,00
7 - 11 л	ОБЕДЫ	35%	26,95	27,65	117,25	822,50	углеводы	0,00
Среднее за 5 дней (фактически)			26,95	27,65	117,25	822,50	энерг-я ценность	
отклонение от нормы (+/-) %			0,00	0,00	0,00	0,00	ккал	0,00

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню -полдники 10-тидневка 2 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+/-)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20			77	79,0	335	2350	белки	0,00
							жиры	0,00
7 - 11 л	ПОЛДНИКИ	10%	7,70	7,90	33,50	235,00	углеводы	0,00
Среднее за 5 дней (фактически)			7,70	7,90	33,50	235,00	энерг-я ценность	
отклонение от нормы (+/-) %			0,00	0,00	0,00	0,00	ккал	0,00

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки - обеды 10-тидневка 2 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+/-)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20			77	79,0	335	2350	белки	0,00
							жиры	0,00
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ	60%	46,20	47,40	201,00	1410,00	углеводы	0,00
Среднее за 5 дней (фактически)			46,20	47,40	201,00	1410,00	энерг-я ценность	
отклонение от нормы (+/-) %			0,00	0,00	0,00	0,00	ккал	0,00

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню обеды-полдники 10-тидневка 2 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+/-)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20			77	79,0	335	2350	белки	0,00
							жиры	0,00
7 - 11 л	ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	45%	34,65	35,55	150,75	1057,50	углеводы	0,00
Среднее за 5 дней (фактически)			34,65	35,55	150,75	1057,50	энерг-я ценность	
отклонение от нормы (+/-) %			0,00	0,00	0,00	0,00	ккал	0,00

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки - обеды-полдники 10-тидневка 2 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+/-)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20			77	79,0	335	2350	белки	0,00
							жиры	0,00
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ - ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	70%	53,90	55,30	234,50	1645,00	углеводы	0,00
Среднее за 5 дней (фактически)			53,90	55,30	234,50	1645,00	энерг-я ценность	
отклонение от нормы (+/-) %			0,00	0,00	0,00	0,00	ккал	0,00

1 -я - 2-я неделя

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон: ЗИМА-ВЕСНА 2023 - \_\_\_ г.г.

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки 10-тидневка			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+/-)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры
Суточная потребность по СанПиН 100%			77	79,0	335	2350	белки	0,00
СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20							жиры	0,00
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ	25%	19,25	19,75	83,75	587,50	углеводы	0,00
Среднее за 10 дней (фактически)			19,25	19,75	83,75	587,50	энерг-я ценность	
отклонение от нормы (+/-) %			0,00	0,00	0,00	0,00	ккал	0,00

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню обеды 10-тидневка			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+/-)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры
Суточная потребность по СанПиН 100%			77	79,0	335	2350	белки	0,00
СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20							жиры	0,00
7 - 11 л	ОБЕДЫ	35%	26,95	27,65	117,25	822,50	углеводы	0,00
Среднее за 10 дней (фактически)			26,95	27,65	117,25	822,50	энерг-я ценность	
отклонение от нормы (+/-) %			0,00	0,00	0,00	0,00	ккал	0,00

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню -полдники 10-тидневка			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+/-)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры
Суточная потребность по СанПиН 100%			77	79,0	335	2350	белки	0,00
СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20							жиры	0,00
7 - 11 л	ПОЛДНИКИ	10%	7,70	7,90	33,50	235,00	углеводы	0,00
Среднее за 10 дней (фактически)			7,70	7,90	33,50	235,00	энерг-я ценность	
отклонение от нормы (+/-) %			0,00	0,00	0,00	0,00	ккал	0,00

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки - обеды 10-тидневка			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+/-)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры
Суточная потребность по СанПиН 100%			77	79,0	335	2350	белки	0,00
СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20							жиры	0,00
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ	60%	46,20	47,40	201,00	1410,00	углеводы	0,00
Среднее за 10 дней (фактически)			46,20	47,40	201,00	1410,00	энерг-я ценность	
отклонение от нормы (+/-) %			0,00	0,00	0,00	0,00	ккал	0,00

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню обеды-полдники 10-тидневка			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+/-)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры
Суточная потребность по СанПиН 100%			77	79,0	335	2350	белки	0,00
СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20							жиры	0,00
7 - 11 л	ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	45%	34,65	35,55	150,75	1057,50	углеводы	0,00
Среднее за 10 дней (фактически)			34,65	35,55	150,75	1057,50	энерг-я ценность	
отклонение от нормы (+/-) %			0,00	0,00	0,00	0,00	ккал	0,00

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки - обеды - полдники 10-тидневка ЗИМА-ВЕСНА 2023 - ___ г.г.			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+/-)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры
Суточная потребность по СанПиН 100%			77	79,0	335	2350	белки	0,00
СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20							жиры	0,00
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ	70%	53,90	55,30	234,50	1645,00	углеводы	0,00
Среднее за 10 дней (фактически)			53,90	55,30	234,50	1645,00	энерг-я ценность	
отклонение от нормы (+/-) %			0,00	0,00	0,00	0,00	ккал	0,00

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

**Литература:**

- 1 СКУРИХИН И.М., ТУТЕЛЬЯН В.А. ТАБЛИЦЫ ХИМИЧЕСКОГО СОСТАВА И КАЛОРИЙНОСТИ РОССИЙСКИХ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ: Справочник. - М.: Дели принт, 2008. - 276 с.
- 2 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.
- 3 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. - 410 с.
- 4 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.)